

## • **Orientação do DDS<sup>1</sup> para Cuidadores de Crianças e Adultos Portadores de Deficiências Intelectuais Que Vivem no Lar**

**(Essa informação foi compilada com base em informações fornecidas pelo CDC e o DPH de Massachusetts)**

Conforme vocês todos já sabem, o Centro de Controle e Prevenção de Doenças (CDC) está se preparando para um surto da gripe H1N1 (Gripe Suína) neste outono. Embora não haja necessidade de alarmarem-se excessivamente, a situação deve ser levada a sério. Se vocês cuidam de portadores de deficiência intelectual em casa, fiquem especialmente atentos, pois eles frequentemente são incapazes de expressar a vocês os sintomas de doenças. O passo mais importante é vacinar tais indivíduos assim que a vacina estiver disponível. **Indivíduos portadores de deficiências intelectuais estão entre aqueles considerados de alta prioridade para receber a vacina do H1N1. Verifiquem com o Provedor de Cuidados de Saúde (HCP) de seu filho(a) ou o seu departamento de saúde local para determinarem onde e quando a vacina pode ser administrada.**

Há vários passos que vocês podem tomar para ajudar a prevenir a disseminação da gripe H1N1.

- 1) **Precauções a tomar para prevenir a disseminação da gripe H1N1**
  - a. Lavar as mãos frequentemente com sabão e água ou usar géis a base de álcool.
  - b. Evitar segurar, abraçar, beijar ou apertar as mãos de qualquer pessoa que tenha um resfriado ou gripe.
  - c. Evitar tocar o seu nariz, boca ou olhos.
  - d. Tossir ou espirrar em um lenço de papel ou na parte interna de seu cotovelo ao invés de em suas mãos.
  - e. Limpar objetos que são manuseados frequentemente como maçanetas de portas e telefones.
  - f. Tentar evitar o contato próximo com pessoas doentes.
- 2) **Fiquem atentos aos sintomas da gripe H1N1.** Eles são muito semelhantes aos da gripe sazonal. Os sintomas mais comuns incluem febre, tosse, dor de garganta, dores no corpo, dor de cabeça, calafrios e fadiga. Algumas pessoas também têm vômito e diarreia.
- 3) **O que fazer se desenvolverem os sintomas.**
  - a. Se os sintomas se desenvolverem o Provedor de Cuidados de Saúde (HCP) de seu filho(a) deve ser contactado. Ele/ela decidirá que tipo de teste e/ou tratamento é indicado.
  - b. Permaneça em casa até que a febre desapareça por 24 horas sem o uso de medicamentos de redução de febre.
  - c. Certifique-se de que ele/ela obtenha bastante repouso.
  - d. Permaneça no quarto o máximo possível longe de outros integrantes da residência.
  - e. Certifique-se de que bebam bastante líquido.
  - f. Mantenha-se vigilante para os sinais de aviso de emergência que possam indicar a necessidade de procurar atenção médica.
  - g. Contate o HCP imediatamente se o indivíduo tiver dificuldade de respirar, tiver os lábios descolorados, esteja vomitando e incapaz de segurar líquidos no estômago, demonstrar sinais de desidratação tais como tontura, ausência de urina ou convulsões.

Para maiores informações sobre a gripe H1N1, por favor, consultem o website do Departamento de Saúde Pública de Massachusetts listado abaixo ou contatem o Departamento da Saúde Pública no (617) 983-6800. **Website sobre influenza do Departamento de Saúde Pública de Massachusetts:**  
<http://www.mass.gov/dph/flu>

---

<sup>1</sup> DDS: Department of Developmental Services (em português, 'Departamento de Serviços Desenvolvidorais')