

# Telemedicina como ferramenta na medicina de viagem

Há muitos anos, já se conhece os hábitos dos seres humanos em viajar, como em relação aos Nômades, pessoas que não possuem um lugar fixo e estão em constantes mudanças.

O homem sempre viajou, desde a pé, barco à vela e até mesmo hoje em dia de avião, por exemplo. O que leva as pessoas a procurar por novas experiências variam do turismo, busca por conhecimentos, negócios, aos trabalhos voluntários.

O [objetivo](#) dessa área é baseado em redução de risco e agravos para a morbimortalidade relacionados à viagem, garantindo informação, automonitorização de sua saúde e promovendo as medidas preventivas aos viajantes.

Quer saber mais sobre o assunto da telemedicina e viagem? Então, continue a leitura e confira alguns detalhes antes de viajar ou de atender algum viajante.

## Como é a atuação médica dessa área

A medicina de viagem inclui diversas áreas além das Doenças Infecto Parasitárias, como medicina preventiva, psiquiatria e ciências comportamentais.

Os **problemas de saúde mais comuns** que afetam os **viajantes** são: Diarréias (68%), Afecções de vias aéreas superiores (31%) e a febre (15%). Portanto, é necessário o atendimento com o especialista antes das viagens para esclarecer dúvidas, estabelecer um programa vacinal com cobertura para as doenças mais comuns do local. Dependendo, é necessário prescrever profilaxia para Malária, além de manter o paciente informado desenvolvendo a autopercepção de saúde, o que chama-se de “Sentinela informada”.

Outra questão, é que na consulta índice deve-se considerar o local e o tipo de viagem, a duração e características do viajante.

## Linha do tempo da especialidade

Desde a [década de 80](#), a **medicina de viagem** está em **constante crescimento** em decorrente ao aumento do acesso e facilidade para viagens.

O primeiro atendimento de [Medicina de Viagem, no Brasil](#), foi em março de 1997 por iniciativa de alguns

professores de DIP da Faculdade de Medicina da UFRJ. Depois, em dezembro de 2001, no Rio de Janeiro, foi realizado a primeira mesa redonda sobre o tema em um Congresso de Infectologia.

Em fevereiro de 2002, houve outra mesa redonda no Congresso da Sociedade Brasileira de Medicina Tropical em Foz do Iguaçu. Por fim, em junho de 2002, aconteceu a primeira Jornada de Medicina de Viagem, no Instituto de Infectologia Emílio Ribas, em São Paulo.

De acordo com dados da [Organização Mundial do Turismo](#), em 2003 houve deslocamentos de 700 milhões de pessoas pelo globo. A previsão era que aumentasse para 1 bilhão em até 2010, com expectativa para 1,6 bilhões até 2020.

## Orientação aos viajantes

A [distribuição das doenças infecciosas](#) no Brasil varia de região para região, conforme o **nível de desenvolvimento do local**. A mais conhecida das moléstias é a **diarreia do viajante**.

Portanto, é preciso orientar adequadamente sobre os riscos de adquirir doença:

- Transmitidas pela água e alimentos contaminados;
- Picadas de insetos, mordedura de animais silvestres;
- Cuidados gerais com acidentes automobilísticos e afogamento.

Deve-se procurar o médico entre **4 a 8 semanas antes de viajar**, ter cuidados de prevenção das doenças endêmicas do local e fazer exames/tomar vacinas necessárias.

## Preparativos durante os passeios

O Brasil é considerado um país de clima quente e portanto é preciso [recomendar](#) sobre a ingestão de líquidos para evitar desidratação e o uso do protetor solar.

Além disso, é preciso usar roupas confortáveis e sapatos fechados para maior segurança durante caminhadas e passeios. Usar repelentes quando necessário, para evitar doenças transmitidas por insetos. Ademais, é preciso lembrar sobre **evitar alimentos crus ou mal cozidos** e em condições de higiene precárias.

## Importância da telemedicina

Quando se trata de viagem, o importante limitador entre o paciente e o médico é a **distância**. Sendo assim, a telemedicina representa **ferramenta facilitadora** para cessar possíveis **dúvidas**, **questionamentos** e **intercorrências** durante todo trajeto.

Com esse instrumento, há a capacidade de enviar fotos sobre alguma lesão ou até mesmo alimento, para saber a opinião do seu médico assistente, saber qual medicamento pode tomar e acompanhar os sinais vitais durante períodos da viagem, por exemplo.

