

Se estou em risco posso manter o meu gato?

Sim, tanto as mulheres grávidas como os indivíduos imunocomprometidos podem manter os seus gatos. Ter um gato não significa ser infectado pelo parasita. É pouco provável a exposição ao parasita consequente do contacto com o pêlo do gato, uma vez que o parasita não está habitualmente no pêlo.

Para além disso, gatos mantidos no interior e que não sejam alimentados com carne crua têm uma baixa probabilidade de contrair a infecção.

No entanto, mulheres grávidas, com intenção de engravidar e indivíduos imunocomprometidos devem proteger-se da infecção, o que é possível com algumas precauções simples:

- **Manter o gato no interior e alimentá-lo com comida de lata ou ração,** não lhe permitindo acesso ao exterior onde poderia caçar pássaros ou roedores, ou alimentar-se de restos. O gato pode ser infectado ao ingerir presas infectadas ou carne crua ou mal cozinhada contaminada.
- **Não levar novos gatos para casa que possam ter estado na rua ou terem sido alimentados com carne crua.** Evitar gatos de rua e gatinhos.
- **Pedir a alguém saudável e não grávida para limpar a areia do gato diariamente. Se tal não for possível, usar luvas e trocar a areia diariamente,** dado que os parasitas presentes nas fezes contaminadas levam entre 1 a 5 dias para se tornarem infecciosos. **Nunca esquecer de lavar as mãos cuidadosamente com água e sabão depois da limpeza da areia.**



Depois de infectado, o meu gato poderá transmitir sempre a doença?

Não. Os gatos só emitem os parasitas nas fezes durante algumas semanas após a infecção. Tal como nos humanos, a infecção pode ser assintomática, e é controlada pelo sistema imunitário.

Gatos bebés e jovens podem eliminar milhões de parasitas nas fezes por um período que se estende até às três semanas. No caso dos gatos adultos, é menos frequente essa eliminação.



Como posso prevenir a Toxoplasmose?

Alguns gestos simples ajudam a diminuir a probabilidade de infecção pelo parasita:

- **Usar luvas ao manusear terra ou jardinar.** Após estas actividades, lavar cuidadosamente as mãos com sabão e água, especialmente antes de preparar qualquer alimento.
- **Ao preparar carne crua, lavar cuidadosamente os utensílios utilizados e as mãos,** para evitar contaminações cruzadas dos restantes alimentos.
- **Cozinhar a carne até perder completamente o tom rosado,** e os sucos serem incolores. Não provar a carne enquanto não estiver completamente cozinhada.



Proteja-se da Toxoplasmose

Mudança da areia diariamente

Usar luvas para jardinar e lavar as mãos quando acabar

Evitar gatos de rua, especialmente gatinhos

Não ingerir carne mal cozinhada

Não ingerir frutas ou legumes mal lavados

Proteja o seu gato da Toxoplasmose

Alimente-o com ração ou comida enlatada

Nunca lhe dê carne crua

Mantenha-o no interior

Pequenas regras e cuidados que lhe permitirão continuar a ter a companhia dos seus amigos de sempre. Não os desaponte. Não os abandone.

Este e outros temas são debatidos por quem ama os gatos em www.felinus.org

Toxoplasmose



**Informe-se:
o seu gato merece**

O que é a Toxoplasmose?

A Toxoplasmose é uma doença causada por um parasita intracelular, o *Toxoplasma gondii*. Apesar do gato ser o hospedeiro definitivo destes parasitas, existem muitos hospedeiros intermediários, como o porco, o carneiro, pássaros, etc...

O parasita é encontrado pelo mundo inteiro, calculando-se que só nos EUA 60 milhões de pessoas possam estar infectadas. Entre os infectados, a maioria é assintomática, já que o sistema imunitário de um indivíduo saudável normalmente previne que o parasita cause doença. No entanto, grávidas e imunocomprometidos devem ter cuidados especiais, uma vez que o parasita pode causar problemas graves nestes grupos.



Como se transmite a Toxoplasmose?

