

Doenças Respiratórias: Sintomas, Tratamento e Vacinas

Doenças respiratórias, como gripe, vírus sincicial respiratório (RSV - em inglês), COVID-19 e resfriados comuns, podem se espalhar nas comunidades. Essas doenças são mais comuns durante o outono e o inverno. Muitas dessas doenças têm sintomas semelhantes: coriza, tosse, dor de garganta, febre, entre outros. Esta página tem o objetivo de responder a perguntas sobre como prevenir e controlar os sintomas associados a essas doenças.

- [Perguntas frequentes sobre gripe](#)
- [Recursos e políticas da COVID-19](#)
- [Perguntas frequentes sobre o Vírus Sincicial Respiratório \(RSV - em inglês\)](#)

Sintomas, diagnóstico e tratamento

Quais são os sintomas comuns das doenças respiratórias?

Os sintomas comuns de doenças respiratórias incluem:

- Tosse
- Febre
- Dores musculares
- Coriza
- Falta de ar
- Dor de garganta
- Dor de cabeça
- Dor muscular ou dores no corpo

Tenho sintomas de uma doença respiratória. Como posso saber qual é a minha doença?

Se você tiver os sintomas listados acima, poderá fazer um teste de COVID-19 em casa. Se seu teste for negativo, você pode ter outra doença respiratória. Em geral, não é necessário fazer o teste para gripe ou RSV, especialmente se os sintomas forem leves e se você não tiver um [risco maior](#) de ficar muito doente com essas doenças. Se você estiver em maior risco, pode ser necessário fazer [o teste](#).

O que devo fazer se tiver sintomas?

Sintomas leves: Ficar em casa

Os sintomas leves incluem temperatura abaixo de 100 graus °F (abaixo de 102,4°F graus para crianças com mais de três meses de idade), dores e desconfortos ou uma tosse leve. Descanse, beba bastante líquido e monitore os sintomas. Com sorte, você começará a se sentir melhor em alguns dias.

Sintomas moderados: Ligue para seu Consultório do Clínico Geral

Se tiver sintomas moderados, como febre superior a 100,4 graus, tosse intensa ou falta de ar, entre em contato com o consultório do seu clínico geral.

Para crianças com 3 meses de idade ou mais que não estejam imunocomprometidas, a febre alta é superior a 102,4°F graus. Se o/a seu/sua filho(a) apresentar febre, tosse intensa ou falta de ar, você também deve ligar para o consultório do clínico geral. Ligue também se ele/ela estiver mais sonolento(a), se não tiver ido ao banheiro por mais de 10 horas (se tiver 3 anos ou mais) ou mais de 8 horas (se tiver menos de 3 anos). O médico de seu/sua filho(a) pode recomendar as próximas etapas. Se você não tem um clínico geral ou tem sintomas que precisam de atenção imediata, experimente nossas opções de atendimento de urgência:

- Agende uma consulta com [o Mass General Brigham Virtual Urgent Care](#).
A Mass General Brigham oferece serviços de atendimento de urgência virtuais convenientes e de alta qualidade para pessoas localizadas em Massachusetts ou New Hampshire. Se tiver dúvidas sobre a COVID-19 ou outras doenças respiratórias, você pode se conectar de forma virtual e segura a um profissional. Por favor, observe: O Virtual Urgent Care é apenas para pacientes com 3 anos ou mais.
- Visite um de nossos [centros presenciais de Atendimento de Urgência](#).

Sintomas Graves: Procure Atendimento de Emergência

Vá ao Pronto-Socorro se tiver sintomas graves, como:

- Problemas respiratórios graves
- Dor persistente ou pressão no peito
- Confusão ou tontura recentes
- Incapacidade de acordar ou ficar acordado(a)
- Pele, lábios ou unhas pálidos, cinza ou azulados, dependendo do tom da pele

Se não conseguir chegar ao pronto-socorro, ligue para 9-1-1.

Quais tratamentos estão disponíveis se eu tiver sintomas?

