

DESMISTIFICANDO A TOXOPLASMOSE

NÃO É NECESSÁRIO LIVRAR-SE DO GATO QUANDO ESTÁ GRÁVIDA

A *toxoplasmose* pode ocorrer em diversos mamíferos que ingeriram carne crua, especialmente através da caça. Sabe-se que o parasita *Toxoplasma gondii* tem de passar por um hospedeiro intermediário e por um definitivo, que é sempre o gato e **APENAS O GATO, NÃO O CÃO! O cão não transmite toxoplasmose.**

O ser humano serve de hospedeiro intermediário, as pessoas podem contrair toxoplasmose e não se aperceber disso, mas caso tenham sintomas estes podem ser febre baixa, dores musculares, aumento do volume dos gânglios linfáticos, perda de apetite e dores de garganta. Uma vez exposto à doença, o ser humano desenvolve imunidade contra o parasita e raramente torna a adoecer com toxoplasmose. Isto é confirmado através de uma análise sanguínea a qual revelará que a pessoa é seropositiva em relação a esta doença. A mulher grávida seropositiva já teve a doença por isso já não há risco para o feto.

Mas o caso complica-se se a mulher grávida não é seropositiva quando engravidada. Neste caso ela não deve contrair toxoplasmose pela 1ª vez durante os primeiros 3 meses de gravidez (após este período os riscos são significativamente menores). Apanhar toxoplasmose durante o 1º trimestre de gravidez equivale ao risco do bebé nascer com graves deformações neurológicas ou mesmo retardamento mental.

Se a grávida possui um gato já há algum tempo que vive exclusivamente em casa, e que jamais come carne crua, ela NÃO está em risco. De facto está cientificamente provado que manusear carne crua ou trabalhar em jardinagem sem luvas é mais arriscado do que fazer festas ao seu gato.

Existem muitas maneiras de **minimizar o risco de contrair toxoplasmose**, cozinhe muito bem a carne pelo menos 15 a 20 m antes de a consumir. Tanto as carnes de vaca como o porco e o borrego podem transmitir a doença se consumidas cruas ou mal cozinhadas. O leite não pasteurizado de vaca, cabra ou ovelha também é um produto de risco. Mantenha o seu gato exclusivamente em casa, não permita que ele consuma o que caça nem lhe forneça carne crua. Alimente-o com rações comerciais apropriadas.

O que interessa no fim de tudo é se a mulher grávida é imune ou não. Se não é, deve ser um pouco cuidadosa no primeiro trimestre de gravidez. Aliás: se possui um gato há anos e ainda não está imune ao toxoplasma, não vai ser agora por azar que vai apanhar a doença só porque está grávida.

O mais provável é que o seu gato não lhe transmita mesmo a doença. E ainda mais: normalmente as mulheres descobrem que estão grávidas no 2º mês de gravidez. Se já passaram 2 meses de risco sem ter cuidados, porque entrar em pânico com o seu bichaninho se já só falta mais um mês de alto risco

para o feto? Muitas pessoas não se apercebem deste facto...

A toxoplasmose não é o único perigo que as grávidas têm de enfrentar. Se houver boa higiene, e consumo de carne apenas bem cozinhada, a maioria dos problemas serão evitados. A toxoplasmose não é nenhuma novidade e as mulheres grávidas não devem temer possuir gatos. A companhia e a devoção que os felinos nos dedicam ultrapassa em muito o risco de nos expormos a doenças. Todavia se restam algumas dúvidas não hesite em contactar-nos ou o médico veterinário do seu companheiro felino! Estime-o, não o abandone!

6 MANEIRAS DE EVITAR CONTRAIR TOXOPLASMOSE

- 1 Use luvas de borracha e lave bem as suas mãos após fazer jardinagem. A forma infectante do parasita pode viver por longos períodos de tempo na sujidade e areia onde os gatos defecam;
- 2 Calce umas luvas e lave e esvazie a caixa de areia do gato diariamente para os oocistos não terem a oportunidade de se tornarem infectantes;
- 3 Consuma carne sempre bem cozinhada, nunca em "sangue" e lave muito bem as suas mão após manipular carne e vegetais crus;
- 4 Beba leite pasteurizado, nunca cru;
- 5 Verifique através de análise sanguínea se é seropositiva ou não. Se der positivo, então não tem nada que se preocupar;
- 6 Lave bem as mãos após contactar com qualquer gato.

