

# 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/cp3.masterix.inf.br/noticia/6174/saude-8-fatores-que-colocam-voce-em-risco-de-gripe-grave-em-01/07/2026>  
00:23