

Hábitos de higiene dos estudantes de medicina da Faculdade de Medicina de Campos após a pandemia de Influenza A (H1N1)

Carla Ciriani Pedroso¹, Carla Vanessa Pereira da Silva¹, Edwiges Brambila Vieira¹, Inêz Barcellos de Andrade², Annelise Maria de Oliveira Wilken de Abreu²

¹ Acadêmicas do Curso de Medicina da Faculdade de Medicina de Campos

² Professoras da Faculdade de Medicina de Campos

RESUMO

Durante a pandemia da gripe influenza A (H1N1) no ano de 2009 foi bastante discutido nos meios de comunicação a respeito das medidas básicas necessárias para reduzir o contágio dessa doença. A condição para diminuição dos casos está diretamente relacionada aos hábitos da população. Além da H1N1, existem outras doenças com a mesma forma de transmissão, como a tuberculose e o sarampo, o que aumenta ainda mais a importância da manutenção de hábitos de higiene saudáveis. Desta forma, o objetivo desse trabalho foi avaliar os hábitos de higiene de estudantes de medicina da Faculdade de Medicina de Campos após a pandemia de Influenza A (H1N1). Para tal realizou-se um estudo descritivo envolvendo 180 alunos do 1º ao 4º ano dessa instituição. As principais variáveis analisadas foram: sexo, lavagem das mãos em diferentes situações, lavagem das mãos após utilização do toalete, forma de lavagem dos alimentos e como é realizada a lavagem das mãos. Verificou-se que 3,3% dos estudantes utilizam apenas água durante a lavagem das mãos, 47% relataram usar apenas água no preparo de alimentos e 8,8% declarou lavar as mãos entre 1 e 3 vezes por dia. A partir dos dados obtidos pode-se verificar que parte dos estudantes de medicina não realiza medidas básicas na prevenção de doenças infectocontagiosas. Isso demonstra uma preocupação, uma vez que, esses futuros profissionais precisam estar conscientes da importância da lavagem das mãos, principal veículo de transporte de bactérias e vírus para os pacientes e para o próprio médico.

Palavras chave: hábitos de higiene, influenza A, H1N1, estudantes de medicina.

ABSTRACT

During the flu pandemic influenza A (H1N1) in the year 2009 was very discussed in the media about the basic measures necessary to reduce transmission of the disease. The condition for reducing cases is directly related to habits of the population. In addition to the H1N1, there are other diseases with the same form of transmission, such as tuberculosis and measles, which increases still further the importance of maintaining healthy hygiene habits. In this way, the objective was to evaluate the hygiene habits of medical students of the Medicine Faculty of Campos after the pandemic of influenza A (H1N1). Held-for such a descriptive study involving 180 students of 1 to 4 year of that institution. The principal variables analyzed were: sex, cleaning of hands in different situations, washing hands after use of restroom, washing food and as is carried out the cleaning of hands. It was found that 3.3% of students using only water during the washing hands, 47% reported using only water on the preparation of food and 8.8% stated wash their hands between 1 and 3 times per day. From the data obtained may-if it finds that part of medical students do not carry out basic measures in the prevention of infectious or contagious disease. This demonstrates a concern, since, these future professionals need to be aware of the importance of washing hands, the main vehicle for the transport of bacteria and viruses for patients and to the physician.

Key words: hygiene habits, influenza A, H1N1, medical students.

