

Ébola. O que é?

O vírus Ébola encontra-se em alguns países africanos em reservatórios naturais, e foi descoberto pela primeira vez em 1976 no antigo Zaire (atual República Democrática do Congo) perto do rio Ébola ao qual se deve o seu nome.

Desde então, foram detetados alguns surtos na África Subsariana. A epidemia de 2014 na África Ocidental é a maior já registada deste vírus tendo causado 4877 mortes e 9936 doentes até 19 de Outubro de 2014. Os países afetados, com transmissão disseminada, são de momento a Serra Leoa, a Guiné-Conacri e a Libéria. Em simultâneo decorre um surto não relacionado, na República Democrática do Congo (província Equateur).

Existem alguns casos importados e secundários para os Estados Unidos e para a Europa que não formaram cadeias de transmissão. A Nigéria e o Senegal também foram afetados, mas atualmente são consideradas zonas livres de vírus Ébola.

A transmissão da doença por exposição primária acontece numa zona endémica do vírus Ébola e tudo indicia que os morcegos da fruta ([Pteropodidae](#)) serão o reservatório natural do vírus. Pensa-se que os primatas podem ser infetados através da ingestão de frutos contaminados pelo vírus Ébola (contaminação através da saliva de morcegos).

Depois de infetados, ocorre uma multiplicação rápida do vírus nos primatas não humanos que, se não for acompanhada por uma resposta capaz do sistema imunitário, poderá ser mortal. A partir de primatas e/ou de outras espécies de animais infetados, pode verificar-se transmissão ao ser humano.

A exposição secundária envolve, assim, transmissão através de primatas e transmissão entre humanos e/ou com superfícies ou objetos contaminados.

Um método comum de transmissão na África Ocidental são os rituais fúnebres que envolvem contacto com o corpo de vítimas mortais através dos seus líquidos e fluidos corporais.

Também especialmente expostos estão os prestadores de cuidados de saúde que manuseiam diretamente fluidos de doentes e materiais médicos contaminados.

A propagação da epidemia tem tido como base estes métodos de transmissão.

No resto do mundo, até à data, só se verificou a doença através de importação de casos provenientes de áreas afetadas. Raramente, estes casos esporádicos importados deram origem a casos secundários, mas sem evidência de cadeias de transmissão.

O risco para Portugal é, de momento, baixo, e assenta na possibilidade de uma pessoa doente viajar para o país (caso importado).

Índice

[O que é a doença por vírus Ébola?](#)

[Quais são os países afetados pela doença?](#)

[Quais são os sintomas?](#)

[Como se transmite a doença?](#)

[Como não se transmite a doença?](#)

[O que fazer se acha que pode estar infetado?](#)

[Quem está em risco de ser infetado?](#)

[Como evitar a transmissão?](#)

[Como é feito o diagnóstico da doença?](#)

[Como se trata a doença?](#)

[Os serviços de saúde portugueses estão preparados para responder a uma situação de doença por vírus Ébola?](#)

[Vou viajar para um país afetado pela doença. O que devo fazer?](#)

[Regresso de um país afetado pela doença. O que devo fazer?](#)

O que é a doença por vírus Ébola?

Ébola é o nome comum dado à doença rara mas mortal (letalidade de 25% a 90%) causada pela infeção por vírus Ébola. De momento, não existe tratamento específico para a doença, nem vacinas comercialmente disponíveis.

Quais são os países afetados pela doença?

- Decorre atualmente um surto de Ébola na Guiné-Conacri, Libéria e Serra Leoa. Existe também um surto não relacionado, na República Democrática do Congo (província Equateur);
- Há alguns casos importados e secundários nos Estados Unidos e na Europa, que não formaram cadeias de transmissão,
- Poderão aparecer novas áreas afetadas, enquanto o surto não for debelado.

Quais são os sintomas?

- Os sintomas mais frequentes são febre, náuseas, vômitos e diarreia, dores abdominais, dores musculares, dores de cabeça, dores de garganta, fraqueza e hemorragia inexplicada, que aparecem subitamente entre dois e 21 dias após a exposição ao vírus;
- A fase seguinte da doença pode caracterizar-se pelo aparecimento de manchas na pele, insuficiência hepática e renal. Alguns doentes apresentam igualmente hemorragias internas e externas abundantes e insuficiência de vários órgãos.

