

Actualizado em 14-01-2010*

Doença pelo novo vírus da gripe pandémica (H1N1) 2009

Grávidas e Puérperas

Destaques

- A análise dos casos ocorridos, a nível global, confirma que as grávidas e puérperas (até aos 15 dias após o parto e nas situações de interrupção da gravidez em qualquer idade gestacional) constituem um grupo de risco acrescido para as complicações da infecção pelo novo vírus da gripe pandémica (H1N1).
- As grávidas e puérperas (até aos 15 dias após o parto e nas situações de interrupção da gravidez em qualquer idade gestacional) devem iniciar precocemente o tratamento ou a quimioprofilaxia com antivirais.
- Os procedimentos a adoptar pelos serviços de saúde no encaminhamento de grávidas e puérperas (até aos 15 dias após o parto e nas situações de interrupção da gravidez em qualquer idade gestacional) com suspeita de síndrome gripal constam da Orientação Técnica **Gripe OT-2**.
- Os esquemas de quimioprofilaxia e tratamento são iguais aos recomendados para a restante população (ver ponto 2 e 3 da Orientação Técnica **Gripe OT-7**).
- Os antivirais oseltamivir e zanamivir são fármacos de categoria C na gravidez.

1. Gravidez e infecção pelo novo vírus da gripe pandémica (H1N1) 2009

As grávidas com infecção pelo novo vírus da gripe pandémica (H1N1) 2009 apresentam sintomatologia semelhante à verificada no resto da população, com uma evolução, na maioria dos casos, sem complicações.

Porém, os sintomas podem agravar-se e progredir para doença grave, com dificuldade respiratória e/ou pneumonia bacteriana secundária.

2. Amamentação e infecção pelo novo vírus da gripe pandémica (H1N1) 2009

Desconhece-se se o vírus é excretado no leite humano. A mãe pode contagiar o filho pelo contacto próximo, razão por que se aconselham as medidas passíveis de diminuir esse risco (Anexo 1 - ponto 2.).

Não é necessário suspender a amamentação durante a quimioprofilaxia ou tratamento com antivirais. Os dados disponíveis revelam que os fármacos apresentam uma baixa concentração no leite.

*Documento sujeito a actualização, apresentando-se as últimas alterações do texto a letra azul.

Actualizado em 14-01-2010*

As mulheres doentes com a infecção pelo vírus da gripe pandémica (H1N1) 2009 podem extrair o leite para recipientes próprios, e solicitar a um membro da família que esteja saudável que o dê ao bebé.

3. Terapêutica na grávida e puérpera

Nas grávidas e puérperas (até aos 15 dias após o parto e nas situações de interrupção da gravidez em qualquer idade gestacional) com síndrome gripal (**Gripe OT-1**) deve ser iniciada terapêutica, mesmo sem confirmação laboratorial".

Os maiores benefícios obtêm-se quando a terapêutica é efectuada nas primeiras 48 horas após o início dos sintomas.

O fármaco de escolha para o tratamento é o oseltamivir, pela sua actividade sistémica e por existirem mais dados sobre a sua segurança em grávidas.

O esquema e a duração da terapêutica são iguais aos aconselhados para a população em geral (**Gripe OT-7**).

4. Decisão terapêutica em grávidas e puérperas vacinadas

A decisão terapêutica nesta situação é igual à que está preconizada para a população em geral e que consta da OT-7.

5. Profilaxia pós-exposição na grávida e puérpera

É recomendada a quimioprofilaxia na grávida, em qualquer altura da gravidez e na puérpera (até aos 15 dias após o parto e nas situações de interrupção da gravidez em qualquer idade gestacional), com história de contacto próximo com um caso de gripe há menos de 72h e não vacinada contra o vírus (H1N1) ou vacinada há menos de 3 semanas (**Gripe OT-7**).

