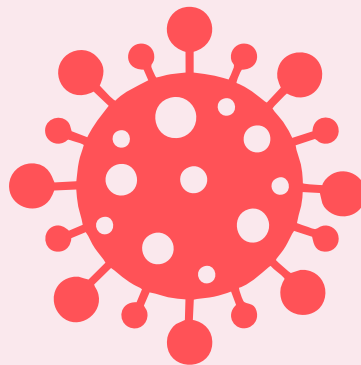


Atenção à Saúde do Educando

Sumário

CONVERSANDO SOBRE:

VACINAS.....	02
DENGUE, ZIKA E CHIKUNGUNYA.....	03
TUBERCULOSE.....	06
COVID-19.....	08
GRIFE H1N1/GRIPE COMUM E RESFRIADO.....	09



Mensagem ao leitor...

Prezados,

É com imenso prazer que retomamos nosso DIAE anuncia!

Com uma proposta diferente para este ano, a equipe DIAE deseja que o nosso informativo seja mais uma ferramenta pedagógica para toda a comunidade escolar.

Um grande abraço e boa leitura!





CONVERSANDO SOBRE AS VACINAS

Conceito/Importância

Vacinas são as substâncias preparadas que são dadas na infância, na adolescência e na fase adulta, com o fim de proteger o ser humano contra doenças graves e muitas vezes fatais.

A vacina é a maneira mais eficaz de reduzir as formas graves e óbitos por doenças preveníveis através da imunização. Vale lembrar ainda que a vacinação não protege apenas quem recebe o imunizante, mas também aqueles que não podem se vacinar, porque quanto menos pessoas se infectam com uma determinada doença, menor será a circulação desse patógeno entre a população.

Além de contribuírem para o controle e a eliminação de diversas doenças, as vacinas estimulam o sistema imunológico a produzir anticorpos que combatem os agentes causadores de doenças como sarampo, poliomielite, coqueluche, meningite e outras. Ao vacinar as crianças, elas ficam imunizadas contra essas doenças e evitam complicações que podem levar à morte ou a sequelas graves.

Atualmente, há doenças que já foram erradicadas em nosso país. Porém, o objetivo de prosseguirmos com a continuidade da vacinação contra as doenças erradicadas é a necessidade de se manter coberturas vacinais elevadas para manutenção da erradicação delas, uma vez que baixas coberturas vacinais indicam um número elevado de pessoas suscetíveis a doenças, o que aumenta a probabilidade de retorno da circulação desse patógeno.

Não deixe para **amanhã**
a vacina
que você pede
tomar hoje

(Zé Gotinha)
@zegotinha



Indicação/Contraindicação

A imunização é indicada como estratégia imprescindível para a saúde pública, uma vez que, ao prevenir a disseminação de doenças, também evita epidemias. É uma ação que fortalece a resposta imune individual e coletiva e está disponível tanto no serviço público de saúde quanto na rede privada.



De maneira geral, a única contraindicação é quando houver hipersensibilidade ou reação alérgica grave após a aplicação da dose da vacina e/ou alergia comprovada a algum componente da vacina. E deve ser avaliada pelo médico. Há, ainda, algumas contraindicações como vacinas de vírus vivo atenuado para pacientes com imunossupressão, mas que o custo-benefício deve ser avaliado.

O Calendário Nacional de Vacinação pode ajudar a descobrir quais vacinas a criança precisa e quando.

As vacinas disponibilizadas no Sistema Único de Saúde – SUS são seguras e de vital importância para proteção contra algumas doenças graves e muitas vezes fatais.



Alerta

É bom lembrarmos que toda vacina licenciada para uso passou antes por diversas fases de avaliação e testes antes de chegar até nós, garantindo assim sua segurança. As vacinas também passam pela aprovação de institutos reguladores rígidos. No Brasil, por exemplo, essa função cabe à Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa). Sendo assim, a vacinação é um dos métodos mais seguros para manter a população mundial longe de vários tipos de doenças e epidemias.

QUEM AMA, VACINA! MANTENHA A CARTEIRA DE VACINAÇÃO DAS CRIANÇAS ATUALIZADA!



