

# Dengue

A infeção por dengue acontece unicamente com a picada de um mosquito *Aedes aegypti* infetado. A dengue não se transmite de pessoa a pessoa.



## Principais sintomas

Febre alta e de aparecimento súbito e dois ou mais dos seguintes sintomas:

- \* Cefaleias (dores de cabeça fortes);
- \* Dores retro orbitárias (atrás dos olhos);
- \* Mialgias (dores musculares);
- \* Artralgias (dores nas articulações);
- \* Exantemas (manchas no corpo);
- \* Manifestações hemorrágicas (ex.: pequenas hemorragias no nariz e gengivas).



## O que fazer se tiver dengue

- \* Controle a febre:
  - Banhos com água tépida;
  - Paracetamol nas doses diárias recomendadas;
- \* Repouse;
- \* Alimente-se e hidrate-se:
  - Água, chá, leite, sumos de fruta, caldos, sopas ou purés.

Perante a suspeita de dengue, dirija-se ao Serviço de Urgência, ao Centro de Saúde ou a uma Unidade Privada de Saúde



Instituto de Administração da Saúde  
e Assuntos Sociais, IP-RAM

R. das Pretas, nº 1, 9004-515 Funchal  
Tel.: 291 212 300 \* Fax: 291 281 421  
Email: [iasaude@iasaude.sras.gov-madeira.pt](mailto:iasaude@iasaude.sras.gov-madeira.pt)  
<http://iasaude.sras.gov-madeira.pt/mosquitos>



Eliminar o mosquito  
*Aedes aegypti*  
e prevenir a Dengue  
depende de todos Nós!

## Combater a população de mosquitos depende de algumas medidas simples:



Os pneus fora de uso devem ser entregues na Estação de Resíduos Sólidos na Fundoa de Baixo, ou mantidos secos em local coberto.



Os pratos dos vasos devem ser eliminados ou virados ao contrário. As jarras com flores devem ser lavadas e esfregadas todas as semanas.



Evitar plantas que possam acumular água (ex.: Bromélias) ou regá-las com água e lixívia (2 colheres de chá por 1 litro de água).



Poços, tanques e outros depósitos de água devem ser fechados ou vedados com tela fina, para impedir a entrada de mosquitos. Rever e tratar perdas de água que se acumulam em redor dos reservatórios.



As piscinas devem ser tratadas com cloro e limpas uma vez por semana. As piscinas móveis, quando não usadas, devem ser desmontadas; tapadas; esvaziadas; ou viradas para baixo.



As calhas/caleiras devem ser mantidas limpas e desentupidas.



As tampas das sanitas devem ser mantidas sempre fechadas. Caso sejam pouco usadas, fazer uma descarga pelo menos uma vez por semana.



O lixo deve ser colocado em sacos de plástico e o contentor tapado. Não deixar lixo em terrenos, quintais e ribeiras.



Recomenda-se a criação de peixes "Guppies de água fria" (gambusia) em cascatas decorativas, poços, tanques, lagos, lagoas... Estes peixes alimentam-se de larvas de mosquitos.



As taças dos animais devem ser lavadas e esfregadas todas as semanas. A água deverá ser mudada todos os dias.



No cemitério, colocar terra ou areão nas floreiras. As jarras devem ser esfregadas todas as semanas.

## Medidas de Proteção Individual

Evite a picada.



- Reduza a exposição corporal à picada (use camisa de manga comprida e calças; use roupa larga e clara);
- Use redes de proteção nas janelas de casa;
- Use redes mosquiteiras, sobretudo em crianças e pessoas acamadas que permanecem em repouso nos períodos de atividade do mosquito;
- Os mosquitos estão mais ativos ao amanhecer e ao anoitecer, pelo que deve limitar o tempo que passa no exterior nesses períodos do dia;
- Uso de repelente:

Escolha repelente com DEET (NN-dietil-m-toluamida), IR3535 ou ICARIDINA. As concentrações mais altas (20% a 30%) conferem maior tempo de proteção;

Os repelentes indicados para crianças têm concentrações em função da idade e devem ser aplicados sob supervisão de um adulto. Em bebês com idade inferior a 2 meses não deverá ser aplicado repelente;

Os repelentes contendo DEET (NN-dietil-m-toluamida) - em concentrações até 50% -, IR3535 ou ICARIDINA, de acordo com os estudos disponíveis, são seguros para usar na gravidez e durante o aleitamento materno, no entanto deve haver aconselhamento médico, sobretudo no 1º trimestre de gravidez;

Não aplique repelente nas mãos;

Leia as instruções das embalagens;

Informe-se junto do seu médico de família ou farmacêutico.