

Outono favorece mais casos de doenças respiratórias, alerta pneumologista

Henrique Araújo

O outono chegou com mudança climática que favorece o aumento de casos de vírus respiratórios em diversas regiões. Segundo Victor Hugo Martins, pneumologista e colaborador do Gepraps-FMABC (Faculdade de Medicina ABC), vários fatores contribuem para o cenário. Mudanças na temperatura e umidade, que tornam o sistema imunológico mais vulnerável, aumento da aglomeração de pessoas e maior estabilidade dos vírus no ar frio e seco são algumas das causas.

Martins detalha que, durante o outono, os vírus respiratórios, como o da gripe, o coronavírus e o VSR (vírus sincicial respiratório), se tornam mais ativos devido à maior estabilidade no ar frio e seco. A diminuição da temperatura e o aumento da umidade favorecem a sobrevivência desses vírus no ambiente, tornando-os mais capazes de se espalhar.

“O sistema imunológico das pessoas também tende a ficar mais vulnerável, uma vez que as defesas do corpo diminuem com a variação climática, deixam o organismo mais suscetível a infecções respiratórias”, alerta.

Os sintomas mais comuns de quem contrai vírus respiratórios, segundo o médico, incluem tosse, coriza, dor de garganta, febre, mal-estar geral e, em casos mais graves, dificuldade para respirar. O especialista alerta para sintomas mais graves, como falta de ar, e indicam complicações mais sérias, como a SRAG (síndrome respiratória aguda grave). Além disso, enfatiza que é importante procurar orientação médica caso os sintomas se agravem, principalmente em pessoas com comorbidades, como idosos, crianças e pacientes com doenças crônicas respiratórias.

“Manter práticas de higiene rigorosas é fundamental. Lavar as mãos frequentemente, usar máscara, manter os ambientes bem ventilados e evitar aglomerações são medidas eficazes para prevenir o contágio”, diz o pneumologista, que reforça a importância de ações simples que reduzem o risco de infecção, como evitar tocar o rosto e praticar distanciamento social quando possível.

Embora as dicas mais populares de alimentação e suplementos possam ser úteis, as atitudes mais eficazes são aquelas relacionadas ao bem-estar físico e mental. O médico reforça que dormir bem, praticar exercícios regulares e reduzir o estresse são atitudes essenciais que auxiliam o corpo a se proteger contra infecções.

Exceto São Caetano, cidades do ABC apresentam queda de casos

Entre 2023 e 2024, a São Caetano registra aumento de aproximadamente 27,7% nos diagnósticos de doenças respiratórias. Em 2023, foram diagnosticados 2.192 casos de vírus respiratórios, representam 28,55% dos atendimentos por queixas respiratórias. Em 2024, o número salta para 2.799 casos, ou 29,82% do total de atendimentos. No entanto, entre março de 2024 e março de 2025, a cidade teve queda no número de casos, com 60 diagnósticos de vírus respiratórios (17,14% dos atendimentos), uma redução significativa em relação ao mesmo período de 2024 (94 casos ou 18,8%).

Em Diadema, o panorama é um pouco diferente. Em 2023, no período de março a junho, foram 2.324 casos leves a moderados de covid-19 e 176 casos graves com hospitalizações por SRAG. Já em 2024, o número de casos leves e moderados cai para 276, enquanto os casos graves subiram para 135. No entanto, em 2025 a cidade registrou 77 casos leves a moderados e 12 casos graves. A Prefeitura, preocupada com a disseminação do vírus, inicia campanha de vacinação contra a influenza e intensificou a vacinação contra covid-19, medidas que visam proteger a população de novos surtos respiratórios.

A redução no número de casos de vírus respiratórios é bastante evidente. Em 2023, de março a junho, foram diagnosticados 1.604 casos de vírus respiratórios em Mauá, número bem superior aos 290 casos registrados em 2024 no mesmo período. A cidade também teve 6 casos registrados de vírus respiratórios entre 20 de março e 26 de março de 2025. Para lidar com a situação, o município segue orientações dos protocolos de saúde, com foco em medidas preventivas, como a higienização das mãos e a orientação para que pacientes com sintomas gripais procurem atendimento médico o mais rápido possível.

São Bernardo apresenta uma situação mais estável, sem aumento expressivo de casos de vírus respiratórios. Entre março e junho de 2023, o município registra 173 casos, e em 2024, esse número subiu para 295. A Prefeitura orienta a população sobre o uso de máscara e a constante higienização das mãos para prevenir o aumento de casos de covid-19 e influenza.

A Prefeitura de Rio Grande da Serra diz que não possui os dados contabilizados dos períodos. Santo André e Ribeirão Pires não responderam até o fechamento da

reportagem.

<https://www.reporterdiario.com.br/noticia/3607016/outono-favorece-mais-casos-de-doencas-respiratorias-alerta-pneumologista/>

Veículo: Online -> Site -> Site Repórter Diário

Seção: Cidades