CONVERSANDO SOBRE A DENGUE, ZIKA E CHIKUNGUNYA

Conceito/Transmissão

A DENGUE é uma doença viral infecciosa febril aguda, causada por um arbovírus transmitido pela picada do mosquito *Aedes aegypti* que pode se apresentar de forma benigna ou grave, dependendo de alguns fatores, entre eles: o vírus envolvido, infecção anterior pelo vírus da dengue e fatores individuais como doenças crônicas (diabetes, asma brônquica, anemia falciforme).

O ZIKA é um vírus transmitido pela picada do mosquito *Aedes aegypti*. Tem essa denominação por ter sido identificado na floresta Zika, em Uganda, na África.

A CHIKUNGUNYA é uma arbovirose cujo agente etiológico é transmitido pela picada de fêmeas infectadas do gênero *Aedes*. No Brasil, até o momento, o vetor envolvido na transmissão do vírus chikungunya (CHIKV) é o *Aedes aegypti*.

O vírus chikungunya também pode causar doença neuroinvasiva, que é caracterizada por agravos neurológicos, tais como: Encefalite, Mielite, Meningoencefalite, síndrome de Guillain-Barré, síndrome cerebelar, paresias, paralisias e neuropatias.



Sobre o Aedes Aegypti

- Água sanitária elimina as larvas do mosquito.
- O mosquito pode se proliferar em caixas d'água mal vedadas.
- O mosquito ataca preferencialmente durante o dia.
- Não basta secar os recipientes de água parada, é preciso lavá-los com esponja e sabão.
- O mosquito se reproduz mais rápido em temperaturas quentes.



Sintomas/Tratamento

A **DENGUE** não apresenta tratamento específico. No entanto, os medicamentos utilizados visam ao alívio dos sintomas, como dor no corpo, coceira intensa e, em alguns casos, é recomendado que o paciente faça repouso, que auxilia no alívio dos sintomas para que não haja esforços físicos que possam levar ao agravamento da doença, e que se hidrate bem com ingestão de líquidos como água, chás, sucos naturais e soro caseiro para reposição da perda de líquidos que o organismo tem durante a doença.

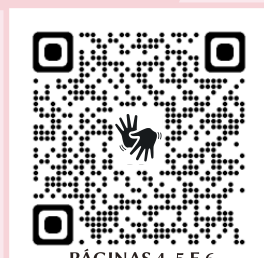
A transmissão ocorre enquanto houver presença de vírus no sangue do homem. Este período começa um dia antes do aparecimento da febre e vai até o 6º dia da doença.

Para o **ZIKA** também não existe tratamento específico, bem como, não há vacina contra o vírus. O tratamento recomendado para os casos sintomáticos é baseado no uso de analgésicos para o controle da febre e da dor. No caso de manchas vermelhas e coceira na pele, os anti-histamínicos podem ser considerados. Os casos suspeitos devem ser tratados como dengue, devido à sua maior frequência e gravidade conhecida.

O tratamento da **CHIKUNGUNYA** é feito de acordo com os sintomas. Até o momento, não há tratamento antiviral específico para a doença. A terapia utilizada é analgesia e suporte. É necessário estimular a hidratação oral dos pacientes e a escolha dos medicamentos deve ser realizada após a avaliação do quadro clínico do paciente, sob avaliação médica.

		DENGUE	CHIKUNGUNYA	ZIKA
PRINCIPAIS SINTOMAS	FEBRE	Sempre presente: alta e de início imediato	Quase sempre presente: alta e de início imediato	Pode estar presente: baixa
	ARTRALGIA (DORES NAS ARTICULAÇÕES)	Quase sempre presente: dores moderadas	Presente em 90% dos casos: dores intensas	Pode estar presente: dores leves
	RASH CUTÂNEO (MANCHAS VERMELHAS NA PELE)	Pode estar presente	Pode estar presente: se manifesta nas primeiras 48 horas (normalmente a partir do 2º dia)	Quase sempre presente: se manifesta nas primeiras 24 horas
	PRURIDO (COCEIRA)	Pode estar presente: leve	Presente em 50 a 80% dos casos: leve	Pode estar presente: de leve a intensa
	VERMELHIDÃO NOS OLHOS	Não está presente	Pode estar presente	Pode estar presente

Fonte: https://agencia.fiocruz.br/sites/agencia.fiocruz.br/files/u34/tabela_DengueZikaChikungunya_materia.jpg





Prevenção/Vacinação

Em relação à prevenção DA DENGUE, DO ZIKA E DA CHIKUNGUNYA, é fato que as pessoas podem prevenir-se utilizando, além de repelentes, roupas que cubram bem o corpo, sendo que essas ações são importantes, principalmente, em áreas em que se saiba do aumento dos casos das doenças ou até mesmo em epidemias. Outras formas de prevenção são eliminar os possíveis criadouros do mosquito, como recipientes que acumulam água parada, pneus velhos, garrafas, latas, caixas d'água, vasos de plantas, entre outros.

