

Apresentação

Malária: uma doença que pode ser evitada!



Tira-dúvidas.
Guia prático!

Os perigos da malária e como evitar a doença

O que é a malária, e por que pode até matar?

Quando nós sabemos que estamos infectados?

Como podemos nos proteger?

A malária tem cura e o tratamento é gratuito pelo SUS!



J. A. TIRADENTES
KÁTIA SOVERAL - Bióloga, especialista em insetos

tira de Letra
EDITORIA

TODOS contra o “mosquito da malária”



Existem maneiras de se proteger contra o mosquito transmissor da Malária (*Anopheles*). Uma delas é ter conhecimento. É preciso conhecer seus hábitos de locomoção e entender como se dá a reprodução desse mosquito que, para simplificar, vamos chamá-lo apenas de “mosquito da malária”.

Precisamos saber que somente as fêmeas do mosquito transmissor da malária, transmitem a doença. Elas se alimentam de sangue humano e de animais de sangue quente, enquanto os machos preferem néctar e sucos vegetais.

As fêmeas atacam em maior quantidade ao escurecer e ao amanhecer para se alimentarem. Devemos evitar sair nesses horários ou, pelo menos, precisamos procurar usar calças compridas e camisas com mangas compridas.

Outra informação importante é que o “mosquito da malária” costuma picar as pessoas também durante toda a noite. Por isso, é preciso que a família adote medidas, como utilizar mosquiteiros nos quartos e colocar telas nas portas e janelas.

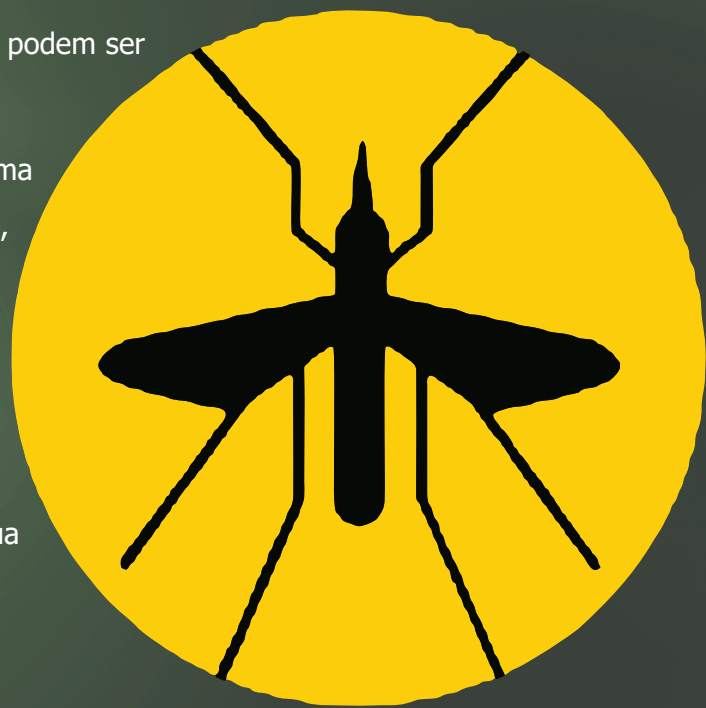
Todos, se puderem, devem adotar também o costume de usar repelentes. Porém, a precaução mais importante é: diante de qualquer suspeita da doença, deve-se procurar imediatamente uma unidade do Sistema Único de Saúde (SUS), o serviço médico, hospital ou pronto-socorro mais próximo. O exame para a detecção da malária e da espécie de protozoário do gênero *Plasmodium* que a pessoa contraiu, assim como o tratamento da doença, é gratuito pelo SUS.

O primeiro sinal de alerta é febre alta que pode demorar até oito ou mais dias para se manifestar após a picada, e cujos sintomas também podem ser confundidos com os sinais de outras doenças.

