**Introdução**

**O que é Zika Vírus?**

Sinônimos: febre zika, vírus zika

Zika Vírus (ZKV) é um vírus transmitido pelos mosquitos *Aedes aegypti* (mesmo transmissor da [**dengue**](http://www.minhavida.com.br/saude/temas/dengue) e da [**febre chikungunya**](http://www.minhavida.com.br/temas/febre-chikungunya)) e o *Aedes albopictus*. O vírus Zika teve sua primeira aparição registrada em 1947, quando foi encontrado em macacos da Floresta Zika, em Uganda. Entretanto, somente em 1954 os primeiros casos em seres humanos foram relatados, na Nigéria. O vírus Zika atingiu a Oceania em 2007 e a Polinésia Francesa no ano de 2013. O Brasil notificou os primeiros casos de Zika vírus em 2015, no Rio Grande do Norte e na Bahia. Atualmente, sua presença já está documentada em cerca de 70 países.

**Desenvolvimento**

**Transmissão**

O contágio principal pelo ZKV se dá pela picada do mosquito que, após se alimentar com sangue de alguém contaminado, pode transportar o ZKV durante toda a sua vida, transmitindo a doença para uma população que não possui anticorpos contra ele.

O ciclo de transmissão ocorre do seguinte modo: a fêmea do mosquito deposita seus ovos em recipientes com água. Ao saírem dos ovos, as larvas vivem na água por cerca de uma semana. Após este período, transformam-se em mosquitos adultos, prontos para picar as pessoas. O Aedes aegypti procria em velocidade prodigiosa e o mosquito adulto vive em média 45 dias. Uma vez que o indivíduo é picado, demora no geral de 3 a 12 dias para o Zika vírus causar sintomas.

O vírus ZIKV não é transmitido de pessoa para pessoa. O contágio se dá pelo mosquito que, após picar alguém contaminado

A transmissão do ZKV raramente ocorre em temperaturas abaixo de 16° C, sendo que a temperatura mais propícia gira em torno de 30° a 32° C - por isso ele se desenvolve preferencialmente em áreas tropicais e subtropicais. A fêmea coloca os ovos em condições adequadas (lugar quente e úmido) e em 48 horas o embrião se desenvolve. É importante lembrar que os ovos que carregam o embrião do mosquito transmissor da Zika Vírus podem suportar até um ano a seca e serem transportados por longas distâncias, grudados nas bordas dos recipientes e a espera um ambiente úmido para se desenvolverem. Essa é uma das razões para a difícil erradicação do mosquito. Para passar da fase do ovo até a fase adulta, o inseto demora dez dias, em média. Os mosquitos acasalam no primeiro ou no segundo dia após se tornarem adultos. Depois, as fêmeas passam a se alimentar de sangue, que possui as proteínas necessárias para o desenvolvimento dos ovos.

O mosquito Aedes aegypti mede menos de um centímetro, tem aparência inofensiva, cor café ou preta e listras brancas no corpo e nas pernas. Costuma picar nas primeiras horas da manhã e nas últimas da tarde, evitando o sol forte. No entanto, mesmo nas horas quentes ele pode atacar à sombra, dentro ou fora de casa. O indivíduo não percebe a picada, pois não dói e nem coça no momento. Por ser um mosquito que voa baixo - até dois metros - é comum ele picar nos joelhos, panturrilhas e pés.

**Outras formas de transmissão**

Uma gestante pode transmitir o ZKV para o feto durante a gravidez e essa forma de transmissão está relacionada a ocorrência de microcefalia e outros defeitos cerebrais graves do feto, além disso, alterações articulares, oculares e outras malformações vem sendo relacionadas à transmissão do ZKV da mãe para o feto e estão em estudo.

O Zika vírus pode ser transmitido através de relação sexual de uma pessoa com Zika para os seus parceiros ou parceiras, mesmo que a pessoa infectada não apresente os sintomas da doença. Existem estudos em andamento para descobrir por quanto tempo o ZKV permanece no sêmen e nos fluidos vaginais das pessoas contaminadas e por quanto tempo ele pode ser transmitido aos parceiros sexuais. No sêmen, alguns trabalhos científicos relatam um longo tempo de permanência do ZKV, mesmo muito depois do desaparecimento dos sintomas.