LIXO	 <ul style="list-style-type: none"> Coloque o lixo em sacos plásticos e mantenha a lixeira bem fechada. Não jogue lixo em terrenos baldios. 	 <ul style="list-style-type: none"> Jogue no lixo todo objeto que possa acumular água, como embalagens usadas, potes, latas, copos, garrafas vazias etc. 	 <ul style="list-style-type: none"> Mantenha o saco de lixo bem fechado e fora do alcance de animais até o recolhimento pelo serviço de limpeza urbana.
PLANTAS E JARDINS	 <ul style="list-style-type: none"> Encha de areia até a borda os pratinhos dos vasos de planta. 	 <ul style="list-style-type: none"> Se você não colocou areia e acumulou água no pratinho da planta, lave-o com escova, água e sabão. Faça isso uma vez por semana. 	 <ul style="list-style-type: none"> Se você tiver vasos de plantas aquáticas, troque a água e lave o vaso principalmente por dentro com escova, água e sabão pelo menos uma vez por semana.
CAIXAS D'ÁGUA, CALHAS E LAJES	 <ul style="list-style-type: none"> Não deixe a água da chuva acumulada sobre a laje. 	 <ul style="list-style-type: none"> Remova folhas, galhos e tudo que possa impedir a água de correr pelas calhas. 	 <ul style="list-style-type: none"> Mantenha a caixa d'água sempre fechada com tampa adequada.
TONÉIS E DEPÓSITOS DE ÁGUA	 <ul style="list-style-type: none"> Mantenha bem tampados tonéis e barris d'água. 	 <ul style="list-style-type: none"> Lave semanalmente por dentro com escova e sabão os tanques utilizados para armazenar água. 	 <ul style="list-style-type: none"> Lave principalmente por dentro com escova e sabão os utensílios usados para guardar água em casa, como jarras, garrafas, potes, baldes etc.

Fonte: Cartilha produzida pelo Ministério da Saúde (2007-2008)

Cabe ressaltar que a população deve receber os agentes de endemias para vistorias em suas residências, bem como realizar orientações sobre outras formas de prevenção das doenças e eliminação do vírus.

Ultimamente, diversos meios de comunicação têm anunciado o início da vacinação contra a dengue, que está disponível apenas para municípios com alta incidência da doença, predominância do sorotipo 2 e com mais de cem mil habitantes, sendo recomendada à faixa etária de 10 a 14 anos, independente de já ter tido ou não a doença. Espera-se também que, no decorrer de 2024, o Ministério da Saúde realize a ampliação dos municípios e faixas etárias que receberão a vacina de acordo com a disponibilidade do laboratório produtor.





Alerta

O *Aedes aegypti* pode transmitir **a dengue, o zika e a chikungunya** ao mesmo tempo. De acordo com um estudo da Universidade do Colorado (EUA), realizado em 2017, é possível uma pessoa contrair em uma única picada as três doenças.

Não se recomenda o uso de ácido acetilsalicílico (AAS) e outros anti-inflamatórios, em função do risco aumentado de complicações hemorrágicas.

Uma pessoa que apresenta sintomas e suspeita de estar com **a dengue, o zika e a chikungunya** deve procurar a Unidade Básica de Saúde mais próxima da sua casa ou qualquer Unidade Pronto Atendimento (UPA), podendo ser tratada por qualquer médico, como o clínico geral.

O vírus da dengue é formado por 4 diferentes sorotipos: DENV-1, DENV-2, DENV-3 e DENV-4. Cada um deles apresenta diferentes interações com os anticorpos humanos. Dessa forma, uma pessoa pode ser infectada por quatro possibilidades diferentes, em que todos estes sorotipos podem causar a forma clássica da dengue como a hemorrágica. No entanto, de acordo com os noticiários brasileiros, atualmente em nosso país o sorotipo presente é o DENV-2.

