

O que fazer para evitar o contágio?



Não comer carne crua ou pouco cozinhada;

Não comer enchidos e fumados, como mortadela,

fiambre, chouriço;

Lavar bem os frutos legumes e colocá-los de molho durante 10 minutos com água e 3 gotas de vinagre, antes de serem ingeridos;



Consumir apenas leites e queijos ultrapasteurizados;

Evitar o contacto com fezes de animais potenciais portadores do agente infeccioso;

Usar luvas sempre que manipular objectos susceptíveis de terem estado em contacto com fezes de gato, por exemplo terra;



Evitar o contacto com gatos.



Para mais informações consulte o seu
Enfermeiro/ Médico

CONSULTA DE SAUDE
MATERNA E OBSTETRICA
USFS.MARTINHO – PENAFIEL

Telef: 255712328



TOXOPLASMOSE

O que a grávida deve
saber



O que é a toxoplasmose?

A toxoplasmose é uma infecção causada por um parasita dos animais-Toxoplasma Gondii.

É inofensivo nos adultos, mas nocivo para o embrião.

A exposição ao agente da toxoplasmose nas primeiras 12 semanas de gravidez produz graves anomalias de desenvolvimento no embrião.

Os gatos são os portadores deste parasita, o qual entra na cadeia alimentar através do contacto com fezes contaminadas.



O ser humano pode ser infectado através de:

Ingestão de **carne crua ou pouco cozinhada**, em particular de porco (incluindo o fiambre, os enchidos e os fumados) e de ovelha;

Consumo de **frutas e produtos hortícolas** contaminadas, como por exemplo as saladas de alface e de agrião;

Contacto com **fezes de animais** portadores de agente infeccioso;

A toxoplasmose torna-se muito perigosa quando contraída por uma mulher grávida, uma vez que a infecção pode ser transmitida ao feto através da placenta



Se tal acontecer, o bebé pode nascer com lesões graves.

Como se detecta a toxoplasmose?

Antes e/ou após engravidar, através de análises sanguíneas, (faz parte das análises de rotina) consegue-se saber se está ou não imune à toxoplasmose;



Se o resultado for **positivo**, pode ficar tranquila.

Se o resultado for **negativo**, não tem defesas contra a toxoplasmose, por isso deverão ser tomadas todas as precauções para evitar o contágio.