Por isso, segundo o Ministério da Saúde, a principal forma para combater e eliminar a malária é o diagnóstico oportuno, via exame, e tratamento completo.

Assim, o “mosquito da malária” não se infecta ao picar uma pessoa doente e o ciclo de transmissão é interrompido.

Precisamos ficar todos atentos a qualquer manifestação diferente no organismo e, ainda, aprender como se dá a sua reprodução do mosquito.



O que é malária? E por que essa doença pode matar?

A Malária se alastra rapidamente por meio de um círculo vicioso e perverso de transmissões e pode se agravar e levar a pessoa ao óbito. Isso se não for diagnosticada por um exame gratuito realizado pelo SUS, Serviço Único de Saúde, e tratada imediatamente após ser constatada.

Trata-se de uma doença parasitária infecciosa febril aguda. É transmitida para uma pessoa saudável através da picada da fêmea do mosquito *Anopheles* infectada por um dos protozoários do gênero *Plasmodium*.

A pessoa doente, ao ser picada por outro mosquito fêmea, transmitirá os parasitas para o mosquito e este, ao picar uma outra pessoa para se alimentar de seu sangue, transmitirá a malária.

Quanto mais demorar para se fazer o exame, mais os parasitas plasmódios avançam pelo organismo da pessoa, causando grandes danos ao organismo humano.

Eles chegam rapidamente às células do fígado, geram milhares de novos parasitas (merozoítos), entram na circulação sanguínea e invadem os glóbulos vermelhos, onde continuam se multiplicando e destroem os glóbulos vermelhos do sangue e, nessa fase, aparecem os primeiros sintomas da doença.



Complicações

A doença pode provocar problemas hepáticos, respiratórios, cardiovasculares, cerebrais e gástricos. Ao surgirem os sintomas, a pessoa deve iniciar imediatamente o tratamento, à base de remédios e de uma substância chamada quinina. A febre de urina negra é uma complicação rara da malária, e é consequência da ruptura de grandes quantidades de células vermelhas do sangue que liberam o pigmento vermelho (hemoglobina) na corrente sanguínea e é excretada na urina, tornando-a escura.

ATENÇÃO!

Toda pessoa pode contrair a malária e, até mesmo, duas, três ou mais vezes. Muitas pessoas que tiveram vários episódios de malária podem atingir um estado de imunidade parcial, apresentando poucos ou mesmo nenhum sintoma. Porém, uma imunidade esterilizante, que confere total proteção clínica, até hoje não foi observada. Caso não seja tratado adequadamente, o indivíduo pode ser uma fonte de infecção por meses ou anos, de acordo com a espécie parasitária contraída (fonte: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/m/malaria>).

