

10 MINUTOS CONTRA A DENGUE

Você sabia que a dengue é causada por um vírus? A dengue é uma doença infecciosa aguda de curta duração, de gravidade variável, causada por um vírus. A transmissão ocorre pela picada da fêmea do mosquito *Aedes aegypti*. As fêmeas da espécie alimentam-se de sangue para a maturação de seus ovos. Nesse momento, se a fêmea do inseto estiver infectada, o vírus chega ao nosso organismo, podendo causar doença.

Você sabia que uma pessoa pode pegar dengue 4 vezes na vida? Existem apenas quatro sorotipos do vírus causador da dengue. Ao se infectar com um desses sorotipos, a pessoa torna-se imune a ele, permanecendo suscetível aos outros 3. Quanto mais infecções, maior a chance de desenvolver a forma mais grave da doença, denominada dengue grave. Para evitar contaminações, elimine criadouros do mosquito de seu imóvel.

Você sabia que a infecção pelo vírus da dengue pode ser assintomática, leve ou grave? Os principais sintomas de dengue são: indisposição geral, fraqueza, fortes dores de cabeça, coceira, dor atrás dos olhos, febre alta de 39° a 40°, dor nas articulações e manchas vermelhas na pele. Já em casos de dengue grave, poderão ocorrer sangramentos por mucosas como boca, gengiva e nariz, dores abdominais, vômito, perda de consciência, pulso fraco, sede e palidez.

Você sabia que o principal fator de agravamento da dengue é a desidratação? Por isso, em caso de suspeita de dengue deve-se procurar os serviços de saúde, fazer repouso e ingerir bastante líquido. Não se automedique.

Você sabia que o mosquito vetor da dengue, zika e chikungunya é diferente do pernilongo comum? O mosquito transmissor da dengue é um pouco menor, apresenta coloração escura com manchas brancas pelo corpo. Já os pernilongos comuns são maiores e apresentam coloração parda. Outro fator é que diferentemente dos mosquitos comuns, o mosquito da dengue prefere picar durante o dia e não faz zombido.

Você sabia que a melhor forma de combater a dengue é eliminando criadouros? Apesar de termos atualmente outras estratégias de combate à dengue, nada é considerado tão eficaz quanto a eliminação dos criadouros. Considerando o tempo de desenvolvimento do mosquito, de 7 a 10 dias, basta que as pessoas visitem seus imóveis uma vez por semana, para que possam identificar possíveis recipientes que possam acumular água, e retirá-los ou tratá-los evitando que a água fique disponível para o mosquito.

Você sabia que os ovos do *Aedes aegypti* podem sobreviver por mais de 450 dias sem água? Ao contrário do que muitos pensam, o mosquito não precisa de água para colocar os seus ovos. Os ovos podem ser colocados em recipientes com ou sem água. Basta um pouquinho de água para que, em cerca de 7 a 10 dias, o ciclo biológico se complete, e os ovos deem origem a

larvas, que passarão pelo estágio de pupa e se tornarão mosquitos adultos.

Você sabia que as larvas do *Aedes aegypti* não se desenvolvem apenas em água limpa? Na verdade, as larvas podem se desenvolver em água considerada “suja” por nós, como água contendo um pouco de matéria orgânica. O que as larvas realmente não suportam e que impede a sua sobrevivência é o cloro e o sal de cozinha. Para evitar a proliferação do mosquito pode-se fazer uso dessas substâncias em piscinas e ralos.

Você sabia que o *Aedes aegypti* não coloca os seus ovos em água parada? Na verdade, os ovos podem sobreviver por mais de 450 dias sem água. O mosquito pode utilizar como criadouro, recipientes que contêm ou que possam vir a acumular água. Por isso, tenha atenção a qualquer recipiente que possa, em algum momento, manter água armazenada. Retire-os mecanicamente, coloque em local coberto ou realize tratamento da água.

Você sabia que alguns medicamentos podem agravar o quadro de dengue? Alguns remédios, contendo ácido acetilsalicílico, podem intensificar problemas relacionados a hemorragias, que podem ocorrer no desenvolvimento da doença. Por isso, quando alguém apresenta sintomas de dengue deve as Unidades Básicas de Saúde ou acessar a Telemedicina. Não existe nenhum medicamento específico para a dengue, mas o médico poderá indicar medicações apropriadas para aliviar os sintomas e a forma correta de utilizá-las.

Você sabia que no inverno, quando menos ouvimos falar de casos de dengue, é o melhor momento para a prevenção? Nos meses mais frios, não vemos muitos mosquitos voando por aí, mas há um grande banco de ovos deixado por eles durante os meses mais quentes e chuvosos, nos quais há intensa reprodução. Os ovos podem sobreviver por mais de 450 dias, apenas aguardando condições ideais para que possam eclodir, ou seja, durante os meses mais quentes e chuvosos. Por isso, durante os meses mais frios é essencial a eliminação de criadouros.

Você sabia que o mosquito transmissor da dengue também é responsável por transmitir diversas outras doenças? As mais conhecidas e importantes no Brasil são a zika, chikungunya, e febre amarela. Entretanto, o mosquito pode transmitir outras doenças, como febre do Nilo, oropouche e outras ...

Você sabia que o larvicida e inseticida são estratégias diferentes no combate à dengue? O larvicida utilizado pela Prefeitura de Indaiatuba é biológico, ou seja, não agride o meio ambiente e age apenas na fase larval do mosquito. Já o inseticida é usado contra os alados, em momentos específicos, quando o número de mosquitos adultos está muito alto em determinada localidade. Os inseticidas devem ser utilizados com cautela e

durantes situações específicas, uma vez que também podem prejudicar outros animais como, abelhas, borboletas e morcegos.

