

Dica da Saúde

Ixodídeos—carrças



As doenças transmitidas por vetores (mosquitos e carrças) emergiram ou reemergiram como resultado das alterações climáticas, demográficas e sociais, alterações genéticas nos agentes infecciosos, resistência dos vetores a inseticidas e mudanças nas práticas de saúde pública.

As carrças são parasitas externos que necessitam de um hospedeiro para sobreviver e reproduzir-se. Dependendo do tipo de estágio de vida da carrça, esta alimenta-se do sangue dos vertebrados (como por ex. seres humanos, cães, aves e répteis). O ciclo de vida das carrças compreende 4 fases: As carrças estão ativas durante todo o ano, porém a sua atividade aumenta desde o início da primavera ao fim do outono. As carrças podem transmitir infecções de um hospedeiro para outro, constituindo assim um perigo para os animais domésticos e para a saúde pública! A **carrça infetada**, ao picar pode ser responsável pela transmissão de doenças como a Doença de Lyme e a Febre escarotodular, normalmente designadas de "Febre da Carrça", que em situações muito graves **poderão levar à morte**.

"Pequena picada grande ameaça"



CARRÇAS... UM PERIGO PARA A SAÚDE ?

PROTEJA-SE ! A prevenção é a melhor forma de nos protegermos das carrças. Regras básicas de proteção, que devemos seguir para evitar o seu contacto quando são realizadas atividades ao ar livre:

Reduzir a área de pele exposta (vestuário de mangas compridas, calças compridas, meias por fora das calças e sapatos fechados).

Usar vestuário de cor clara para detetar facilmente alguma carrça presa à roupa. Ao regressar a casa, inspecionar cuidadosamente o corpo (ex. debaixo dos braços, orelhas, dentro do umbigo) para identificar alguma carrça fixa.

Caso seja detetada alguma carrça deverá ser removida de imediato dirija-se à unidade de saúde mais próxima.

NUNCA utilizar técnicas tradicionais de extração, tais como:

Envolver a carrça com uma substância gordurosa (ex. azeite ou vaselina).

Aproximar uma fonte de calor (ex. ponta de um cigarro ou fosforo)

Perfurar a carrça (ex. agulha, faca)

AS CARRÇAS ESTÃO ATIVAS DURANTE TODO O ANO.



SENDO QUE ENTRE OS MESES DE MAIO A SETEMBRO É A ALTURA DE MAIOR RISCO PARA OS HUMANOS E ANIMAIS CONTRAÍREM DOENÇAS RELACIONADAS COM AS CARRÇAS.

Culicídeos-Mosquitos

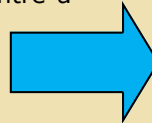


TRANSMISSÃO DE AGENTES INFECCIOSOS

Pequenos, mas perigosos, os mosquitos são conhecidos por picarem, podendo causar várias doenças e muito desconforto ao Homem.

O mosquito adulto fêmea necessita de refeições de sangue para efetuar a postura dos ovos. Estes vetores ao picarem estarão aptos a transmitir doenças como o Vírus do Nilo Ocidental, o Dengue, a Malária e a Febre-amarela, se tiverem desenvolvido o vírus no seu organismo. Os mosquitos encontram-se com facilidade por todo o mundo, especialmente em climas húmidos e quentes, estando mais ativos entre a Primavera e o Outono.

O ciclo de vida dos mosquitos compreende 4 fases:



SINAIS E SINTOMAS GERAIS

Manifestam-se entre 3 a 14 dias após a picada de um mosquito infetado e compreendem

Mal-estar geral,

- Dor de cabeça forte (cefaleias),
- Febre,
- Falta de apetite,
- Dores musculares (mialgias) e articulares (artralgias);
- Lesões na pele (erupções cutâneas).

MEDIDAS SIMPLES PARA COMBATER O AUMENTO DA POPULAÇÃO DE MOSQUITOS

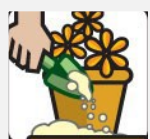
A medida prioritária para combater a proliferação destes vetores é eliminar os principais criadouros, nomeadamente fontes de água estagnada não valorizada, favoráveis à postura de ovos e desenvolvimento de larvas.



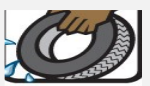
Evite frequentar locais com abundância de mosquitos entre o entardecer, noite e o amanhecer.



Se viajar informe-se sobre a necessidade de se vacinar contra a febre amarela e a encefalite japonesa, numa **consulta de saúde do viajante**

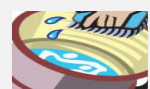


Os pratos dos vasos devem ser preenchidos com areia ou eliminados ou virados ao contrário



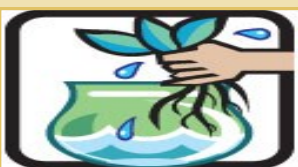
Entregue seus pneus velhos ao serviço de limpeza urbana guardando-os sem água em local aberto e abrigados da chuva.

Os pneus fora de uso devem ser entregues na Estação de Resíduos Sólidos ou mantidos secos e em local coberto.



Lave semanalmente por dentro com escovas e abão os tanques utilizados para armazenar água.

Os bebedouros dos animais devem ser lavados e esfregados todas as semanas. A água deverá ser mudada com frequência.



Se você tiver vasos de plantas aquáticas, troque a água e lave o vaso principalmente por dentro com escova, água e sabão pelo menos uma vez por semana

