

NÚMERO: C77\_01\_v1

DATA: 30/07/2014

## Doença por vírus Ebola

### Recomendações para Viajantes

Desde fevereiro de 2014 que decorre na Guiné-Conacry, Libéria e Serra Leoa um surto de doença por vírus Ebola. Até à data foram reportados mais de um milhar de casos bem como numerosos óbitos.

A infeção resulta do contacto direto com líquidos orgânicos de doentes (tais como sangue, urina, fezes, sémen). Uma vez que o período de incubação da doença pode durar até 3 semanas é provável que novos casos venham ainda a ser identificados. Em colaboração com várias organizações internacionais, continuam a ser implementadas medidas de controlo do surto naquela região Africana, tais como isolamento, monitorização ativa dos casos e vigilância reforçada nas fronteiras, com o objetivo de prevenir a propagação da doença.

Apesar do risco de disseminação da doença aos países europeus ser considerado baixo, as autoridades de saúde portuguesas e todos os parceiros envolvidos na gestão de eventuais casos importados, acompanham a evolução da situação e estão devidamente preparados para resposta de saúde pública, em caso de necessidade. Segundo a Organização Mundial da Saúde, as viagens à região afetada não estão desaconselhadas, devendo no entanto serem observadas algumas precauções.

#### **Ao viajar para regiões afetadas:**

O cumprimento das medidas de proteção individual é a única forma de prevenir a infeção.

- Siga as indicações das Autoridades de Saúde locais, cumprindo as regras de higiene básicas (lavagem frequente das mãos). O vírus é facilmente eliminado pela utilização de sabão, lixívia, pela ação da luz solar ou por secagem (o vírus sobrevive por pouco tempo em superfícies expostas ao sol);
- Não contacte com animais selvagens vivos ou mortos (macacos, morcegos, antílopes, entre outros). Não consuma a carne desses animais;

- Cozinhe bem os alimentos de origem animal (sangue, carne, leite, entre outros), antes de os consumir (a refrigeração ou congelação dos alimentos não inativa o vírus Ebola);
- Evite o contato próximo com casos suspeitos ou confirmados de doentes com o vírus Ebola;
- Evite o contacto com cadáveres antes e durante cerimónias fúnebres;
- Não manipule qualquer material ou objetos utilizados no tratamento de doentes;
- Tenha em atenção que a doença se transmite através de relações sexuais. Essa transmissão pode ocorrer até 7 semanas depois da recuperação clínica.

**Durante a estadia numa região afetada procure cuidados médicos se apresentar:**

- Febre elevada de início súbito;
- Mal-estar geral;
- Dores musculares;
- Dor de cabeça;
- Dor de garganta;
- Manchas na pele;
- Dor abdominal;
- Náuseas;
- Vômitos;
- Diarreia;
- Dores no peito;
- Hemorragias (não relacionadas com traumatismos)

**Ao entrar/regressar a Portugal:**

Vigie o seu estado de saúde durante 21 dias. Se apresentar alguns dos sintomas anteriormente referidos ou tiver tido contacto direto, sem proteção adequada, com pessoa doente, contacte a Linha Saúde 24 (808 24 24 24), mencionando a viagem recente e relatando a sintomatologia.

Caso os sintomas se desenvolvam ainda durante o voo de regresso, no avião, deverá informar a tripulação imediatamente. O mesmo procedimento se aplica em viagens marítimas.



Francisco George  
Diretor-Geral da Saúde