Pessoas com a intenção ter filhos, que vivam em regiões de transmissão para o Zika, devem conversar com o médico sobre medidas preventivas no pré e pós-concepção. Essa recomendação se torna ainda mais importante quando um dos indivíduos tem ou já teve o diagnóstico de Zika. Pode ser necessário aguardar um período de até 6 meses para reduzir o risco de transmissão de um indivíduo para o outro e eventualmente da mãe para o feto.

Os meios de transmissão saliva, urina ou leite materno ainda não foram confirmados. Apesar de o vírus ter sido identificado nesses fluídos corporais de pessoas contaminadas com o Zika vírus, não existem relatos de que ocorra transmissão por essas vias.

Há ainda a possibilidade de transmissão por transfusão sanguínea e outros derivados, com o reporte de alguns casos no Brasil, nos quais a transmissão ocorreu provavelmente por esta via. Com essa preocupação, recentemente a Anvisa em conjunto com o Ministério da Saúde lançou Nota Técnica com algumas recomendações em relação a triagem clínica de doadores de sangue, que essencialmente estipulam prazos entre a ocorrência da doença ou contato sexual com alguém doente e a liberação para a doação de sangue.

**Sintomas de Zika Vírus**

Os sinais de infecção pelo Zika vírus são parecidos com os [**sintomas de dengue**](http://www.minhavida.com.br/saude/temas/dengue), e começam de 3 a 12 dias após a picada do mosquito. A maior parte dos indivíduos, cerca de 80 %, após se infectar com ZKV não desenvolverá qualquer sintoma da doença. Os sintomas de Zika Vírus, quando presentes, são:

* [**Febre**](http://www.minhavida.com.br/saude/temas/febre) baixa (entre 37,8° e 38,5°C)
* [**Dor nas articulações**](http://www.minhavida.com.br/saude/temas/dor-nas-articulacoes) (artralgia), mais frequentemente nas articulações das mãos e pés, com possível inchaço
* Dor muscular (mialgia)
* [**Dor de cabeça**](http://www.minhavida.com.br/saude/temas/dor-de-cabeca) e atrás dos olhos
* Erupções cutâneas (exantemas), acompanhadas de coceira. Podem afetar o rosto, o tronco e alcançar membros periféricos, como mãos e pés
* Conjuntivite: um quadro de vermelhidão e inchaço nos olhos, mas em que não ocorre secreção.

Sintomas mais raros de infecção pelo Zika vírus incluem:

* [**Dor abdominal**](http://www.minhavida.com.br/saude/temas/dor-abdominal)
* [**Diarreia**](http://www.minhavida.com.br/saude/temas/diarreia)
* Constipação
* [**Fotofobia**](http://www.minhavida.com.br/saude/temas/fotofobia)
* Pequenas úlceras na mucosa oral.

Os sintomas costumam ter duração de cerca de 2 a 7 dias. Em casos eventuais, as dores nas articulações podem persistir por volta de 1 mês.

**Diagnóstico e exames**

**Diagnóstico de Zika Vírus**

O diagnóstico da infecção pelo Zika vírus pode ser feito apenas através dos sinais e sintomas em regiões onde sabidamente há circulação da doença e/ou por exames laboratoriais específicos.

Os exames laboratoriais atualmente estão mais disponíveis, e são basicamente de 3 tipos:

* Isolamento viral: técnica complexa, normalmente restrita a laboratórios de pesquisa
* RT-PCR: detecção do material genético do vírus, usualmente realizada nos primeiros dias de doença
* Sorologia: com vários métodos disponíveis, podendo ser realizada mesmo depois do RT-PCR ter se tornado negativo. A sorologia pode apresentar reações cruzadas, ou seja, resultados falsos positivos em pessoas com dengue e pessoas vacinadas para febre amarela.

