

Conscientização sobre a Dengue

A oficina tem como objetivo conscientizar o público sobre a dengue de maneira lúdica e de fácil entendimento. Com isso, ela será dividida em duas etapas:

1ª Etapa: Consiste na parte explicativa, onde abordaremos alguns tópicos importantes, são eles: O que é a dengue? O que causa? Quais são seus sintomas? Como evitar ? e algumas curiosidades.

2ª Etapa: Realizaremos a parte prática, que será um desafio, no qual o público irá procurar possíveis focos de proliferação em uma maquete que simula o ambiente familiar.

Metodologia

Quantidade de participantes: 25

Duração de monitoria: 30 minutos

Materiais

Para montar a maquete vão ser necessários alguns materiais, são eles:

- Pincéis;
- Tinta guache colorida;
- Carrinhos de brinquedo;
- Bonequinhos de plástico;
- Palitos de sorvete;
- Modelos de casas feitas de MDF (se preferir, você pode montar as casas com papelão ou algum outro material que tiver);
- Painelinhos ou potinhos de plástico para simular “piscinas”, “vasos de plantas”, “caixa d’ água” e etc;
- Imagens (pequenas) de mosquitos para colocá-los nos focos;
- Cola quente ou super cola;
- Isopor retangular (do tamanho que preferir);
- Papel crepom;
- Tecido TNT;
- Pedacos de sacos plasticos.

Obs: Caso não tenha alguns desses materiais, você pode utilizar o que estiver disponível no momento que também dará certo!

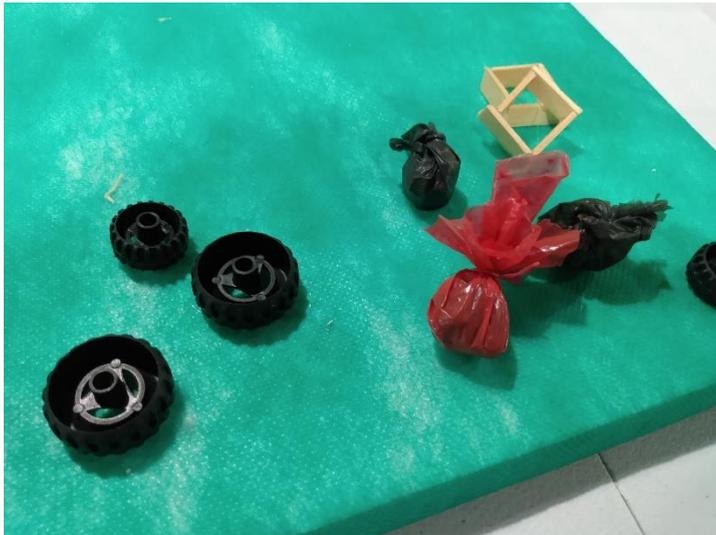
Montagem da maquete

Como mencionado, o intuito da maquete é simular um ambiente familiar, nessa etapa você pode montá-la da maneira que preferir usando sua criatividade. Nas imagens a seguir, serão mostrados alguns detalhes das maquetes montadas para servir de inspiração:

- Foram montadas duas maquetes para que pudessemos aplicar a dinâmica. Como podem ver, usamos o tecido TNT para fazer o chão/grama da maquete.



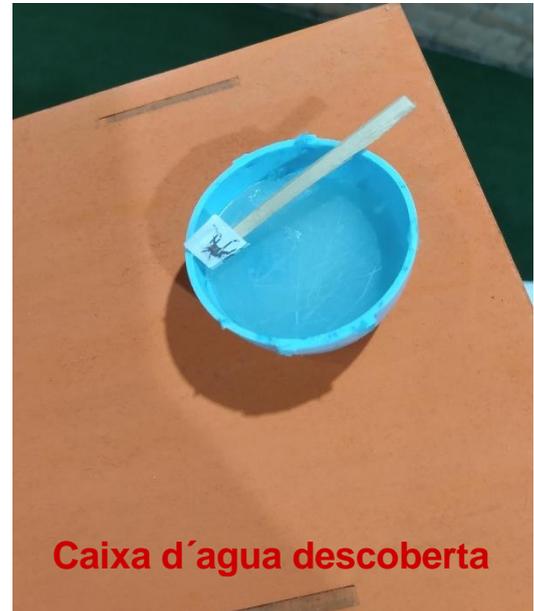
- Utilizamos pedaços de sacos plasticos para fazer os lixos, tambem tiramos as rodas dos carrinhos para fazer um dos focos de proliferação. Alem disso, usamos palitos de sorvete e papel crepom nas cores verde e marrom para fazer as arvores.



- Os palitos de soverte tambem foram utilizados para fazer a cerca da casa e a casinha de um cachorro, por exemplo.



- Para que os participantes pudessem identificar os focos de proliferação, colamos as imagens dos mosquitos em palitinhos, com isso, eles podem coloca-los no local do foco, como demonstrado nas imagens.



Roteiro

O que é a dengue?

A dengue faz parte de um grupo de doenças denominadas arboviroses, que se caracterizam por serem causadas por vírus transmitidos por vetores artrópodes. No Brasil, o vetor da dengue é a fêmea do mosquito *Aedes aegypti*. As evidências apontam que o mosquito tenha vindo nos navios que partiam da África com escravos, desde então, a dengue vem ocorrendo de forma contínua (endêmica). Aspectos como a urbanização, o crescimento desordenado da população, o saneamento básico deficitário e os fatores climáticos mantêm as condições favoráveis para a presença do vetor.

