

Este ano, já houve 1,3 mil internações por síndrome respiratória no ABC

Pedro França

Dados fornecidos por cinco das sete cidades do ABC revelam que entre janeiro e maio deste ano, ao menos 1,3 mil pessoas foram internadas por algum tipo de síndrome respiratória, o que tem preocupado especialistas.

Ao RD, o pneumologista, Victor Hugo Martins, colaborador do Grupo de Estudo e Pesquisa Respiratória na Atenção Primária (Geprops) do Centro Universitário Faculdade de Medicina do ABC alerta sobre os cuidados básicos. Diz que as síndromes respiratórias são respostas exageradas do organismo a infecções nas vias aéreas, e entre as causas mais comuns estão infecções virais, como a Influenza (gripe), H1N1, covid-19 e Vírus Sincicial Respiratório que, segundo o médico, é mais frequente em crianças.

Entre os vários tipos de sintomas, os mais comuns são febre, dores de cabeça, dores no corpo e tosse seca. No caso de falta de ar, tanto em crianças quanto em idosos, a orientação do médico é observar se existe um chiado no peito e se ele evolui com o passar dos dias. “Todos os casos que se assemelham a gripe forte apontam estes sintomas, mas no caso de persistência e/ou gripe que evolua para falta de ar ou chiados fortes, a indicação é buscar imediatamente um especialista”, alerta.

Frente fria se aproxima

A previsão do Inmet (Instituto Nacional de Meteorologia) indica que a partir deste sábado (25/05) o clima deve mudar na região e a temperatura deve cair para mínima de 15°C e máxima de 19°C em todo ABC. Com a chegada da frente fria, os vírus respiratórios se tornam ainda mais comuns e circulam com maior facilidade, o que contribui para o aumento de casos. “O surgimento de novos vírus respiratórios, como o H1N1 e, mais recentemente, a covid-19, também tem contribuído para aumento no número de casos, até que uma vacina eficaz seja desenvolvida para proteger a população”, afirma.

Casos

No ABC, São Caetano dispara com o maior número de casos de síndrome respiratória: foram 514 casos de internações, seguido por Diadema (398), São Bernardo (349) e Santo André (34). Rio Grande da Serra não registrou nenhum caso de internação por síndrome respiratória em 2023, nem em 2024.



Em comparação com 2023, os números foram significativamente mais altos. São Caetano reportou 639 casos, Diadema 548, São Bernardo 501, e Santo André 35. Ribeirão Pires e Mauá não forneceram os dados até o fechamento da matéria.



Cuidados

O pneumologista alerta sobre os principais cuidados para evitar síndromes respiratórias. “Evitar aglomerações e locais fechados com pouca circulação de ar, além de utilizar máscaras em caso de sintomas”, aconselha. Ele também desmistifica uma crença comum sobre baixa imunidade, explicando que o fator responsável não é o frio, mas sim a baixa umidade do ar. “O que ‘diminui’ a imunidade não é o frio, mas a baixa umidade do ar, que resseca as vias aéreas, tornando-as mais suscetíveis a vírus e bactérias. Utilizar um umidificador por 2 ou 3 horas antes de dormir pode ajudar no controle durante os dias mais secos”, afirma.

Outro fator crucial para evitar as síndromes respiratórias é manter uma boa alimentação, ter boas noites de sono e praticar esportes. “Uma alimentação balanceada, sono regular e atividade física são pilares básicos para garantir uma boa imunidade. Além disso, a vacinação é essencial para evitar casos graves de infecções. Recomenda-se a vacinação anual contra gripe e covid-19”, destaca o médico.

No caso das crianças, é importante seguir o calendário vacinal, incluindo vacinas contra pneumonia e, mais recentemente, a vacina contra o VSR, disponível apenas na rede privada. Para os idosos e pacientes com doenças respiratórias, como asma e DPOC, também é indicada a vacina contra pneumonia. Em caso de sintomas de gripe ou resfriado, é recomendado o uso de máscaras para evitar a transmissão.

<https://www.reporterdiario.com.br/noticia/3440076/este-ano-ja-houve-13-mil-internacoes-por-sindrome-respiratoria-no-abc/>

Veículo: Online -> Site -> Site Repórter Diário

Seção: Saúde