

# Informações ao paciente da BMJ

Última publicação: Sep 14, 2022

## Disenteria amebiana: prevenção

**A disenteria amebiana, ou amebíase, é uma infecção nos intestinos (intestinos) causada por um tipo de organismo chamado ameba. É mais provável que você o obtenha se estiver viajando em um país em desenvolvimento. Essas informações mostram como você pode ajudar a evitar que isso aconteça com você.**

**Você geralmente tem disenteria amebiana depois de comer alimentos contaminados ou beber água contaminada. É mais comum em países onde as pessoas não têm água corrente limpa ou podem ter dificuldade em manter as cozinhas e os banheiros limpos.**

**Se você estiver viajando ou se mora em uma área onde a disenteria é um problema, há algumas coisas que você pode fazer para evitar contraí-la.**

### Água

- Não beba água da torneira.
- Não beba bebidas servidas com gelo. O gelo geralmente é feito de água da torneira.
- Em vez de água da torneira, beba água engarrafada (com um selo intacto), refrigerantes ou café ou chá quente.
- Você pode tornar a água segura para beber deixando-a ferver por alguns minutos.
- Você também pode usar pastilhas purificadoras de água e um filtro para tornar a água segura para beber. Você pode comprá-los em lojas de camping.
- Não use a água da torneira, nem mesmo para escovar os dentes, a menos que tenha certeza de que é segura.
- Não engula água enquanto estiver tomando banho ou ducha.
- Não nade em águas que possam estar contaminadas.

### Higiene alimentar

- Evite beber leite não pasteurizado ou comer produtos lácteos feitos com leite não pasteurizado.
- Evite comer frutas e vegetais crus, a menos que você mesmo possa descascá-los.

## Disenteria amebiana: prevenção

- Não coma alimentos cozidos que não estejam muito quentes quando servidos.
- Não coma comida de vendedores ambulantes.
- Lave as mãos depois de ir ao banheiro e antes de comer.

Se você ficar doente com diarreia depois de viajar, é importante informar seu médico sobre para onde você viajou. Isso afetará o tipo de tratamento que você precisa.

Seu médico pode aconselhá-lo sobre como garantir que você não transmita a infecção para outras pessoas. Se você trabalha com alimentos ou se é profissional de saúde, pode ser necessário ficar fora do trabalho até que seu médico lhe dê a autorização para voltar ao trabalho.

Informações do paciente da *BMJ Best Practice* de onde esta ficha é derivada e atualizada regularmente. A versão mais recente do Best Practice pode ser encontrada em [bestpractice.bmj.com](https://bestpractice.bmj.com). Esta informação destina-se a uso por profissionais de saúde. Ela não substitui orientações médicas. É fortemente recomendado que você verifique, de maneira independente, as informações contidas neste material e, caso você tenha algum problema de saúde, consulte seu médico.

Consulte os termos de uso completos da BMJ em: [bmj.com/company/legal-information](https://bmj.com/company/legal-information). A BMJ não faz nenhuma declaração, condição, justificativa ou garantia, de maneira expressa ou implícita, de que este material é preciso, completo, atualizado ou adequado para quaisquer fins específicos.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos os direitos reservados.