Os agentes de endemias são devidamente uniformizados e identificados com crachás. Qualquer dúvida ligar para (32) 3212-3070.



Fonte: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-com-ciencia/noticias/2024/fevereiro/dengue-8-duvidas-sobre-a-doenca-para-voce-se-proteger>

CONVERSANDO SOBRE A TUBERCULOSE

Conceito/Transmissão

A tuberculose é uma doença infecciosa transmitida pela bactéria *Mycobacterium Tuberculosis*, que possui um formato de bastões, popularmente conhecida como Bacilo de Koch. Essa transmissão ocorre de forma direta, ou seja, de homem para homem, através da inalação de partículas em suspensão no ar (tosse, espirros, suspiros, etc) oriundas de pacientes que têm o bacilo da tuberculose.

A tuberculose não se transmite por objetos compartilhados. A pessoa com a doença não deve ficar isolada; pelo contrário, precisa do apoio de familiares e amigos para seguir com o tratamento. A doença não é transmitida por objetos ou utensílios compartilhados, como pratos ou colheres, ou mesmo roupas ou lençóis. Não havendo necessidade de o doente se afastar da família, ter seus objetos pessoais de higiene e alimentação separados, pois em geral após 15 dias do início do tratamento, fazendo uso correto da medicação, o paciente deixa de transmitir o bacilo. Por isso, é importante cumprir as orientações da equipe de saúde para completar todo o tratamento, evitando aglomerações, especialmente em ambientes fechados, mal ventilados e sem iluminação solar, medidas essenciais para evitar o contágio.



Sintomas/Tratamento

É importante que, ao perceber alguns sintomas e suspeitar estar com tuberculose, a pessoa deve procurar por uma unidade básica de saúde, podendo ser diagnosticada e tratada na própria unidade.



Fonte: <https://hospitalsantaclara.com.br/wp-content/uploads/2019/04/info-sintomas-da-tuberculose.jpg>

Prevenção/Vacinação

Considerando-se que a vacinação é fundamental para evitar o adoecimento do ser humano, uma pessoa que se encontra em tratamento contra a tuberculose pode tomar qualquer outro tipo de vacina, salvo os casos em que houver outras comorbidades associadas, como nos casos de imunossupressão onde as vacinas com vírus atenuados são contraindicadas. Sendo, nesses casos, realizadas após avaliação médica.

A vacina BCG é a vacina indicada para a tuberculose, pois protege o organismo contra o desenvolvimento de formas graves de tuberculose na infância, além de dar a imunidade. Apesar de não oferecer eficácia de 100% na prevenção da tuberculose pulmonar, que é a mais comum da doença, sua aplicação em massa permite a prevenção de formas graves da doença, como a meningite tuberculosa e a tuberculose miliar (forma disseminada).

Alerta

#FIQUE
ATENTO

TOSSE POR TRÊS SEMANAS
OU MAIS É SINAL DE ALERTA

Tuberculose tem
cura e o tratamento
é garantido pelo
SUS! Procure uma
Unidade Básica de
Saúde e informe-se!





CONVERSANDO SOBRE A COVID-19

Conceito/Transmissão

A COVID-19 é a doença causada por um novo coronavírus, denominado SARS-CoV-2.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) tomou conhecimento deste novo vírus em 31 de dezembro de 2019, após receber a notificação de um grupo de casos de “pneumonia viral” em Wuhan, na República Popular da China.

A transmissão se dá pelo contato com secreções contaminadas provenientes de espirro, tosse, gotículas de saliva, catarro, contato próximo com a pessoa infectada (como toque ou aperto de mão), contato com objetos ou superfícies contaminadas seguido de contato com boca, nariz ou olhos.

Sintomas/Tratamento

Atualmente, o tratamento recomendado para casos leves de Covid-19 é muito parecido com o feito em outras infecções respiratórias causadas por vírus, como a gripe. O médico pode prescrever remédios para alívio dos sintomas, como analgésicos para as dores e antitérmicos para controlar a febre.

Em relação aos sintomas, é possível observar sinais mais agressivos de febre alta, prostração e dor no corpo logo no início dos casos de gripe. A Covid-19, por outro lado, costuma ser menos agressiva no início, mas os sintomas tendem a ser mais prolongados.

