

Há algum programa de vigilância de mosquitos em Portugal?

Sim, a REde de Vigilância de Vetores – REVIVE – um programa a nível nacional do Ministério da Saúde e que é coordenado pelo Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge (INSA). O REVIVE está em curso desde 2008 e tem a missão de vigiar as espécies de mosquitos, a sua abundância e os agentes de doença transmitidos. Anualmente é publicado um relatório de atividades que se encontra disponível no site do INSA.



Para mais informações, contacte

Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge, I.P.

Centro de Estudos de Vetores e Doenças Infecciosas Doutor Francisco Cambournac

Av. da Liberdade n.º 5

2965-575 Águas de Moura

Telefone 265 912222

Email: cevdi@insa.min-saude.pt

Para mais informações consulte:

<http://www.insa.pt/>

<https://ecdc.europa.eu>

Aproveite o ar livre, mas esteja atento aos mosquitos

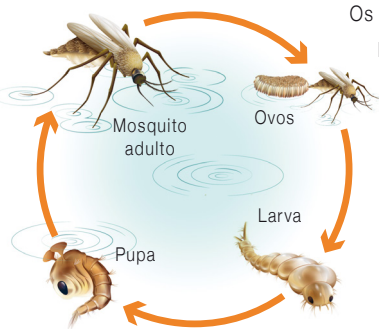


Fique atento para evitar picadas de mosquitos e saiba como agir se você ou a sua família forem picados por mosquitos.



O que são mosquitos?

Os mosquitos são conhecidos por picarem e causarem incômodo. São insetos dípteros voadores (ordem Díptera) que pertencem à família Culicidae, na qual se reconhecem cerca de 3500 espécies. A nível mundial, os mosquitos encontram-se amplamente distribuídos, sendo nas regiões tropicais e subtropicais que encontramos maior diversidade de espécies.



Ciclo de vida dos mosquitos

Os mosquitos têm um ciclo de vida que compreende 4 estádios: ovo, larva, pupa que correspondem às fases imaturas e em desenvolvimento, e o mosquito adulto, o inseto terrestre voador, como o habitualmente o reconhecemos.

Com a exceção do adulto, todos os estádios do ciclo de vida são aquáticos e dependem obrigatoriamente da água para o seu desenvolvimento. O ciclo de vida dos mosquitos, do ovo ao mosquito adulto tem a duração de 7 a 14 dias, dependendo da espécie e das condições ambientais. Os mosquitos adultos alimentam-se de néctares da vegetação à semelhança de outros insetos. Só as fêmeas têm a necessidade de fazer refeições de sangue através de picadas em animais vertebrados, incluindo humanos, pois necessitam de componentes específicos do sangue para realizar a postura dos ovos e completarem o ciclo de vida.

Quando e onde se encontram os mosquitos?

Os mosquitos podem encontrar-se praticamente em qualquer altura do ano e em qualquer lugar, em maior ou menor abundância, sendo os principais fatores de ocorrência:

- Presença de água parada em contentores, sistemas aquáticos naturais ou artificiais;
- Presença de animais ou populações humanas
- Precipitação e temperatura favoráveis, uma vez que proporcionam criadouros (reservatórios com água) disponíveis às fases imaturas e um ciclo de vida mais rápido, contribuindo para um aumento da abundância e diversidade de espécies. Nos climas temperados, o período de atividade crítico é geralmente de maio a outubro, mas pode haver exceções. Quando a temperatura começa a baixar os mosquitos procuram lugares mais quentes e abrigados para hibernarem durante o período de inverno. Neste período é usual encontrarmos-os dentro de habitações, garagens e abrigos animais.



A picada dos mosquitos pode causar doenças?

- Sim. Apesar da maior parte das espécies de mosquito apenas causarem incomodidade pela picada, algumas espécies podem transmitir vírus como o Dengue, Zika, Chikungunya, Febre-Amarela, Nilo Ocidental entre outros e também protozoários, como o plasmódio da malária, que podem causar doença.

Quando e onde é que picam os mosquitos?

- Os mosquitos podem picar de dia e de noite, dentro e fora das habitações, em qualquer zona corporal.

O que é preciso para uma picada de mosquito poder causar doença?

É preciso que o mosquito seja competente para a transmissão do agente de doença em causa e esteja infetado. A picada de um mosquito não infetado por si só não causa doença.

Qual é o método mais efetivo para me proteger de doenças causadas por mosquitos?

Proteger-me da picada.

Como posso proteger-me da picada?

Os métodos mais efetivos para me proteger da picada são:

- Uso de repelente de insetos com um dos seguintes ingredientes ativos:
 - DEET
 - Picaridin
 - IR3535
 - Óleo de eucalipto limão (OLE)
- Utilização de vestuário que cubra o corpo, mangas compridas e calças
- Utilização de ar condicionado e/ou redes mosquiteiras em janelas, portas e cama



Como posso contribuir para controlar os mosquitos?

A primeira abordagem em qualquer programa de controlo de mosquitos baseia-se na eliminação/ redução de criadouros e é acessível e deve ser praticada pela comunidade. O controlo dos mosquitos depende de todos. Para evitar a acumulação de água em objetos que possam estar em quintais ou ao ar livre as seguintes recomendações devem ser adotadas:

- Colocar no lixo os objetos que sejam para descartar, assegurando que o contentor de lixo é tapado
- Pneus fora de uso devem ser entregues numa estação de reciclagem ou resíduos sólidos ou mantidos secos em lugar coberto
- Pratos com vasos de plantas devem ser eliminados ou virados ao contrário
- Poços, tanques e outros depósitos de água doméstica devem ser tapados, impedindo a entrada de mosquitos
- Piscinas devem ser tratadas e limpas, tapadas ou esvaziadas se não estiverem em uso
- Caleiras e calhas devem ser mantidas limpas
- Em tanques ou lagos decorativos a criação de peixes deve ser considerada, pois estes alimentam-se das larvas de mosquito
- Bebedouros de animais e taças de alimentação devem ser lavadas e esfregadas uma vez por semana

