

# Informações de viagem sobre o vírus Zika para mulheres grávidas e que estejam a tentar engravidar

## Está grávida?

Evite viajar para áreas com o vírus Zika.

Se tiver um parceiro do sexo masculino que vive em ou viaja para uma área com Zika, deve usar preservativos de forma correta sempre que tiver relações sexuais ou abster-se de ter relações sexuais durante a gravidez.



Ao viajarem para uma área com o Zika, as mulheres grávidas e os seus parceiros do sexo masculino devem seguir rigorosamente as medidas de prevenção para evitar picadas de mosquitos.

Se você ou o seu parceiro desenvolverem sintomas de Zika, consultem um profissional de saúde o mais depressa possível.

## Está a tentar engravidar?

Evite viajar para áreas com o vírus Zika.

Fale com o seu profissional de saúde sobre os seus planos de engravidar, se tiver um parceiro do sexo masculino que vive em ou viaja para uma área com Zika.

Ao viajarem para uma área com o Zika, as mulheres que estejam a tentar engravidar e os seus parceiros do sexo masculino devem seguir rigorosamente as medidas de prevenção para evitar picadas de mosquitos.

Se você ou o seu parceiro desenvolverem sintomas de Zika, consultem um profissional de saúde o mais depressa possível.



Se tem de viajar para uma área com Zika, proteja-se contra as picadas de mosquitos.



## REPELENTE DE INSETOS

Quando utilizados conforme indicado, os repelentes de insetos são seguros e eficazes para proteger as mulheres grávidas e a amamentar.

- Siga sempre as instruções do rótulo do produto.
- Volte a aplicar conforme indicado.
- Se também estiver a utilizar um protetor solar, aplique o protetor solar antes de aplicar o repelente de insetos.
- Utilize um repelente com um dos seguintes ingredientes ativos: DEET (com, pelo menos, 20% de concentração), picaridin, IR3535 e óleo de eucalipto ou para-menthandiol.

## VESTUÁRIO

- Utilize vestuário de manga comprida e calças compridas.
- Trate o vestuário com permetrina ou compre roupa tratada com permetrina.
  - O vestuário tratado mantém a proteção após várias lavagens. Consulte a informação sobre o produto para saber quanto tempo a proteção vai durar.
  - Quando utilizada conforme indicado, a permetrina é segura para mulheres grávidas e a amamentar.
  - Se planeia tratar o seu vestuário, siga cuidadosamente as instruções do produto.
- Não utilize produtos de permetrina diretamente na pele. Estes produtos destinam-se apenas ao tratamento de vestuário.

## PROTEÇÃO EM AMBIENTES FECHADOS

- Permaneça em locais com ar condicionado ou com portas e janelas protegidas por telas de rede para manter os mosquitos no exterior.
- Se não tiver acesso a um quarto com ar condicionado ou com telas de rede, ou se dormir ao ar livre, durma debaixo de uma rede contra mosquitos.

[www.health.ri.gov/zika](http://www.health.ri.gov/zika)

Linha de informações de saúde 401-222-5960 / Relé de RI 711



# O que deve saber sobre o Zika

- O vírus Zika propaga-se principalmente através da picada de mosquitos infectados.
- O Zika também pode ser transmitido por um homem aos seus parceiros sexuais.
- O Zika também pode ser transmitido por uma mulher grávida para o feto.
- Uma infecção com Zika durante a gravidez está associada a defeitos de nascimento em bebês.
- Não existem vacinas de prevenção nem medicamentos para tratar o Zika.
- As mulheres que estão grávidas, ou a tentar engravidar, não devem viajar para áreas com Zika.

## Sintomas de Zika

A maioria das pessoas infectadas com Zika não sabe que o têm. A doença é geralmente ligeira, com sintomas que duram entre vários dias a uma semana.

Os sintomas mais comuns de Zika são:

- Febre
- Erupção cutânea
- Dores nas articulações
- Conjuntivite (olhos vermelhos)

Para obter uma lista atualizada dos locais com epidemias de Zika, consulte as Informações de Saúde para Viajantes (Travel Health Notices) da CDC:

<http://wwwnc.cdc.gov/travel/page/zika-travel-information>



[www.health.ri.gov/zika](http://www.health.ri.gov/zika)  
**Linha de informações de saúde 401-222-5960 / Relé de RI 711**

