

## **Comunicado dos Serviços de Saúde, 13 de Março de 2025**

### **Serviços de Saúde: Detectado um (1) caso de infecção colectiva de gripe**

Os Serviços de Saúde foram notificados no dia 13 de Março para a detecção de um (1) caso de infecção colectiva de gripe diagnosticados.

O caso foi detectado na turma K1A do Jardim de Infância D. José da Costa Nunes, localizado na Avenida de Sidónio Pais, tendo sido infectados sete (7) alunos, sendo três (3) do sexo masculino e quatro (4) do sexo feminino.

Desde o dia 11 de Março, 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 e internamento.

O estabelecimento em causa já aplicou 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.