

SAÚDE: 8 fatores que colocam você em risco de gripe grave



Infecções por gripe causam até milhares de hospitalizações e inúmeras mortes todos os anos.

Dor de garganta. Nariz entupido. Febre, dores no corpo e fadiga. Quando caem as temperaturas, o que começa a ocorrer no hemisfério norte, os casos de gripe começaram a aumentar.

Para muitas pessoas, o sistema imunológico pode eliminar esses sintomas em cerca de uma semana. Mas para outras, a gripe pode levar a doenças graves, hospitalização ou até à morte.

Uma nova análise do CDC, que examinou hospitalizações relacionadas à gripe de 2010 a 2023, explica alguns dos fatores que colocam as pessoas em maior risco de resultados graves para a saúde.

Idade

Crianças pequenas e pessoas mais velhas são consistentemente hospitalizadas com gripe nas taxas mais altas porque seus sistemas imunológicos são menos robustos do que os de crianças mais velhas ou adultos jovens, o que significa que são menos capazes de combater a infecção.

Existem dois tipos de vírus da gripe que podem causar estragos a cada temporada: tipo A e tipo B. As taxas mais altas de hospitalização desde 2010 ocorreram durante as temporadas de gripe quando os vírus da influenza tipo A foram predominantes; o CDC diz que isso ocorre porque os adultos mais velhos tendem a ser mais afetados pelo H3N2, um vírus do tipo A.

Distúrbios neurológicos

Algumas crianças com condições neurológicas, como epilepsia, paralisia cerebral e transtorno de déficit de atenção/hiperatividade, podem ter problemas com a função muscular e pulmonar, e podem ter dificuldade em tossir ou limpar fluidos das vias respiratórias. Isso pode exacerbar os sintomas da gripe ou levar à pneumonia.

Doenças pulmonares

A gripe pode desencadear ataques de asma em crianças com a condição, que causa inflamação crônica das vias respiratórias. Também pode levar à pneumonia e outros problemas respiratórios

que podem exigir hospitalização.

Em adultos com doença pulmonar obstrutiva crônica, que têm uma resposta imunológica comprometida, o corpo pode ter mais dificuldade em eliminar um episódio de gripe. Uma infecção também pode inflamar ainda mais as vias respiratórias, tornando ainda mais difícil para os pacientes respirarem.

Gravidez

Quase 30% das mulheres em idade reprodutiva que foram hospitalizadas com gripe durante as 13 temporadas de gripe examinadas pelo CDC estavam grávidas. Estudos mostraram que os hormônios da gravidez suprimem o sistema imunológico, resultando em doenças mais graves e taxas de hospitalização mais altas. Uma infecção por gripe durante a gravidez também traz algum risco para o feto.

Obesidade e doenças metabólicas crônicas

Para crianças e adultos, a obesidade é um fator de risco para doenças graves causadas pela gripe. Isso pode ocorrer devido a vários fatores diferentes. O excesso de peso pode dificultar a respiração profunda necessária para eliminar uma infecção dos pulmões, por exemplo, diz William Schaffner, especialista em doenças infecciosas do Centro Médico da Universidade Vanderbilt.

A obesidade também está frequentemente ligada a outras doenças metabólicas, como diabetes e hipertensão. Em pacientes com diabetes, um episódio de gripe pode dificultar o controle dos níveis de açúcar no sangue. E acredita-se que níveis elevados de glicose afetem a função dos glóbulos brancos, piorando as infecções e prolongando os tempos de recuperação, diz Susan Spratt, professora de medicina na divisão de endocrinologia, metabolismo e nutrição da Escola de Medicina da Universidade Duke.

Doença cardíaca

Cerca de metade dos adultos hospitalizados com gripe têm doença cardíaca, de acordo com o CDC. Pessoas com doenças cardiovasculares tendem a ser adultos mais velhos com sistemas imunológicos menos robustos, diz Sadiya Khan, cardiologista da Northwestern Medicine. Estudos mostraram que a gripe aumenta o risco de ataque cardíaco e derrame em pessoas com doenças cardiovasculares, diz ela.

"As pessoas que têm doenças cardíacas são menos capazes de tolerar o estresse da própria infecção", diz ela.

Pressão alta

Nas duas temporadas de gripe mais recentes, um quarto dos pacientes entre 18 e 49 anos hospitalizados com gripe tinham pressão alta. Cerca de três quartos dos pacientes hospitalizados com mais de 65 anos tinham a condição. A pressão alta pode enrijecer ou danificar as artérias,

sobrecarregando o sistema circulatório. Para pessoas com hipertensão, Spratt diz que uma infecção por gripe pode colocar ainda mais pressão sobre o coração.

Status de vacinação

As vacinas contra a gripe demonstraram reduzir significativamente o risco de hospitalização em crianças e adultos. Uma análise recente descobriu que a vacinação reduziu a taxa de hospitalização em 34,5% este ano em cinco países da América do Sul, onde a temporada de gripe ocorre mais cedo no ano.

Foto: Divulgação

<https://www.jornalpanfletus.com.br/noticia/6174/saude-8-fatores-que-colocam-voce-em-risco-de-gripe-grave> em 24/06/2026 01:21