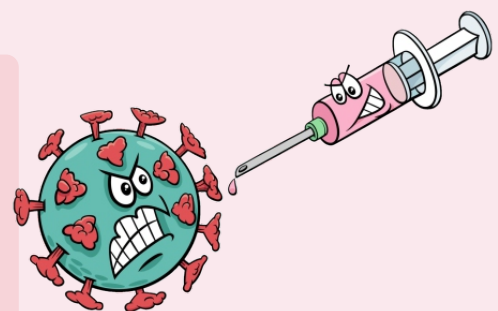
* Sintomas da Covid-19: Febre (temperatura axilar maior que 37.8°C ou sensação febril, Calafrios, Tosse, Dor de garganta, Dor de cabeça, Congestão nasal (coriza), Problemas no olfato ou no paladar

Prevenção/Vacinação

O esquema vacinal indicado para a Covid-19 dependerá da situação vacinal do indivíduo, faixa etária e se faz parte de algum grupo prioritário ou não.

Para crianças entre 6 meses a menores de 5 anos, a indicação é de três doses com intervalo de 4 e 8 semanas entre elas.

Para adultos, será necessária a avaliação dos critérios citados acima, devendo buscar por uma Unidade Básica de Saúde para avaliação.



Fonte: <https://pbs.twimg.com/media/FJqBNUBWYAIDFMP.png>





CONVERSANDO SOBRE A GRIPE H1N1/GRIPE COMUM E RESFRIADO

Conceito/Transmissão

O Resfriado é causado na maioria das vezes por rinovírus. Seus primeiros sinais costumam ser coceira no nariz ou irritação na garganta, os quais são seguidos, após algumas horas, por espirros e secreções nasais. A congestão nasal também é comum nos resfriados, porém, ao contrário da gripe, a maioria dos adultos e crianças não apresenta febre ou apenas febre baixa.

A Gripe é causada pelo vírus Influenza. Seus sintomas geralmente aparecem de forma repentina, com febre, vermelhidão no rosto, dores no corpo e cansaço. Entre o segundo e o quarto dias, os sintomas do corpo tendem a diminuir enquanto os sintomas respiratórios aumentam, aparecendo com frequência uma tosse seca. Como no resfriado, a presença de secreções nasais e espirros é comum na gripe.

Influenza é o nome dado ao conjunto de infecções respiratórias causadas pelos vírus da Influenza dos tipos A, B e C. Destes, podemos destacar os tipos A e B, já que o tipo C causa apenas infecções brandas.

De modo geral, essas subdivisões ocorrem por conta do vírus da gripe apresentar um potencial de mutação excepcional. A Influenza B não possui divisões, já a do tipo A se divide de acordo com a combinação de proteínas do tipo hemaglutinina (H) e neuraminidase (N) na superfície do vírus.

Essa combinação é responsável por promover a infecção do sistema respiratório, causando então as variantes da Influenza A, H1N1 e H3N2, que possuem maior potencial de se tornarem epidemias, e podem causar sintomas de maior intensidade em alguns casos.

A **gripe H1N1** é uma variante da Influenza tipo A.

Fontes: <https://bvsm.sau.gov.br/gripe-e-resfriado/>

<https://www.benegrip.com.br/saude/sintomas-gripe/qual-diferenca-entre-h1n1-influenza>

Sintomas/Tratamento

Como forma de tratamento o repouso é indicado, evitando sobrecarregar o organismo, para que ele se recupere mais facilmente.

Cobrir o nariz e a boca ao tossir e espirrar, não compartilhar objetos, lavar as mãos com frequência e o uso do álcool em gel 70%, são medidas eficazes.

Procurar a Unidade Básica de Saúde mais próxima da sua casa ou qualquer Unidade de Pronto Atendimento (UPA) para atendimento médico.

VOCÊ SABE A DIFERENÇA ENTRE RESFRIADO, GRIPE COMUM E GRIPE H1N1?

