



Programa Prevenção Doenças Transmitidas por vetores - *Carraças*

CARRAÇAS

As carrças pertencem a um grupo de artrópodes parasitas que se alimentam exclusivamente de sangue. Estes artrópodes afetam sobretudo os animais (mamíferos, aves, répteis e anfíbios) mas também podem parasitar o Homem. Estão particularmente expostos à picada da carrça, pessoas que desenvolvam atividades profissionais ou lúdicas ao ar livre (sobretudo em zonas com vegetação densa) e/ou cujo contacto com animais é frequente.

Muitas vezes, a picada da carrça não é detetada, isto porque a picada e a ingestão de sangue é geralmente indolor e a visualização da carrça pode ser difícil. A carrça pode localizar-se em zonas pilosas ou pode apresentar uma reduzida dimensão (no caso de se tratar de larvas ou ninfas) e ser confundida com um sinal cutâneo.

As carrças apresentam no seu ciclo de vida 3 fases ativas: larva (1); Ninfa (2); adultos- macho (3) e fêmea (4).



PICADA

A carrça fixa-se à pele e alimenta-se sem que a sua presença seja detetada, o que pode levar a situações mais ou menos graves.

Ao sermos picados por carrças podemos desenvolver:

- ◇ Infecção cutânea no local da picada;
- ◇ Reações alérgicas;
- ◇ Doenças por infeção de agentes infecciosas;

TRANSMISSÃO

A transmissão de agentes infecciosos é a principal preocupação quando somos picados por carrças. Estes artrópodes podem estar infetados por vírus, bactérias e protozoários que são transmitidos durante a sua alimentação e que causam diversas doenças no Homem.

Em Portugal, a principal doença associada a carrças é a **FEN-febre escaro nodular**, vulgarmente designada febre da carrça.

Existem ainda outras doenças com impacto em Saúde Pública: a **borreliose de Lyme** (ou doença de Lyme) e a febre Q.

REMOÇÃO

A alimentação das carrças é um processo lento, podendo estas permanecer fixas à pele durante vários dias. É importante remover prontamente a carrça mas de uma forma **correta**.

COMO FAZER CORRETAMENTE

- ✓ Prender a carrça com o polegar e o indicador (utilizando papel para evitar contacto direto) tão próximo quanto possível da pele, rodar ligeiramente a carrça e puxar até que se solte;
- ✓ Desinfetar o local da picada;
- ✓ A carrça removida pode ser colocada num recipiente fechado (por exemplo frasco de urina) entregando-o no serviço de saúde mais próximo (procure o Serviço de Saúde Pública do Centro de Saúde a que se dirige)
- ✓ Se na ferida permanecer ainda parte da carrça deve recorrer-se a um técnico de saúde.

Há diversos métodos tradicionais para remover carrças que são **contra-indicados** pois favorecem a transmissão dos agentes infecciosos ao Homem.

O QUE NÃO DEVE FAZER

- × Envolver a carrça em substancia gordurosa como azeite ou aproximar a fonte de calor (por exemplo ponta de cigarro);
- × Perfurar o corpo da carrça.

PREVENÇÃO

A prevenção é a melhor forma de proteção e existem regras básicas que devemos seguir, sobretudo quando realizamos atividades ao ar livre em zonas com vegetação.

- ◇ Reduzir a **área de pele exposta** e uso de **roupa clara** (camisa de manga comprida, calças compridas, meias por fora das calças e sapatos fechados);
- ◇ Ao regressar a casa devemos inspecionar cuidadosamente o corpo;
- ◇ No caso de ser detetada alguma carrça fixa, deve remover-se de imediato (ver remoção).

Informe-se e Proteja-se