

Vai viajar?

dengue



Recomendações a viajantes:

O Dengue encontra-se difundido na maioria das regiões tropicais e subtropicais do Globo. Transmite-se exclusivamente pela picada dos mosquitos infetados com o vírus.

Não se transmite de pessoa a pessoa.

Os sintomas do Dengue surgem entre 3 a 14 dias após a picada do mosquito infetado.

A doença manifesta-se, geralmente, por febre, dores de cabeça, dores nos músculos e nas articulações, vómitos e manchas vermelhas na pele e, embora mais raramente, por um quadro hemorrágico;

A principal medida de prevenção é a proteção individual contra a picada do mosquito.

Sendo assim, recomenda-se aos viajantes as seguintes medidas:

- Uso de roupas frescas, largas, de preferência de cores claras, e que cubram a maior área corporal possível;
- Aplicação de repelente de insetos, em todo o corpo, de manhã e à noite e de 2 em 2 horas nas áreas expostas. A utilização em grávidas e crianças deve ser feita por aconselhamento de um profissional de saúde;
- Utilização de redes mosquiteiras;
- Alojamento, de preferência, com ar condicionado;
- Ter sempre atenção às orientações das autoridades de saúde locais;
- Recurso a um serviço de saúde local se surgirem queixas sugestivas de dengue. O uso de ácido acetilsalicílico (p.e. Aspirina®, AAS®) e outros anti-inflamatórios não esteroides (p.e. Brufen®) está contraindicado. Para o controlo da febre e das dores, e até consulta do médico, poderá utilizar-se paracetamol;
- Aconselhamento prévio através de Consulta de Saúde do Viajante.

Redigido segundo o novo acordo ortográfico



Regressa de viagem?

Se está de regresso e, nas próximas duas semanas, vier a manifestar algum dos seguintes sintomas:

- Febre
- Dores de cabeça
- Dor retro orbital
- Dores musculares intensas
- Dores articulares intensas
- Vômitos
- Manchas vermelhas na pele
- Edema da planta dos pés e palma das mãos
- Manifestações hemorrágicas ligeiras tais como epistaxis e hemorragia gengival

O Instituto de Administração da Saúde e Assuntos Sociais, IP-RAM recomenda:

**Dirija-se a uma Unidade de Saúde:
Serviço de Urgência, Centro de Saúde ou
Unidade Privada de Saúde**

Lembre-se que uso de ácido acetilsalicílico (p.e. Aspirina®, AAS®) e outros anti-inflamatórios não esteroides (p.e. Brufen®) está contraindicado! Para o controlo da febre e das dores, e até consulta do médico, poderá utilizar-se paracetamol.

