

## **Comunicado Importante**

O Colégio Diocesano La Salle, sempre preocupado com a formação integral do ser humano, bem como com a integridade física, espiritual e intelectual, pautado na pedagogia do zelo, tão pregado e vivido pelo fundador São João Batista de La Salle, e em virtude da situação delicada que o país está passando em decorrência da Gripe Influenza H1N1, Dengue, Zika e Chikungunya, vem através desta, orientar os pais sobre algumas medidas de prevenção que o Colégio está tomando.

- 1- Foi realizada uma reunião com os professores e colaboradores para serem transmitidas todas as orientações a respeito de como prevenir e diagnosticar os sintomas gripe H1N1. Os colaboradores do setor de limpeza estão atuando cautelosamente para desinfetar todas as maçanetas, carteiras, corrimão, utilizando-se do produto álcool em gel que, comprovadamente, é eficaz na exterminação do vírus.
- 2- O Colégio disponibilizará álcool em gel em todas as salas de aula para que os alunos façam a limpeza pessoal constantemente.
- 3- Nosso prédio foi projetado e construído para ser escola. Nesse sentido, temos todas as salas de aula com várias janelas, tornando eficaz a ventilação do ambiente. A Direção colocou como norma que as janelas e portas permaneçam abertas em todos os momentos de aula, favorecendo a ventilação do ambiente. Por isso, em dias de frio, os alunos devem vir bem agasalhados.
- 4- Caso sejam notados sintomas de Gripe, Dengue, Chikungunya ou Zika, solicitamos aos pais que não enviem os filhos para a escola.
- 5- Os cuidados citados acima estão sendo recomendados pelas equipes de saúde, a fim de que não haja proliferação de vírus de qualquer gênero.
- 6- Caso algum aluno apresente sintomas e se ausente das atividades escolares, pedimos aos pais que entrem em contato com a Coordenação para que sejam encaminhados todos os conteúdos trabalhados em sala de aula via e-mail, para que o aluno não tenha prejuízo na área pedagógica.
- 7- Qualquer conhecimento de casos prováveis de contágio ou casos suspeitos destas doenças devem ser urgentemente informados à Coordenação do Colégio.
- 8- Pedimos aos senhores pais que **ORIENTEM SEUS FILHOS** para que não compartilhem lanches ou bebam no mesmo copo, canudinho ou latinha; que ao cumprimentarem as pessoas evitem beijos e apertos de mão e que, quando tossirem ou espirrarem, coloquem a mão na frente (no rosto) e as lavem em seguida mantendo, dessa forma, sua higiene pessoal.
- 9- Solicitamos aos pais que mandem lenços descartáveis, sabonetes e até mesmo pequenos frascos de álcool em gel para a higiene pessoal de seus filhos.
- 10- Pedimos também para que conversem com seus filhos a respeito do uso consciente do álcool em gel, do sabonete líquido e das toalhas descartáveis disponíveis nos banheiros do Colégio, evitando desperdícios.
- 11- O Colégio já tomou e continua tomando as medidas cabíveis à prevenção contra a Dengue, Zika e Chikungunya: vistoria nos vasos de plantas, cuidado com os materiais para não acumular água parada, limpeza constante da piscina e das calhas etc.
- 12- Haverá uma palestra para os alunos dia 12/04, no horário de aula, com uma representante da equipe epidemiológica de São Carlos que abordará as prevenções sobre a H1N1, Dengue, Zika e Chikungunya.
- 13- Nas páginas seguintes, seguem algumas orientações úteis sobre a gripe H1N1, Dengue, Zika e Chikungunya.



