



Lavar as mãos com água e sabão é uma das medidas simples que devem ser adotadas para evitar a contaminação por Influenza

Ministério da Saúde recomenda adoção de medidas contra gripe

Com a chegada do inverno, as infecções respiratórias virais costumam aumentar. Um dos motivos para isso é a tendência de aglomeração das pessoas, o que facilita a circulação de bactérias e vírus causadores de gripes e resfriados.

O resfriado, geralmente, é mais brando e pode durar de dois a quatro dias. Entre os seus sintomas, estão congestão nasal, dor de garganta, tosse, coriza e rouquidão, além de mal-estar, dores musculares e dor de cabeça. A febre é menos comum e, quando acontece, tem duração menor. O resfriado também pode apresentar outras complicações, como otites, sinusites, bronquites e até mesmo quadros mais graves.

Já a gripe é uma infecção contagiosa causada pelo vírus Influenza, com evolução aguda e febril das vias aéreas. Pode produzir diversas síndromes clínicas, como rinofaringite, faringite, traqueobronquite e pneumonia, além de complicações variadas, favorecendo, inclusive, a infecção por outros micro-organismos. Normalmente, a gripe acomete muitos membros da família no mesmo ano, principalmente no inverno. Pode ser confundida, em geral, com resfriado comum e rinite alérgica.

Como se prevenir

Para evitar a contaminação por Influenza, devem ser adotadas medidas simples de higiene pessoal. É importante lavar frequentemente as mãos com água e sabão, sobretudo depois de tossir ou espirrar, após usar o banheiro e antes de comer e de tocar os olhos, a boca e o nariz. Também é recomendável não tocar essas partes do corpo após contato com superfícies e protegê-las ao tossir ou espirrar, além de usar sempre lenço de papel descartável.

Segundo Cláudio Maierovitch, diretor do departamento de Vigilância das Doenças Transmissíveis do Ministério da Saúde, é aconselhável ao doente não sair de casa enquanto estiver em período de transmissão da gripe, para diminuir a chance de disseminação. "É importante que o ambiente doméstico seja arejado e receba a luz solar. Essas medidas ajudam a eliminar os agentes das infecções respiratórias", explica.

Fonte: Agência Saúde – Ascom/Ministério da Saúde

Saiba como funcionam os procedimentos para afastamento do país

Servidores públicos que precisem ausentar-se do país por motivo de estudo, missão oficial, evento técnico-científico ou reunião deverão ter autorização do ministro da Saúde, publicada no Diário Oficial da União. A medida está em conformidade com as portarias 2.131, de 30 de agosto de 2007, e 1.590, de 3 de julho do mesmo ano, relacionadas, respectivamente, ao afastamento do país de servidores e consultores e à sua participação em ações de capacitação, no âmbito do Ministério da Saúde.

Para dar entrada no processo de afastamento do país, o funcionário deve dirigir-se à Divisão de Desenvolvimento de Recursos Humanos (DDRH), na rua Marquês de Pombal, nº 125, 11º andar. Isso deve ser feito com antecedência mínima de 45 dias em relação à data prevista para a viagem. O funcionário irá preencher os formulários de Solicitação de Participação em Eventos (nº 103), do Ministério da Saúde, o de Informações para Instruir Processo de Afastamento do País, além do Termo de Compromisso e Responsabilidade. Os dois primeiros serão assinados pelo solicitante, seu chefe imediato e o diretor ou coordenador da unidade, enquanto o terceiro, apenas pelo postulante.

Além disso, o solicitante deverá encaminhar uma nota técnica, redigida e assinada por ele e seu chefe imediato, em papel timbrado do INCA, que justifique e qualifique sua participação em ações de capacitação, destacando claramente os benefícios proporcionados ao Instituto. A documentação necessária para esse procedimento inclui, ainda, o prospecto do evento, programa de estágio ou carta-convite traduzidos para o português – com nome, carimbo e assinatura do tradutor –, currículo resumido e um documento que comprove o custeio da viagem, quando promovida por outras instituições ou empresas. As solicitações fora do prazo ou que não cumpram as exigências documentais serão devolvidas e, de dependendo da antecedência da data do evento, podem inviabilizar a viagem.

O Formulário de Informações para Instruir Processo de Afastamento do País e as portarias correspondentes a esse procedimento estão disponíveis na Intranet, em RH > Desenvolvimento de RH > Educação Permanente e Desenvolvimento de Recursos Humanos > Solicitação de Afastamento do País.

O servidor precisa dar entrada no processo com uma antecedência mínima de 45 dias em relação à data prevista para a viagem

