

Conselhos finais...

- **Lave sempre muito bem as mãos** antes de comer, depois de cozinhar, limpar a caixa do gato ou mexer na terra.
- **Limpe muito bem** todos os utensílios de cozinha e superfícies utilizadas para a confeção alimentar.
- **Evite levar as mãos à cara** durante a jardinagem, enquanto cozinha ou limpa a caixa do gato.

Desde que cumpra as medidas de prevenção é seguro conviver com o seu gato!



USF ARANDIS

Rua Fernando Barros Leal, s/n
2560—253 Torres Vedras
261336373 /371

Elaborado por:
Vanda Pereira
Interna do Ano Comum
Atualizado por:
João Lima(IFG)



na | Toxoplasmose Gravidez



2022

● ● ● | Desmistificar a Toxoplasmose...

O que é? A toxoplasmose é uma infecção provocada pelo *Toxoplasma gondii*, um parasita que tem como principal hospedeiro o gato. Os "ovos" resultantes da sua reprodução são eliminados nas fezes do gato contaminando a água, solo e plantas onde se depositam. Os animais (bovinos, suínos, roedores, etc) que ingerirem estes alimentos contaminados adquirem a infecção.

Como se transmite? O ser humano adquire a infecção através de:

- **Ingestão** de carne (crua ou mal passada), água, vegetais e fruta contaminados;
- **Manipulação** de objetos ou matérias contaminadas (solo, carne crua, dejetos do gato);
- **Via transplacentária:** na infecção durante a gravidez o parasita atinge o feto atravessando a placenta, podendo resultar nestes lesões graves ou até morte fetal.

Quais os sintomas?

- Pode-se tratar de uma doença assintomática, passando despercebida;

Ou....

- Manifestar-se com sintomas muito inespecíficos, tais como: fadiga, mal-estar, febre, calafrios, dores musculares e dores de cabeça.



● ● ● | Como evitar a infeção?

- Não comer carne crua ou pouco cozinhada, nem produtos de charcutaria (fumados e salgados);
- Comer apenas carne bem passada;
- Lavar muito bem os vegetais e a fruta com água corrente;
- Não ingerir água potencialmente contaminada (poços e fontes);
- Evitar comer marisco;
- Usar luvas durante atividades de jardinagem ou limpeza da caixa dos gatos;
- Limpar diariamente a caixa do gato com água a ferver.

Durante a sua gravidez, mantenha o gato dentro de casa, não o alimente com carne crua.