## Vacinas de rotina e específicas para as viagens

As vacinas **recomendadas** são as de **rotina** de acordo com a faixa etária e as **específicas** para viagem de acordo com a OMS.

Continue a leitura para conhecer mais sobre as vacinas recomendadas.

Os **especialistas em viagem do Hurb** também deram dicas bem bacanas sobre vacinação para turistas no [Mundo HU](#).

## Viagem para Europa, África e Ásia

A **Poliomielite** consiste em uma doença viral que atinge mais as crianças, podendo ser **fatais**.

É preciso ter atenção ao viajar para a Europa, África e Ásia, pois é uma doença endêmica dessas regiões. De acordo com a caderneta da criança, são 3 doses ao longo do primeiro ano de vida, com reforço entre 15-18 meses e aos 5 anos de idade.

Após esse período deve ser feito reforço de 10 em 10 anos. Já os adultos que forem viajar e que já receberam as 3 ou mais doses da vacina, devem receber outra antes de viajar. Ao contrário disso, deve primeiro completar o cronograma de vacinação.

Outra doença importante nessas regiões é a **Raiva**. É uma doença grave, com mortalidade de 100% dos casos. Deve ser tomadas 3 doses com intervalo de 7 dias entre cada uma.

## Viagem para América do Sul e África

A [febre amarela](#) é a vacina obrigatória para todos os brasileiros por todo mundo. A sintomatologia da doença transmitida pelo mosquito infectado é cefaleia, febre, náuseas e vômito. As **medidas preventivas** são uso de repelentes, usar roupas compridas e locais com telas de proteção. A vacinação integral imuniza para a vida toda, e é a única que é aceita para viagens ao exterior.

## Viagens para Europa, América, África e Ásia

É **obrigatória** a **vacina meningocócica** para os peregrinos que se dirigem à Meca, na Arábia Saudita. Há duas vacinas para prevenção da doença: meningocócica B e as vacinas conjugadas (C e ACWY). São dadas 2 a 3 doses no primeiro ano de vida. Em adultos a dose é única, podendo ou não fazer reforço.

Já o [tétano](#) é uma doença causada por bactéria encontrada no meio ambiente sob a forma de esporos. A doença compromete terminais nervosos e pode evoluir para comprometimento da musculatura respiratória. A prevenção do tétano é com a vacina antitetânica e a dT, que possui prevenção contra a Difteria também.

Tanto a vacina de [Tétano](#) quanto da [Difteria](#) é realizada nas crianças com 3 doses durante o primeiro ano de vida, com reforço aos 15 meses e outro entre 4-6 anos de idade. Após esse período é preciso reforço a cada 10 anos para proteção completa.

Outra vacina importante de ser realizada é a [Hepatite A e B](#), principalmente se for viajar para regiões com saneamento básico precário. São feitas 2 doses, com intervalo de 6 meses entre elas.

Além disso, é preciso prevenir contra a [Febre Tifóide](#) também. Os sintomas mais comuns são cefaléia, bradicardia, esplenomegalia, manchas rosadas pelo corpo, constipação ou diarreia, calafrios e febre. A vacina é feita com uma dose a cada 3 anos.

## Viagem para a Europa

A [vacina Tríplice viral](#) protege contra [Sarampo](#), Caxumba e Rubéola. As crianças a partir dos 12 meses deve tomar 1 dose, com reforço entre 15-24 meses. Já as crianças a partir de 2 anos e adultos devem tomar 2 doses com intervalo de 1 mês entre elas.

## Viagem pelo Mundo

Uma das doenças mais comuns no mundo todo é a [Gripe](#), devido à facilidade em disseminar.

Apresentando-se com dores na articulação, tosse, febre e dor de cabeça.

A proteção deve ser feita com vacina anual.

Dessa forma, o tema é importante para a formação médica. Ainda não há no Brasil o calendário vacinal específico dos viajantes. No entanto, a [vacinação é capaz](#) de proporcionar uma **proteção individual** e maior tranquilidade durante a visita ao mundo, mas também garante **segurança para a saúde pública** evitando a importação e exportação de doenças.

Se você gostou deste post sobre medicina de viagem e quer ter acesso a mais conteúdo relacionado à saúde dos viajantes e o benefício que a Telemedicina traz para a especialidade, assine nossa newsletter! Você vai começar a receber novidades diretamente em seu e-mail.

Texto: Lyz Tavares