

# GRÁVIDA?

## Leia antes de viajar



### O que sabemos sobre o zika

- O zika pode ser transmitido de uma mulher grávida para o feto.
- A infecção durante a gestação está associada a defeitos congênitos nos bebês.
- O zika é mais comumente transmitido pela picada de um mosquito infectado da espécie Aedes.
  - Esses mosquitos picam agressivamente durante o dia. Eles também podem picar à noite.
- Até o momento, não houve transmissão local do zika nos Estados Unidos.
- Considerando que os mosquitos que transmitem o zika são encontrados nos trópicos, os surtos provavelmente continuarão a acontecer.
- Não existe vacina para prevenir ou medicamento para tratar o zika.

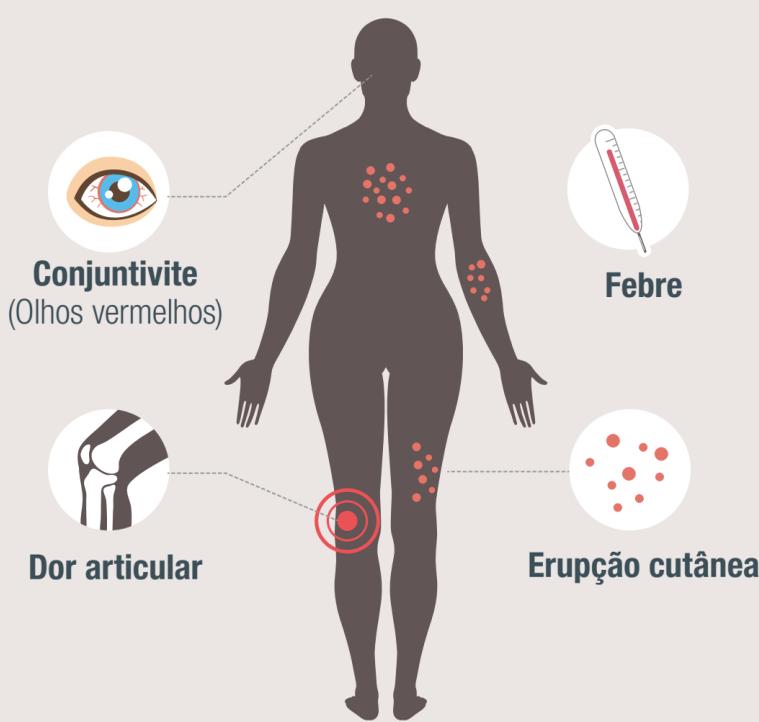
### O que não sabemos sobre o zika

- Se há um momento seguro durante a gravidez para viajar para uma área com zika.
- Se você está grávida e for infectada:
  - Qual a probabilidade de você contrair zika.
  - Qual a probabilidade de que o vírus afetará sua gravidez.
  - Qual a probabilidade do seu bebê ter defeitos congênitos decorrentes da infecção.

## Sintomas de zika

**Muitas pessoas não apresentarão sintomas ou nem mesmo terão conhecimento de que estão infectadas com o vírus.** A doença é geralmente leve com sintomas que duram de alguns dias a uma semana.

**Os sintomas mais comuns de zika são:**



## Aviso de viagem

O CDC emitiu um aviso de viagem (Nível 2 – Praticar melhores precauções) para pessoas que viajam para áreas onde o zika vírus está se disseminando.

**Para obter uma lista atualizada dos locais com zika vírus, consulte os Avisos de saúde para viagens do CDC:**  
<http://wwwnc.cdc.gov/travel/page/zika-travel-information>

Este aviso segue os relatos brasileiros de microcefalia e outros problemas de gravidez em bebês de mães que foram infectadas pelo zika vírus durante a gravidez.

**A transmissão sexual do zika vírus por um parceiro masculino é possível, portanto, é recomendável que os viajantes utilizem preservativos.**

### Grávida?

- Postergue viagens para áreas onde o zika vírus está se disseminando.
- Se precisar viajar para estas áreas, primeiramente, converse com seu médico.
- Siga todos os passos para prevenir picadas de mosquitos durante sua viagem.
- Se você tem um parceiro sexual masculino que mora ou viajou para uma área com zika, use preservativos da maneira certa toda vez que tiver qualquer tipo de relação sexual ou não tenha relações durante a gravidez.



### Tentando engravidar?

- Antes de viajar, fale com o seu médico sobre os planos de engravidar e o risco de contrair o zika.
- Siga todos os passos para prevenir picadas de mosquitos durante sua viagem.

Antes de viajar, consulte o site de viagem do CDC com frequência para conhecer as recomendações mais atualizadas.  
<http://wwwnc.cdc.gov/Travel>

## A sua melhor proteção Prevenir picadas de mosquitos

Quando usados de acordo com as instruções, os repelentes de insetos registrados na Agência de Proteção Ambiental (EPA) são comprovadamente seguros e eficazes, mesmo para gestantes e mulheres que estejam amamentando.



- Use camisas de mangas compridas e calças compridas.
- Trate as roupas e equipamentos com permetrina ou compre itens tratados com permetrina.
  - As roupas tratadas continuam protegendo após várias lavagens. Consulte as informações sobre o produto para verificar a duração da proteção.
  - Se fizer o tratamento sozinho, siga as instruções do produto com cuidado.
  - NÃO utilize produtos de permetrina diretamente na pele. São feitos para tratar roupas.



- Permaneça em locais com ar condicionado ou que tenham telas nas portas e janelas para manter os mosquitos do lado de fora.
- Durma sob um mosquitoire se estiver no exterior ou fora e não puder se proteger de picadas de mosquitos.



- Use repelentes de insetos registrados na EPA. Todos os repelentes de insetos registrados na EPA são avaliados quanto à sua eficácia.
  - Sempre siga as instruções do rótulo do produto.
  - Reaplique o repelente de insetos.
  - Não aplique o repelente na pele sob a roupa.
  - Use um repelente com um dos seguintes ingredientes ativos: DEET, picaridina, IR3535 e óleo de eucalipto citriodora ou para-mentano-diol.