

Tenho de dar o meu gato se estiver grávida ou a planear engravidar?

Não.

Dicas úteis:



. Pedir a alguém para mudar a **caixa de areia** se possível. Se tiver que limpá-la, use luvas descartáveis e de seguida, lave as mãos abundantemente com água e sabão. Cubra as caixas de areia ao ar livre.

. Mudar a caixa de areia diariamente para que o parasita não se torne infeccioso (até 1-5 dias depois ser excretado nas fezes).

. Alimente o seu gato com comida comercial seca ou enlatada. **Nunca alimente os gatos com carne crua.**

. Mantenha os gatos dentro de casa. **Evite gatos vadios**, especialmente gatinhos. **Não adquira um novo gato** enquanto estiver grávida.

. O **cão** não representa qualquer risco, porque ao contrário do gato não elimina o parasita nas fezes.

TRATAMENTO E CONSEQUÊNCIAS

A infeção fetal confirma-se através da realização de análises.

O tratamento com antibiótico específico pode reduzir o risco de infeção para o bebé.

Os bebés infetados podem sofrer de:

- Malformações cerebrais
- Surdez
- Défice de visão
- Paralisia cerebral

Pode de igual forma ocorrer morte fetal ou parto prematuro.

Se está preocupada com a possibilidade de ter toxoplasmose, fale com o seu médico.

Elaborado por:

Dra. Elsa Costa – USF Monte Crasto

Dra. Lia Torres – USF Amanhecer

Dr. Miguel Domingues – USF São Pedro da Cova

Dra. Rubina Maciel dos Santos – USF Nascente

- médicos internos de Medicina Geral e Familiar

Data de Elaboração: Abril 2016

Data de Revisão: Abril 2017

Não sou imune à
Toxoplasmose...

E agora?



TOXOPLASMOSE

· A toxoplasmose é uma doença parasitária comum causada pelo parasita ***Toxoplasma gondii***. Este parasita é encontrado em gatos, outros animais e pessoas.

· Estima-se que 1/3 das pessoas no mundo sejam infetadas por este parasita durante a vida.

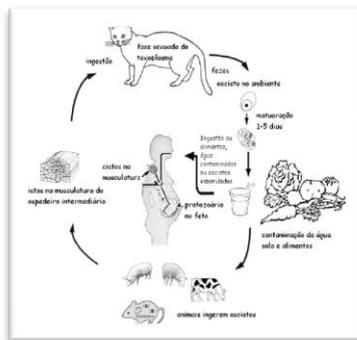
· A **infecção pode ocorrer** pela ingestão de alimentos infetados, como vegetais e legumes crus, carne ou peixe mal cozinhados, água ou como consequência duma higiene deficitária.

· A **transmissão mãe-feto** dá-se, maioritariamente, quando a infeção é adquirida pela primeira vez durante a gravidez.

Na população geral, a **infecção caracteriza-se** sintomas ligeiros e passageiros, semelhantes a uma gripe: febre, dores no corpo, aumento dos gânglios do pescoço e cansaço. Pode ocorrer sem sintomas.

IMUNIDADE À TOXOPLASMOSE

· Numa consulta de preconceção ou na primeira consulta e ao longo da gravidez, o seu médico de família irá avaliar a **imunidade** à Toxoplasmose.



O procedimento mais eficaz que pode fazer é lavar bem as mãos após manusear toda a carne, peixe, hortícolas e legumes.

Deve usar **luvas durante a jardinagem** e lavar as mãos cuidadosamente depois.

PRECAUÇÕES

· **Lave as mãos com água e sabão** após qualquer exposição a solo, areia, carne ou peixe crus ou vegetais não lavados.

· Coma carnes, peixes, vegetais e ovos **bem cozinhados**.

· Não prove a carne até estar totalmente cozinhada. **Congele** preferencialmente a **carne vários dias** antes de a consumir de forma a reduzir o risco de transmissão da infeção.

· Todos os **produtos hortícolas e frutos consumidos crus** devem ser lavados durante pelo menos **15 minutos** com um produto apropriado para a lavagem de alimentos.

· Pode optar por **descascar a fruta e vegetais** antes de comer.

· **Não coma** saladas já prontas ou embaladas.

· Não consuma peixe cru ou fumado, marisco cru ou *sushi*

· Evite carnes fumadas ou curadas, como o presunto. Pode comer fiambre.

· Evite leite não pasteurizado particularmente de cabra.

· **Lave as superfícies de trabalho da cozinha, as facas e tábuas de cortar** com água e sabão, depois de as utilizar.

· Se viajar para países menos desenvolvidos beba apenas água filtrada.