Não existe uma clara recomendação internacional sobre o fármaco ideal a utilizar nesta situação. Podem ser utilizados quer o oseltamivir, quer o zanamivir. As instruções sobre o uso correcto do zanamivir constam do Anexo 3.

O esquema e a duração da quimioprofilaxia são iguais aos aconselhados para a população em geral (**Gripe OT-7**).

6. Antivirais

Os antivirais de eficácia comprovada indicados para a profilaxia e tratamento das infecções pelo novo vírus da gripe pandémica (H1N1) 2009 pertencem ao grupo dos inibidores da neuraminidase: oseltamivir e zanamivir.

Integrando a categoria C, estes fármacos não dispõem de estudos controlados sobre a segurança da sua utilização durante a gravidez, devendo ser usados quando os potenciais benefícios superem os potenciais riscos, como é o caso da gripe causada por vírus da gripe pandémica (H1N1) 2009 (**Gripe OT-7**).

*Documento sujeito a actualização, apresentando-se as últimas alterações do texto a letra azul.

Actualizado em 14-01-2010*

7. Vacinação na grávida

A vacinação representa uma importante medida de protecção da mulher grávida, conferindo além disso protecção ao filho nos primeiros meses de vida.

Está indicada a vacinação da gripe pandémica nas grávidas com mais de 12 semanas de gestação, como consta da CN 19/DSPCD de 23/11/2009.

A vacinação pode ser realizada na mulher a amamentar.

As grávidas e puérperas com diagnóstico prévio de gripe baseada em critérios clínicos, mas sem confirmação laboratorial de infecção de gripe (H1N1), devem ser vacinadas.

Nas grávidas em que houve confirmação laboratorial da infecção não há indicação para realizar a vacina da gripe pandémica.

8. Informação que deve ser fornecida a grávidas e mulheres que amamentam

- É importante informar de forma clara e objectiva as mulheres grávidas ou a amamentar sobre as medidas preventivas e conduta em caso de suspeita de infecção.
- Esta informação deverá ser igualmente disponibilizada em consultas e espaços de apoio à amamentação.
- Em anexo, estão disponíveis documentos informativos que podem ser fornecidos às grávidas e lactantes.

*Documento sujeito a actualização, apresentando-se as últimas alterações do texto a letra azul.

Actualizado em 14-01-2010*

ANEXO 1

O que as mulheres grávidas precisam de saber acerca do novo vírus da gripe pandémica (H1N1) 2009

1- E se eu estiver grávida e contrair esta nova gripe?

Na maioria das grávidas a infecção pelo novo vírus da gripe pandémica (H1N1) 2009 evolui sem complicações.

Porém, as grávidas têm maior probabilidade de ter complicações graves, sendo por isso importante que comecem o tratamento nas primeiras 48 horas após início dos sintomas.

As grávidas fazem o mesmo tratamento que o resto da população.

2- O que posso fazer para me proteger a mim, ao meu bebé e à minha família?

As medidas preventivas são muito importantes.

Siga estes passos para proteger a sua saúde e prevenir a propagação do vírus:

- **Está recomendada a vacinação das grávidas com idade gestacional superior a 12 semanas. A vacinação vai também conferir protecção ao seu filho nos seus primeiros 6 meses de vida;**
- Lave frequentemente as mãos, com água e sabão, durante 40 a 60 segundos; especialmente depois de um espirro ou tosse. Pode também utilizar uma solução anti-séptica de base alcoólica (líquida, em gel ou toalhetes), que deve ser espalhada nas mãos até evaporar/secar, sem adicionar água;
- Lave as mãos antes de tocar nos olhos, nariz e boca;
- Se for indicada a sua utilização, use correctamente as máscaras faciais;
- Evite o contacto com pessoas doentes;
- Cubra o nariz e a boca com um lenço de papel sempre que tossir, espirrar ou alguém o fizer perto de si. Deite o lenço no lixo após a utilização.

*Documento sujeito a actualização, apresentando-se as últimas alterações do texto a letra azul.

