

## **Serviços de Saúde notificados para dois casos de infecção colectiva de gripe**

Os Serviços de Saúde foram notificados no dia 14 de Janeiro para a detecção de dois (2) casos de infecção colectiva de gripe diagnosticados.

O 1.º caso foi detectado na turma K1A da Escola Secundária Pui Ching, localizada na Avenida de Horta e Costa, tendo sido infectados sete (7) alunos e um (1) trabalhador, sendo quatro (4) do sexo masculino e quatro (4) do sexo feminino;

O 2.º caso foi detectado na turma “Wen” do 7.º ano da Escola Luso-Chinesa Técnico-Profissional, localizada na Rua 1.º de Maio, tendo sido infectados seis (6) alunos, sendo quatro (4) do sexo masculino e dois (2) do sexo feminino.

Desde o dia 8 de Janeiro, os doentes começaram a manifestar sintomas de infecção do tracto respiratório superior como febre, tosse e entre outros, tendo alguns deles sido submetidos a tratamentos médicos. As condições clínicas dos doentes são consideradas ligeiras, não foram registados casos graves ou outras complicações.

Os estabelecimentos em causa já aplicaram medidas de controlo, como o reforço na desinfecção, limpeza e manutenção da ventilação de ar no interior das instalações, assim como o cumprimento rigoroso da norma do isolamento dos doentes.

Com vista a diminuir a infecção da gripe e de outras doenças do tracto respiratório superior, os Serviços de Saúde pretendem sensibilizar os residentes para adopção das seguintes medidas de prevenção:

1. Vacinar-se anualmente contra a gripe sazonal;
2. Receber, em tempo oportuno, a vacina contra a Covid-19 recomendada;
3. Assegurar que todos os membros do agregado familiar têm um sono adequado, uma alimentação equilibrada e uma prática frequente de desporto;
4. Manter o hábito de uma boa higiene pessoal e lavar frequentemente as mãos;
5. Cobrir a boca e o nariz quando espirrar ou tossir, bem como manusear cautelosamente as secreções orais e nasais expelidas com um lenço de papel e deitá-lo num caixote de lixo com tampa e depois limpar imediatamente as mãos; quando não tiver lenço, usar a manga da camisola ou cotovelo em vez das palmas das mãos;
6. Manter uma boa ventilação de ar e uma boa higiene ambiental;
7. Evitar deslocar aos lugares densamente povoados;
8. Usar máscara no caso de ter sintomas de gripe, de necessitar de cuidar de doentes ou de recorrer a um hospital ou clínica;

9. Em caso de indisposição, recorrer de imediato a um médico e permanecer em casa para descanso, devendo ser procurado o atendimento médico, se os sintomas se agravarem.