Como se transmite a doença?

- A doença por vírus Ébola é transmitida por contacto direto com fluidos ou secreções corporais (como sangue, vômitos, fezes, saliva ou sémen) de pessoas infetadas, mortas ou vivas. Pode também ser transmitida através do contacto direto com superfícies, objetos ou roupas contaminadas com fluidos de doentes. A doença pode ainda ser transmitida por contacto sexual não protegido até três meses depois de estes terem recuperado da doença;
- A doença pode também ser adquirida por contacto direto com sangue e outros fluidos corporais de animais portadores da doença ou pela ingestão da carne dos mesmos;
- De acordo com os estudos científicos conhecidos, a transmissão do vírus só ocorre quando uma pessoa apresenta sintomas.

Como não se transmite a doença?

- De acordo com os estudos científicos conhecidos, um doente infetado não transmite a doença até apresentar sintomas,
- O Ébola não é transmitido pelo ar ou pela água, ou, em geral, pelos alimentos. No entanto, em África, pode ser transmitido pela manipulação ou ingestão da carne de animais doentes e contacto com animais infetados,
- Os mosquitos ou outros insetos também não transmitem o vírus Ébola.

O que fazer se acha que pode estar infetado?

- Se regressou há menos de 21 dias de um dos países afetados pelo surto (Guiné-Conacri, Libéria e Serra Leoa) e tiver um ou vários dos sintomas descritos, não se desloque e evite o contacto com outros. Ligue imediatamente para a Linha Saúde 24 (808 24 24 24), descreva os seus sintomas e informe de que país regressou;
- A Linha Saúde 24 está disponível 24 horas por dia e está preparada para o aconselhar e para encaminhar para cuidados médicos, se necessário.

Quem está em risco de ser infectado?

- O risco de infecção é maior para quem esteja em contacto direto com sangue ou fluidos orgânicos de pessoas infectadas, nomeadamente os profissionais de saúde;
- O risco de infecção pelo vírus Ébola é 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 infectados, mortos ou vivos ou a superfícies, objetos e roupas contaminados.

Como evitar a transmissão?

- Se vai viajar para um dos países afetados pela doença, veja “[Vou viajar para um país afetado pela doença. O que devo fazer?](#)”;
- Na eventualidade de estar em contacto com um doente infetado, evite o contacto direto com sangue ou fluidos corporais e com objetos que possam estar contaminados (a mesma recomendação é válida para o caso de cadáveres infetados);
- O vírus Ébola pode permanecer ativo em superfícies e objetos durante alguns dias, em determinadas condições, não sendo inativado por refrigeração ou congelação. Na inativação (destruição) deste vírus em superfícies e objetos são utilizados produtos desinfetantes, tais como lixívia (hipoclorito de sódio) em concentração específica, álcool etílico a 70% (etanol 70%), radiação por luz ultravioleta, radiação gama, aquecimento a 60°C durante 60 minutos ou fervura durante 5 minutos;

No entanto, se suspeitar de contaminação de superfícies e objetos, não tente proceder à inativação do vírus e contacte de imediato a Linha Saúde 24 (808 24 24 24);

- Evite participar em cerimónias fúnebres de cadáveres infetados com o vírus Ébola;
- Evite o contato com animais que possam ser portadores do vírus Ébola;
- Evite relações sexuais não protegidas;
- Lave as mãos regularmente, utilizando sabão ou antissépticos;
- Cozinhe bem todos os alimentos;



VIAGENS PARA PAÍSES AFETADOS

Desaconselham-se as viagens não indispensáveis aos países afetados.

Em caso de viagem indispensável tome os seguintes cuidados:

Não contacte com: doentes ou cadáveres infetados com Ébola; objetos ou superfícies contaminados; animais, vivos ou mortos.

Cozinhe bem todos os alimentos.



DURANTE A ESTADIA EM PAÍSES AFETADOS

Se apresentar sintomas contacte a linha telefónica do Gabinete de Emergência Consular (**00 351 961 706 472** ou **00 351 217 929 714**), disponível 24 horas por dia.



DURANTE E APÓS O REGRESSO

Se apresentar sintomas durante a viagem de regresso, **informe** a tripulação imediatamente.

Se os sintomas se manifestarem no aeroporto, **alerte de imediato** um funcionário do aeroporto.