Faculdade de Medicina de Campos, Avenida Alberto Torres, 217 - Centro - Campos dos Goytacazes-RJ
Carla Vanessa Pereira da Silva, Rua São Jorge nº 72 - Goitacazes - Campos dos Goytacazes-RJ, CEP: 28110-000.
E-mail: carlavanessa.ps@gmail.com



INTRODUÇÃO

Durante a pandemia da Influenza A (H1N1) no ano de 2009, foi bastante discutido nos meios de comunicação a respeito dos hábitos de higiene necessários para evitar o contágio, pois não se sabia qual seria a proporção da nova gripe. Alguns desses hábitos são: evitar aglomerações; manter um regime de higiene pessoal impecável; não compartilhar copos, talheres, alimentos e objetos de uso pessoal; utilizar água fervida e lavar as mãos sempre que possível o que, segundo a Organização Mundial da Saúde (2009), a maioria das pessoas não faz corretamente por preguiça ou ignorância. Dentre essas medidas faz-se necessário ressaltar a higienização das mãos com água e sabão antes das refeições, antes de tocar os olhos e nariz e após tossir, espirrar ou usar o banheiro¹.

A transmissão dessa gripe, assim como de outras infecções - sarampo, difteria, septicemia, poliomielite, coqueluche, tuberculose - ocorre de pessoa para pessoa e, principalmente, por meio de tosse, espirro ou contato com secreções respiratórias de pessoas infectadas². As pessoas que se encontram mais suscetíveis a essa doença são gestantes, portadores de doenças crônicas (diabetes, pneumatias, cardiopatias, imunossupressão e outras) e jovens adultos entre 20 a 39 anos de idade, faixa essa em que se encontram a maioria dos estudantes de medicina².

A condição para diminuição dos casos está diretamente relacionada aos hábitos da população. No entanto, não se sabe se os estudantes de medicina tiveram os hábitos de higiene reforçados ou se foram adquiridos durante o período de pandemia da Influenza A H1N1.

Deve-se ressaltar que a influenza A, trata-se de uma pandemia com números assustadores para a população. Até setembro de 2009 foram mais de 296 471 casos em todo o mundo, com aproximadamente 3 486 óbitos, sendo 2 625 na América. Porém, a pandemia não chegou ao fim, segundo a OMS ela pode ainda retornar para uma segunda etapa. Por isso, a importância da manutenção dos cuidados de higiene reforçados ou adquiridos durante o período mais crítico da transmissão desta doença³.

A Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa, 2007) estima que, no Brasil, a adesão dos profissionais de saúde à higiene das mãos seja de aproximadamente 40%, uma taxa considerada baixa. A higienização constitui uma das principais formas de prevenção contra a disseminação de microrganismos no ambiente hospitalar, uma vez que estes profissionais estão em constante contato com os pacientes e com os materiais e equipamentos por eles utilizados.

A Organização Mundial de Saúde instituiu em 2010, o dia 5 de maio como o Dia Mundial de Higienização das Mãos. A data associa o quinto dia do quinto mês aos cinco momentos da higiene das mãos. São eles: antes do contato com o paciente, antes da realização de procedimento asséptico, após o risco de exposição a fluídos corporais, após o contato com o paciente e após o contato com áreas próximas ao paciente⁵.

Além da higienização das mãos existem vários outros

cuidados que devem ser tomados pelos profissionais de saúde, como a higiene do local e da vestimenta utilizados no trabalho.

Algumas medidas de higiene possivelmente ainda não se encontram esclarecidas entre a população ou não tem sido praticadas por negligência ou indiferença. Espera-se conhecer os atuais hábitos de higiene dos futuros profissionais de saúde e reafirmar a importância de torná-los saudáveis e constantes, não apenas durante um momento de crise. Para tanto, as informações transmitidas e, principalmente, o exemplo dado pelos profissionais de saúde são fundamentais. Assim, será possível reduzir os casos, bem como a morbimortalidade relacionada à Influenza A (H1N1) e a outras doenças com a mesma forma de transmissão.

OBJETIVOS

Verificar os hábitos de higiene após a pandemia da Influenza A (H1N1) em 2009, pelos estudantes de medicina, futuros profissionais da saúde, é o principal objetivo do presente estudo.

