

Autor: Ana Pinto Oliveira; Catarina Oliveira

Última atualização: 2017/09/07

Palavras-chave: Vacinação, Medicina do viajante, Prevenção e controlo, Profilaxia pré-exposição, Profilaxia pós-exposição

Resumo

O aconselhamento do viajante é necessário para uma viagem segura e livre de doenças adquiridas no local de destino e no regresso. Quem viaja deve estar informado sobre os riscos de saúde relacionados com a sua viagem, procurando um aconselhamento especializado sobre as atitudes e medidas preventivas antes, durante e após a viagem.

A vacinação é uma das principais medidas com maior impacto na redução da morbidade e mortalidade das populações, e um dos objetivos da medicina do viajante. Para além das vacinas incluídas no Programa Nacional de Vacinação do nosso país, outras vacinas são aconselhadas (e algumas mesmo obrigatórias) quando visitamos diferentes regiões do Mundo.

Vacinação na Medicina do Viajante

As vacinas recomendadas para um viajante variam de acordo com a situação vacinal prévia, antecedentes pessoais, destino, objetivo e duração da viagem, e atividades desenvolvidas durante a estadia. São ainda considerados os potenciais efeitos adversos, eficácia, custo e disponibilidade da vacina. Apesar da elevada eficácia das vacinas, é importante a manutenção das outras medidas de prevenção.

Atualização das vacinas do Programa Nacional de Vacinação

Qualquer oportunidade é boa para atualizar as vacinas do Programa Nacional de Vacinação (PNV): Tuberculose, Difteria/Tétano/Tosse convulsa (DTP - tríplice), Poliomielite, Sarampo/Rubéola/Parotidite epidémica (VASPR), Hepatite B, Doença invasiva por Haemophilus. Influenzae B, Doença invasiva por Neisseria meningitidis C, Vírus do Papiloma humano (HPV) e Doença invasiva por Streptococcus. pneumoniae.

Antes de viajar, deve rever e atualizar todas as vacinas do Programa Nacional de Vacinação.

Vacinas recomendadas

A vacinação contra a **hepatite A** deve ser considerada quando há exposição a áreas com condições higieno-sanitárias insuficientes, embora existam casos descritos em indivíduos alojados em hotéis. É uma infecção de transmissão fecal-oral, com uma incidência estimada de 1/5000 viajantes por mês. Frequentemente

assintomática em crianças e jovens, mas na idade adulta pode ser grave.

A vacinação contra a **hepatite B** deve ser considerada para todos os viajantes, pois a maioria dos adultos que nasceram em Portugal não foram imunizados, embora seja de difícil previsão a exposição a sangue ou fluídos corporais infectados durante a viagem. O risco de infecção está aumentado quando as estadias são longas, ou quando existe contacto íntimo com habitantes locais, necessidade de cuidados médicos ou dentários, contactos sexuais, e tatuagens ou ??piercings?? corporais.

A vacinação contra a **febre tifóide** pode ser indicada para aqueles que viajam, por um período superior a 30 dias, para locais com condições higieno-sanitárias insuficientes, condições inadequadas de alojamento e convívio com a população local. A febre tifóide é uma doença transmitida através da ingestão de água e alimentos contaminados. A vacina deverá ser igualmente considerada para destinos como América Latina, Oceânia, África, e particularmente o Sudeste Asiático, onde ocorrem mais de 80% dos casos, especialmente se visitam amigos ou familiares.

Algumas vacinas são indicadas devido a um itinerário específico, independentemente do viajante ter um comportamento de risco. As vacinas contra a **poliomielite** e **meningite** estão incluídas no PNV, podendo ser exigidos reforços em viajantes adultos que realizem itinerários de risco. A vacina **meningocócica** é obrigatória para os peregrinos que se dirigem a Meca, Arábia Saudita, e deve ser recomendada aos viajantes que forem para países situados no ?cinturão de meningite africana?. A poliomielite encontra-se erradicada na maioria dos países, sendo endémica no Paquistão e Afeganistão. Os adultos que viajem para estes destinos e que já completaram o esquema vacinal devem receber uma dose de reforço.

A vacina contra a **febre amarela** deve ser indicada a todos os que viajem para áreas endémicas, como alguns países da América do Sul e África Subsariana. Um **Certificado Internacional de Vacinação** ou Profilaxia, comprovativo de vacinação contra a febre amarela é exigido aos viajantes que têm como destino estes países ou países que na altura da viagem tenham surtos de febre amarela, como os ocorridos no Brasil, Angola e República do Congo, entre 2015 e 2017.

A vacinação contra a **encefalite japonesa** é recomendada a viajantes que visitam zonas endémicas, como os países do Sudeste Asiático, Papua Nova-Guiné e região norte de Queensland, na Austrália, por um período de 30 dias ou mais. Devem também ser vacinados os viajantes que, embora permaneçam por um período de tempo inferior, visitem áreas rurais e agrícolas, particularmente durante a monção, ou que prevejam um grande número de atividades ao ar livre.

A vacina contra a **cólera** é recomendada para trabalhadores de ajuda humanitária e trabalhadores expostos a populações deslocadas em áreas onde a cólera é endémica ou epidémica. A doença é transmitida por água e alimentos contaminados. Desde o terremoto de 2010 no Haiti, a cólera tem sido endémica no país, bem como na República Dominicana e Cuba.

A vacina contra o **vírus da encefalite transmitida por carraças** deverá ser administrada aos viajantes que viajam para áreas endémicas, como Áustria, Estados Bálticos (Eslováquia, Estónia, Lituânia), República Checa, Hungria e Federação Russa. O risco de exposição é maior durante os meses de abril a novembro, em especial para os viajantes que fazem caminhadas ou que acampem em áreas florestais até uma altitude de cerca de 1.500 m. Esta doença é transmitida pela picada de carraça infectada ou, ocasionalmente, pela ingestão de leite não pasteurizado.

A **raiva** é uma doença letal, os viajantes devem evitar o contacto com animais, especialmente cães e gatos, e animais selvagens. O contacto suspeito com os morcegos deve ser seguido de profilaxia pós-exposição.

A vacina contra a **gripe** é indicada para todos os indivíduos com mais de 60 anos, portador de doença crónica ou

outra condição imunossupressora. Os viajantes que pretendem visitar locais com multidões, e os profissionais de saúde que viajam a trabalho, são considerados grupos de risco devendo ser vacinados.

Consulta do Viajante

A **Consulta do Viajante** destina-se a todos os que pretendem viajar, preferencialmente com uma antecedência de 4 a 6 semanas em relação à data de partida. Em Portugal, em cada uma das Administrações Regionais de Saúde, e nas Regiões Autónomas dos Açores e da Madeira, existe uma Consulta do Viajante e um Centro de Vacinação Internacional onde pode marcar a sua consulta.

Conclusão

As viagens internacionais podem acarretar risco de contrair doenças, evitáveis pela vacinação. O objetivo da Medicina do Viajante é reduzir a exposição a riscos de morbidade e mortalidade associados à viagem, com consciencialização dos viajantes e promovendo a prática de medidas preventivas.

Referências recomendadas

- [Sociedade Portuguesa Medicina do Viajante](#)
- [Serviço Nacional de Saúde](#)
- [Fit for Travel](#)
- [Centers for Disease Control and Prevention](#)

[Voltar à página inicial](#) [Tem alguma dúvida? Fale connosco](#) ·

[Ana Pinto Oliveira](#) • [Catarina Oliveira](#)