

PARA EVITAR SARAMPO VACINE-SE!

A vacinação de acordo com o Programa Nacional de Vacinação é a principal medida de prevenção, é gratuita e está disponível para todas as pessoas presentes em Portugal.

O sarampo é uma das doenças infecciosas mais contagiosas podendo provocar doença grave, principalmente em pessoas não vacinadas.

Importa assim garantir que toda a comunidade escolar esteja informada e alerta sobre os cuidados a ter.

Neste sentido a Direção-Geral da Saúde informa:

1. O vírus do sarampo é transmitido por contacto direto com as gotículas infecciosas ou por propagação no ar quando a pessoa infetada tosse ou espirra. Os doentes são considerados contagiosos desde 4 dias antes 4 dias depois do aparecimento da erupção cutânea;
2. Os sintomas de sarampo aparecem geralmente entre 10 a 12 dias depois da pessoa ser infetada e começam habitualmente com febre, erupção cutânea (progride da cabeça para o tronco e para as extremidades inferiores), tosse, conjuntivite e corrimento nasal;
3. Assim, recomenda-se:
 - i. Verifique o seu boletim de vacinas; se necessário vacine-se e vacine os seus;
 - ii. Se esteve em contacto com um caso suspeito de sarampo e tem dúvidas ligue para o SNS24 - 808 24 24 24;
 - iii. Se tem sintomas sugestivos de sarampo evite o contacto com outros e ligue para o SNS 24 - 808 24 24 24;
4. Em pessoas vacinadas a doença pode, eventualmente, surgir com um quadro clínico mais ligeiro e menos contagioso;
5. As pessoas que já tiveram sarampo estão imunizadas e não voltarão a ter a doença;
6. Poderá recorrer a materiais de divulgação em <https://www.dgs.pt/paginas-de-sistema/saude-de-a-a-z/sarampo1/materiais-de-divulgacao.aspx>;
7. Junto se envia link para vídeo sobre sarampo https://youtu.be/1_NTw6rw0o0;
8. Para mais informações sobre sarampo, consulte o site da Direção-Geral da Saúde, em <https://www.dgs.pt/saude-publica1/sarampo.aspx>.