MÉTODOS

A pesquisa realizada caracterizou-se por um estudo descritivo. A população estudada foi o corpo discente do curso de Medicina da Faculdade de Medicina de Campos, localizada na cidade de Campos dos Goytacazes, RJ. Determinou-se uma amostra dessa população constituída de 180 indivíduos de ambos os sexos e idade variando de 17 a 30 anos para a realização da pesquisa, que aconteceu no período de agosto a setembro de 2010. A amostra foi do tipo conveniência, pois se fez necessário o caráter voluntário para a realização do estudo. A principal variável de estudo foi hábitos de higiene. Os dados epidemiológicos colhidos foram: tempo médio de permanência em locais fechados, assiduidade em locais de aglomeração humana, uso de transporte coletivo.

A técnica de coleta de dados foi o questionário com o uso do Protocolo de Pesquisa. Os dados foram tabulados com ajuda dos programas Epidata 3.0 e Excel 2007 e foram elaborados gráficos para apresentação dos resultados obtidos. As variáveis cruzadas foram: lavagem das mãos após a utilização do toalete em relação ao gênero e lavagem das mãos em diferentes situações. A análise desses dados foi estatística, em frequência de ocorrência de cada variável em estudo, expressa em números absolutos.

RESULTADOS

A pesquisa foi realizada com 180 alunos do 1º ao 4º ano de medicina da Faculdade de Medicina de Campos nos meses de setembro e outubro de 2010. A média de idade apresentada pelos estudantes foi de 21,69 anos e 67,2% eram mulheres. O estado civil da maioria dos estudantes era solteiro. Dezesesseis alunos (8,9%) declararam lavar as mãos de uma a três vezes por dia, de 4 a 8 vezes, 82 alunos (45,5%) e o restante eram em

número de 82 (45,5%) afirmou que lavam as mãos mais de 8 vezes ao dia.

Na Figura 1 é possível verificar o número de alunos

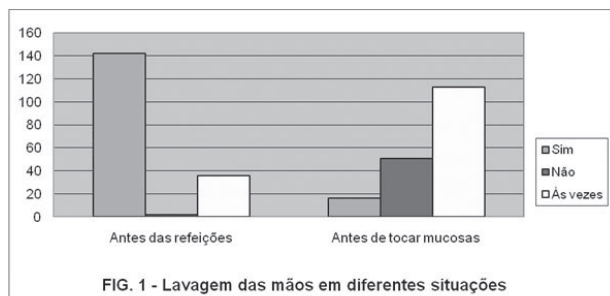


FIG. 1 - Lavagem das mãos em diferentes situações

que lavam suas mãos em duas ocasiões: antes das refeições e antes de tocar mucosas (olhos, boca e nariz).

A análise dos discentes revelou que 52,2% (94 indivíduos) utilizaram detergente ou sabonete líquido para realizar a higienização das mãos, 80 estudantes (44,4%) relataram o uso de sabonete em barra e o restante apenas água.

Na Figura 2 compara-se a frequência de homens e

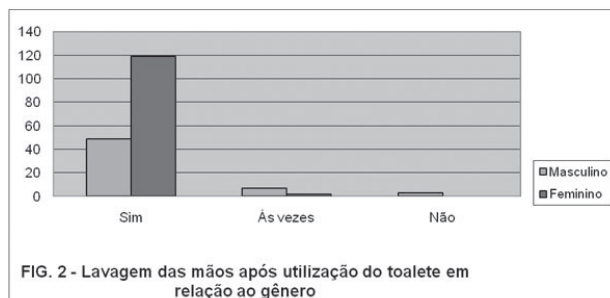


FIG. 2 - Lavagem das mãos após utilização do toalete em relação ao gênero

mulheres em relação à lavagem das mãos após irem ao toalete.

