

**Autor:** Filipa Meneses, Ana Rita Magalhães, Sara Laureano Alves

**Última atualização:** 2016/09/20

**Palavras-chave:** Doenças intestinais parasitárias, Helmintíase, Anti-helmínticos

## Resumo

As parasitoses intestinais são um importante problema de saúde pública a nível global.

Com a melhoria das condições de higiene, a sua prevalência na população portuguesa foi diminuindo progressivamente, atingindo números que já não justificam as conhecidas desparasitações anuais ?de rotina?. Saber como se transmitem estas infeções é fundamental e o principal aspeto a ter em conta na sua prevenção. Medidas como a lavagem correta das mãos, o consumo de água potável e o cuidado na confeção e manipulação dos alimentos asseguram por si só uma prevenção eficaz, ficando os fármacos reservados para os diagnósticos confirmados de infeção.

## ?Lombrigas? - Parasitoses intestinais

Parasitas são organismos que sobrevivem infetando outros seres vivos, incluindo o Homem. Os principais grupos capazes de causar doença no ser humano são os helmintas e os protozoários (do qual faz parte a Giardia).

As vulgarmente denominadas ?lombrigas? pertencem ao grupo dos helmintas e as mais importantes em Portugal são:

- *Enterobius vermicularis* (oxiúros)
- *Ascaris lumbricoides* (lombrigas)
- *Trichuris trichiura*
- *Strongiloides stercoralis*
- *Ancylostoma duodenale*

### Centers for Disease Control and Prevention

.

## Como somos parasitados?

A infeção por estes microorganismos (parasitose intestinal) é habitualmente causada por via fecal-oral, ou seja, através da ingestão de larvas e ovos presentes em solos, alimentos e águas contaminadas, e pela lavagem incorreta

das mãos.

Os oxiúros apresentam a particularidade de se poderem transmitir diretamente entre os humanos.

### **Quais os sintomas das parasitoses intestinais?**

---

As parasitoses intestinais são frequentemente bem toleradas. Evoluem sem queixas ou provocam sintomas pouco específicos como diarreia, gases, dores de barriga ou vômitos.

Por outro lado, sintomas como comichão noturna na região do ânus e irritação na vagina são mais típicos da infeção por oxiúros.

### **Como se diagnostica uma parasitose?**

---

Por vezes conseguimos ver diretamente os parasitas nas fezes. Contudo, na maioria dos casos é necessário fazer uma análise às fezes para assim os poder detetar. Idealmente a colheita inclui pelo menos 3 dejeções em 3 dias diferentes.

### **Devemos tomar ?remédio das bichas? por rotina?**

---

Com a melhoria das condições de higiene e saneamento houve uma diminuição muito acentuada na prevalência de parasitoses intestinais em Portugal, que em décadas passadas justificavam o uso de anti-helmínticos (desparasitantes) por rotina.

Atualmente, o uso massivo destes medicamentos não está recomendado quando não há evidência de infeção. Se por um lado não evitam novas infeções, por outro, podem perder eficácia futura, resultante do desenvolvimento de resistências.

Atualmente acredita-se que o contacto auto-limitado com helmintas, interferindo com o sistema imunológico do nosso tubo digestivo, pode até representar um papel protetor contra algumas doenças como a Asma e a Doença Inflamatória Intestinal.

### **Devo desparasitar os animais domésticos?**

---

Os helmintas responsáveis pelas parasitoses nos animais são diferentes dos que infestam o tubo digestivo dos humanos. Contudo, estes podem originar doenças noutros órgãos.

De um modo geral, a desparasitação dos animais está recomendada, devendo a sua periodicidade ser estabelecida pelo Médico Veterinário.

### **O que fazer para prevenir as parasitoses intestinais?**

---

Uma vez assegurado o saneamento básico e o tratamento dos solos com técnicas de rega e fertilização adequadas, a prevenção destas infeções passa sobretudo pela manutenção de boas práticas de higiene.

- Assegure-se que ingere água própria para consumo.

- Lave corretamente as mãos com água corrente e sabão. Tenha especial atenção quando manipula alimentos, antes e após as refeições e após o uso de casas-de-banho.
- Cozinhe bem os alimentos. Evite o consumo de carne e peixe mal passados.

## Conclusão

---

A desparasitação de rotina já não está recomendada. Reforce os bons hábitos de higiene.  
É a melhor arma de prevenção!

## Referências recomendadas

---

- Fernandes S, Beorlegui M, Brito MJ, et al. Protocolo de parasitoses intestinais. Acta Pediatr Port. 2012; 43(1):35-41
- Kucik CJ, Martin GL, Sortor BV. Common Intestinal Parasites. Am Fam Physician. 2004 Mar;69(5):1161-1169
- Salgado M, Gata L. Parasitoses intestinais: ainda se deve fazer a desparasitação por rotina? Não! Saude Infantil. 2013 Dec;55(3):145-148
- Xavier V, Domingues B, Marcos T. Desparasitação intestinal sistemática em idade pediátrica: uma revisão baseada na evidência. Rev Port Med Geral Fam. 2012. 28:178-86

**[Voltar à página inicial](#) [Tem alguma dúvida? Fale connosco](#) \*\*\*\***

Filipa Meneses • Ana Rita Magalhães • Sara Laureano Alves