Em junho de 2016, a Agência Nacional de Saúde Suplementar - ANS, estabeleceu a inclusão extraordinária de testes para Zika para gestantes, bebês filhos de mães com diagnóstico de infecção pelo vírus, bem como para os recém-nascidos com malformação congênita sugestivas de infecção pelo Zika no Rol de Procedimentos e Eventos em Saúde. Na prática isto estabelece a cobertura obrigatória desses exames pelos planos de saúde para os seus segurados, respeitadas as indicações mencionadas acima.

**Tratamento e cuidados**

**Tratamento de Zika Vírus**

O tratamento para o Zika vírus é sintomático. Isso que dizer quer não há tratamento específico para a doença, só para alívio dos sintomas. Para limitar a transmissão do vírus, os pacientes devem ser mantidos protegidos das picadas dos mosquitos transmissores, evitando assim que os insetos se contaminem e possam transmitir a doença para outras pessoas. Para isso, recomenda-se o uso de mosquiteiros, repelentes e demais medidas preventivas durante a fase de viremia - período em que há circulação do vírus na corrente sanguínea - que costuma durar cerca de 6 dias a partir do início dos sintomas.

Pacientes afetados com Zika Vírus podem usar medicamentos e analgésicos. Entretanto, assim como na dengue e febre chikungunya, os medicamentos à base de ácido acetilsalicílico (aspirina) ou que contenham a substância associada devem ser evitados. Eles podem aumentar o risco de sangramentos. Anti-inflamatórios não hormonais (diclofenaco, ibuprofeno e piroxicam) também devem ser evitados.

O paracetamol e a dipirona são os medicamentos de escolha para o alívio dos sintomas de dor e febre devido ao seu perfil de segurança, sendo recomendado tanto pelo Ministério da Saúde, como pela Organização Mundial da Saúde. É importante ainda ingerir muito líquido para evitar a desidratação.

Os sintomas regridem espontaneamente após 4-7 dias. Na persistência dos sintomas por períodos mais longos, volte ao médico para investigar outras doenças ou complicações.

Convivendo (prognóstico)

**Complicações possíveis**

**Microcefalia e Vírus Zika**

Em outubro de 2015, a partir de 26 casos de microcefalia notificados à Secretaria Estadual de Saúde de Pernambuco, iniciou-se um trabalho nacional de vigilância em investigação de casos desse agravo, até então, muito incomum, de baixa incidência.

O que se seguiu a esse evento foi a identificação de mais e mais casos, em diversos estados, principalmente no nordeste do país, com a crescente preocupação com a possível correlação desses casos com a ocorrência do surto de zika nessa região no início do mesmo ano.

A partir de intenso esforço da comunidade científica nacional e internacional, pode-se estabelecer de forma concreta a relação causal para a ocorrência desses eventos: a infecção pelo Zika Vírus na gestação.

Várias questões permanecem ainda sem resposta como: em que fase da gestação o vírus zika pode causar alterações congênitas, em que proporção as gestantes infectadas pelo zika transmitem a infecção aos fetos, por quanto tempo após a aquisição da infecção permanece o risco dessa transmissão, entre diversas outras indagações.

Sem tratamento específico, as complicações causadas pelo Zika vírus na gestação podem ser diminuidas pelo diagnóstico e acompanhamento precoce dos recém-nascidos acometidos e o Ministério da Saúde estabeleceu protocolos específicos para identificação dos casos.

**Zika Vírus e a Sídrome de Guillain-Barré**

A [**síndrome de Guillain-Barré**](http://www.minhavida.com.br/saude/temas/sindrome-de-guillain-barre) é uma doença de ocorrência rara caracterizada por fraqueza em braços e pernas e, que pode progredir causando paralisias e afetando inclusive os músculos que controlam a respiração. Os sintomas podem durar algumas semanas a meses. Em sua maioria, os pacientes acometidos recuperam-se totalmente, mas alguns podem permanecer com sequelas permanentes.

A doença de Guillain-Barré é caracterizada pelo ataque do sistema imunológico contra as células nervosas do próprio indivíduo. Muitas vezes, a doença surge após quadros de infecção, com vários micro-organismos sabidamente relacionados a ocorrência dos casos.

