15/07/16

ADVERTÊNCIA RELATIVA A VIAGENS:

O ZIKA & A GRAVIDEZ

Se estiver grávida ou puder engravidar em breve, leia as sugestões de saúde que apresentamos de seguida.

Obter informações sobre o vírus Zika

- O vírus Zika causa malformações congénitas.
- Normalmente, as pessoas são contaminadas com o vírus Zika através de picadas de mosquitos. No entanto, apenas determinados tipos de mosquitos (mosquitos *Aedes*) podem transmitir o vírus.
- O Zika também pode ser transmitido por contacto sexual e sanguíneo (por ex., através de transfusões de sangue, partilha de equipamento de injeção, etc.).
- A maioria das pessoas infetadas com o vírus Zika (80%) não tem sintomas e pode não saber que está infetada.
- O Zika está a afetar partes da América Central e do Sul, México, Caraíbas e outras zonas indicadas pelos Centros de Controle e Prevenção de Doenças. O tipo de mosquito associado ao surto atual, designado de Aedes aegypti, encontra-se nessas zonas. Descubra as zonas mais recentes afetadas pelo Zika em cdc.gov/zika. **NÃO** existe vacina, nem medicamento para o tratamento do Zika.

Não viaje para uma área afetada pelo Zika se estiver grávida ou a tentar engravidar

- **Se não for possível adiar a viagem**, contacte, em primeiro lugar, um prestador de cuidados de saúde. Use um repelente de insetos que contenha DEET, picaridina ou óleo de eucalipto-limão. Certifique-se de que os repelentes são aprovados pela EPA e siga as instruções indicadas na embalagem. Os repelentes de insetos são seguros para mulheres grávidas. Aplique primeiro o protetor solar e, em seguida, o repelente. Use mangas compridas e calças. Use vestuário tratado com permetrina (produto químico que repele insetos). Se não conseguir manter os mosquitos afastados da sua casa, use uma rede mosquiteira na cama.
- **Se está grávida e viajou para uma área afetada pelo Zika**, contacte o seu prestador de cuidados de saúde para ser avaliada e, caso necessário, realizar testes de diagnóstico do Zika.

Enquanto estiver grávida, NÃO tenha relações sexuais sem proteção* com ninguém que esteja ou possa estar infetado com o vírus Zika

- Devem considerar a abstinência sexual ou utilizar corretamente preservativos (ou outro método de barreira*) sempre que tiverem relações sexuais (vaginais, anais e/ou orais) durante a gravidez.
- **Se estiver grávida e tiver tido relações sexuais sem proteção* (vaginais, anais ou orais) com alguém que esteja ou possa estar infetado com o vírus Zika**, contacte o seu prestador de cuidados de saúde para ser avaliada e, caso necessário, realizar testes de diagnóstico do Zika.

Se pretende engravidar e pode estar infetada, ou a pessoa com quem tem relações sexuais pode estar infetada, com o vírus Zika, os especialistas em saúde recomendam que aguarde até tentar engravidar. Consulte orientações mais específicas através do link seguinte.

Visite **nyc.gov/health/zika**

Para mais informações e para saber onde encontrar preservativos **gratuitos**

NYC Health

* "Sem proteção" significa ter relações sexuais sem qualquer método de barreira, tal como preservativos masculinos, preservativos femininos e/ou barreiras dentais.