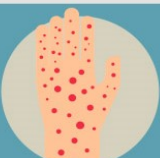


Atenciosamente  
Ir. Moysés Romero Borges Oliveira

## PERGUNTAS E RESPOSTAS SOBRE O VÍRUS H1N1:

	PERGUNTA	RESPOSTA
1.-	Quanto tempo dura vivo o vírus em superfície lisa?	Até 10 horas.
2.-	Quão útil é o álcool em gel para limpar as mãos?	Torna o vírus inativo e o mata.
3.-	Qual é a forma de contágio mais eficiente deste vírus?	A via aérea não é a mais efetiva para a transmissão do vírus, o fator mais importante para que se instale o vírus é a umidade (mucosa do nariz, boca e olhos), pois o vírus não voa e não alcança mais de um metro de distância.
4.-	É fácil contagiar-se em aviões?	Não, é um meio pouco propício para o contágio.
5.-	Como posso evitar contagiar-me?	Não passar as mãos no rosto, olhos, nariz e boca. Não estar com gente doente. Lavar as mãos mais de 10 vezes por dia.
6.-	Qual é o período de incubação do vírus?	Em média de 5 a 7 dias e os sintomas aparecem quase imediatamente.
7.-	Quando se deve começar a tomar o remédio?	Dentro das 72 horas os prognósticos são muito bons, a melhora é de 100%
8.-	De que forma o vírus entra no corpo?	Por contato (ao dar a mão, beijar-se no rosto) ou pelo nariz, boca e olhos.
9.-	O vírus é mortal?	Não, o que ocasiona a morte é a complicação da doença, que é a pneumonia.
10.-	Que riscos têm os familiares de pessoas que faleceram?	Podem ser portadores e formar uma rede de transmissão.
11.-	A água de tanques ou caixas de água transmite o vírus?	Não, porque contém químicos e está clorada
12.-	O que faz o vírus quando provoca a morte?	Uma série de reações como deficiência respiratória. A pneumonia severa é o que ocasiona a morte.
13.-	Quando se inicia o contágio: antes dos sintomas ou até que se apresentem?	Desde que se tem o vírus, antes dos sintomas.
14.-	Qual é a probabilidade de recair com a mesma doença?	De 0%, porque fica-se imune ao vírus suíno.
15.-	Em que locais do ambiente o vírus fica ativo?	Quando uma pessoa portadora espirra ou tosse, o vírus pode ficar nas superfícies lisas como maçanetas, dinheiro, papel, documentos ou sempre que houver umidade. Já que não será esterilizado o ambiente, recomenda-se extremar a higiene das mãos.
17.-	O vírus ataca mais as pessoas asmáticas?	Sim, são pacientes mais suscetíveis, mas ao tratar-se de um novo germe todos somos igualmente suscetíveis.
18.-	Qual é a faixa etária que está sendo atingida pelo vírus?	De 20 a 50 anos de idade.
19.-	É útil a máscara para cobrir a boca?	Há duas situações: se você não está doente é de pouca eficácia porque o vírus atravessa a máscara, encontrando ambiente propício para o seu desenvolvimento. Se você já está infectado, use-a para não infectar aos demais.
20.-	Posso fazer exercício ao ar livre?	Sim, desde que tomadas as devidas precauções.
21.-	Serve para algo tomar Vitamina C?	Não serve para prevenir o contágio, mas ajuda a resistir ao seu ataque.
22.-	Quem está a salvo desta doença ou quem é menos suscetível?	A salvo não está ninguém, o que ajuda é a higiene dentro de lar, escritórios, utensílios e não ir a lugares públicos.

23.-	O vírus se move?	Não, o vírus não tem nem patas nem asas, a pessoa é quem o coloca dentro do organismo.
24.-	Os mascotes transmitem o vírus?	Este vírus não.
25.-	No velório de alguém que morreu desse vírus posso me contagiar?	Não.
26.-	Qual é o risco das mulheres grávidas ao contraírem este vírus?	As mulheres grávidas apresentam os mesmos riscos
27.-	O feto pode ter lesões se uma mulher grávida se contagia com este vírus?	Não sabemos os riscos, já que é um vírus novo.
28.-	Posso tomar ácido acetilsalicílico (aspirina)?	Não é recomendável.
29.-	Serve para algo tomar antivirais antes dos sintomas?	Não tem eficácia.
30.-	As pessoas com AIDS, diabetes, câncer, etc., podem ter mais complicações do que uma pessoa sadia se se contagiarem com o vírus?	SIM.
31.-	Uma gripe convencional forte pode se converter em influenza?	NAO.
32.-	O que mata o vírus?	O sol, o sabão, os antivirais, álcool em gel.
33.-	O que fazem nos hospitais para evitar contágios a outros doentes que não têm o vírus?	O isolamento.
34.-	O álcool em gel é efetivo?	SIM, muito efetivo.
35.-	Se estou vacinado contra a influenza estacional sou inócuo a este vírus?	Não. Ainda não existe vacina específica para este vírus.
36.-	Este vírus está sob controle?	Não, mas estão sendo tomadas medidas agressivas de contenção.
37.-	O que significa passar de alerta 4 a alerta 5?	Significa que o vírus se propagou de pessoa a pessoa em mais de 2 países; e fase 6 é que se propagou em mais de 3 países.
38.-	Aquele que se infectou deste vírus e se curou, fica imune?	SIM.
39.-	As crianças com tosse e gripe têm influenza?	É pouco provável, pois as crianças são pouco afetadas.
40.-	Que medidas que as pessoas que trabalham devem tomar?	Lavar as mãos muitas vezes ao dia.
41.-	Posso me contagiar ao ar livre?	Se há pessoas infectadas e que tussam e/ou espirrem perto pode acontecer, mas a via aérea é um meio de pouco contágio.
42.-	Pode-se comer carne de porco?	SIM, pode e não há nenhum risco de contágio.
43.-	Qual é o fator determinante para saber que o vírus já está controlado?	Ainda que haja controle da epidemia neste momento, no inverno boreal (hemisfério norte) ela pode voltar e talvez não haja vacina.

