

VÍRUS DA ZIKA

O que você precisa saber

Cigna®

A Cigna está monitorando os desenvolvimentos do surto e estamos preparados para ajudar os clientes, se necessário.



Lembre-se de que nosso atendimento ao cliente está disponível 24 horas por dia, 7 dias por semana, 365 dias ao ano para ajudar os clientes com perguntas sobre seus benefícios de saúde e outras questões relacionadas com seus benefícios.



www.cdc.gov
e
www.who.int

Para informações mais específicas sobre o vírus da zika, visite o site dos Centros de Controle e Prevenção de Doenças em www.cdc.gov ou da Organização Mundial da Saúde em www.who.int

1. O que é a infecção por vírus da zika e como é transmitida?



De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), o vírus da zika é transmitido para as pessoas pela picada de um mosquito infectado do gênero *Aedes*, principalmente *Aedes aegypti* em regiões tropicais. É o mesmo mosquito que transmite dengue, chicungunha e febre amarela.

O vírus também pode ser transmitido sexualmente e por transfusões de sangue.

2. Quais são os sintomas?



- Cerca de uma em cinco pessoas infectadas com zika adoecerão.
- O vírus da zika em geral causa uma doença leve: os sintomas aparecem alguns dias depois que a pessoa é picada por um mosquito infectado. A maioria das pessoas com a doença do vírus da zika terão febre leve e erupções na pele. Outras também podem ter conjuntivite, dor muscular e articular, e sentir cansaço. Os sintomas em geral duram dois a sete dias.

3. Pode ser transmitida de mãe para filho?



Há relatos de um defeito congênito grave no cérebro denominado **microcefalia** (uma condição em que a cabeça do bebê é menor do que o esperado em comparação com bebês do mesmo sexo e idade) e outros desfechos de gravidez desfavoráveis em bebês de mães que foram infectadas com o vírus da zika quando estavam grávidas. O conhecimento da relação entre a zika e esses desfechos está evoluindo. Até que mais informações sejam obtidas, o CDC recomenda precauções especiais para os seguintes grupos.

Mulheres grávidas (em qualquer trimestre)

- O vírus da zika pode ser transmitido por um homem para a parceira durante o sexo. É possível que um homem seja portador da zika e transmita sexualmente, mesmo que não tenha sintomas ou não saiba que está infectado. Por causa da relação entre zika e defeitos de nascimento, adote medidas para prevenir a infecção durante a gravidez.
- Considere adiar viagens para qualquer área onde a transmissão do vírus da zika esteja ocorrendo.
- Se precisar viajar para uma dessas áreas, converse com o seu médico antes e cumpra rigorosamente as **medidas para prevenir picadas de mosquito** durante a viagem.



Mulheres que estão tentando engravidar

- › O vírus da zika pode ser transmitido sexualmente por um homem antes, durante e após a gravidez.
- › As mulheres diagnosticadas com zika devem esperar no mínimo oito semanas após o início dos sintomas para tentar engravidar. Os homens diagnosticados com zika devem esperar no mínimo seis meses após o início dos sintomas para tentar a gravidez. As mulheres sem sintomas e os homens com possível exposição à zika devem esperar no mínimo oito semanas após a exposição antes de tentar a gravidez.
- › As mulheres e seus parceiros que estão pensando em gravidez devem conversar com seu profissional de saúde sobre:
 - Seus planos para ter filhos, o risco potencial de ter zika durante a gravidez e a exposição potencial do parceiro à zika. Para saber mais, acesse: <http://portugues.cdc.gov/zika/pregnancy/thinking-about-pregnancy.html>

4. Como a doença é diagnosticada?



Para a maioria das pessoas diagnosticadas com a doença do vírus da zika, o diagnóstico baseia-se nos sintomas e no histórico recente (por exemplo, picadas de mosquito ou viagem para uma área onde o vírus da zika está presente). Um laboratório pode confirmar o diagnóstico por exame de sangue.

5. Qual é o tratamento?



Não há vacina ou medicamento específico para tratar infecções por vírus da zika.

Trate os sintomas.

