

DDS - Diálogo Diário de Segurança

Tema: Medidas de prevenção contra a dengue



Primeiramente, antes de mais nada vamos conhecer um pouco mais esse tão temido mosquito que deixa qualquer um de cabelo em pé.

A Dengue é uma doença viral transmitida por mosquitos que rapidamente se espalhou em todas as regiões nos últimos anos. O vírus da dengue é transmitido por mosquitos fêmeas principalmente da espécie *Aedes aegypti* e, em menor grau, *Aedes albopictus*.

A doença foi se propagando ao longo das regiões tropicais, com variações de locais de risco influenciadas pela precipitação, temperatura e rápida urbanização não planejada.

Essas pragas se reproduzem em lugares onde há água parada. Caixas d' água, pneus, garrafas vazias, caixas, plásticos - por exemplo.

Quais os tipos de dengue existentes?

Existem 4 tipos distintos, mas todos são bem parecidos, os tipos existentes são: DEN-1, DEN-2, DEN-3 e DEN-4. Sempre que a pessoa adquiriu Dengue, o vírus ficará para sempre em seu organismo e isso pode ser muito perigoso - porque se ela for infectada novamente, ela corre sério risco de pegar a dengue hemorrágica.

Sintomas da Dengue

- Dor de cabeça intensa;
- Dor atrás dos olhos;
- Dores musculares e articulares;
- Náuseas;
- Vômitos;
- Inchaço das glândulas ou erupção cutânea;

- Leve sangramento (tal sangramento do nariz, sangramento nas gengivas ou ferimento fácil);
- Os sintomas geralmente duram entre 2 a 7 dias.

Esses são os sintomas comuns que pessoas com suspeita de dengue podem sentir. Se você ou alguma membro de sua família sentir/tiver pelo menos uns 3 ou mais desses sintomas, procure um médico para fazer o exame e tirar a prova se está com dengue ou não.

Como Prevenir a Dengue?

- Descarte os resíduos sólidos de forma adequada. Não jogue nada em terreno baldios ou na rua;
- Coloque areia nos vasilhos de plantas;
- Inseticidas também ajudam bastante a evitar a proliferação dos mosquitos da dengue. Em várias cidades do Brasil, as prefeituras fazem campanhas nas casas espirrando um pouco de inseticida;
- Coloque telas nas janelas;
- Quando chover, verifique se em seu quintal não há água parada;
- Use constantemente repelente. Se você for viajar, não deixe de levar o repelente em sua mala;
- Verifique a caixa d' água da sua casa, lave-a regularmente (caso você tenha uma);
- Se tiver piscina, tome muito cuidado! Pois as piscinas se não cuidadas pode ser um "ninho" para proliferação do mosquito. Sempre use cloro, cubra sua piscina ou se não for a usar retire a água de dentro dela;
- Se você for para locais rurais, use calça se possível.

Essas são algumas dicas praticas e eficazes que podem ser feitas por qualquer pessoa para prevenir a proliferação dessa praga (o *Aedes aegypti*).

Lembre-se a prevenção é primordial! Você não quer que os membros da sua família adquiram a dengue não é mesmo? Então faça sua parte!

Não vamos vacilar, vamos combater essa praga!

(Fonte: <http://saudeesegurancaotrabalho.com/>)