A infecção pelo *Toxoplasma gondii* pode ocorrer por diferentes formas:

- Ingestão ou inalação acidental de fezes de gatos infectados. Pode acontecer ao levar as mãos à boca após jardinagem, limpar a areia de um gato ou tocar algo que entrou em contacto com as fezes contaminadas.
- Ingestão de carne mal cozinhada ou crua; levar as mãos à boca após manuseamento de carne pouco ou não cozinhada.
- Ingestão de água contaminada
- Contaminação de alimentos através de utensílios, tábuas de cozinha ou outros alimentos que tenham estado em contacto com carne crua.
- Raramente, por transplante de órgão infectado ou por transfusão sanguínea.



Os alimentos podem também ser contaminados por moscas que tenham pousado em alimentos ou objectos contaminados pelo parasita.

Quais são os sintomas da Toxoplasmose?

Os sintomas desta doença são variáveis:

- A maioria dos indivíduos infectados são assintomáticas.
- Algumas pessoas tem sintomas semelhantes a uma gripe, com aumento dos gânglios linfáticos e dores musculares que podem durar cerca de um mês.
- Manifestações de doença severa incluem lesões cerebrais e oculares, sendo mais comuns em indivíduos imunocomprometidos.

- A maioria das crianças infectadas no decurso da gravidez não apresentam sintomas aquando do nascimento, podendo desenvolvê-los posteriormente. Uma pequena percentagem de recém-nascidos apresenta lesões cerebrais ou oculares graves à nascença.
- A infecção durante a gravidez pode ainda conduzir a aborto espontâneo ou morte *in utero*.



A toxoplasmose apresenta um período de incubação de 10 a 23 dias após a ingestão de carne contaminada, sendo este período e 5 a 20 dias nos casos de inalação ou ingestão de partículas de fezes contaminadas.

Quem está em risco de desenvolver Toxoplasmose severa?

- Indivíduos com um sistema imunitário enfraquecido: com HIV/SIDA, sujeitos a quimioterapia ou submetidos a transplantes de órgãos recentemente.
- Crianças cuja mãe foi infectada imediatamente antes ou durante a gravidez. A transmissão através da placenta ocorre em cerca de um terço dos casos em que a mãe é infectada durante a gravidez. No entanto, a transmissão depende da idade gestacional: assim, se a infecção ocorrer durante o primeiro trimestre de gestação, a probabilidade de transmissão ao feto é de cerca de 15%, mas as manifestações de doença são as mais graves. Se a infecção ocorrer no terceiro trimestre, a probabilidade de transmissão ao feto sobe para os 65%, mas o recém-nascido é normalmente assintomático.



Como pode o meu filho ser afectado?

Quando a grávida é infectada pelo parasita, apesar de poder não apresentar sintomas, pode transmitir a doença ao feto.

Apesar da maioria dos recém-nascidos infectados durante a gestação não apresentarem sintomas aquando do nascimento, podem desenvolver manifestações sérias mais tarde, como sejam cegueira ou atraso mental.

Como saber se está infectado?

Se houver suspeita de infecção, peça ao seu médico para o confirmar: uma pesquisa de anticorpos contra o parasita no sangue permitem saber se há ou houve infecção pelo *Toxoplasma gondii*.

Mulheres que pretendam engravidar poderão fazer o teste. Se for positivo e se concluir que se trata de uma infecção passada, significa que o feto muito dificilmente será infectado. Alguns especialistas sugerem um período de 6 meses entre uma infecção recente e a gravidez.



Se o teste for negativo, é necessário tomar precauções para evitar a infecção.

Já tive Toxoplasmose. E agora?

Uma vez infectado, o organismo reage à infecção debelando-a, e criando imunidade que previne o reaparecimento da doença, bem como a sua transmissão.

No entanto, em situações de enfraquecimento do sistema imunitário, como nos casos de HIV/SIDA, de quimioterapia ou imunossupressão após transplante de órgão poderá haver reactivação da doença, sendo nessa altura necessário o seu tratamento.

A Toxoplasmose trata-se?

Depois da confirmação da infecção pelo *Toxoplasma gondii*, põe-se a questão do tratamento.

Em pessoas saudáveis normalmente o tratamento não é necessário, já que o sistema imunitário controla a infecção.



Em grávidas ou imunocomprometidos trata-se a doença, existindo para tal medicação adequada.