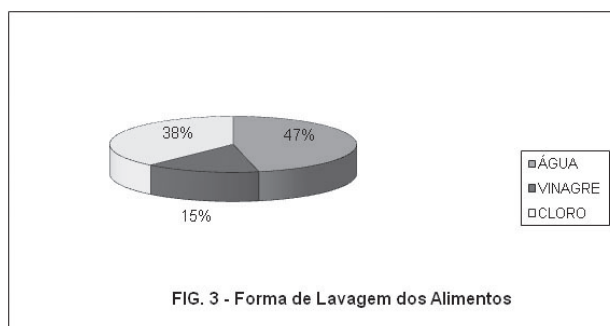


FIG. 3 - Forma de Lavagem dos Alimentos

Na Figura 3, constata-se a forma de lavagem dos alimentos utilizada pelos estudantes.

A maioria dos alunos, ou seja, 142 indivíduos ao tossir ou espirrar utiliza a mão para cobrir as via aéreas, como se pode verificar ao analisar na Figura 4.

O tempo de permanência médio dos alunos em locais fechados foi relatado por 87 alunos (48,3%), representando a maioria como sendo de 5 a 8 horas por dia. Locais de

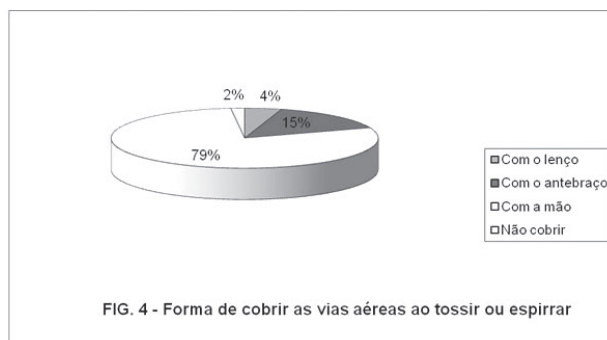


FIG. 4 - Forma de cobrir as vias aéreas ao tossir ou espirrar

aglomeração humana, como shows e boates são frequentados por 83 estudantes (46,1%) ao menos uma vez por semana. No quesito transporte coletivo 50% dos alunos (90 indivíduos) não utiliza e 30 alunos (16,6%) usam esse ao menos uma vez ao dia.

CONCLUSÕES

Durante a pandemia de Influenza A (H1N1) que se espalhou no ano de 2009, diversas medidas foram tomadas pelas nações com o objetivo de reduzir o número de vítimas fatais e controlar a situação que percorreu todos os continentes⁶. Porém, muitas foram esquecidas com a amenização da pandemia e, entre elas, as medidas básicas de higiene.

Através do presente trabalho foram verificados os hábitos de higiene dos estudantes de medicina, futuros profissionais de saúde, após a referida pandemia. Dessa forma, verificaram-se alguns resultados preocupantes, principalmente em relação à lavagem das mãos, uma vez que estas são as estruturas corporais mais utilizadas no contato direto entre o indivíduo e o ambiente, sendo sua higienização a medida individual mais simples e menos dispendiosa para prevenir a propagação das infecções relacionadas à assistência à saúde.

Constatou-se que da população pesquisada 54,5% lavam as mãos menos de oito vezes ao dia, número inferior ao recomendado àqueles que trabalham com a saúde, já que esses possuem contato com pacientes em diversas unidades hospitalares e postos de saúde. Além disso, foi observado que 3,3% dos estudantes utilizam apenas água para higienizar as mãos, quando o correto seria utilizar água e sabão líquido, preparação alcoólica 70% ou antisséptico, retirando antes joias, (pois sob tais objetos podem acumular-se microrganismos) e lavando-se a palma, o dorso, a superfície entre os dedos, o polegar, as unhas, as articulações e os punhos, sem esquecer-se de retirar todo o excesso do sabão, procedimento esse que deve durar de 40 a 60 segundos⁴.

Além da forma indireta de transmissão de diversas doenças discutida anteriormente, esta pode se dar também através de alimentos contaminados por bactérias e agrotóxicos⁷. Isso pode ser evitado através de sua exposição à solução desinfetante de hipoclorito de sódio, à concentração de 40 ppm de cloro livre⁸. No entanto, 46,6% dos alunos utilizam apenas água, demonstrando



que esses estudantes não estão conscientes da forma adequada de lavar os alimentos, ou simplesmente não criaram ainda o hábito da maneira correta a realizar tal ação.

