

# Doenças Respiratórias: Sintomas, Tratamento e Vacinas

Doenças respiratórias, como gripe, vírus sincicial respiratório (RSV), 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.

- [Flu FAQs](#)
- [COVID-19](#)
- [RSV FAQs](#)

## 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.

### O que devo fazer se tiver sintomas?

#### Sintomas leves: Ficar em casa

Os sintomas leves incluem temperatura abaixo de 100 graus (abaixo de 102,4 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 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 estiver mais sonolento, 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:

- Marque uma consulta com o [Virtual Urgent Care da Mass General Brigham](#). A Mass General Brigham oferece serviços de atendimento virtual de urgência 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 provedor. 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 Departamento de Emergência se tiver sintomas graves, como:

- Problemas respiratórios graves
- Dor ou pressão persistente 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 departamento de emergência, ligue para 9-1-1.

### **Quais tratamentos estão disponíveis se eu ficar doente?**

- **COVID-19:** Se o seu teste for positivo para COVID-19, há opções de tratamento disponíveis. Saiba mais sobre essas opções em [nosso site](#).
- **Flu:** 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. Se você tem um(a) filho(a), deve ajudá-lo(a) a fazer o seguinte:

- 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 uma boa prática para toda a família.

### Quais vacinas estão disponíveis para prevenir doenças respiratórias?

#### Vacina contra a gripe

- Todas as pessoas com [6 meses de idade ou mais](#) devem se vacinar contra a gripe a cada temporada.
- As vacinas contra a gripe são especialmente importantes para crianças com menos de 5 anos de idade (especialmente aquelas com menos de 2 anos) e crianças de qualquer idade com determinadas condições crônicas de saúde, como asma e diabetes. A vacina contra a gripe é importante para esses grupos porque eles correm um risco maior de desenvolver complicações da gripe. Consulte o [site do CDC](#) para obter mais informações.

#### Vacina contra COVID-19

- Todas as pessoas [com 5 anos de idade ou mais](#) devem receber 1 dose de uma vacina atualizada contra o 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 que são [moderadamente ou severamente imunocomprometidas](#) podem receber uma dose adicional da dose de reforço contra COVID-19 atualizada.

#### Vacina contra RSV

- Adultos [com 60 anos ou mais](#) podem receber a vacina contra o RSV.
  - Os adultos mais velhos com [determinadas condições](#) podem se beneficiar especialmente da vacina contra o RSV.
- [As gestantes](#) também podem receber a vacina contra o RSV Abrysvo.



### **Onde posso obter mais informações sobre vacinas contra o RSV e prevenção?**

Para obter mais informações sobre as vacinas contra o RSV e as opções de prevenção, [consulte nosso site](#).

### **Onde posso obter essas vacinas?**

Para encontrar um local de vacinação contra o COVID ou a gripe perto de você, acesse [vaccines.gov](https://vaccines.gov). Você também pode encontrar um local atualizado para a vacina contra o COVID enviando uma mensagem de texto com seu CEP para 438829 ou ligando para 1-800-232-0233. Muitas farmácias de varejo também estão oferecendo a vacina contra o RSV, especialmente para adultos com 60 anos ou mais.

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

## **Recursos Adicionais**

Flu:

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

COVID-19:

- [Mantenha-se Atualizado sobre as Vacinas contra o COVID-19 | CDC](#)
- [Vacina contra o COVID-19 e Dose de Reforço | Mass General Brigham](#)

RSV:

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

Atualizado: 3 de novembro de 2023