Após o regresso, **vigie o seu estado de saúde** durante 21 dias.

Se apresentar febre ou outros sintomas, **contacte de imediato** a Linha Saúde 24 (**808 24 24 24**), disponível **24 horas por dia**, referindo a viagem recente.

Como é feito o diagnóstico da doença?

Os sintomas iniciais da doença são comuns a várias outras doenças, pelo que é necessário aliar os critérios epidemiológicos (ter estado há menos de 21 dias numa área com atividade do vírus Ébola ou em contacto com pessoas doentes) aos critérios clínicos (sintomas).

Como se trata a doença?

- De momento, não existe tratamento específico para o Ébola, nem vacinas comercialmente disponíveis. O tratamento consiste primariamente em medidas de suporte;
- Os doentes infetados com o vírus Ébola têm de ser isolados em quartos especiais, com pressão negativa;
- São necessárias medidas adicionais de segurança para evitar a transmissão, que incluem a utilização de equipamentos de proteção individual para os profissionais de saúde.

Os serviços de saúde portugueses estão preparados para responder a uma situação de doença por vírus Ébola?

- Sim.
- A Linha de Saúde 24 (808 24 24 24) está disponível 24 horas por dia para o aconselhar sobre a doença e para o encaminhar, em caso de necessidade,
- Há três hospitais de referência: Hospital de S. João (Porto), Hospital de Curry Cabral e Hospital de D. Estefânia (Lisboa). Estes hospitais estão preparados, a nível de instalações, equipamentos e profissionais de saúde, para responder a situações de doença por vírus Ébola;
- O Instituto Nacional de Emergência Médica dispõe de ambulâncias e equipas de profissionais de saúde especialmente preparadas para o transporte de doentes. O Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge faz o diagnóstico laboratorial da doença. Caso seja necessário, as Autoridades de Saúde estão preparadas para fazer a vigilância dos contactos;
- Foi criada a [Plataforma de Resposta à Doença por Vírus Ébola](#), a nível nacional, que tem como objetivo operacionalizar os mecanismos para detetar precocemente casos importados, impedir ou minimizar a ocorrência de casos secundários e de cadeias de transmissão da doença em Portugal,
- A Direção-Geral da Saúde está em permanente contacto com as autoridades nacionais e internacionais.

Vou viajar para um país afetado pela doença. O que devo fazer?

- Desaconselham-se as viagens não indispensáveis aos países afetados.

Em caso de viagem indispensável, tenha em atenção o seguinte:

- Evite o contacto direto com fluidos ou secreções corporais de um doente ou de cadáveres e com superfícies, objetos e roupas que possam estar contaminados;
- Evite o contato com animais, vivos ou mortos, que possam ser portadores do vírus Ébola;
- Evite o consumo de carne de animais que possam ser portadores do vírus Ébola – cozinhe bem todos os alimentos;
- Evite habitats que possam ser povoados por morcegos, tais como cavernas, abrigos isolados ou instalações mineiras;
- Evite relações sexuais não protegidas;
- Lave as mãos regularmente, utilizando sabão ou antissépticos.
- O risco de infeção é maior nas instalações de prestação de cuidados de saúde. Evite deslocações não essenciais a esses locais. Deve ainda consultar as recomendações das autoridades locais das áreas afetadas. Em caso de necessidade, pode ainda contactar a linha telefónica do Gabinete de Emergência Consular (+351961706472 ou +351217929714), que funciona em permanência para situações de urgência ocorridas no estrangeiro.

Regresso de um país afetado pela doença.

O que devo fazer?

- Caso volte de um país afetado, deve estar atento ao seu estado de saúde durante 21 dias após o regresso,
- Se tem, teve ou vier a ter febre, náuseas, vômitos e diarreia, dores abdominais, dores musculares, dores de cabeça, dores de garganta, fraqueza e hemorragia inexplicada 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 as queixas que apresenta,
- 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,
- A Organização Mundial de Saúde recomendou aos países afetados o rastreio dos viajantes à saída, para deteção de doenças inexplicadas potencialmente ligadas a uma infeção pelo vírus Ébola. Estas pessoas podem ser impedidas de viajar, a menos que a deslocação decorra no contexto de uma evacuação médica.

FONTE: WWW.DGS.PT

FIM

