POSSO CONTINUAR A TER O MEU GATO? E O CÃO?

- Pode e deve manter o seu animal de estimação. É importante aplicar as medidas de prevenção.

O contacto com o cão ou outros animais, além do gato, não se associa à transmissão da toxoplasmose.

No caso de dúvidas, contacte o seu médico ou enfermeiro de família!

Bibliografia

- Programa Nacional para a Vigilância da Gravidez de Baixo Risco, Direção Geral da Saúde, Novembro de 2015

Fonte de imagens

- Guia Prático de Saúde, SemFYC, Associação Portuguesa de Medicina Geral e Familiar, tradução e adaptação julho de 2013.

Autores: Dr.ª Bruna Tavares, Enf.ª Joana Alves, SC Luciana Silva

Data de realização: 01/2023 **| Data de revisão: 01**/2024

Aprovação em Conselho Geral: 04/01/2023

USF Unidade de Saúde Familiar
Vale de Cambra

AS GRÁVIDAS E A TOXOPLASMOSE

USF Vale de Cambra
Rua do Hospital 3730-250 Vale de Cambra
Telefone: 256 423 666
Email: usf.valecambra@arsnorte.min-saude.pt

O QUE É A TOXOPLASMOSE?

A toxoplasmose é uma doença transmitida por um parasita chamado *Toxoplasma gondii*.

COMO É TRANSMITIDA A DOENÇA?

As formas de transmissão são as seguintes:

- Ingestão de carne mal cozinhada, produtos de charcutaria fumados, ovos crus contaminados.
- Ingestão de "ovos" expelidos pelos gatos (liteira, solo, fruta ou vegetais mal lavados, água).
- Através da placenta.

Não é possível a transmissão entre pessoas!

QUAIS OS SINTOMAS E CONSEQUÊNCIAS?

- **Para a grávida:** habitualmente não sofre consequências da infeção. Pode ter febre, mal estar geral ou cansaço. É uma situação benigna e passageira.
- **Para o bebé:** dependendo do momento de infeção, esta pode ser transmitida, pela placenta, para o bebé, podendo resultar em malformações fetais.

COMO SE DIAGNOSTICA A INFEÇÃO?

- Existem grávidas imunes à infeção pelo que nunca ficarão doentes.
- As grávidas em risco realizam análises ao longo da gravidez que detetam a infeção.

COMO POSSO PREVENIR A INFEÇÃO?

<u>Cuidados com a alimentação</u>

- Comer a carne sempre bem passada.
- Lavar sempre a louça e os utensílios de cozinha após a refeição.
- Lavar sempre as mãos após o manuseamento de carne crua e antes das refeições.
- Evitar levar as mãos aos olhos ou à boca quando se prepara a carne crua.
- Lavar sempre bem todos os alimentos crus (vegetais e fruta).
- Não consumir alimentos crus fora de casa (por se desconhecer como é feita a preparação do alimento).
- Evitar consumir produtos lácteos não pasteurizados.

<u>Cuidados com o meio ambiente e o contacto com gatos</u>

- Usar luvas ao fazer jardinagem e lavar sempre as mãos após o contacto com o solo ou areia.
- Evitar contacto com a liteira dos gatos. Usar luvas sempre que manuseie a liteira dos gatos, mas preferencialmente esta tarefa deve ser feita por outro membro da família.