



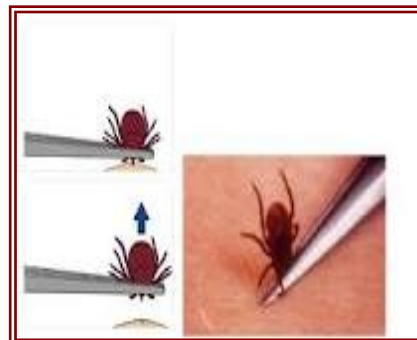
Sabia que...

A carraça pode fixar-se à sua pele e alimentar-se sem que a sinta!

A picada de carraças infetadas pode transmitir doenças: Febre escaro-nodular (febre da carraça), Doença de Lyme e Febre Q

Como remover uma carraça?

1. Prenda a carraça o mais próximo possível da pele com uma pinça de ponta fina, ou entre o polegar e o indicador protegidos com papel ou luvas
2. Rode ligeiramente a carraça e puxe até que se solte
3. Lave o local da picada com água e sabão
4. Lave as mãos com água e sabão



O que não fazer:

- Envolver a carraça com azeite ou vaselina
- Aproximar uma fonte de calor (fósforos ou cigarros)
- Perfurar o corpo da carraça

Estas práticas podem provocar regurgitação de saliva e aumentar a probabilidade de infeção

Procure uma Unidade de Saúde se:

- não conseguir remover a carraça ou parte dela
- tiver febre, dores musculares ou manchas nas palmas das mãos e plantas dos pés, entre 2 a 14 dias após a picada

Em atividades ao ar livre:

- Use camisa de mangas e calças compridas, meias por fora das calças e sapatos fechados, para reduzir a área de pele exposta
- Opte por roupas de cor clara para ver melhor as carraças
- Em casa observe o corpo para detetar carraças, sobretudo atrás das orelhas, na nuca, virilhas, axilas e atrás dos joelhos (Atenção às crianças!)

Cuidados a ter com os animais de companhia:

- Use repelentes (pipetas, coleira, comprimidos) conforme indicação do médico veterinário
- Verifique se têm carraças e remova-as
- As carraças também lhes transmitem doenças



PREVENIR, ainda é o melhor remédio!

dspp@arsalentejo.min-saude.pt