

Pandemias de gripe



Uma vez que este tema tem sido largamente discutido nos últimos anos e, se ocorrer, terá influência não só na forma de trabalhar da organização mas também nas nossas vidas pessoais, o Cibernews deste mês é dedicado ao tema das **Pandemias de Gripe**, com uma breve descrição do tema e apresentação de mecanismos de defesa que estão ao alcance de todos para ajudar a minorar os efeitos, caso sejamos um dia afectados por este problema.

Qual a diferença entre Pandemia e Epidemia?

Uma **Epidemia** existe quando uma doença infecciosa e transmissível ocorre numa comunidade ou região e tem o potencial para disseminar-se rapidamente entre as pessoas de outras regiões, originando o chamado **surto epidémico**. Já no caso da **Pandemia**, referimo-nos a uma epidemia que atinge grandes proporções, podendo se espalhar por um ou mais continentes ou por todo o mundo.

O que são pandemias de gripe?

Uma doença ou condição não é qualificável como uma pandemia apenas porque se difunde facilmente ou causa um grande número de vítimas. Deve também ter carácter infeccioso. Por exemplo, o cancro é responsável por um número grande de mortes, mas não é considerado uma pandemia porque a doença não é infecciosa.

Nos seres humanos, a gripe manifesta-se, habitualmente, por epidemias anuais – falamos da gripe sazonal – de magnitude e gravidade variáveis.

Muito raramente (três vezes no século XX), a gripe manifesta-se como uma pandemia, quando um novo subtipo de vírus da gripe do tipo A se transmite de forma eficaz e sustentada entre pessoas. Resultante da susceptibilidade generalizada da população ao novo vírus, a gripe ocorre, em simultâneo, em extensas regiões do globo, afecta uma elevada proporção da população e causa excesso de mortalidade e disfunção social. O exemplo mais conhecido é a pandemia da 'gripe espanhola' de 1918, que se estima que tenha causado a morte a 30 a 50 milhões de pessoas em todo o mundo.

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), uma pandemia de gripe ocorre quando aparece uma nova estirpe do vírus **influenza A** contra a qual a população humana não tem imunidade. Em todo o mundo, ocorrem surtos sucessivos que podem dar origem a números elevados de casos de doença e eventualmente mortes, causando uma perturbação generalizada da estrutura social. A OMS recomenda que os países e as empresas se preparem para uma possível pandemia de gripe, pois, apesar de não se poder prever quando vai ser o seu início, existe actualmente esse risco.

Numa situação de pandemia de gripe, as empresas têm um papel fulcral a desempenhar na protecção da saúde e segurança dos seus empregados, colaboradores e clientes, assim como na limitação do impacto negativo sobre a economia e a sociedade. Deste modo, as empresas deverão ter Planos de Contingência que contemplem a redução dos riscos para a saúde dos trabalhadores e a continuidade das actividades essenciais, de forma a minimizar o impacto de qualquer disrupção e a assegurar o funcionamento da sociedade.

Preparação mundial e nacional para o cenário de pandemia

A OMS utiliza um sistema com seis fases de alerta como meio de informação relativo à seriedade da ameaça e da necessidade de iniciar acções de resposta mais intensas. O estado de alerta pode ser encontrado em http://www.who.int/csr/disease/avian_influenza/phase/en/index.html.

Em Portugal, a Direcção Geral de Saúde adaptou o sistema da OMS para a realidade portuguesa, como apresentado no seguinte quadro:

Período	Fases	Objectivos fundamentais de saúde pública
Interpandémico	Fase 1 Não estão identificados novos subtipos do vírus da gripe em humanos. Um subtipo de vírus da gripe que já causou infecção em humanos pode estar em circulação entre animais, mas o risco de infecção ou doença humana é baixo.	Reforçar os planos de contingência para a gripe pandémica e a sua implementação, a nível global, regional, nacional e subnacional.
	Fase 2 Não estão identificados novos subtipos do vírus da gripe em humanos. No entanto, existe um subtipo do vírus da gripe em circulação em animais que apresenta um elevado risco de infecção humana.	Controlar as epizootias. Minimizar o risco de transmissão aos seres humanos através da rápida detecção e declaração de situações de potencial transmissão.
	Fase 3 – Fase Actual Existe infecção humana com um novo subtipo do vírus, mas não foi detectada transmissão pessoa a pessoa ou, no máximo, houve situações raras de transmissão para contactos próximos.	Assegurar a rápida caracterização do novo subtipo do vírus. Minimizar a transmissão. Detectar atempadamente casos esporádicos. Declarar e responder a casos adicionais.
Alerta pandémico	Fase 4 Existem um ou mais pequenos clusters/surtos com transmissão pessoa a pessoa limitada. No entanto, a disseminação do vírus é completamente localizada, indicando que o vírus ainda não está bem adaptado ao hospedeiro humano.	Conter o novo vírus em focos limitados ou retardar a sua disseminação de forma a evitar, se possível, a pandemia e a ganhar tempo para a implementação de medidas de preparação e prevenção, incluindo o desenvolvimento de vacinas.
	Fase 5 Existem clusters/surtos de maiores dimensões, mas a transmissão pessoa-a-pessoa ainda é localizada, indicando que o vírus está a adaptar-se gradualmente ao hospedeiro humano, contudo ainda não atingiu um nível de transmissão considerado eficaz (substancial risco pandémico).	Reforçar as acções de contenção ou retardamento da disseminação do vírus, de forma a evitar, se possível, a pandemia e a ganhar tempo para a implementação de medidas de resposta.
Pandémico	Fase 6 A pandemia está instalada: existe um risco aumentado e mantido de transmissão na população em geral.	Minimizar o impacte da pandemia.