Actualizado em 14-01-2010*

3- Quais os sintomas de gripe pandémica (H1N1) 2009?

Os sintomas são semelhantes aos da gripe sazonal:

- Febre
- Tosse
- Dor de garganta
- Dores musculares e das articulações
- Dores de cabeça
- Arrepios e fadiga
- Por vezes diarreia e vómitos

4- O que devo fazer se ficar doente?

- Se teve contacto próximo com alguém infectado com a gripe A, [ligue](#) para a Linha **Saúde 24 (808 24 24 24)**.
- Se sentir sintomas de gripe, mesmo ligeiros, permaneça em casa, limite o contacto com outras pessoas e telefone para a Linha **Saúde 24 (808 24 24 24)**.

5- Como é tratada esta gripe?

- Trate a febre. O paracetamol (até 1gr de 8/8horas) é o tratamento recomendado para a febre durante a gravidez.
- Mantenha a temperatura dentro dos seus valores habituais (é muito importante para o seu bebé).
- Beba água ou outros líquidos em abundância para repor os que perdeu por estar com febre.
- Os medicamentos antivirais só devem ser utilizados por prescrição médica.

Não estão descritas complicações na grávida ou no feto com a utilização destes medicamentos.

*Documento sujeito a actualização, apresentando-se as últimas alterações do texto a letra azul.

Actualizado em 14-01-2010*

ANEXO 2

O que as mulheres que amamentam precisam de saber acerca do novo vírus da gripe pandémica (H1N1) 2009

Considerações:

- Idealmente os bebés deverão receber sobretudo leite materno pelo que todas as mães deverão ser encorajadas a iniciar precocemente a amamentação e a amamentar com frequência os seus filhos.
- As mulheres doentes com a infecção pelo vírus da gripe pandémica (H1N1) 2009 podem extrair o leite, para recipientes próprios, e solicitar a um membro da família que esteja saudável que o dê ao bebé.
- Os recém-nascidos têm um elevado risco de doença grave com este novo vírus da gripe pandémica (H1N1) 2009. Se possível, apenas os adultos saudáveis deverão cuidar dos recém-nascidos, inclusive para os alimentar.

1- O que posso fazer para proteger o meu bebé deste vírus?

- [Está recomendada a vacinação nas mulheres que amamentam.](#)
- Tenha um cuidado extra em lavar frequentemente as mãos, com água e sabão, durante 40 a 60 segundos, ou com uma solução anti-séptica de base alcoólica.
- Mantenha o bebé afastado de pessoas doentes.
- Evite a permuta de brinquedos com outras crianças.
- Lave frequentemente com água e sabão os objectos que o bebé põe na boca.

2- Amamentar protege os bebés desta nova gripe?

- Os bebés não amamentados estão mais vulneráveis à infecção e à hospitalização, por doença respiratória grave.
- Os recém-nascidos não amamentados têm menor capacidade de se defenderem da infecção pois não dispõem dos anticorpos protectores [que lhe são fornecidos pelo leite materno.](#)

*Documento sujeito a actualização, apresentando-se as últimas alterações do texto a letra azul.

Actualizado em 14-01-2010*

3- E se eu estiver doente? Posso amamentar o meu bebé?

Sim. O aleitamento materno deve ser apoiado porque protege os bebés de infecções respiratórias.

- A mãe doente com gripe pandémica (H1N1) 2009 deve ser encorajada a fazer a extracção do seu leite. Durante o período de contágio, o bebé deverá receber o leite que a mãe extraiu, dado por uma pessoa/familiar não doente.
- A mãe doente com gripe pandémica (H1N1) 2009, sem mais ninguém que possa cuidar ou alimentar o seu bebé, deverá reforçar os seguintes cuidados:
 - Não tossir ou espirrar a menos de 1 metro do bebé ou para a sua face;
 - Proteger o nariz e a boca com um lenço quando tossir ou espirrar;
 - Lavar as mãos depois de espirrar ou tossir;
 - Utilizar máscara quando cuida do bebé (substituir se a sentir húmida);
 - Retirar a máscara tocando apenas nos atilhos/elásticos e não na frente (se tocar na parte da frente da máscara deve lavar cuidadosamente as mãos antes de tocar no seu bebé).

