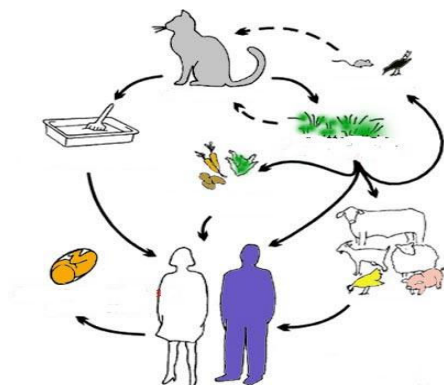


A GRAVIDEZ E A TOXOPLASMOSE

A toxoplasmose é uma doença provocada por um protozoário – o toxoplasma – que quando contraída durante a gravidez pode levar ao aborto ou a más formações no feto.

Afecta várias espécies animais mas o gato é um hospedeiro especial, já que é nele que o parasita termina o seu ciclo de vida, eliminando nas suas fezes oocistos (equivalente a ovos) infectantes. Nas outras espécies (cão, vaca, porco, cavalo, ovelha, cabra, galinha, homem...) não há eliminação de oocistos - o parasita enquista-se nos tecidos (músculos ou vísceras). Ou seja, para contrairmos toxoplasmose a partir do cão, da vaca, do porco, etc. teremos de ingerir a sua carne (crua ou mal cozida). Mas a partir do gato com toxoplasma, basta que se ingiram as suas fezes, ou alimentos contaminados por elas.



As formas mais comuns de contaminação humana são: ingestão de carne mal cozinhada, águas não tratadas (contaminadas com fezes de gato), manuseamento de terra (jardinagem, por exemplo) ou ingestão de vegetais mal lavados (também contaminados com fezes de gato). Ou seja, contaminarmo-nos através do contacto com o nosso gatinho de estimação é uma forma menos provável - para além de o podermos evitar desde que se tomem as devidas precauções, o gato apenas elimina oocistos uma vez na vida, logo após contrair a doença (e também se passar por períodos de imunossupressão, i.e. diminuição das suas defesas) .

Quando se diz que uma mulher é positiva à toxoplasmose significa que terá contactado com o parasita em alguma fase da sua vida e terá desenvolvido imunidade contra a doença. Uma mulher negativa significa que nunca contactou com a toxoplasmose e daí que é susceptível – tem portanto de ter cuidado para não a contrair durante a gravidez.

Para evitar o contágio siga estas instruções: deve utilizar luvas quando faz jardinagem; não deve ingerir água não engarrafada; deve cozinhar bem a carne; e deve usar luvas quando manipula carne crua.

Apesar de o contágio a partir do gato de estimação ser pouco provável, siga as seguintes regras: lavar muito bem as mãos após contactar com o gato; usar luvas aquando da manipulação do areão e lavar o seu recipiente todos os dias com água fervente; não alimentar o gato com carne crua e não permitir que ele cace.

Se está a pensar em engravidar não tem necessariamente de se desfazer do seu gatinho! Na verdade, a futura mamã é, por vezes, aconselhada a desfazer-se do seu animal mas, quantas vezes não estaremos perante receios excessivos e esquecemos a importância da informação correcta e responsável?

