

Manter a vacinação atualizada é fundamental para uma viagem saudável

Sex 04 janeiro

Com o início do verão e das férias escolares, chega também um dos momentos mais esperados por muitas pessoas, a viagem. Por isso, a [Secretaria de Estado de Saúde de Minas Gerais \(SES-MG\)](#) orienta sobre os riscos e cuidados importantes com a saúde antes de arrumarem as malas e tirarem alguns dias de folga.

Para a diretora de Vigilância Epidemiológica da SES-MG, Janaína Almeida, é importante, ao planejar um destino, se informar sobre os riscos que a região a ser visitada oferece. E, para isso, estar em dia com as imunizações é fundamental, visto que muitas doenças comuns em diversas regiões do país e do mundo já possuem vacinas previstas no calendário nacional de imunização de crianças, adolescentes, adultos e idosos.

“O Programa Nacional de Imunizações do Brasil é um dos maiores do mundo, ofertando 45 diferentes imunobiológicos para toda a população. Há vacinas destinadas a todas as faixas etárias e campanhas anuais para atualização da caderneta de vacinação. A imunização é a principal medida de prevenção e controle de uma série de doenças e, por isso, é necessário que o viajante mantenha o cartão de vacina atualizado”, explica.

Ainda segundo Janaína, no Brasil não há obrigatoriedade de comprovação vacinal para entrada no país. No entanto, “o Ministério da Saúde recomenda aos turistas internacionais que vierem visitar o país, para atualizarem a sua situação vacinal previamente à chegada ao Brasil, em especial, as vacinas contra febre amarela, poliomielite, sarampo e rubéola, difteria e tétano”, acrescenta.

Vacinas importantes para os viajantes

Febre amarela - A vacina contra a febre amarela é indicada para residentes e/ou viajantes que se destinam às Áreas com Recomendação de Vacinação (ACRV), com pelo menos 10 dias de antecedência da data da viagem, tempo necessário para que a vacina confira proteção contra a infecção. Todo o Estado de Minas Gerais é área de recomendação para a vacina;

Sarampo - Por se tratar de uma doença potencialmente grave e de alta transmissibilidade, é importante que os turistas atualizem sua situação vacinal contra o sarampo antes de se deslocarem para o Brasil. A doença possui alta incidência em países da América do Norte e Europa;

Difteria, tétano e poliomielite - Recomenda-se que os turistas estrangeiros venham ao Brasil com esquema de vacinação completo para difteria, tétano e poliomielite, de acordo com as indicações preconizadas no país de origem.

Destinos Internacionais

Para viagens internacionais, a orientação é que o viajante esteja com a sua situação vacinal atualizada, conforme as orientações do [Calendário Nacional de Vacinação](#).

O viajante deve incluir o cartão de vacinação entre os documentos da viagem, pois, conforme as normas do [Programa Nacional de Imunizações \(PNI\)](#) do Ministério da Saúde, este é o documento que comprova, em território nacional, a vacinação. No entanto, para viagens internacionais, é importante dispor também do Certificado Internacional de Vacinação ou Profilaxia (CIVP), documento que comprova a vacinação contra doenças, conforme definido no Regulamento Sanitário Internacional.

Segundo a diretora de Vigilância Epidemiológica da SES-MG, Janaína Almeida, alguns países da Europa, África e Ásia, não apresentam uma cobertura vacinal muito ampla contra o sarampo, o que leva ao surgimento de diversos casos durante todo o ano.

“Neste sentido, recomenda-se que profissionais da área de turismo e viajantes residentes no Brasil, que forem viajar para o exterior, procurem um posto de saúde pelo menos quinze dias antes da viagem, para serem vacinados”, observa.

Ao retornar de viagem ao exterior, continua Janaína, "o viajante deve ficar atento: se apresentar febre, manchas avermelhadas pelo corpo, acompanhadas de tosse ou coriza ou conjuntivite, até 30 dias após seu regresso, estes podem ser sinais e sintomas do sarampo. Recomenda-se que procure imediatamente um serviço de saúde, informe seu itinerário de viagem, permaneça em isolamento social e evite circular em locais públicos”, finaliza.

Centros de Orientação à Saúde do Viajante

Os Centros de Orientação à Saúde do Viajante (COV) fazem parte de uma rede de atenção à saúde do viajante e têm o objetivo de atender e orientar as pessoas que viajam a aderirem às práticas e cuidados com a saúde, e realizar a emissão do Certificado Internacional de Vacinação ou Profilaxia (CIVP).

O Certificado Internacional de Vacinação e Profilaxia (CIVP) é um documento exigido por alguns países do mundo como comprovante de que a vacinação está em dia. Para obter o Certificado é necessário se vacinar e comparecer a um [Centro de Orientação de Viajantes](#) apresentando o cartão de vacinação devidamente preenchido e um documento de identidade com foto.

Em Minas Gerais, existem quatro Centros de Orientação de Viajantes, dois deles públicos. O primeiro está localizado no Aeroporto de Confins (telefone 31 3689 -2009) e o segundo na Secretaria Municipal de Saúde de Belo Horizonte (telefone 31 3246 – 5026). A lista completa dos Centros está disponível [neste link](#).

Dicas gerais

Além da vacinação, alguns cuidados são fundamentais para que o viajante tenha uma viagem tranquila e saudável:

- Utilize preservativo nas relações sexuais, pois essa é a forma mais segura de se proteger da

AIDS e de outras doenças sexualmente transmissíveis;

- Evite exposição excessiva ao sol. Use protetor solar no mínimo 30 minutos antes da exposição (FPS 30), reaplicando conforme orientação do fabricante. Utilize também óculos de sol e chapéu de aba larga;
- Se o viajante ficar doente dentro da embarcação, comunicar o fato imediatamente à equipe de bordo. Eles tomarão as devidas providências e alertarão dos serviços de saúde local;
- Em caso de adoecimento durante a sua estadia, busque atendimento médico e evite a automedicação;
- Viaje com o Calendário Nacional de Vacinação em dia;
- Após o retorno da viagem, caso apresente febre ou outros sintomas como diarreia, problemas de pele ou respiratórios, procure imediatamente um serviço de saúde e informe quais as regiões que visitou.