

## O QUE FAZER SE TIVER O ZIKA?

Previna a transmissão para sua família com as seguintes medidas:

- Proteja-se contra a picada do mosquito.
- Use roupas frescas, largas e que cubram a maior parte do corpo.
- Use o repelente recomendado pelos profissionais da saúde nas áreas mais expostas do corpo de 2 em 2 horas.
- Coloque redes nas janelas e portas.
- Use preservativo (camisinha) para evitar a transmissão sexual do vírus ZIKA.

PARA MAIS INFORMAÇÕES SOBRE O ZIKA DIRIJA-SE AO CENTRO DE SAÚDE E SIGA CUIDADOSAMENTE AS RECOMENDAÇÕES DO PROFISSIONAL DA SAÚDE

## COMO SE PREVINE O ZIKA?

- A melhor proteção é evitar a picada do mosquito.
- Coloque redes nas janelas, frestas e portas.



- Lave e escove regularmente com água e sabão os recipientes de armazenamento de água.
- Mantenha sempre bem cobertas com tampas as vasilhas de água para o consumo, barris, bidões e tanques.
- Mantenha as calhas sempre limpas, limpe e

troque água nos bebedouros a cada três dias e elimine os criadouros como água parada em tanques e pardeiros abandonados.

- Lave, troque água nos vasos de plantas a cada três dias e coloque areia no pratinho para evitar o acúmulo de água.
- As grávidas devem usar roupas frescas, largas e que cubram a maior parte do corpo.
- Use o repelente recomendado pelos profissionais da saúde, especialmente as grávidas nas áreas mais expostas do corpo de 2 em 2 horas.



- Remova todos os objetos que possam acumular água dentro e fora de casa (garrafas destapadas, latas, pneus etc.) e retire o lixo todos os dias.
- Mantenha-se em alerta e participe nas campanhas e atividades de eliminação de criadouros de mosquito na sua comunidade.
- Pratique sexo seguro com o uso do preservativo (camisinha) masculino e feminino, para prevenir a transmissão sexual.



PROTEGER A SUA COMUNIDADE É  
TAMBÉM PROTEGER A SI E A SUA FAMÍLIA

# STOP ZIKA

## Cabo Verde - Uma Nação Unida Contra o Zika

O QUE É A DOENÇA ZIKA?  
COMO SE TRANSMITE O ZIKA?  
QUAIS SÃO OS SINTOMAS DO ZIKA?  
O QUE FAZER SE TIVER O ZIKA?  
COMO SE PREVINE O ZIKA?



Ministério da Saúde e  
da Segurança Social

INSTITUTO NACIONAL DE SAÚDE PÚBLICA

## O QUE É A DOENÇA ZIKA?

- ZIKA é uma doença transmitida através da picada do mosquito, o mesmo que transmite Dengue, Febre Amarela e Chikungunya.



- Homens, mulheres, jovens e crianças podem ser infectados e ficarem doentes.



## COMO SE TRANSMITE O ZIKA?

- Por picada de mosquito *Aedes aegypti*.
- De mãe infectada para o bebê durante a gravidez.



- Por transfusão de sangue contaminado por vírus ZIKA.



- Por relações sexuais com um parceiro (a) infectado (a) pelo vírus ZIKA.



## QUAIS SÃO OS SINTOMAS DO ZIKA?

- Manchas vermelhas na pele, com ou sem coceira.



- Febre baixa ou ausente.
- Cansaço.
- Dor de cabeça.



- Dores musculares e nas articulações.



- Dores nos olhos, (olhos vermelhos).



**Atenção!**

**O ZIKA SE TRANSMITE POR PICADA DE MOSQUITO DURANTE O DIA!  
COM A CHUVA A POPULAÇÃO DOS MOSQUITOS AUMENTA!**

**DIRIJA-SE AO CENTRO DE SAÚDE MAIS PRÓXIMO, CASO SINTA UM DOS SINTOMAS OU SUSPEITE TER SIDO INFETADO PELO VÍRUS ZIKA!**

**ATENÇÃO! O BRUFEN E ASPIRINA NÃO DEVEM SER TOMADOS PARA EVITAR O RISCO DE HEMORRAGIAS NO DOENTE INFETADO PELO VÍRUS ZIKA**