Você sabia que as mudanças climáticas podem contribuir para o mosquito *Aedes aegypti*? Um fator importante no ciclo de vida do mosquito é a temperatura e, quando está calor, devido ao aumento da taxa de evaporação e indisponibilidade de água parada, o inseto acaba intensificando o seu metabolismo e desenvolvimento, podendo passar mais rapidamente por cada etapa de seu ciclo de vida.

Você sabia que a fêmea do mosquito *Aedes aegypti* necessita apenas de uma cópula na vida? Após a copula com o macho, o esperma do mesmo, fica armazenado no interior do corpo da fêmea, que o utiliza para fertilização de seus ovos. Uma fêmea, pode colocar cerca de 1500 ovos ao longo de sua vida. A vida de um mosquito adulto dura por volta de 30 a 40 dias.

Você sabia que já existe vacina para a dengue? Atualmente a Prefeitura de Indaiatuba está disponibilizando vacina para a faixa etária de 10 a 14 anos. É necessário a aplicação de duas doses da vacina com intervalo de 3 meses para que a imunidade seja desenvolvida. Se vacinando, você fica protegido e protege as pessoas ao seu redor. Para se vacinar basta comparecer a um posto de saúde. Ah! E não se esqueça de voltar para a segunda dose!

Você sabia que temos um aliado contra a dengue na nossa cozinha? Qualquer água, não destinada ao consumo humano e animal, e nem destinado às plantas, pode ser tratada com cloro ou sal de cozinha. Essas substâncias evitam que o mosquito se desenvolva naquele local. No caso de ralos, por exemplo, é possível adicionar uma colher de sopa de sal de cozinha, 1 vez por semana, para evitar a proliferação do mosquito.

Você sabia que apenas as fêmeas do mosquito picam e transmitem doenças? Os mosquitos machos alimentam-se exclusivamente de soluções açucaradas de plantas. As fêmeas, entretanto, além de plantas, se alimentam também de sangue de vertebrados, principalmente humanos, para que possa haver a maturação de seus ovos.

Você sabia que nem todos os mosquitos *Aedes aegypti* são transmissores de doenças? Para se tornar um transmissor de doenças, como dengue, zika e chikungunya, o mosquito deve, primeiramente, picar uma pessoa infectada. Ao se alimentar do sangue de alguém doente, o mosquito também contrai o vírus e a partir daí passa a ser um transmissor. Por isso recomenda-se que, mesmo pessoas doentes, façam também uso de repelente, para evitar a contaminação de novos mosquitos e, conseqüentemente de outras pessoas...

Você sabia que não é somente a espécie *Aedes aegypti* que pode transmitir a dengue? Outras espécies, como o *Aedes albopictus* também podem ser vetor da doença, principalmente em áreas rurais e de mata.

Você sabia que o *Aedes aegypti* é um mosquito urbano? Ao contrário do que muitos pensam, essa espécie de mosquito

prefere viver ambientes urbanos onde está muito bem adaptada. Esses insetos vivem próximos a nós, em nossas casas, camuflando-se em móveis e cortinas.

Você sabia que o *Aedes aegypti* prefere picar durante o dia? O mosquito dessa espécie possui hábitos diurnos, tendo preferência por picar em momentos do dia com temperaturas mais amenas, como ao amanhecer e ao entardecer. Apesar disso, é um mosquito oportunista, podendo picar também durante à noite.

Você sabia que utilizar roupas compridas não impede a fêmea do mosquito *Aedes aegypti* de picar e transmitir a dengue e outras doenças? Alguns tecidos dificultam a picada da fêmea, como o jeans. Entretanto, outros tecidos não impedem a picada da fêmea. Sendo assim, é recomendado utilizar o repelente por cima das roupas.

Você sabia que utilizar roupas escuras atrai a fêmea do mosquito da dengue? A fêmea é atraída por diversos fatores como o nosso suor e o gás carbônico liberado por nós durante a nossa respiração. Entretanto, roupa de coloração escuras também podem ser um fator atrativo para as fêmeas.

Você sabia que as fêmeas do *Aedes aegypti* preferem picar os nossos membros inferiores? Tanto os membros inferiores, quanto os superiores costumam ser as partes do nosso corpo no qual a fêmea realiza a picada. Entretanto, por ter menos movimentação ao longo do dia, os membros inferiores acabam sendo escolhidos para que a fêmea realize a sua alimentação.

Você sabia que o uso do inseticida com o carro chama-se nebulização. Essa técnica somente é utilizada em áreas previamente classificadas como áreas de transmissão do vírus da dengue. A técnica tem como objetivo matar as fêmeas do mosquito *Aedes aegypti* infectadas. O inseticida nunca é utilizado sem prévia avaliação, pois pode causar resistência no mosquito e não funcionar mais. Não deve ser realizada como ação de rotina de prevenção, mas sim de contenção da doença, por isso não se aplica de qualquer forma e em qualquer lugar sem orientação técnica de controle.

Você sabia que o mosquito transmissor da dengue não costuma voar longas distâncias? O mosquito costuma voar cerca de 3 a 5 metros onde está o seu criadouro. Sendo assim, tenha muita atenção, se há mosquitos voando em sua residência é possível que haja também criadouros. Faça vistorias frequentes para evitar a proliferação do inseto.

Você sabia que existe uma ordem correta na aplicação protetor e repelente? É importante utilizar o protetor solar e o repelente de maneira correta, reapplicando conforme instrução da embalagem para garantir a sua eficácia. Para manter-se protegido o ideal é aplicar primeiro o protetor solar e, em seguida, o repelente. O repelente pode, inclusive, ser aplicado por cima das vestimentas.



PREFEITURA DE INDAIATUBA



SECRETARIA DA SAÚDE