

CENTRO VACINAÇÃO INTERNACIONAL

Consulta do viajante

ZIKA

Doença transmitida por mosquitos infetados (género *Aedes*)



ZIKA – O QUE É?

É uma doença causada pelo vírus Zika, que é transmitido ao ser humano pela picada do mosquito infetado (género *Aedes*). Estes mosquitos transmitem outros vírus causadores de doença (ex: Dengue, Chikungunya e Febre Amarela). O vírus também pode ser transmitido, de forma menos frequente, pelos mosquitos do género *Culex*.

COMO SE TRANSMITE?

Os mosquitos depositam os seus ovos em locais com água parada ou próximo desta (baldes, bacias, potes e vasos de flores).

Estes mosquitos são mais ativos durante o dia, mas também podem picar durante a noite.

A principal forma de transmissão do Zika é através da picada do mosquito infetado com o vírus. No entanto, existem outras formas de transmissão importantes:

Durante a gravidez (transmissão materno-fetal)

A grávida infetada pode transmitir o vírus Zika ao feto, podendo causar microcefalia no recém-nascido (desenvolvimento incompleto do cérebro).

O vírus Zika já foi detetado no leite materno, mas a transmissão pela amamentação não foi comprovada.



Relações sexuais

O vírus Zika pode ser transmitido por via sexual (presença do vírus nos fluidos genitais), antes do início, durante e após o término dos sintomas (podendo também ocorrer sem o desenvolvimento de sintomas pela pessoa infetada).

Prevenção da infeção por via sexual:

- Relações sexuais protegidas com preservativo OU

- Abstinência sexual após o regresso de área afetada:
 - Homem (com ou sem sintomas) durante 3 meses
 - Mulher (com ou sem sintomas) durante 2 meses, se o casal viaja junto durante 3 meses.

Transfusão sanguínea

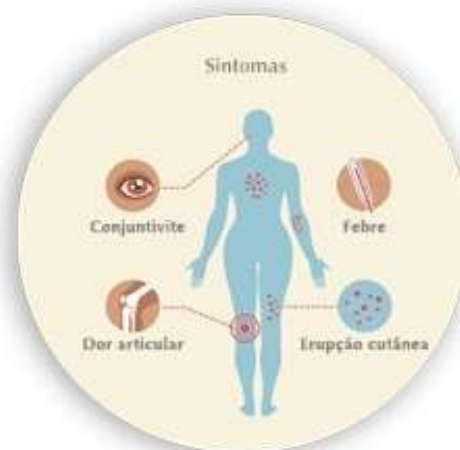
- Existem fortes evidências que o vírus Zika seja transmitido por transfusão de sangue e derivados.

COMO SE MANIFESTA A DOENÇA?

O período de incubação varia entre 3 e 12 dias após a picada do mosquito infetado.

- A maioria das infeções é assintomática (80%);
- Quando existem sintomas, os mais comuns (semelhantes aos de outras infeções virais, como o dengue) são:

- Conjuntivite (olhos vermelhos);
- Febre;
- Erupção cutânea (rash);
- Dores articulares e/ou musculares;
- Dores de cabeça ou mal-estar.



Estes sintomas são habitualmente ligeiros e duram em média 2-7 dias.

QUAL O TRATAMENTO?

Não existe tratamento específico. O tratamento é sintomático: ficar em repouso, beber muitos líquidos (para prevenir a desidratação); preferir medicamentos como o paracetamol para tratar a dor e a febre.

Se os sintomas piorarem, deve procurar cuidados médicos e aconselhamento.

ATENÇÃO

A pessoa doente não deverá tomar qualquer medicamento com ácido salicílico (ex.: aspirina) nem anti-inflamatórios não esteroides (ex.: ibuprofeno), uma vez que estas substâncias aumentam o risco de hemorragia, e até se excluir a possibilidade de outras doenças, como o Dengue.

COMO PREVENIR?

Atualmente não existe nenhuma vacina disponível.

Se viajar para zonas de risco:



Repelente

- Utilize repelentes aconselhados na consulta do viajante;
- Siga as instruções do fabricante;
- Aplique o repelente apenas nas zonas da pele expostas;
- Se utilizar protetor solar, aplique primeiro o protetor solar e só depois o repelente;
- Não aplique repelente nas mãos, olhos, boca ou pele irritada ou com cortes.



Roupas

- As roupas devem ser largas e de cor clara para diminuir a exposição corporal à picada (manga comprida, calças e calçado fechado);
- Mediante aconselhamento, aplique permetrina em roupas e calçado (não aplique permetrina diretamente na pele).



Crianças

- Não são recomendados repelentes em bebés com menos de 3 meses;
- Se possível, vista a criança com roupas que cubram braços e pernas;
- Cubra o berço e o carrinho com rede mosquiteira.



Casa

- Sempre que possível, ligue o ar condicionado a uma temperatura fresca (<math><20^{\circ}\text{C}</math>);
- Utilize redes mosquiteiras nas janelas e portas;
- Confirme que as redes mosquiteiras já existentes estão em boas condições;
- Evite a acumulação de água estagnada (ex: vasos, baldes, pneus, bacias, entre outros).

LEMBRE-SE SEMPRE DE:

- Levar toda a medicação que faz habitualmente (*stock* para mais dias) na bagagem de mão;
- Fazer um seguro de saúde adequado para a sua viagem (com repatriamento, se possível);
- Levar os contactos da Embaixada/Consulado de Portugal do respetivo destino;
- Marcar a consulta do viajante com antecedência (mínimo 4 semanas).

Fontes de informação: Organização Mundial de Saúde, *Centre for Disease Control and Prevention*, Direção-Geral da Saúde

Autoria: Centro de Vacinação Internacional - Porto