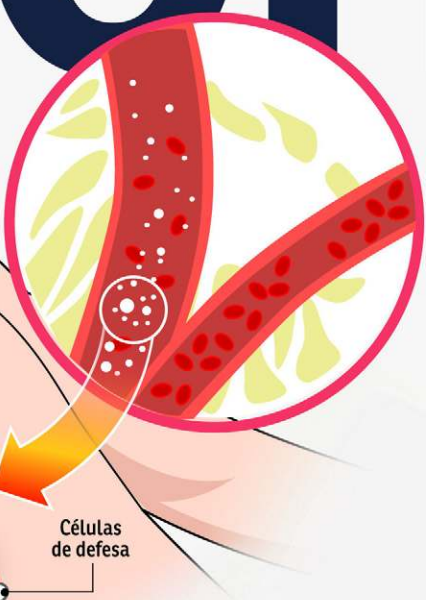


minuto ontão



GRUPOS DE RISCO

- Idosos e crianças pequenas
- Pessoas com doenças crônicas (diabetes, cardiopatias, doença renal)
- Imunossuprimidos (câncer, HIV, uso de corticoide/imunossupressor, pós-transplante)
- Gestantes, puérperas e pessoas em pós-operatório
- Portadores de dispositivos médicos ou que possuem alguma porta de entrada, como cateteres ou feridas

COMO PREVENIR

- **Higiene:** lave as mãos frequentemente com água e sabão ou álcool em gel, e cuide da higiene de feridas e lesões para evitar que se transformem em focos de infecção.
- **Vacinação:** mantenha seu calendário de vacinação atualizado para se proteger contra doenças que podem levar à sepse, como infecções respiratórias e outras
- **Tratamento de infecções:** busque atendimento médico para tratar infecções assim que elas aparecerem e siga as orientações médicas para evitar complicações. Não se automedique, especialmente com antibióticos.
- **Controle de doenças crônicas:** mantenha condições como diabetes e doenças pulmonares sob controle, pois elas podem aumentar o risco de desenvolver infecções graves.
- **Atenção aos sinais:** fique atento a sintomas como febre, calafrios, confusão mental, falta de ar e baixa pressão arterial.

O QUE A INFLAMAÇÃO PODE CAUSAR

- **Vasodilatação:** os vasos sanguíneos se dilatam, o que diminui a pressão arterial e compromete o fluxo sanguíneo para os órgãos.
- **Coagulação:** pequenos coágulos de sangue podem se formar nos vasos dos órgãos, prejudicando ainda mais o suprimento de oxigênio e nutrientes.
- **Disfunção orgânica:** a combinação de inflamação, fluxo sanguíneo reduzido e falta de oxigênio pode levar à parada da função de um ou mais órgãos (como coração, rins ou pulmões).
- **Choque séptico:** em casos graves, a pressão arterial cai drasticamente e os órgãos sofrem danos severos, levando ao choque séptico, uma condição perigosa que pode ser fatal.

Palavra do especialista

Como é feito o tratamento de um paciente com sepse?

É uma verdadeira corrida contra o tempo. Assim que o diagnóstico é suscitado, o paciente deve receber antibióticos de amplo espectro o mais cedo possível, pois cada hora de atraso pode aumentar significativamente o risco de morte. Além disso, são adotadas medidas de suporte à vida, como reposição de líquidos na veia para estabilizar a pressão arterial e garantir a perfusão dos órgãos. Em muitos casos, é necessário identificar e controlar o foco da infecção, o que pode envolver drenar abscessos, remover ou trocar cateteres contaminados ou até realizar cirurgias para eliminar o agente causador. Pacientes graves podem precisar de ventilação mecânica, suporte renal (hemodiálise) e monitoramento intensivo em unidades de terapia intensiva (UTI). O tratamento é individualizado e exige uma equipe multidisciplinar atuando de forma integrada e rápida para evitar o agravamento do quadro.

Por que a sepse, muitas vezes, é confundida com outras condições clínicas?

A sepse é traiçoeira justamente porque seus sintomas iniciais são inespecíficos, como febre, mal-estar, cansaço, taquicardia, confusão mental ou falta de ar. Esses sinais podem facilmente ser atribuídos a doenças comuns, como uma gripe forte, desidratação ou crise de uma condição crônica. Quando a sepse já está instalada em seu quadro mais específico, realmente fica mais fácil identificá-la, mas, nesse estágio, as chances de sobrevivência já diminuem bastante. Por isso, o reconhecimento precoce é fundamental. Alguns sinais de alerta que merecem atenção incluem alterações na pressão arterial, redução na produção de urina (diurese), confusão mental, frequência respiratória aumentada, febre persistente, palidez intensa ou, em alguns casos, manchas avermelhadas na pele (rash cutâneo). Esses sintomas indicam que o corpo está reagindo de forma intensa à infecção, podendo evoluir rapidamente para um quadro grave. Diante de qualquer suspeita, o atendimento deve ser o mais rápido possível, seguindo os protocolos atuais de tratamento da sepse.

A população em geral conhece pouco sobre a sepse. Como melhorar a conscientização sobre esse problema?

O caminho passa, sobretudo, pela educação, tanto da população quanto dos profissionais de saúde. Assim como em outras doenças, o conhecimento sobre a sepse vem de um processo educativo e de uma ampla divulgação sobre seus riscos e formas de prevenção. Grande parte dos casos ocorre no ambiente hospitalar, muitas vezes associada à falta de cuidado, à desatenção com os extremos da vida (crianças e idosos) ou com pacientes que apresentam comorbidades, ou seja, outras doenças graves que comprometem o organismo. É importante lembrar que a sepse é sorrateira e pode evoluir de forma muito rápida, em questão de horas, para um quadro grave. Por isso, tanto a população quanto os profissionais da saúde precisam estar atentos aos sinais e sintomas.

*Charles Schmidt é infectologista pediátrico e gerente médico do centro de pesquisas clínicas do Instituto Central do Hospital das Clínicas — Fundação da Faculdade de Medicina USP