

Como evitar a doença?



- Não ingerir carne crua ou mal passada.
- Não comer frutos com casca e vegetais mal lavados.
- Não consumir frutas com casca ou legumes crus fora de casa.
- Evitar enchidos e produtos de charcutaria.
- Beber leite pasteurizado.
- Depois de manusear carne crua, lavar as mãos e as superfícies de corte de carne.
- Lavar as mãos antes de comer.
- Evitar trabalhos de jardinagem. Se necessário, utilizar luvas.
- Não beber água da natureza.
- Abstenha-se de limpar as areias higiénicas do seu gato ou remova as fezes diariamente da caixa de areia do seu gato e lave-a com água a ferver, utilizando sempre luvas.

Elaborado por: Susana Barreira

Estudante do 4º ano da
Licenciatura em Enfermagem da Universidade
Católica Portuguesa

USF Ars Medica

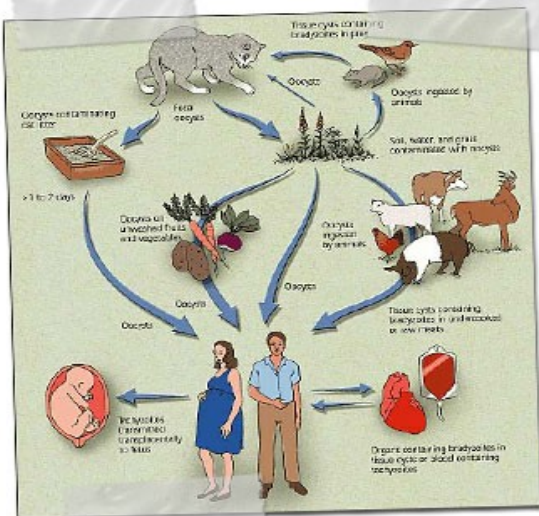
Av. Carlos de Andrade s/nº.
2660-243 Santo António dos Cavaleiros
Telefone: 219897841/42

TOXOPLASMOSE na Gravidez



O que é a Toxoplasmose?

A Toxoplasmose é uma doença causada por um protozoário, *Toxoplasma Gondii*, que pode afectar qualquer animal de sangue quente, inclusive o Homem. Em pessoas saudáveis, a infecção pode passar despercebida, não apresentando sintomas muito mais notórios do que uma gripe ligeira.



Quais são as consequências da Toxoplasmose no feto?

A infecção poderá ocorrer ao longo de toda a gravidez, no entanto se ocorrer entre as 10 e as 24 semanas de gestação, a Toxoplasmose pode atingir o feto causando defeitos congénitos ou mesmo aborto. Por isso, durante a gravidez fará, trimestralmente, uma análise para despiste de possível infecção.

Qual o verdadeiro papel do gato na transmissão por Toxoplasma?

Diversos estudos realizados provaram que as pessoas podem ser mais facilmente contaminadas ingerindo carne mal passada, fruta com casca ou saladas mal lavadas, do que estarem em contacto com os gatos. No entanto, é aconselhado que a mulher grávida tenha cuidados especiais no contacto com o gato.

O gato é o único hospedeiro definitivo do protozoário, *Toxoplasma Gondii*. Isto quer dizer, que o gato é o único animal que elimina os oocistos (forma infestante de *Toxoplasma*) nas fezes.

O contágio através de dentadas ou arranhões de gatos é raro ou mesmo inexistente.



Pelo facto de estar grávida e possuir um gato, não significa por si só que venha a contrair Toxoplasmose.

Esse risco aumenta para níveis preocupantes se estiver habituada a comer carne mal passada ou se descuidar a lavagem das saladas e frutos.