

**O que é giárdia?**

Giárdia é um parasita que causa uma doença chamada giardíase. Este parasita é encontrado em todo o mundo, inclusive nos Estados Unidos.

Quais são os sintomas da giardíase?

Os sintomas mais comuns são diarreia, gases ou flatulência, cólicas estomacais, fraqueza, perda de apetite e perda de peso. Os sintomas da giardíase geralmente aparecem de 1 a 3 semanas após o contato inicial. Os sintomas podem durar de 2 a 6 semanas. Se não forem tratados, os sintomas podem perdurar por mais tempo.

Todas as pessoas que se infectam com *Giárdia* adoecem?

Não. Às vezes, as pessoas podem não apresentar nenhum sintoma.

Como a *Giárdia* é transmitida?

A *Giárdia* sai nas fezes (cocô) de pessoas que estão infectadas. Outras pessoas contraem *Giárdia* através da ingestão do germe. Algumas formas de transmissão da infecção são:

- Engolir a *Giárdia* de superfícies contaminadas (como banheiros, trocadores, lixeiras para fraldas ou brinquedos) que contêm fezes de uma pessoa ou animal infectado
- Beber água ou usar gelo feito a partir de fontes de água contaminadas com *Giárdia* (como água não tratada ou inadequadamente tratada de lagos, riachos ou poços)
- Engolir água ao nadar ou brincar em água contaminada com *Giárdia*, principalmente em lagos, rios, nascentes, lagoas e riachos
- Comer alimentos crus que contêm *Giárdia*
- Ter contato com as fezes de alguém que está doente com giardíase
- Viajar para países onde a giardíase é comum

Não é possível ser infectado através do contato com sangue.

Quem pode contrair giardíase?

Qualquer pessoa pode contrair giardíase. As pessoas com maior probabilidade de serem infectadas incluem:

- Crianças em berçários/creches, principalmente crianças que ainda usam fraldas
- Contato próximo (com pessoas que vivem na mesma casa) ou pessoas que cuidam dessas pessoas com giardíase
- Mochileiros, caminhantes e campistas que bebem água de fontes desconhecidas ou não praticam a boa higiene (como lavar as mãos adequadamente)
- Pessoas que engolem água ao nadar e brincar em água para uso recreacional onde há *Giárdia*, principalmente em lagos, rios, nascentes, lagoas e riachos.
- Viajantes internacionais
- Pessoas expostas a fezes humanas (cocô), através do contato sexual

Animais de estimação podem transmitir *Giárdia*?

O risco humano de contrair a infecção por *Giárdia* de cães ou gatos é pequeno. O tipo de *Giárdia* que infecta humanos geralmente não é o mesmo tipo que infecta cães e gatos.

Como a giardíase é diagnosticada?

Se você acha que tem giardíase, fale com seu médico. Sua amostra de fezes (cocô) será analisada em laboratório. O laboratório examinará a amostra, usando um microscópio ou outro teste para ver se há a presença de parasitas *Giardia*.

Como posso prevenir a giardíase?

- Sempre lave as mãos por pelo menos 20 segundos com água e sabão antes de preparar ou comer alimentos, após usar o banheiro, depois de trocar fraldas e após tocar nos animais de estimação.
 - Ajude as crianças e outras pessoas das quais você está cuidando a lavar as mãos, conforme necessário.
 - Se não houver água e sabão disponíveis, use antisséptico para as mãos a base de álcool.
- Não beba água não tratada de água superficial, incluindo lagos, rios, nascentes, lagoas e riachos.
 - Se não tiver certeza de que a água potável é segura, beba água engarrafada ou desinfete a água da torneira aquecendo até o ponto de fervura total durante 1 minuto.
- Não engula água ao nadar ou brincar na água, principalmente em lagos, rios, nascentes, lagoas e riachos.
- Siga as orientações gerais de segurança de alimentos, incluindo:
 - Usar água tratada e segura para lavar todos os alimentos, incluindo frutas, legumes e vegetais.
 - Evite comer alimentos crus ou não cozidos, ao viajar para países com tratamento insatisfatório de água e alimentos.
 - Saiba mais em www.bphc.org/foodpoisoning
- Se você está cuidando de uma pessoa com giardíase, esfregue as mãos com água e sabão após o contato com as fezes da pessoa (por exemplo, após trocar fraldas). Descarte imediatamente e com cuidado qualquer material que tenha sido contaminado com fezes. Lave sempre as mãos após esse contato.

Existem regulamentos de saúde para pessoas com giardíase?

Sim. A giardíase é uma doença que pode ser transmitida para outras pessoas, por isso os médicos em Boston são obrigados por lei a relatar os casos de giardíase para a Comissão de Saúde Pública de Boston. A fim de proteger o público, os funcionários de empresas do ramo alimentício que têm giardíase devem solicitar afastamento do trabalho até que não tenham mais diarreia e até que um exame de laboratório de uma amostra de fezes mostre que não há parasitas *Giardia*.

Empresas do ramo alimentício incluem restaurantes, lanchonetes, supermercados e fábricas de processamento de alimentos. Este regulamento também inclui funcionários de escolas, programas residenciais, creches e centros de saúde que fornecem alimentação, tratamento bucal ou dispensam medicamentos aos clientes.

