



Prevenção do Vírus do Nilo Ocidental e de outras Doenças Transmitidas por Mosquitos

O que são doenças transmitidas por mosquitos?

As doenças transmitidas por mosquitos são doenças transmitidas pela picada de um mosquito infectado. No nordeste dos Estados Unidos, normalmente é causado por vírus tais como o Vírus do Nilo Ocidental (West Nile Virus, ou WNV) ou o Vírus da Encefalite Equina Oriental (Eastern Equine Encephalitis vírus, ou EEEV. No entanto, o risco de ser infectado pelo WNV ou pelo EEEV após uma picada de mosquito é reduzido. A maioria das pessoas picadas por mosquitos infectados não se sente doente ou apresenta apenas sintomas pouco graves, mas um pequeno número de pessoas pode desenvolver uma doença mais grave.

Como se espalha?

As doenças transmitidas por mosquitos espalham-se através da picada de um mosquito infectado. Alguns mosquitos têm o vírus e infectam determinados pássaros. Os mosquitos alimentam-se de pássaros infectados. As pessoas não podem obter o vírus directamente de um pássaro infectado. No entanto, deve usar luvas quando manusear qualquer animal morto e deve colocá-lo em dois sacos de plástico antes de os deitar para o lixo.

As doenças transmitidas por mosquitos existem em Boston?

Desde o ano de 2000, o WNV foi detectado em Boston todos os anos durante os meses de verão. Ocorreu um número reduzido de casos em seres humanos nos últimos anos provocando por vezes doença grave ou morte. Prevê-se que o WNV reapareça todos os verões. O EEEV é observado ocasionalmente em mosquitos em Boston. Os casos em seres humanos são extremamente raros, mas podem ocorrer.

Corro o risco de adoecer por picadas de mosquitos?

O período do ano em que os mosquitos estão mais activos e em que existe uma maior probabilidade de serem portadores de doenças estende-se entre finais de Julho e finais de Setembro, mas se o clima permanecer quente, o período de risco pode prolongar-se até Novembro. Os indivíduos com mais de 50 anos de idade correm um maior risco de desenvolver sintomas graves de WNV. O EEEV pode provocar doença grave em qualquer faixa etária.

O que devo fazer se for picado por um mosquito?

As doenças transmitidas por mosquitos são muito raras em Boston. A maioria dos mosquitos não é portadora de vírus que provoquem doenças no ser humano e o risco de doença após a picada de um mosquito é reduzido. No entanto, deve consultar o seu médico imediatamente se tiver febre alta, confusão, dores de cabeça fortes, rigidez do pescoço ou se desenvolver sensibilidade à luz.

O que devo fazer se encontrar um pássaro morto?

Inicialmente, pássaros mortos eram colectados e testados para verificar se mosquitos nesta área são portadores de doenças. Agora sabe-se que estes mosquitos portadores de doenças estão em Boston, e fazendo testes aos pássaros não dará mais nenhuma informação útil. Portanto, pássaros mortos não serão colectados e testados para verificar se são portadores de doenças. Se encontrar um pássaro morto, use luvas grossas ou um saco plástico para apanhá-lo e ponha o pássaro no lixo. Depois, lave as suas mãos e mantenha o lixo longe e fora do alcance de crianças, animais ou outras pessoas.

BOSTON: UMA CIDADE LIVRE DE MOSQUITOS

Como poderei proteger-me?

Siga estes passos para prevenir picadas de mosquitos:



Se estiver ao ar livre numa zona com mosquitos, considere estas opções:

- Use um repelente de mosquitos. Os repelentes mais eficazes contêm DEET, mas existem várias alternativas ao DEET que foram aprovadas pelo EPA (incluindo óleo de eucalipto, Picaridin ou IR3535). Leia as instruções na etiqueta do produto para saber quais as precauções que devem ser tomadas, tempo de protecção do produto e a frequência com que o produto deve ser reaplicado. Depois de regressar a um espaço fechado, elimine o repelente com sabão e água.
- Em caso de utilização de um produto contendo DEET, não utilize concentrações acima dos 30% em adultos e utilize concentrações baixas de DEET em crianças. Aplique DEET apenas à pele exposta (não nos olhos nem na boca) e não utilize em feridas abertas. Não deixe que as crianças apliquem DEET a si próprias. Não aplique DEET em bebés (pode ser colocada uma rede sobre os carrinhos dos bebés).
- Use vestuário protector, como por exemplo camisa de manga comprida, calças compridas e meias.



Embora os mosquitos possam picar em qualquer altura do dia, tente limitar o tempo que passa ao ar livre entre o pôr do sol e o nascer do sol, altura em que os mosquitos estão mais activos (ou observe as precauções acima).



Certifique-se de que as protecções de portas e janelas não têm buracos. As protecções em boas condições ajudarão a evitar que os mosquitos entrem em sua casa.

Siga estes passos para prevenir a procriação dos mosquitos:

Os mosquitos precisam de água para procriar. Podem demorar menos de uma semana a atingir a maturidade. Assegure-se de que artigos como os seguintes não se encham de água, ou limpe-os regularmente.

Receptáculos - Vire para baixo ou cubra os vasos, baldes, contentores de lixo e carrinhos de mão não utilizados. Mude a água dos recipientes dos pássaros uma vez por semana.

Sarjetas - Retire as folhas e outros detritos que possam entupir as sarjetas e aprisionar água.

Piscinas – as piscinas sem utilização e piscinas infantis devem ser viradas ao contrário. Mantenha as coberturas da piscina livre de folhas e de água estancada.

Pneus usados – Cubra os mesmos ou elimine-os, uma vez que constituem um local ideal para a procriação de mosquitos.



Para mais informações, ligue para a linha de informação sobre doenças transmitidas por mosquitos

617-534-2652 ou visite www.bphc.org/CDC/westnile