O período de incubação e os sintomas

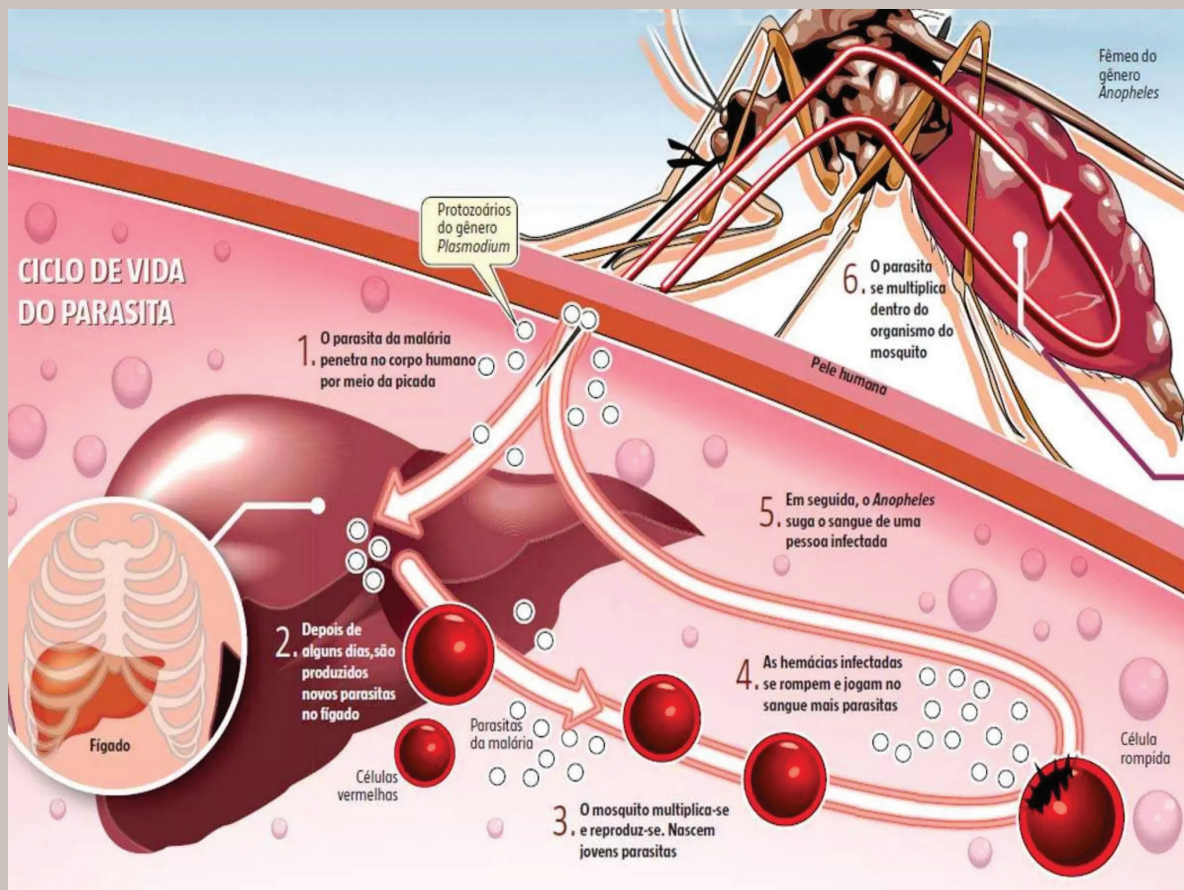


Os sintomas aparecem na fase sanguínea, mas podem demorar algum tempo para serem notados, devido ao período de incubação que leva de 8 a 30 dias e varia de acordo com a espécie de plasmódio. No caso do *Plasmodium falciparum*, os primeiros sintomas aparecem de 8 a 12 dias; no *Plasmodium vivax*, de 13 a 17 dias. No caso do *Plasmodium malariae*, de 18 a 30 dias.

Durante o período de incubação, não aparecem, ainda, os sintomas da doença, sendo que a febre é o principal e primeiro sintoma de malária que, muitas vezes, pode ser confundida com outras doenças ou mesmo com uma gripe.

Nesse período, a pessoa já pode estar contaminada, ainda que não saiba disso. E é onde reside um grande perigo. Sem apresentar ainda qualquer sintoma de malária, a pessoa transmite a doença de dois modos diferentes:

1. De forma direta, de uma pessoa para outra, por meio de transfusões de sangue, transplante de órgãos, compartilhamento de seringas entre usuários de drogas injetáveis e outras (ver página 14).
2. De modo natural, quando o mosquito da malária pica essa pessoa, ele se infecta e transmite a doença para outras pessoas, ao picá-las para se alimentar de sangue humano. Assim, esse movimento se alastra de forma exponencial.



Ao lado, o ciclo de vida do parasita da malária.