Presentemente, e como se pode verificar pelo quadro anterior, encontramos-nos na fase 3: existe um novo subtipo de gripe que está a afectar seres humanos, mas ainda não se propaga de forma eficaz e sustentada entre a espécie humana.

A preparação no Banco Credibom

Tendo em conta que o planeamento para um evento pandémico é realizado utilizando a [Metodologia de Continuidade de Negócio do Banco Credibom \(O.S. 30/CE/2008\)](#), a estratégia de

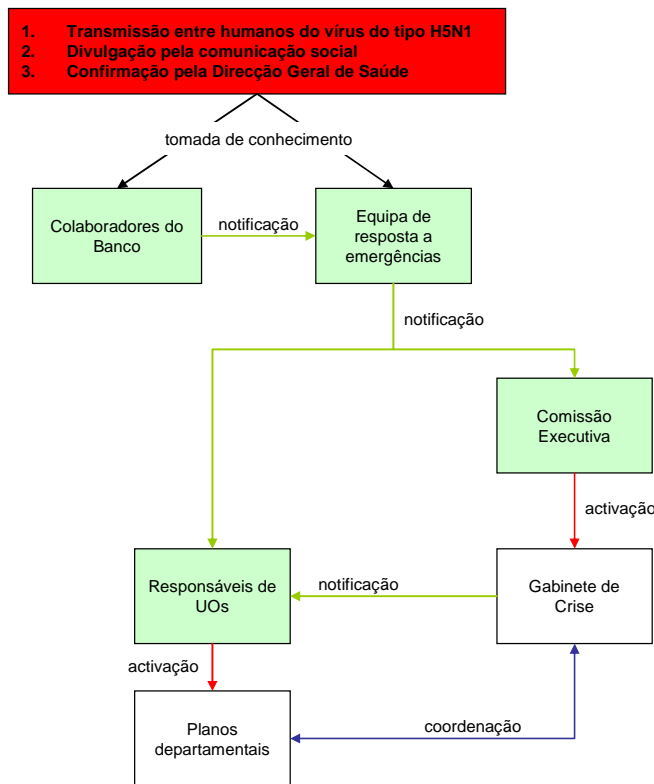
preparação de uma resposta está baseada nos seguintes elementos chave:

- Identificação de serviços e objectivos chave da organização;
- Identificação de pessoal e competências a assegurar em caso de pandemia;
- Identificação de uma cadeia de comando clara para a tomada de decisões;
- Entendimento das consequências para a instituição, colaboradores, clientes e fornecedores e para a sociedade em geral;
- Estabelecimento de um plano de comunicação abrangente que contemple as funções internas e os parceiros;
- Implementação de um plano de acção apropriado;
- Educação, formação e treino;
- Processos e acções de resposta e recuperação.

É através dos Planos de Continuidade Operacional de cada Unidade Orgânica que o Banco identifica não só os serviços e actividades a manter, como também os colaboradores e as competências necessárias em caso de interrupção.

O ciclo de resposta Credibom em caso de pandemia

Na eventualidade de ocorrência de uma pandemia, o Credibom tem preparado o seguinte fluxo de resposta a este tipo de incidente.



Assim, é imprescindível que todos os colaboradores cooperem na elaboração e actualização dos planos de modo a que a Instituição possa estar preparada a todos os níveis para conseguir manter a sua actividade sem impactos de maior para os seus colaboradores, clientes e parceiros.

De seguida, o Cibernews indica algumas sugestões – **também aplicáveis às gripes sazonais**.

Boas práticas para evitar a propagação

Conheça-as, use-as e divulgue-as, não só no local de trabalho, mas também na sua vida pessoal. O compromisso individual é também uma componente importante sendo que é também necessário que os colaboradores do Banco se preparem na sua vida diária com as seguintes medidas:

1. Reduza o contacto com outras pessoas (P.ex: beijos e apertos de mão);
2. Quando tossir ou espirrar não use as mãos. Cubra a boca e nariz com um lenço ou com o antebraço;
3. Utilize lenços de utilização única;
4. Lave as mãos várias vezes ao dia;
5. Evite tocar os olhos, nariz ou boca com as mãos;
6. Informe-se junto dos seus médicos;
7. Mantenha-se informado através da informação veiculada pelas autoridades de saúde competentes;
8. Siga as recomendações de saúde pública.

Se estiver com gripe, o que fazer?

1. Descanse;
2. Beba muitos líquidos (água e sumos, de preferência sem açúcar);
3. Não se agasalhe demasiado;
4. Tome medicamentos para a febre e dores (paracetamol, mesmo para crianças e grávidas; os adultos podem também tomar aspirina). Não dê aspirina a crianças, sem ser por recomendação médica;
5. Não tome antibióticos, porque não actuam nas doenças virais, não melhoram os sintomas nem aceleram a cura;
6. Se viver sozinho deve pedir a alguém que lhe telefone regularmente para saber como está.

Algumas ligações de interesse na Internet

Sítio da Organização Mundial de Saúde: <http://www.who.com>

Sítio da Direcção Geral de Saúde: <http://www.dgs.pt>

Ajude a manter a saúde da Instituição, começando pela sua. A segurança no local de trabalho é um direito e uma responsabilidade de todos.

Uma publicação do Gabinete de Controlo Permanente do



Comentários e sugestões podem ser enviados para cibernews@credibom.pt
