

Autor: Ana Sousa Oliveira

Última atualização: 2018/01/12

Palavras-chave: Malária, Paludismo, Plasmodium spp, Mosquito

Resumo

A malária é uma doença causada por diferentes espécies do parasita *Plasmodium*. Pode ser transmitida através do contacto com sangue infetado, sendo o principal meio de transmissão a picada pelo mosquito *Anopheles* em certas regiões quentes, perto da linha do equador.

Há tratamento disponível.

No entanto, a principal estratégia para o seu controlo passa pela prevenção através de regimes profiláticos com medicamentos específicos e pela adoção de medidas de proteção contra a picada do inseto.

Todas as pessoas que se desloquem para locais onde existe probabilidade de haver transmissão de malária devem consultar o seu médico para se informar nesse sentido e iniciar o processo profilático que ocorre antes, durante e após a viagem.

Malária

A malária é uma doença infecciosa causada por parasitas do género *Plasmodium*: *Plasmodium falciparum* (o mais comum), *Plasmodium vivax*, *Plasmodium ovale*, *Plasmodium malariae* e *Plasmodium knowlesi*.

Transmissão

A transmissão de malária ocorre através do contacto com sangue infetado, sendo exemplos disso:

- picada pela fêmea infetada do mosquito *Anopheles* (meio de transmissão mais frequente);
- transfusões sanguíneas;
- transplante de órgãos;
- partilha de agulhas;
- mãe infetada para o feto (durante a gravidez).

Onde ocorre a transmissão

Estima-se que a malária tenha atingido 216 milhões de pessoas em todo o mundo em 2016: 90% na **África sub-Sariana**, 7% no **sudeste asiático**, e 2% no **Mediterrâneo Oriental**. Geralmente a transmissão é mais intensa

Malária

nas regiões mais quentes perto do Equador, estando reportados maior número de casos em África (a sul do Sahara) e em algumas regiões da Oceânia (como Papua Nova Guiné).

A transmissão da malária não ocorre a altitudes elevadas, durante as estações frias (em algumas zonas), nos desertos (exceto nos oásis) e em alguns países com programas eficazes de controlo/eliminação.

Manifestações clínicas

Quando o *Plasmodium* entra na corrente sanguínea, cresce e multiplica-se dentro dos glóbulos vermelhos, provocando o seu rebentamento a cada 48-72h. Esta periodicidade justifica o aparecimento dos sintomas como **febre, calafrios e suores** de forma cíclica.

Desde o contacto até ao aparecimento da doença vai demorar entre 7 a 15 dias, correspondentes ao período de incubação. Em algumas pessoas e dependendo da espécie do *Plasmodium* envolvido, pode-se prolongar até vários meses.

A malária apresenta sintomas geralmente idênticos aos de uma gripe comum, incluindo a febre, arrepios, dor de cabeça, dores musculares, náuseas e vómitos. A infeções causadas por *Plasmodium falciparum* podem estar associadas a confusão mental, falência renal, coma e eventualmente morte, sobretudo em crianças.

Qualquer pessoa que apresente este tipo de sintomas depois de ter estado recentemente num país endémico deve procurar apoio médico.

Diagnóstico

Perante a suspeita de malária, o médico poderá fazer uma observação ao microscópio de uma gota de sangue do doente, que confirma o diagnóstico. Raramente poderão ser necessários outros testes de confirmação.

Grupos de Risco

As populações com maior risco de apresentar casos severos de malária são as **grávidas** e as **crianças com menos de 5 anos de idade**. Estão também reportados muitos casos associados a descendentes de emigrantes provenientes de zonas endémicas, quando regressam à região para visitar família e amigos. Este maior risco poderá estar sobretudo associado à falsa ideia de que poderão estar imunizados por terem crescido em regiões endémicas. Assim, é importante referir que qualquer imunidade parcial adquirida durante o crescimento num país endémico facilmente se perde e torna as pessoas tão vulneráveis como qualquer outra que cresceu em regiões não endémicas.

Prevenção

A prevenção da malária pode ser feita através da profilaxia com medicamentos específicos e da adoção de medidas preventivas das picadas de mosquitos.

A **profilaxia medicamentosa** faz-se através da toma de medicamentos contra a malária. Estes medicamentos devem ser tomados antes, durante e depois da viagem. As alternativas existentes em Portugal são a cloroquina, a mefloquina, a hidroxicloroquina e a associação de atovaquona + proguanilo. A escolha do medicamento mais indicado para cada caso é feita pelo médico, de acordo com o país destino e com as recomendações que a Organização Mundial de Saúde (OMS) publica regularmente.

Quanto à **prevenção de picadas do mosquito**, existem algumas estratégias que devem ser adotadas quando alguém se desloca para países endémicos, nomeadamente:

Malária

- evitar ter a pele exposta utilizando roupa comprida (camisolas e calças) e chapéus.
- aplicar um repelente adequado. Ter em atenção que os repelentes são colocados após o protetor solar e devem ser repetidos de cada vez que se lava a pele ou que se reforça o protetor solar.
- repousar em locais com ar condicionado ou com janelas devidamente protegidas e com redes mosquiteiras.

Caso seja picado por um mosquito deve evitar coçar e aplicar um creme calmante (exemplo: contendo calamina).

Tratamento

O controlo eficaz da malária passa pelo diagnóstico e tratamento precoces. O objetivo do tratamento é eliminar o parasita do sangue de forma a evitar a progressão da doença, possíveis complicações e a sua transmissão. Não existe um esquema terapêutico universal para o tratamento, existem sim algumas alternativas que devem ser ponderadas e ajustadas em função da resistência da espécie e outros aspetos clínicos individuais do doente.

Conclusão

A malária é uma doença endémica sobretudo de países tropicais sendo que devem ser adotadas medidas para a sua prevenção. Antes de viajar, recomenda-se que se aconselhe junto do seu médico, e numa Consulta de Saúde do Viajante.

Referências recomendadas

- [Centers for Disease Control and Prevention, ?Traveler?s Health?](#)
- [Centers for Disease Control and Prevention, ?Malaria?](#)
- [Centers for Disease Control and Prevention, ?Malaria Information and Prophylaxis by Country?](#)
- [European Centre for Disease Prevention and Control, ?Factsheet about malaria?](#)
- [World Health Organization: Malaria](#)

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

[Ana Oliveira](#)