

Recomendações às pessoas que viajam para a Guiné-Conacri, Libéria, Serra Leoa, Nigéria, República Democrática do Congo e Senegal

Caso viaje para os países afetados, as seguintes medidas de prevenção contribuirão para eliminar o risco de infeção:

- evite o contacto direto com sangue ou fluidos corporais de um doente ou de cadáveres e com objetos que possam estar contaminados;
- evite o contacto com animais selvagens, mortos ou vivos, e o consumo de carne desses animais;
- evite relações sexuais não protegidas;
- evite habitats que possam ser povoados por morcegos, tais como cavernas, abrigos isolados ou instalações mineiras;
- lave as mãos regularmente, utilizando sabão ou antissépticos.

Saiba que existe um maior risco de infeção nas instalações de cuidados de saúde. Por conseguinte, é prudente:

- identificar as estruturas adequadas de cuidados de saúde no país, através de contactos com empresas locais, amigos ou familiares;
- assegurar-se de que, em caso de doença ou acidente, a evacuação médica está coberta pelo seguro de viagem, para limitar a exposição nas instalações de saúde locais.

Deve ainda consultar as recomendações das autoridades nacionais sobre deslocações aos países afetados.

Recomendações às pessoas que regressam da Guiné-Conacri, Libéria, Nigéria, Serra Leoa, República Democrática do Congo e Senegal

O risco de ter estado exposto ao vírus Ébola é muito baixo.

No entanto:

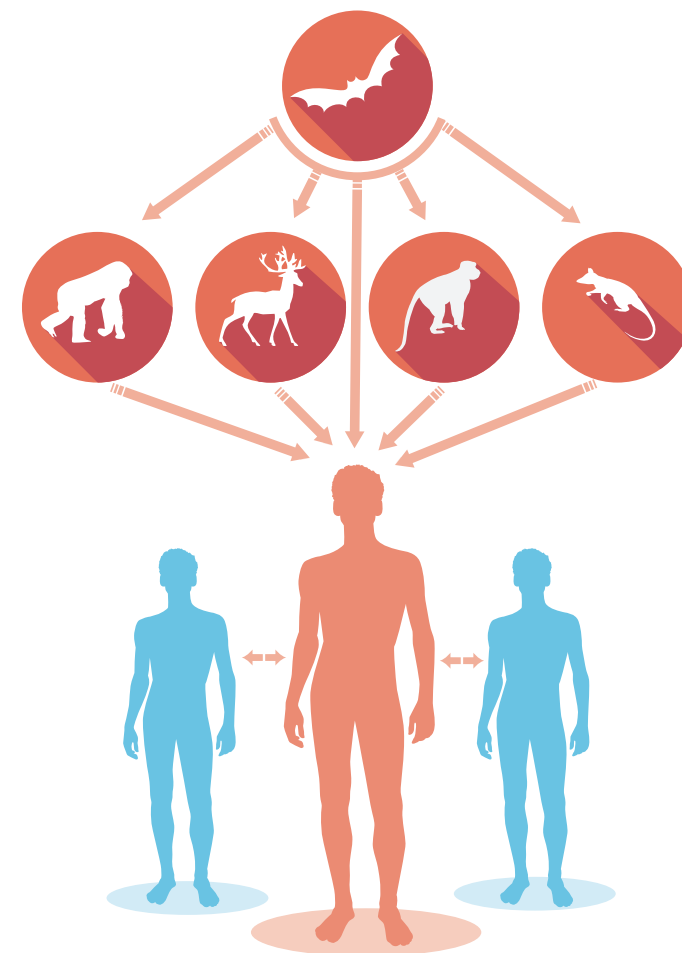
Se tiver febre, cansaço inexplicável, diarreia ou quaisquer outros sintomas graves (p. ex., vômitos, hemorragias inexplicadas, dores de cabeça fortes) nas semanas seguintes ao regresso de uma da África Ocidental:

- **procure rapidamente um médico, mencionando a viagem**, visto que se pode tratar de uma infeção como a malária, que requer um diagnóstico e tratamento imediatos.
Se tiver estado exposto diretamente a fluidos corporais de pessoas ou animais infetados, vivos ou mortos, incluindo o contacto sexual não protegido com doentes que tenham recuperado:
- **procure rapidamente um médico, mencionando a viagem**,
- **contacte o serviço médico por telefone antes de se deslocar ao mesmo**, para que o pessoal médico possa utilizar equipamento de proteção adequado quando for admitido.