Tem-se ainda a forma direta de infecção, por meio das secreções das vias aéreas de pessoas contaminadas, expelidas ao tossir ou espirrar⁹. Uma maneira eficaz de prevenção é cobrir as vias aéreas com o antebraço ou com lenço de papel. Porém, constatou-se a utilização das mãos para cobrir as vias em 79% dos estudantes, fato que não será agravante se seguido de higienização das mãos.

Hábitos de permanecer em locais com pouca circulação de ar e/ou com muita gente reunida criam um ambiente propício para a instalação e controle mundial por parte de vírus como o H1N1¹⁰. Na população em estudo observou-se a permanência entre 5 a 8 horas diárias em locais fechados por 78 alunos (43,3%). Já a frequência em locais fechados ao menos uma vez na semana apresentou-se em 84 estudantes (46,6%), e o transporte coletivo está presente na rotina de 16,6% acadêmicos de medicina.

Constatou-se, então, que, apesar da recente pandemia de gripe A, os estudantes não mantiveram ou não adquiriram os hábitos de higiene necessários à prevenção de tal doença e outras enfermidades infectocontagiosas. Portanto, verifica-se a necessidade de modificação dos hábitos desses estudantes a fim de reduzir a transmissão de doenças infectocontagiosas, além de formar profissionais conscientes que possam ser um exemplo para a sociedade em geral.

Seria interessante a realização dessa pesquisa com um maior número de estudantes e também a observação do desenvolvimento e melhora dos hábitos de higiene dos estudantes no decorrer do curso de medicina.

REFERÊNCIAS

1. Brasil. Departamento da Qualidade na Saúde. Prevenção da Gripe A (H1N1), 2009. [Acesso em: 31 maio 2010]. Disponível em: <http://www.portaldasaude.pt/NR/rdonlyres/89B6F2DA-7BC8-45EF-8F5B-12F1ECB1BBD1/0/recomendacoesgerais.pdf>.
2. Molina D. ANVISA propõe exigência de álcool gel em clínicas e hospitais. Ministério da Saúde, 2009. [Acesso em: 18 out 2010]. Disponível em: <http://s.anvisa.gov.br/wps/s/r/7q6>.
3. Velosa C T, Silva M. Influenza humana a H1N1: pandemia esperada. Bol Venez Infectol, 2009; 20(1).
4. ANVISA - Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Higienização das Mãos em Serviços e Saúde, 2007. [Acesso em: 09 nov 2010]. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/higienizacao_maos.pdf.
5. Albert Einstein - Sociedade Beneficente Israelita

Brasileira. Dia Mundial de Higiene das Mãos. [Acesso em: 17 out 2010]. Disponível em: <http://www.einstein.br/qualidade-seguranca-do-paciente/Paginas/dia-mundial-de-higiene-das-maos.aspx>.

6. O mundo em alerta: um tipo de vírus de gripe jamais detectado no homem se dissemina pelos países e ameaça com uma nova pandemia. ISTOÉ - Independente, 2009. [Acesso em: 11 nov 2010]. Disponível em: http://istoevip.terra.com.br/reportagens/13118_O+MUNDO+EM+ALERTA.

7. Alvarenga IC. Higienização de alimentos, detalhe que faz toda a diferença, 2008. [Acesso em: 09 nov 2010]. Disponível em: <http://www.artigonal.com/nutricao-artigos/higienizacao-de-alimentos-detalhe-que-faz-toda-a-diferenca-636541.html>.

8. Baruffaldi R, et al . Tratamento químico de hortaliças poluídas. Rev. Saúde Pública, 1984; 18(3) : 225-234.

9. Fiterman J. Gripe A: podemos vencer juntos esta grande batalha. [Acesso em: 31 out 2010]. Disponível em: <http://cienciaevida.atarde.com.br/?paged=114>.