

# COLERA: INFORMAÇÃO PARA PROMOTORES DE SAUDE ou ACTIVISTAS

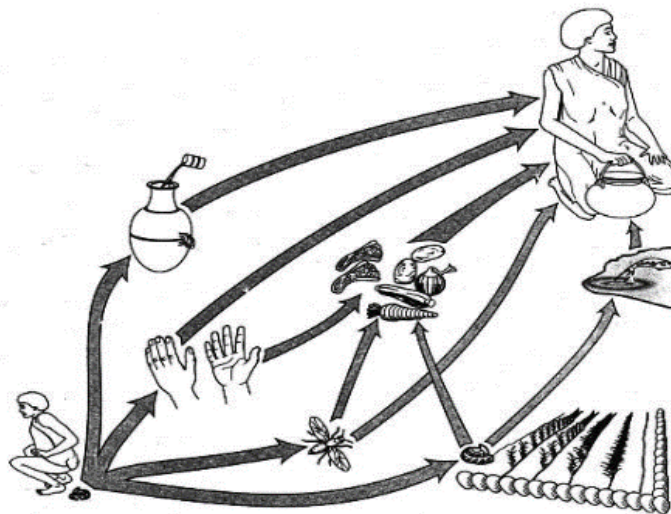
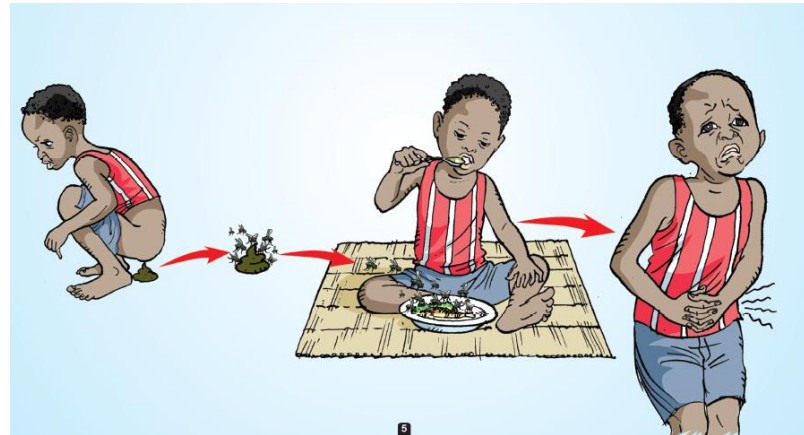
## O que é cólera?

- Diarreia severa aquosa (semelhante a água de arroz), as vezes com vômitos
- Se não for tratada rapidamente pode levar a morte dentro de horas, numa pessoa que era até há pouco tempo saudável
- Afecta os adultos e as crianças
- As fezes do doente de cólera podem contaminar muitas outras pessoas



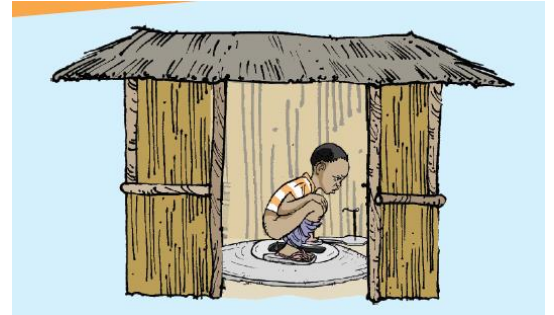
## Como é que se apanha a cólera?

- *Através de uma fraca higiene ou falta de saneamento*
- *Por não lavar as mãos depois de usar a latrina*
- *Por não lavar as mãos antes de prepara alimentos ou comer*
- *Por não lavar/preparar bem os alimentos*
- *Através do aperto de mão com uma pessoa que não lavou as suas mãos*
- *Bebendo água contaminada*



## Como prevenir a cólera?

- Beber água tratada/ segura
- Tapar os alimentos depois de cozinhar
- Alimentos limpos e bem cozidos
- Lavar as mãos com água e sabão ou cinza depois de usar a latrina, antes de prepara ou comer
- Usar a latrina ou sanitária
- Vacinar



## O que é a vacina contra a cólera?

- Chama -se Shanchol
- Vacina Oral
- É necessário 2 doses entre 2 ou 3 semanas de intervalo
- 1 Dose apenas não é efectiva.
- 1 Frasco é para 1 pessoa
- A pessoa deve tomar todo o frasco
- O frasco contém uma quantidade pequena de líquido



### Quem pode apanhar a vacina?

- Todas as pessoas com idade superior a 1 ano
- Mulher grávida
- Cada pessoa deve receber 2 doses 2 semanas após à primeira dose para uma protecção completa!
- Não para pessoas doentes
- A vacina é para toda gente, excepto crianças com idade inferior a 1 ano
- Se alguém ficar doente depois de tomar a vacina encaminhe à Unidade Sanitária
- A vacina tem um sabor amargo: É normal, não há problema informa as pessoas sobre o sabor
- Todas as vacinas orais contra a cólera podem ter efeitos colaterais.
- Os efeitos colaterais são geralmente ligeiros: dores abdominais, vómitos, diarreia
- Se tiver efeitos colaterais encaminhe a pessoa à Unidade Sanitária