- **COVID-19:** Se o seu teste for positivo para COVID-19, há opções de tratamento disponíveis. [Saiba mais sobre essas opções no site do CDC](#).
- **Gripe:** As opções de tratamento para a gripe estão disponíveis, especialmente para as pessoas com alto risco de gripe grave. [Consulte o site do CDC para obter mais informações](#).
- **RSV:** Não há tratamentos específicos disponíveis para o RSV.
- **Resfriado comum:** Não há tratamentos específicos disponíveis para resfriados comuns.

Vacinas e Prevenção

Como posso prevenir doenças respiratórias?

Você deve seguir as recomendações abaixo.

- Cubra a tosse e os espirros com um lenço de papel ou a manga da camisa, não com as mãos.
- Lave as mãos frequentemente com água e sabão por pelo menos 20 segundos.
- Limpe superfícies tocadas com frequência, como maçanetas e dispositivos móveis.
- Se uma criança estiver no grupo de risco mais alto para [gripe](#), [RSV](#) ou [COVID](#), considere limitar o tempo gasto em espaços lotados ou compartilhados, como creches, supermercados ou áreas comerciais internas.
- Incentive a amamentação ou o leite materno, pois isso fornecerá anticorpos maternos aos bebês.

Essas dicas de prevenção ajudarão a prevenir qualquer doença respiratória, e são bons hábitos para toda a família.

Quais vacinas estão disponíveis para prevenir doenças respiratórias?

Vacina contra gripe

- Todas as pessoas com [6 meses de idade ou mais](#) devem se vacinar contra a gripe a cada outono.

Vacina contra COVID-19

- Todas as pessoas [com 5 anos de idade ou mais](#) devem receber 1 dose de uma vacina atualizada contra COVID-19.
- Crianças [de 6 meses a 4 anos de idade](#) precisam de várias doses de vacinas contra COVID-19 para estarem em dia.
- Pessoas com mais de 65 anos de idade ou com [imunocomprometimento moderado ou grave](#) devem receber uma dose adicional da vacina atualizada contra COVID-19 seis meses após receberem a primeira dose.

Vacina contra o Vírus Sincicial Respiratório (RSV - em inglês)

- Adultos [com 60 anos ou mais](#) podem receber a vacina contra o RSV.
 - Adultos entre 60 e 74 anos com [determinadas condições](#) podem se beneficiar especialmente da vacina contra o RSV.
 - Adultos com idade igual ou superior a 75 anos de idade devem receber a vacina contra o RSV.
- [Gestantes](#) também podem receber a vacina Abrysvo contra o RSV . Se tomaram a vacina contra o RSV em uma gravidez anterior, não devem tomar outra vacina contra o RSV em gestações futuras. O recém-nascido deve receber nirsevimabe se nascer durante a temporada de RSV.
- Até o momento, o RSV é uma vacina de uso único. Uma vez que você o tenha recebido, não precisará dela novamente.

Onde posso obter essas vacinas?

Para encontrar um local de vacinação contra COVID ou gripe perto de você, acesse [vaccines.gov](https://www.vaccines.gov). Muitas farmácias de varejo também estão oferecendo a vacina contra o RSV, especialmente para adultos com 60 anos ou mais.

Muitos consultórios de atendimento básico e especializados no Mass General Brigham também oferecerão vacinas contra COVID, gripe e RSV em visitas regulares ao consultório.

Recursos Adicionais

Gripe

- [Prevenção da Gripe Sazonal | CDC](#)
- [Perguntas frequentes e locais sobre a vacina contra gripe e COVID-19 | Mass General Brigham](#)

COVID-19

- [Mantenha-se Em Dia com as Vacinas contra COVID-19 | CDC](#)
- [Vacina contra COVID-19 e Dose de Reforço | Mass General Brigham](#)

RSV

- [RSV - em inglês \(Vírus Sincicial Respiratório \) | CDC](#)
- [Vírus Sincicial Respiratório \(RSV - em inglês\) | Mass General Brigham](#)

Atualizado em 20 de dezembro de 2024