

Aedes aegypti



Recomendações a viajantes



Durante a estadia na Madeira

Proteja-se da picada do mosquito, particularmente nas primeiras 2-3 horas do amanhecer e no entardecer:

- Use roupas frescas, largas, de preferência de cores claras e que cubram a maior área corporal possível; opte por sapatos em vez de sandálias. Se usar sandálias, ponha meias;
- Prefira alojamento com ar condicionado;
- Aplique repelente de insetos nas áreas expostas do corpo:
 - Os repelentes que contêm DEET são os mais eficazes;
 - Leia e cumpra as instruções do fabricante;
 - Se aplicar repelentes em spray, faça-o em ambientes arejados, para evitar a inalação do produto;
 - Não use repelentes em crianças de idade inferior a 2 meses;
 - A utilização de repelentes deve ser sempre orientada por adultos;
 - Não aplique repelente sobre pele irritada ou com feridas;
 - Lave as mãos depois de usar o repelente para evitar o contacto com os olhos e boca;
- Tenha sempre em atenção as orientações das Autoridades de Saúde Locais.

Na estadia e até 21 dias após ter regressado a casa, tenha os seguintes cuidados:

- São sintomas sugestivos de dengue: febre de início súbito com dores de cabeça, dor retro orbitária, dores musculares, dores articulares, ou ainda, mais raramente, manchas no corpo ou hemorragias;
- Para o controlo da febre e das dores utilize paracetamol;
- Contacte, se necessário, o médico assistente ou um serviço de saúde local;
- Não use ácido acetilsalicílico (p.e. Aspirina®) e outros anti-inflamatórios não esteróides (p.e. ibuprofeno).

Recommendations to travelers



During your stay in Madeira

Protect yourself from mosquito bites particularly two to three hours after dawn and during the early evening:

- Cover up wearing light-coloured, long-sleeved, tucked-in shirts, long pants, preferably shoes not sandals (if wearing sandals put on socks);
- As for your accommodation: stay in an enclosed air-conditioned room;
- Use insect repellent on exposed skin:
 - Those containing DEET are the most effective;
 - Use as directed by the manufacturer;
 - If applying repellent in spray, do it in ventilated areas to avoid inhalation of the product;
 - Do not use repellents on children under the age of 2 months;
 - Children should not handle repellents;
 - Do not apply repellents to cuts, abrasions or irritated skin;
 - Wash hands after application, to avoid contact with eyes and lips.
- Always take into account the guidelines of the Local Health Authorities

During your stay or after you return home (until 21 days after), pay attention to:

- Symptoms of dengue: fever of sudden onset, headache, retro orbital pain, myalgias, joint pain or, more rarely, bleeding or spots on the body.
- Use paracetamol to control fever or pain;
- Contact, if necessary, a local health service or the attending physician;
- Do not use acetylsalicylic acid (eg.: Aspirin®) and other anti-inflammatory drugs (eg.: ibuprofen).



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

R. das Pretas, nº 1, 9004-515 Funchal
Tel.: 291 212 300 * Fax: 291 281 421
Email: iasaude@iasaude.sras.gov-madeira.pt
<http://iasaude.sras.gov-madeira.pt/mosquitos>