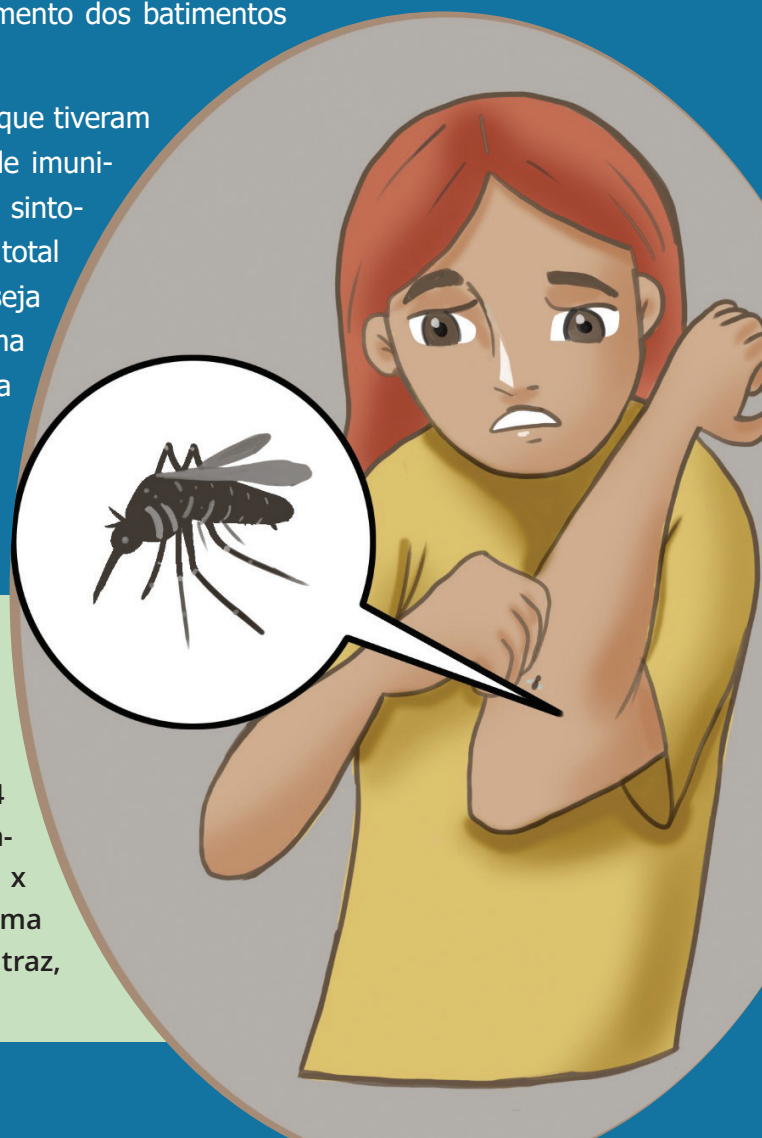
Como nós sabemos que estamos infectados?

No início, quase não se sabe porque os sintomas da malária não aparecem de imediato e, além disso, podem ser facilmente confundidos com os de outras doenças. Por isso é muito importante fazer o exame, que é gratuito no Serviço Único de Saúde (SUS) e avisar ao profissional de saúde onde você esteve nos últimos 30 dias, pois pode ser uma área com transmissão de malária. O exame chama-se "gota espessa", e permite identificar as espécies de plasmodium e o estágio de evolução do parasita no organismo.

Para que a doença seja tratada de forma adequada, é preciso que seja diagnosticada rapidamente. Se o resultado do exame for positivo, será necessário fazer o tratamento até o fim, mesmo que não se tenha mais sintomas. Os sinais claros de malária surgem depois de transcorrido o período de incubação, que é o tempo compreendido entre a penetração do parasita no organismo e o aparecimento dos primeiros sintomas, o que pode levar de 8 a 30 dias, em média, ou mais. O período de incubação da malária varia de acordo com a espécie de plasmódio.

