

# Orientações final de ano!

O ano de 2021 está chegando ao fim e gostaríamos de compartilhar algumas recomendações no intuito de manter a segurança de todos e também os indicadores da pandemia em baixa como vem sendo observado.

## Alertas

No último dia 16, a Diretoria de Vigilância Epidemiológica do estado (Dive) de Santa Catarina confirmou que foram registrados sete casos de Influenza A H3N2, entre final de novembro e início de dezembro. ([Fonte](#))

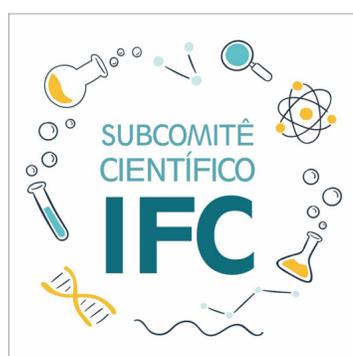
A vacina oferecida no Sistema Único de Saúde (SUS) prevê cepas dos subtipos A(H1N1), A(H3N2) e B, ajustadas para serem as mais próximas possíveis dos vírus circulantes na população. Entretanto, mesmo entre os subtipos virais existe uma ampla variabilidade genética, como é o caso da vacina de 2021 que incluiu a cepa Hong Kong da H3N2, enquanto que a cepa circulante responsável pelo surto atual de influenza é a cepa H3N2/Darwin. Por isso, é importante a vacinação a cada nova campanha, para sempre se estar imunizado com o vírus mais próximo possível daqueles circulantes no país. ([Fonte](#))

## Influenza e Covid: sintomas

Os sintomas da Influenza e da Covid são clinicamente indistinguíveis. Portanto, caso você apresente um dos sintomas relacionados abaixo, procure o serviço de saúde mais próximo. A gripe, como é chamada a infecção pelo vírus Influenza, apresenta sintomas agudos logo nos primeiros dias da doença. Já nos casos de Covid-19, a doença tende a evoluir a partir do 7º dia, podendo ou não levar a um quadro de insuficiência respiratória. ([Fonte](#))

## Influenza

- Febre alta;
- Calafrios;
- Dores musculares;
- Tosse;
- Dor de garganta;
- Intenso mal-estar;
- Perda de apetite;
- Coriza;
- Congestão nasal (nariz entupido);
- Irritação nos olhos;



## Covid

### Ômicron

- Dor de garganta;
- Dor no corpo, principalmente na região da lombar;
- Congestão nasal (nariz entupido);
- Problemas estomacais e diarreia.

### Delta e Gama

- Perda de olfato e paladar;
- Dor no corpo;
- Dor de cabeça;
- Fadiga muscular;
- Febre;
- Tosse.

## Cuidados

Pessoas que apresentem sintomas de gripe devem evitar sair de casa em período de transmissão da doença (podendo ser por um período de até 7 dias após o início dos sintomas). Além disso, recomenda-se o afastamento temporário (trabalho, escola, etc.) até 24 horas após cessar a febre sem a utilização de medicamento antitérmico. ([Fonte](#))

Ao mesmo tempo, pesquisadores observam como a nova variante do coronavírus, a ômicron, se comporta. Evidências preliminares sugerem que ela é mais transmissível que as demais cepas.

Sobre as festas de final de ano, o Ministério da Saúde, SUS e Fiocruz lançaram uma **Cartilha** com orientações para diminuir riscos da Covid-19, visto que a pandemia não acabou. Destas orientações, destacamos a importância de estar com o **esquema vacinal completo**, além de receber a **dose de reforço**. Importante manter o uso da **máscara**, **evitar aglomerações** e utilizar **álcool em gel**.