



¿ Vienes de un lugar donde hay brotes o enfermedades endémicas transmitidas por mosquitos Aedes (p.ej. dengue, zika, chikungunya y fiebre amarilla)?

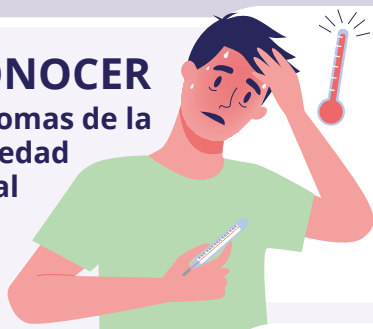
Durante tu estancia/regreso a Madeira o Porto Santo, se recomienda:

PREVENIR picaduras



- Aplicar repelente de insectos en las zonas expuestas del cuerpo, según las instrucciones del fabricante;
- Usar ropa fresca y holgada, preferiblemente de colores claros y que cubra la mayor parte posible del cuerpo; optar por zapatos en lugar de sandalias o usa calcetines.

RECONOCER los síntomas de la enfermedad vectorial



Estar alerta a la aparición de fiebre alta, fuertes dolores de cabeza, dolor detrás de los ojos, dolores musculares y articulares, náuseas, vómitos, inflamación de ganglios o erupción cutánea.

ELIMINAR dudas



En caso de síntomas, buscar servicios de salud, mencionar tu historial de viaje y seguir las indicaciones de los profesionales de la salud.

✓ EN CER AL MOSQUITO...
TU ACCIÓN ES IMPORTANTE



Vem de um local onde existem surtos ou são endémicas as doenças transmitidas pelo mosquito do género Aedes (p.ex. dengue, zika, chikungunya e febre amarela)?

Durante a estada/regresso à Madeira ou Porto Santo, é recomendado:

PREVENIR picadas



- Aplicar repelente de insetos nas áreas expostas do corpo, conforme as instruções do fabricante;
- Usar roupas frescas, largas, de preferência de cores claras e que cubram a maior área corporal possível; optar por sapatos em vez de sandálias ou usar meias.

RECONHECER sintomas de doenças vectoriais



Estar atento ao aparecimento de febre alta, fortes dores de cabeça, dores atrás dos olhos, dores musculares e articulares, náuseas, vómitos, glândulas inchadas ou erupção na pele.

ELIMINAR dúvidas



Em caso de sintomas, procurar os serviços de saúde, mencionar o seu histórico de viagem e seguir as orientações dos profissionais de saúde.

✓ EN CER O MOSQUITO...
A SUA AÇÃO É IMPORTANTE

Venez-vous d'un endroit où il y a des épidémies ou des maladies endémiques transmises par les moustiques Aedes? (par ex. la dengue, le zika, le chikungunya et la fièvre jaune)?

Lors de votre séjour/retour à Madère ou Porto Santo, il est recommandé de:

PRÉVENIR les piqûres



- Appliquer un insectifuge sur les zones exposées du corps, selon les instructions du fabricant;
- Porter des vêtements légers et amples, de préférence de couleur claire et couvrant la plus grande surface possible du corps; opter pour des chaussures plutôt que des sandales ou porter des chaussettes.

RECONNAÎTRE les symptômes des maladies vectorielles



Être attentif à l'apparition d'une forte fièvre, de maux de tête sévères, de douleurs derrière les yeux, de douleurs musculaires et articulaires, de nausées, de vomissements, de ganglions enflés ou d'éruptions cutanées.

ÉCARTER vos doutes

Encas de symptômes, recherchez des services de santé, mentionnez vos antécédents de voyage et suivez les instructions des professionnels de santé.

**LUTTER CONTRE LE MOUSTIQUE...
VOTRE ACTION EST ESSENTIELLE**

Are you coming from a place where there are outbreaks or where diseases transmitted by the Aedes mosquito (e.g. dengue, zika, chikungunya and yellow fever) are endemic?

During your stay/return to Madeira or Porto Santo, you should:

PREVENT bites



- Apply insect repellent to exposed areas of the body, according to the manufacturer's instructions;
- Wear loose, fresh clothing, preferably in light colours and that covers as much of the body as possible; opt for shoes instead of sandals or wear socks.

RECOGNISE symptoms of vector-borne diseases



Be alert to the appearance of high fever, severe headaches, pain behind the eyes, muscle and joint pain, nausea, vomiting, swollen glands or a rash.

ELIMINATE doubts

If you experience symptoms, seek healthcare services, mention your travel history, and follow the instructions of healthcare professionals.

**DEFEAT THE MOSQUITO...
YOUR ACTION IS IMPORTANT**