Porém, é preciso ficar alerta a qualquer manifestação diferente no organismo, seja uma dor no corpo, dor de cabeça ou febre. Principalmente, diante de uma febre elevada, ou seja, de 37 a 39 graus. Outro alerta, que indica a hora de procurar imediatamente o médico, ou ir para o hospital, pronto-socorro, ou buscar uma unidade do SUS mais próxima, é uma sequência de sintomas, tais como calafrios, tremores e suores intensos. Porém, há diferentes outros sintomas para os quais deve-se ficar também muito atento. São eles: febre que não cessa com remédios, arrepios, fadiga, cansaço, diarreia, náuseas ou vômito. Em alguns casos, dores abdominais, falta de apetite, tontura e taquicardia (aumento dos batimentos cardíacos).

Qualquer pessoa pode contrair a malária. Indivíduos que tiveram vários episódios de malária podem atingir um estado de imunidade parcial, apresentando poucos ou mesmo nenhum sintoma. Porém, uma imunidade esterilizante, que confere total proteção clínica, até hoje não foi observada. Caso não seja tratado adequadamente, o indivíduo pode vir a ser uma fonte de infecção por meses ou anos, de acordo com a espécie parasitária. Porém, uma imunidade esterilizante, que confere total proteção clínica, até hoje não foi observada.



Características

A cartilha do kit *Malária, uma doença que pode ser evitada!* contém uma cartilha com 40 páginas, 4 x 4 cores, impressa em papel offset 75 grs. e acabamento tipo "canoã" com 2 grampos, formato fechado 21 x 20,5 cm. A embalagem sustentável, que se transforma em jogo de tabuleiro, é impressa em papel 250 grs., e traz, ainda, um jogo da memória em 4 x 4 cores.

SOBRE o autor

J. A. Tiradentes é sociólogo, formado pela Fundação Escola de Sociologia e Política de São Paulo, e jornalista pela Faculdade Cásper Líbero, de São Paulo, com ampla atuação na grande imprensa brasileira, e como correspondente no exterior. Tem cursos de complementação em Economia Aplicada (FGV-SP), Marketing (ESPM), Design Gráfico e Fotografia SESC e SENAI e outros. Foi assessor e consultor de comunicação de empresários, políticos e de grandes corporações empresariais nacionais e internacionais.

É também roteirista de vídeos institucionais e autor dos livros *Bullying nas escolas: saiba como se proteger*, publicação que atende à Lei nº 13.185/2015; *Febre amarela, dengue, chikungunya e zika*; *Brincando com ViVi: saiba como proteger a saúde dos dentinhos*; *Moto e cidadania no trânsito: saiba mais sobre como evitar acidentes*; *Livro verde do planeta azul: construindo a ecocidadania* e é coautor de *Precisamos cuidar da natureza: reduza, reutilize, recicle* em parceria com Júlia Noble, e da coleção de livros paradidáticos *A formação do povo brasileiro: o negro, o índio e suas contribuições para a construção da sociedade nacional*, em parceria com a ex-professora de Artes Plásticas e pedagoga Dina Alves Masson, coleção essa que atende à Lei nº 11.645/2008.

CONSULTORIA Técnica

Katia Soveral é bióloga, especialista em insetos, formada pela Faculdade de Ciências da Universidade do Porto, em Portugal e graduada em Engenharia Agrônômica, pela Universidade Federal de São Carlos-SP, na especialidade de entomologia (ramo da zoologia que estuda os insetos). É formada em capacitação profissional e docência no Instituto de Artes e Ciência, do Porto, Portugal. Desenvolveu capacitação profissional nas áreas de educação ambiental, controle de pragas e de microbiologia ambiental em diversas regiões do Brasil e na Europa. Mais recentemente, trabalhou na área de meio ambiente e controle de insetos na região do Pantanal, no Mato Grosso do Sul.



t!R a de Letra
E D I T O R A

Al. Rio Negro, 1030, Esc. 206, Condomínio Stadium – Alphaville – Barueri – São Paulo –
CEP 06.454-000 (11) 3021.4131 e (11) 9 8222.1701- jatiradentes@freepress.com.br - Visite
nosso site: www.tiradeletra.com.br