



## **Doenças do inverno e pandemia: gripe, resfriado ou covid-19?**

*Receber a imunização contra gripe reduz as dúvidas quanto aos sintomas durante a estação fria*

Nesta época do ano, os sintomas respiratórios ficam mais frequentes e é importante saber o que está acontecendo no nosso corpo: é resfriado, gripe, rinite? Ou será covid-19? Congestão nasal, tosse, irritação na garganta, mal-estar, dores no corpo e na cabeça, falta de ar, fraqueza muscular, cansaço. Os sinais são muito parecidos e é comum haver dúvidas quanto ao tratamento. Identificar corretamente o problema faz toda a diferença na conduta com o paciente e no combate à pandemia.

Em primeiro lugar, é importante esclarecer que gripe, resfriados e covid-19 são todas doenças causadas por vírus. O resfriado comum pode ser causado por mais de 200 tipos de vírus e acomete mais a garganta e o nariz, com sintomas de inflamação e coriza (nariz escorrendo), mas raramente provoca febre ou dores musculares. Já a gripe é causada pelo vírus Influenza, que costuma mudar a cada ano, para o qual existe vacina. Neste caso, os sintomas costumam ser bem mais fortes que os do resfriado, pois além do acometimento da garganta e do nariz, pode haver mal-estar, febre e dores no corpo.

“As pessoas vacinadas contra a gripe podem ter os sintomas da doença, mas eles costumam ser menos intensos. A boa notícia é que resfriado ou gripe costumam ser limitados e o ciclo da doença raramente ultrapassa dez dias”, explica o diretor técnico do Laboratório Lustosa, Adriano Basques.

Mas os sinais da gripe e do resfriado são muito similares também aos da covid-19. “Ao perceber os sintomas, a pessoa deve se isolar imediatamente e realizar o teste molecular, conhecido como PCR, para detecção do vírus SARS-CoV-2, causador da covid-19. Durante o enfrentamento da pandemia, a primeira ação é identificar e controlar a disseminação do vírus”, destaca Adriano.

Segundo o especialista, a gripe costuma ser mais aguda, surgindo de um dia para o outro e com sintomas bem fortes. Já o resfriado possui uma evolução mais lenta e a covid-19 não possui um padrão definido de sinais e sintomas, apesar da maioria dos casos ter evolução mais gradual, se agravando em torno do 8º dia após o início dos sintomas.

Além disso, a perda do olfato e do paladar é mais comum nas pessoas com covid-19, o que pode facilitar na diferenciação das doenças.

De acordo com Adriano, existem hoje exames laboratoriais para resfriado e gripe, mas seu uso costuma ser limitado a atendimentos de situações mais graves, especialmente em prontos socorros de hospitais e em pediatria.

“Para combater a disseminação dos vírus e evitar a contaminação de outras pessoas, é importante o isolamento domiciliar, usar máscara e higienizar as mãos. Evite expor outras pessoas, dando preferência a teleconsultas para a primeira avaliação médica. Infelizmente a imunização contra a covid-19 não está disponível para todos os grupos, mas uma ferramenta importante é a imunização contra a gripe, que já está disponível nas redes públicas para grupos específicos e na rede privada para todas as pessoas”, orienta o diretor.

**Vacina da gripe** - Segundo a Responsável Técnica de Vacinas do Laboratório Lustosa, Marta Moura, a vacina contra a gripe contém uma composição que varia de acordo com os vírus mais frequentes no ano em que são aplicadas. Essa atualização é importante devido às mutações virais e ao aparecimento de novas cepas, que são variações e recombinações genéticas de uma mesma estrutura viral. Esse é, inclusive, o motivo pelo qual ela precisa ser aplicada anualmente. “A vacina tem proteção anual, devido às alterações das cepas que mudam de um ano para o outro, sendo que a composição da vacina é recomendada pela Organização Mundial da Saúde (OMS), com base nas informações recebidas de todo o mundo sobre a prevalência das cepas circulantes”, destaca.