



# Vírus Sincicial Respiratório (VSR)

## O que é o VSR

O vírus sincicial respiratório (abreviado como VSR) é um vírus que pode causar sintomas semelhantes aos de uma constipação, mas que também pode levar a graves dificuldades respiratórias, ou mesmo a uma infecção grave do pulmão. No segundo ano de vida, já quase todas as crianças foram infetadas, pela primeira vez, com o VSR. Uma vez que existem muitas formas diferentes de VSR, uma pessoa pode ser infetada várias vezes ao longo da sua vida. <sup>1</sup>

## Risco de infeção por RSV

Qualquer pessoa pode ser infetada pelo VSR. Normalmente, as pessoas não reparam nisso, mas têm simplesmente uma constipação ou nariz entupido, e recuperam dentro de poucos dias. Mas o vírus também pode causar uma infeção muito grave. Algumas pessoas correm o risco de uma infeção mais grave e podem necessitar de hospitalização, de oxigenoterapia e podem até sofrer consequências de longo prazo como a asma.

### Em risco de uma infeção mais grave <sup>2</sup>

- bebés prematuros
- crianças mais novas (principalmente até aos 6 meses)
- crianças com doenças cardíacas ou pulmonares (especialmente até aos 2 anos)
- certas anomalias congénitas (por exemplo, trissomia 21)
- crianças com uma doença neuromuscular (por exemplo, crianças que não conseguem engolir facilmente ou com problemas para eliminar as secreções mucosas)
- idosos
- pessoas com sistema imunitário frágil ou debilitado

### Fatores de risco adicionais para os bebés são, por exemplo <sup>2</sup>

- gemelaridade
- sexo masculino
- irmãos na primeira infância
- tabagismo passivo
- agregado familiar numeroso
- desnutrição, ausência de aleitamento materno
- história familiar de doenças alérgicas ou asma

## Sintomas de uma infeção por VSR

Os sintomas de uma infeção por VSR são semelhantes aos sintomas de uma constipação comum, como corrimento nasal, tosse ou pieira (som de assobio durante a respiração) e diminuição do apetite. Um adulto infetado com VSR pode, ou não, apresentar sintomas, enquanto as crianças normalmente apresentam sintomas. Principalmente em crianças mais novas, os sintomas podem consistir em irritabilidade e diminuição da atividade e do apetite. Também podem ocorrer pausas respiratórias (apneia). A febre pode ser um sintoma, mas nem sempre está presente.

Ao início, os sintomas podem não ser muito pronunciados mas, principalmente em pessoas com risco de uma infeção mais grave, pode levar à hospitalização e inflamação grave das pequenas vias respiratórias no pulmão (bronquiolite) e infeção dos pulmões (pneumonia).<sup>1</sup>

## Formas de transmissão do vírus

O vírus é principalmente disseminado através de gotículas de uma pessoa que está contagiosa para outra pessoa. Isto pode acontecer através do espirro ou tosse de uma pessoa contagiosa para o ar. Quando uma pessoa inala estas gotículas ou quando estas tocam na boca, nariz ou olhos, pode então conduzir à infeção. Também um contato direto ou indireto com secreções nasais ou orais de uma pessoa contagiosa pode levar à infeção. Tenha em atenção que beijar também permite a transmissão do vírus. Outra forma possível de ser infetado com VSR é tocando em algo (superfícies, brinquedos, maçanetas, luvas, ...) que uma pessoa infetada tenha tocado antes, e depois esfregando os olhos ou o nariz. As pessoas infetadas com o vírus, mas que não apresentam sintomas ou apenas sintomas ligeiros podem, mesmo assim, ser contagiosas para os outros.<sup>1</sup>



*Prof. Luc Zimmermann, Países Baixos:*

*"O VSR é um vírus que está amplamente disseminado entre a população, mas muitas pessoas não sabem da sua existência. Uma vez que os pulmões dos bebés prematuros não estão completamente desenvolvidos quando nascem, estes bebés têm um risco acrescido de uma infeção grave por VSR. Como neonatologista, vejo portanto a necessidade de informar os pais sobre o vírus, os problemas que este pode causar nos bebés prematuros, e claro, o que os pais podem fazer para ajudar a prevenir uma infeção por VSR".*

## Você pode ajudar a proteger o seu bebê tomando algumas precauções

O vírus é capaz de sobreviver bastante tempo nas mãos (cerca de meia hora), tecidos (até uma hora) e brinquedos/superfícies (várias horas).<sup>3</sup> Desta forma, é muito importante ter algumas precauções e seguir as seguintes recomendações:<sup>4</sup>



Lave frequentemente as mãos e limpe as superfícies com água e sabão (15-20 segundos!) ou desinfetante



Não partilhe o seu copo, chávena, prato ou talheres com outros



Evite esfregar o nariz ou os olhos



Se for possível e tiver sintomas de constipação, evite a interação com crianças de alto risco



Ao tossir ou espirrar, cubra a boca e o nariz com um lenço de papel e deite-o fora depois



Fique em casa quando tiver sintomas de constipação



Não beije crianças de alto risco enquanto você ou estas apresentarem sintomas de constipação



As crianças de alto risco devem passar pouco tempo em locais potencialmente infecciosos (por exemplo, centros de acolhimento de crianças)



Não fume perto do seu filho. Lave as suas mãos depois de fumar



A amamentação reduz o risco de uma infeção por VSR



## Tratamento do VSR

A maioria das pessoas infetadas com VSR apresenta apenas uma forma ligeira de infeção e, normalmente, não necessita de tratamento. Para os que sofrem de uma forma mais grave da doença, não há tratamento específico e apenas os sintomas podem ser tratados, por exemplo, baixando a febre e bebendo líquidos suficientes. Algumas crianças podem mesmo precisar de hospitalização e de ajuda para respirar.<sup>4</sup>

## Vacinação contra o VSR

De momento, não existe vacina que possa ajudar a prevenir a infeção por VSR.<sup>3</sup> No entanto, pode haver opções para prevenir a infeção pelo VSR. E, claro, pode ajudar a evitar a infeção por VSR seguindo as sugestões de higiene já mencionadas!

Se tiver questões adicionais, por favor consulte o seu pediatra.

### Sobre a EFCNI

A European Foundation for the Care of Newborn Infants (EFCNI) é a primeira organização e rede pan-europeia a representar os interesses dos bebés prematuros e recém-nascidos e das suas famílias. Reúne pais, especialistas em saúde de diferentes disciplinas e cientistas, com o objetivo comum de melhorar a saúde a longo prazo das crianças prematuras e dos recém-nascidos. A visão da EFCNI é assegurar o melhor começo de vida para cada bebé.

Para mais informações: [www.efcni.org](http://www.efcni.org)

Gostaríamos de agradecer à Dra. Carmen Carvalho e ao Dr. Eurico Gaspar pela gentil tradução desta brochura para português.

Agradecimentos especiais ao Prof. Luc Zimmermann pelo seu apoio e aconselhamento.

O tópico "Vírus Sincicial Respiratório (VSR)" é gentilmente apoiado pela AstraZeneca.

#### Referências:

1. American Academy of Pediatrics. Red Book. 2012; p 609-619
2. Samson L. Paediatr. Child Health. 2009 Oct; 14(8): 521-526
3. Piedimonte G et al. Pediatr. Rev. 2014 Dec; 35(12): 519-530
4. Eiland LS J Pediatr Pharmacol Ther. 2009 Apr;14(2):75-85