## DENGUE, CHIKUNGUNYA E ZIKA - ASPECTOS CLÍNICOS

SINTOMAS	DENGUE	CHIKUNGUNYA	ZIKA
 <b>FEBRE</b>	Alta (39°C a 40°C), que começa subitamente.	Alta (39°C a 40°C), que começa subitamente.	Leve ou até mesmo ausente.
 <b>DORES</b>	Nos músculos, nas articulações, na cabeça e atrás dos olhos.	Inchaço nas articulações e dores intensas, que dificultam atividades rotineiras (como cozinhar, tomar banho, escovar os dentes etc.).	Dores menos intensas nas articulações, em geral nas extremidades, às vezes acompanhadas de inchaço. Olhos vermelhos e aversão à luz.
 <b>MANCHAS VERMELHAS</b>	Sim, às vezes com coceira.	Sim, com coceira intensa.	Sim, com coceira intensa.
 <b>ATENÇÃO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Náuseas, vômitos e diarreia.</li> <li>Dor abdominal intensa.</li> <li>Vômitos persistentes.</li> <li>Acúmulo de líquidos.</li> <li>Tonturas.</li> <li>Aumento do fígado.</li> <li>Sangramento de mucosa.</li> <li>Letargia e/ou irritação.</li> <li>Aumento de hematócritos, o que pode estar associado à redução das plaquetas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Idade acima de 45 anos.</li> <li>Lesões prévias nas articulações.</li> <li>Doenças crônicas (ex.: hipertensão, diabetes) ou autoimunes (ex.: lúpus).</li> </ul>	Dormência nas extremidades, dificuldade para caminhar, alterações neurológicas, paralisia facial.
 <b>COMPLICAÇÕES</b>	Pode haver comprometimento de órgãos como: pulmões, coração, fígado, rins e do sistema nervoso central.	Persistência da dor por meses ou até anos, em alguns casos, com queda da produtividade em população economicamente ativa (20-60 anos de idade).	Comprometimento neurológico, que provoca debilidade muscular. Possibilidade de reação autoimune (Síndrome de Guillain-Barré), que pode levar à paralisia cerebral.

## RISCOS PARA GRÁVIDAS E RECÉM-NASCIDOS

**Dengue:** a infecção congênita não ocorre com frequência, mas é importante ficar atento a riscos como o sangramento do útero.

**Chikungunya:** a transmissão do vírus de mãe para filho na gravidez é incomum. Mas se a gestante for infectada no período próximo ao parto, o bebê pode apresentar sintomas da doença e manifestações graves (em até 50% dos casos). Entre os casos graves, a maioria envolve danos ao sistema nervoso central, complicações cardíacas e na pele (como bolhas).

**Zika:** recentemente, o aumento do número de recém-nascidos com malformações congênitas, particularmente microcefalias, tem sido associado à infecção pelo vírus zika nos primeiros meses de gestação. Essa hipótese foi reforçada ao se detectar o genoma do vírus no líquido amniótico de gestantes que tiveram contato com o zika vírus e cujos bebês foram diagnosticados com microcefalia por exames de ultrassonografia. A descoberta inédita foi feita pelo Instituto Oswaldo Cruz (IOC/Fiocruz).



### Microcefalia

Condição neurológica em que a cabeça do recém-nascido é menor quando comparada ao padrão de outros bebês do mesmo sexo e idade. A microcefalia está associada a retardo mental.