Países que tiveram surtos de Zika recentemente, têm relatado aumentos dos casos de Guillain-Barré, e pesquisas sugerem que esta síndrome está fortemente associada a infecção pelo Zika. No entanto, importante reforçar que uma mínima proporção de indivíduos que apresentaram Zika possivelmente desenvolverá a síndrome.

**Prevenção**

**Prevenção**

O mosquito Aedes aegypti é o principal transmissor do vírus e suas larvas nascem e se criam em água parada. Por isso, evitar esses focos da reprodução desse vetor é a melhor forma de se prevenir contra o Zika vírus. Veja como:

**Evite o acúmulo de água**

O mosquito coloca seus ovos em água limpa, mas não necessariamente potável. Por isso é importante jogar fora pneus velhos, virar garrafas com a boca para baixo e, caso o quintal seja propenso à formação de poças, realizar a drenagem do terreno. Também é necessário lavar a vasilha de água do bicho de estimação regularmente e manter fechadas tampas de caixas d'água e cisternas.

**Coloque areia nos vasos de plantas**

O uso de pratos nos vasos de plantas pode gerar acúmulo de água. Há três alternativas: eliminar esse prato, lavá-lo regularmente ou colocar areia. A areia conserva a umidade e ao mesmo tempo evita que e o prato se torne um criadouro de mosquitos.

Ralos pequenos de cozinhas e banheiros raramente tornam-se foco de Zika Vírus devido ao constante uso de produtos químicos, como xampu, sabão e água sanitária. Entretanto, alguns ralos são rasos e conservam água estagnada em seu interior. Nesse caso, o ideal é que ele seja fechado com uma tela ou que seja higienizado com desinfetante regularmente.

**Limpe as calhas**

Grandes reservatórios, como caixas d'água, são os criadouros mais produtivos de *Aedes*, mas as larvas do mosquito podem ser encontradas em pequenas quantidades de água também. Para evitar até essas pequenas poças, calhas e canos devem ser checados todos os meses, pois um leve entupimento pode criar reservatórios ideais para o desenvolvimento do Aedes aegypti.

**Coloque tela nas janelas**

Embora não seja tão eficaz, uma vez que as pessoas não ficam o dia inteiro em casa, colocar telas em portas e janelas pode ajudar a proteger sua família contra o mosquito *Aedes aegypti*. O problema é quando o criadouro está localizado dentro da residência. Nesse caso, a estratégia não será bem sucedida. Por isso, não se esqueça de que a eliminação dos focos da doença é a maneira mais eficaz de proteção.

**Cuide dos lagos caseiros e aquários**

Peixes são grandes predadores de formas aquáticas de mosquitos e, portanto, lagos e aquários representem um risco menor para proliferação do mosquito. O cuidado maior deve ser dado às piscinas que não são limpas com frequência.

**Seja consciente com seu lixo**

Não despeje lixo em valas, valetas, margens de córregos e riachos. Assim você garante que eles ficarão desobstruídos, evitando acúmulo e até mesmo enchentes. Em casa, deixe as latas de lixo sempre bem tampadas.

**Use de repelentes**

Repelentes são uma importante estratégia de proteção a picada de mosquitos. Recomenda-se, o uso de produtos industrializados, certificados pela ANVISA. Repelentes caseiros, como andiroba, cravo-da-índia, citronela e óleo de soja não possuem forte comprovação científica de sua eficácia e não devem ser utilizados em substituição aos produtos aprovados pelas agências reguladoras para essa finalidade. Os produtos atualmente comercializados e autorizados como repelentes no Brasil podem ser utilizados na gestação e amamentação com segurança. O uso desses repelentes em crianças deve respeitar as restrições da embalagem e discutidas com o pediatra. A frequência e o modo de usar variam de um produto para o outro e também devem ser seguidas de acordo com a embalagem. Protetores solares podem reduzir a atividade dos repelentes. Quando usados ao conjuntamente, aplique o protetor antes da aplicação do repelente.

**Use de roupas protetoras**

O uso de roupas que cobrem braços e pernas reduz a área de exposição corporal a picadas de insetos e configura uma boa estratégia de prevenção de doenças transmitidas por esses agentes. Alguns produtos do mercado, contém substâncias repelentes como a permetrina que aumentam a eficácia dessa estratégia.