4- Poderei continuar a amamentar se estiver a tomar medicamentos para prevenir ou tratar esta gripe?

Sim. O tratamento ou profilaxia com medicação antiviral não constitui contra-indicação para a amamentação.

5- Interrompo a amamentação se suspeitar que tive contacto com o vírus da gripe pandémica (H1N1) 2009?

Não. O leite materno contém anticorpos que ajudam a proteger o bebé de infecções, pelo que deve continuar o aleitamento, mantendo os cuidados anteriormente descritos.

6- E se o meu bebé ficar doente, posso amamentá-lo?

Sim. O melhor que pode fazer pelo seu bebé doente é manter o aleitamento. Ofereça-lhe a mama com maior frequência.

- Os bebés que estão doentes têm maior necessidade de líquidos. O líquido mais adequado ao bebé é o leite materno, que simultaneamente fornece anticorpos que ajudam a combater as infecções.

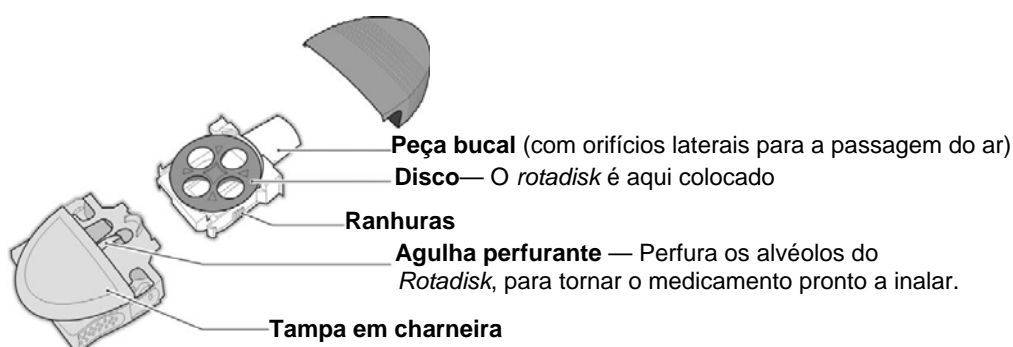
Etapa de Mitigação
Diagnóstico, vigilância e tratamento

Actualizado em 14-01-2010*

ANEXO 3

Instruções de utilização do *diskhaler* de zanamivir (Relenza®)

- O *diskhaler* tem três partes: Suporte deslizante, Corpo e Tampa
- Não o desmonte até ler o guia, passo a passo.



O rotadisk adapta-se ao disco do *diskhaler*. Cada um dos quatro alvéolos do rotadisk contém uma dose de pó para inalação.

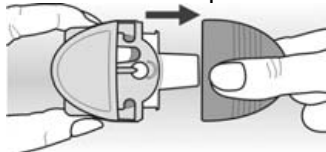
Importante:

- Não perfure nenhum alvéolo do rotadisk antes de o carregar no *diskhaler*.
- O rotadisk poderá manter-se no *diskhaler* entre as doses, no entanto, é importante que os alvéolos sejam perfurados apenas imediatamente antes da inalação.
- Mantenha o *diskhaler* limpo. Limpe a peça bucal após tomar a dose, e coloque a tampa azul entre as utilizações.

Guia passo a passo para utilizar o *diskhaler* de Relenza®

- **Como carregar o rotadisk no *diskhaler***

1. Remova a tampa azul.

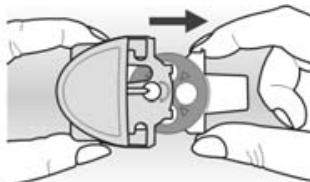


Verifique se a peça bucal está limpa interna e externamente.