SINTOMAS	RESFRIADO	GRIPE COMUM	GRIPE H1N1
Febre	Baixa ou ausente	Não chega a 39°	Mais de 39° com início súbito
Dor de cabeça	Leve ou ausente	Moderada	Intensa
Calafrios	Raros	Esporádicos	Frequentes
Cansaço	Leve	Moderado	Extremo
Dor de Garganta	Moderada	Intensa	Leve
Tosse	Leve a moderada	Moderada	Contínua e Seca
Catarro	Moderado	Forte e com congestão nasal	Pouco comum
Dores Musculares	Leve	Moderada	Intensa
Ardência nos Olhos	Leve	Leve	Intensa

SUS  MINISTÉRIO DA SAÚDE

Fonte: <https://draellempneumoped.com.br/2019/10/diferencas-entre-gripe-comum-resfriado-e-gripe-h1n1/>





Prevenção/Vacinação

A vacina é a melhor maneira de se evitar a gripe e suas complicações. Todos os anos é necessário receber uma nova dose, já que sua composição é alterada de acordo com o tipo de vírus mais provável de se disseminar.

A vacina previne aproximadamente 70-90% dos casos de gripe, mas não protege contra outras infecções respiratórias como o resfriado. O efeito preventivo da vacina é observado cerca de duas semanas após sua administração, por isso a aplicação da vacina deve ser feita antes do inverno, época em que ocorrem os maiores índices de infecção. Como o vírus utilizado na vacina foi inativado em laboratório, não é possível que a vacinação provoque gripe.

As reações adversas que podem ocorrer costumam ser leves, como: dor no local da injeção, febre e mal-estar, que duram um ou dois dias. Há evidências de que quem recebe a vacina todos os anos desenvolve maior resistência à doença, por isso todas as pessoas que tiveram acesso à vacina devem recebê-la anualmente. Para o resfriado ainda não há vacina disponível.

Alerta

Devido a essa mudança dos vírus, é necessária a vacinação anual contra a gripe. Por isso, todo ano, o Ministério da Saúde realiza a Campanha Nacional de Vacinação contra a gripe. Este imunobiológico protege contra os três subtipos do vírus da gripe que mais circularam no último ano no Hemisfério Sul.



Sugestões de atividades pedagógicas

Vídeos

<https://www.youtube.com/watch?v=g0vZaxQu3kM>

<https://www.youtube.com/watch?v=eOAJU5W6Xwo>

<https://www.youtube.com/watch?v=MaC6HeymEl0>

<https://www.youtube.com/watch?v=n8DfFSb22YA>

<https://www.youtube.com/watch?v=OnCmVOrRNsl>

<https://www.facebook.com/socriancas/videos/turma-da-monica-contr-o-corona-v%C3%ADrus/672637393540244/>

<https://diamantina.mg.gov.br/video-educativo-e-ilustrativo-sobre-a-importancia-da-prevencao-do-novo-coronavirus/>

https://www.youtube.com/watch?v=hl_7RP_mFFY





Jogos

<http://clubedotabuleirocampinas.blogspot.com/2021/01/pesquisa-de-vacinas-versao-caseira.html>
https://www.researchgate.net/figure/Figura-2-O-jogo-A-Trilha-da-Vacina_fig4_364400773

caminho do Mosquito

1. Tirou água parada do pneu e recolheu-o para um lugar coberto. Parabéns! Avance duas casas.

2. Colocou areia no pratinho do vaso de planta! Muito bem! Avance 3 casas.

3.

4. Deixou garrafas destampadas no quintal! Isso é mau! Volte ao início.

5.

6. Esqueceu de usar repelente. Fique uma vez sem jogar.

7.

8.

9.

10. Deixou a caixa d'água aberta. O mosquito gosta muito disso. Volte 2 casas.

11.

12. Deixou o mosquito escapar. Volte 1 casa para procurá-lo.

13.

14. Você deixou seu lixo bem tampado. É assim que se faz! Jogue mais uma vez.

15.

16. Lavou bem as vasilhas dos seus animais! Isso é bom! Avance 1 casa.

17.

18.

19. Você está com os sintomas da dengue. Precisa de repouso. Fique uma vez sem jogar.

20.

21. Não deixou água acumulada no quintal! Muito bem! Avance 2 casas!

22.

23. Você limpou seu quintal, mas seu vizinho não. Isso é grave!! Para evitar que as doenças se espalhem, todos devem colaborar não deixando a água acumular. Volte 1 casa.

24.

25. Você sabe combater o mosquito! Parabéns!!!! Compartilhe o que sabe com os seus vizinhos(as). Precisamos da ajuda de todos contra o mosquito!