Saiba que a Organização Mundial de Saúde recomendou aos países o rastreio dos viajantes à saída, para deteção de doenças inexplicadas potencialmente ligadas a uma infeção pelo vírus Ébola, e que as pessoas diagnosticadas com Ébola e as que com elas estiveram em contacto não viagem para o estrangeiro, a menos que a deslocação decorra no contexto de uma evacuação médica adequada.

Doença por vírus Ébola Informação aos viajantes

(Atualização 20 de agosto de 2014)



SRAS
Secretaria Regional dos Assuntos Sociais

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

DGS desde 1899
Direção-Geral da Saúde

ecdc
EUROPEAN CENTRE FOR
DISEASE PREVENTION
AND CONTROL

O que é a doença por vírus Ébola?

Trata-se de uma doença grave rara, frequentemente mortal, causada pelo vírus Ébola.

É transmitida por contacto direto com o sangue ou outros fluidos corporais (como saliva, urina e vômito) de pessoas infetadas, mortas ou vivas. Pode ser transmitida por contacto sexual não protegido com doentes até três meses depois de estes terem recuperado da doença.

A doença pode também ser contraída por contacto direto com sangue e outros fluidos corporais de animais selvagens infetados, mortos ou vivos, como macacos, antílopes e morcegos.

Passados 2 dias e até 21 dias após a exposição ao vírus, a doença pode manifestar-se subitamente, com febre, dores musculares, debilidade, dores de cabeça e dores de garganta.

A fase seguinte da doença caracteriza-se por vômitos, diarreia, manchas na pele e insuficiência hepática e renal. Alguns doentes apresentam igualmente hemorragias internas e externas abundantes e insuficiência de vários órgãos.

Decorrem alguns ensaios com medicamentos, mas não há qualquer vacina licenciada ou tratamento validado para a doença.

Risco de infeção pelo vírus Ébola e como o evitar

O risco de infeção pelo vírus Ébola é muito baixo mesmo para quem vive em zonas afetadas ou tiver viajado para essas zonas, exceto se houver exposição direta a fluidos corporais de pessoas ou animais infetados, mortos ou vivos. O contacto com fluidos corporais inclui o contacto sexual não protegido com doentes, até três meses depois de estes terem recuperado da doença.

O contacto ocasional em locais públicos com pessoas que não pareçam estar doentes não transmite o vírus. Do mesmo modo, não se contrai o vírus por manusear dinheiro ou produtos alimentares ou ao frequentar piscinas. Os mosquitos não transmitem o vírus Ébola. O vírus Ébola não se transmite pelo ar como o vírus da gripe.

O vírus Ébola é facilmente eliminado pela utilização de sabão, lixívia, pela ação da luz solar e por temperatura elevada ou secagem. A lavagem na máquina de roupa que tenha sido contaminada com fluidos destrói o vírus. Este vírus sobrevive apenas por pouco tempo em superfícies que estejam expostas ao sol ou que tenham secado. Pode sobreviver por mais tempo em roupas ou tecidos que foram manchados com sangue ou outros fluidos corporais. Existe um risco de transmissão de Ébola através do contacto com utensílios ou materiais contaminados em contextos de prestação de cuidados de saúde se não se aplicarem devidamente os procedimentos corretos de controlo da infeção.

Surto de 2014

Decorre atualmente um surto de Ébola na Guiné-Conacri, Libéria, Serra Leoa, Nigéria, República Democrática do Congo e Senegal. As informações a seguir dirigem-se aos viajantes que se deslocam para zonas afetadas ou que regressam dessas zonas.