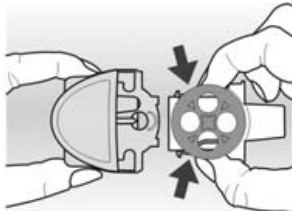
*Documento sujeito a actualização, apresentando-se as últimas alterações do texto a letra azul.

Actualizado em 14-01-2010*

2. Segure o suporte branco deslizante como demonstrado na figura e puxe até que pare.

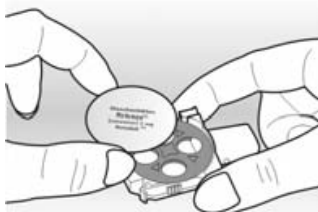


3. Pressione a zona das ranhuras laterais do suporte branco.



Puxe o suporte branco para fora do corpo principal.
O suporte branco deve sair facilmente.

4. Coloque um novo *rotadisk* sobre o disco.



Deve assegurar que a face com texto ficou para cima, com os alvéolos para baixo. Os alvéolos encaixam nos buracos do disco.

5. Deslize o suporte branco para dentro do corpo principal.



Se não necessita de tomar a dose na altura em que carrega o *diskhaler*, volte a colocar a tampa azul.

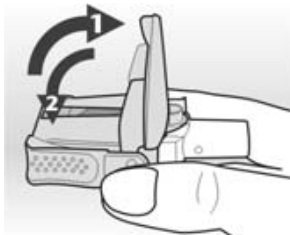
*Documento sujeito a actualização, apresentando-se as últimas alterações do texto a letra azul.

Actualizado em 14-01-2010*

Como ter a dose pronta a inalar:

Não o faça até ao momento em que for inalar a dose.

6. Segure o *diskhaler* na posição horizontal. Mantenha o *diskhaler* na posição horizontal. Levante a extremidade da tampa tanto quanto possível.



A tampa tem de ficar completamente na vertical, para assegurar que o alvéolo é completamente perfurado. Feche novamente a tampa. O *diskhaler* está pronto a usar. Mantenha-o na posição horizontal até ter inalado a dose.

Como inalar a dose de Relenza®:

7. Não coloque ainda o *diskhaler* na boca. Expire profundamente tanto quanto lhe for confortavelmente possível, mantendo o *diskhaler* afastado da boca. Não expire para dentro do *diskhaler*, pois iria expelir o pó para fora do *rotadisk*. Mantenha o *diskhaler* na posição horizontal.

Introduza a peça bucal entre os dentes. Feche os lábios firmemente em torno da peça bucal.



Não morda a peça bucal. Não tape os orifícios laterais da peça bucal. Inspire através da boca, firme e tão profundamente quanto possível. Contenha a respiração por alguns segundos. Retire o *diskhaler* da boca.

Continue a conter a respiração por mais alguns segundos ou tanto quanto lhe for confortável.

Como preparar o próximo alvéolo (a segunda parte da sua dose):

8. Puxe o suporte branco para fora até parar (não o remova completamente), e de seguida volte a empurrá-lo. Isto irá fazer rodar o disco para o próximo alvéolo. Repita este movimento até que o novo alvéolo se posicione por baixo da agulha. Repita as fases 6 e 7 para inalar o medicamento.

9. Após inalar a dose completa (normalmente dois alvéolos) limpe a peça bucal com um pano e volte a colocar a tampa azul. É importante manter o *diskhaler* limpo.

Como substituir o rotadisk:

10. Quando os 4 alvéolos estiverem vazios, remova o *rotadisk* do *diskhaler* e substitua-o por outro novo, repetindo as fases de 1 a 5.

APROVADO EM 24-06-2009 - INFARMED

*Documento sujeito a actualização, apresentando-se as últimas alterações do texto a letra azul.