

Carta para a criança da escola¹

Tal como tu, também já fui aluno. Frequentei todos os graus de ensino, incluindo, como imaginas, a escola infantil e primária. Aprendi a ler e a escrever, mas, também, muitas coisas próprias da vida. Uma delas foi perceber que havia doenças que se transmitem pessoa a pessoa. Isto é, quando um aluno está doente o outro que está perto dele pode, igualmente, adoecer com a mesma doença.

É isso mesmo que acontece com a GRIPE.

No meu tempo foi a gripe Asiática e agora é a gripe A. Chama-se “A” porque o tipo do vírus pertence ao grupo A.

Os vírus da gripe são minúsculos. Repara que são 10.000 vezes mais pequenos que um milímetro. Ora, começa a pensar e a dividir um milímetro da tua régua por 2, por 3, por 10, por 100, por 1000, ...até chegares a 10.000 e logo verás que te perdes pelo caminho. Os vírus são, pois, partículas tão pequenas que passam através dos poros dos filtros.

Quando uma pessoa está doente, se não tiver cuidado, pode transmitir os vírus pelas gotículas (conhecidas por *gafanhotos*) de saliva ao tossir e ao espirrar. Ao fim de poucos dias, dois ou três, a pessoa que respirou o ar com essas gotas invisíveis de saliva com os vírus, ficará doente se não estiver vacinada ou se não tiver tido a mesma infecção.

Por isso, a gripe é uma doença infecto-contagiosa. Infecto porque é uma infecção provocada por vírus e contagiosa porque se transmite da pessoa doente à saudável.

Há, no entanto, formas de nos protegermos uns aos outros. Em primeiro lugar pelo reforço da higiene em casa, na rua ou na escola. É preciso saber que os lenços de papel são muito úteis desde que usados uma só vez e depois depositados no caixote do lixo. Lavar as mãos é, também, de extrema importância.

Aconselho-te que aprendas a consultar o *microsite* da gripe da Direcção-Geral da Saúde em www.dgs.pt, sobretudo o menu infantil. Por outro lado, poderás ter informações pelo telefone da linha permanente 808242424 que tem este número porque trabalha 24 horas por dia.

Recebe um apertado abraço.

Francisco George

Lisboa, Setembro de 2009

[Republicado a 11 de março de 2014, em www.dgs.pt]

¹ Carta Aberta escrita a alunos do ensino primário publicada no *site* da DGS (2009).