- › Descanse
- › Beba fluidos para evitar desidratação
- › Tome medicamentos como acetaminofeno para reduzir febre e dor
- › Não tome aspirina ou outro medicamento anti-inflamatório não esteroide
- › Se está tomando medicamento para outra condição médica, converse com o seu profissional de saúde antes de tomar um medicamento adicional

6. Onde casos de vírus da zika foram confirmados recentemente?



Até o fim de janeiro de 2016, casos confirmados foram identificados nos seguintes países.

América Latina e ilhas do Caribe

Aruba, Barbados, Bolívia, Bonaire, Brasil, Colômbia, Costa Rica, Cuba, Curaçao, Dominica, El Salvador, Equador, Guadalupe, Guatemala, Guiana, Guiana Francesa, Haiti, Honduras, Ilhas Virgens Americanas, Jamaica, Martinica, México, Nicarágua, Panamá, Paraguai, Porto Rico, República Dominicana, São Martinho, São Vicente e Granadinas, Suriname, Trinidad e Tobago, e Venezuela

Oceania e ilhas do Pacífico

Ilhas Marshall, Nova Caledônia, Samoa, Samoa Americana, Tonga

África

Cabo Verde



7. Como posso me proteger?

De acordo com a OMS, a melhor proteção contra o vírus da zika é evitar picadas de mosquito. Mulheres que estão grávidas ou planejando engravidar e seus parceiros sexuais devem adotar cuidados adicionais para se proteger contra as picadas do mosquito que transmite a zika. Algumas recomendações:

- Usar roupas (de preferência em cores claras) que cubram o máximo possível do corpo.
- Usar repelente contra insetos: os repelentes podem ser aplicados à pele exposta ou às roupas, e devem conter DEET (dietiltoluamida) ou IR 3535 ou icaridina, que são os ingredientes biologicamente ativos mais comuns em repelentes contra insetos. Os repelentes devem ser usados em conformidade rigorosa com as instruções no rótulo. São seguros para uso por grávidas. (Consulte as regulamentações de seu país sobre os tipos de repelentes que podem ser usados.)
- Usar barreiras físicas, como telas finas ou materiais de rede tratados, em portas e janelas.
- Dormir embaixo de cortinados, especialmente ao descansar durante o dia, quando os mosquitos Aedes estão mais ativos.
- Identificar e eliminar os locais com potencial para reprodução de mosquitos: esvaziar, limpar ou cobrir recipientes que podem conter até pequenas quantidades de água, como baldes, vasos de flores e pneus.

Se você é uma mulher grávida ou que planeja engravidar, e tem um parceiro que vive ou viajou para uma área com zika, converse com seu profissional de saúde sobre o histórico de viagem. Você deve consultar as recomendações do CDC e usar medidas de proteção, incluindo abstinência, para prevenir a transmissão sexual.

8. Quando alguém deve procurar cuidados médicos?

- Consulte o seu profissional de saúde se você desenvolver os sintomas descritos na página 1 depois de visitar as áreas onde a zika é encontrada.
- Consulte o seu profissional de saúde se estiver grávida e desenvolver febre, erupções cutâneas, dor articular ou olhos vermelhos no período de duas semanas depois de viajar para um país onde casos de vírus da zika foram comunicados.



O material fornecido aqui e informações adicionais sobre o vírus da zika estão disponíveis nos sites de Internet a seguir, usando os links abaixo.

- Centros de Controle e Prevenção de Doenças (CDC): <http://portugues.cdc.gov/zika/index.html>
- Organização Mundial da Saúde (OMS): www.who.int/topics/zika/en/

Together, all the way.®



Este material é apenas para fins informativos e não se destina a oferecer orientação médica. Consulte o seu profissional médico independente.

Todos os produtos e serviços da Cigna são fornecidos exclusivamente por ou por intermédio de subsidiárias operacionais da Cigna Corporation, incluindo Cigna Health and Life Insurance Company ou subsidiárias de empresas de serviços. O nome Cigna, o logotipo e outras marcas de serviço da Cigna pertencem à Cigna Intellectual Property, Inc. Todas as imagens são usadas apenas para fins ilustrativos.

887307POR a 04/16 © 2016 Cigna. Parte do conteúdo é fornecida mediante licença.