Ciclo de vida do mosquito

- O ciclo de vida do mosquito *Aedes aegypti* contém 4 fases: Adultos, Ovos, Larvas e Pupas.
- Quando infectado, o adulto pode transmitir os vírus da Dengue, Chikungunya e Zika durante a vida toda.
- As fases de Ovos, Larvas e Pupas ocorrem dentro da água, por isso a importância em eliminar criadouros, evitando a proliferação de *Aedes aegypti*.
- Dependendo do clima, em condições ideais, leva de 7 a 10 dias para que o ciclo de vida se complete.

Adultos

- Vivem de 30 a 45 dias;
- Têm cor escura com listras brancas;

- O macho e fêmea alimentam-se de suco vegetal, sendo que apenas a fêmea alimenta-se de sangue (de preferência humano);
- Após o acasalamento entre macho e fêmea, a fêmea precisa se alimentar com sangue para colocar os ovos.

Ovos

- A fêmea coloca de 100 a 150 ovos por vez, e durante a vida faz isso por 3 vezes;
- Podem ficar grudados nas paredes dos recipientes por até 1 ano, esperando entrar em contato com a água para se desenvolver;
- Ao entrar em contato com a água, os ovos se abrem;
- Se a fêmea estiver infectada com vírus (dengue ou zika ou chikungunya), ela pode passá-lo para os ovos, e o mosquito que nasce já pode nascer infectado.

Larvas

- Desenvolvem-se durante 5 a 7 dias, passando por quatro estágios;
- Nesse período se alimentam e crescem dentro da água.

Pupas

- Fase que dura 2 a 3 dias, dentro da água;
- Não se alimentam;
- Dessa fase surgem os adultos.

Transmissão

O vírus da dengue pode ser transmitido ao homem principalmente por via vetorial, pela picada de fêmeas de *Aedes aegypti* infectadas. Transmissão por via vertical (de mãe para filho durante a gestação) e por transfusão de sangue são raros.

Anatomia do mosquito

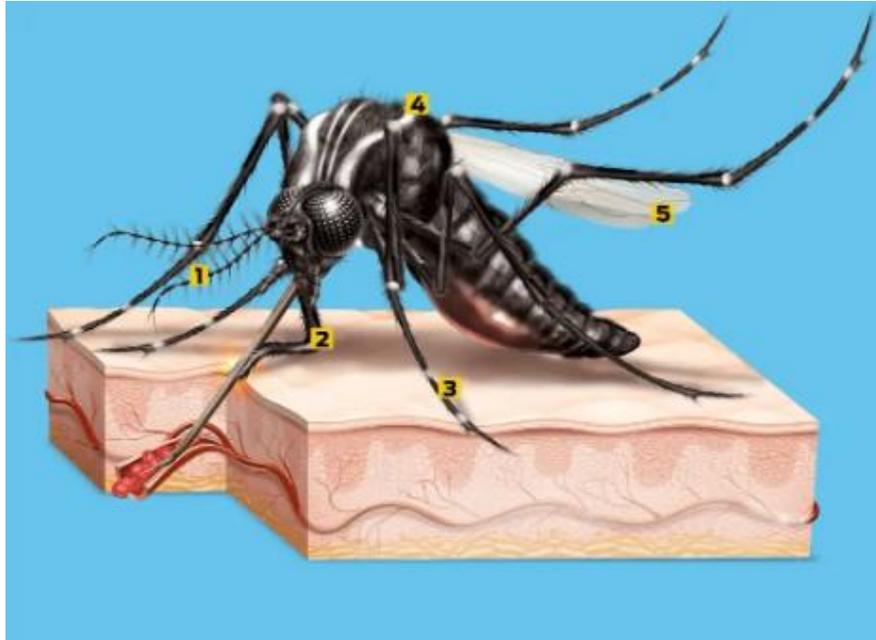


Ilustração: Erika Onodera. **Site:** <https://super.abril.com.br/mundo-estranho/como-e-a-anatomia-do-mosquito-da-dengue>

1) Cerdas: Com elas, os machos detectam a vibração das asas das fêmeas, localizando possíveis parceiras. Para as fêmeas, as cerdas possuem função tátil: ajudam o animal a sentir a pele humana e ver se ela é própria para a picada (livre de pelos e lisa).

2) Probóscide: É a tromba que contém a mandíbula, a traqueia e outras partes. A fêmea a utiliza para penetrar a pele em busca de sangue. Possui dois canais: a hipofaringe insere a saliva (contaminada com os vírus) e o labro suga o sangue.

Na hora do ataque, o *Aedes* injeta na vítima sua saliva, a qual contém substâncias anticoagulantes (para manter o fluxo constante de sangue) e anestésicas (para bloquear momentaneamente a sensação de dor). Por isso só sentimos a picada bem depois. E essa picada muitas vezes acaba coçando e ficando vermelha, isso acontece pois o nosso sistema imunológico

acaba não reconhecendo as substâncias encontradas na saliva, ativando assim as defesas do nosso sistema.

3) Palpos: Ajudam o Aedes a manter o equilíbrio na hora de pousar e criam estabilidade na hora de inserir a probóscide. São divididos em cinco segmentos e permitem diferenciar os machos das fêmeas, já que os primeiros possuem palpos maiores.

4) Manchas brancas: Marcas típicas do Aedes aegypti, as manchinhas brancas (que, na verdade, são pequenas escamas) estão espalhadas por todo o corpo, mas não possuem nenhum papel importante na vida do inseto.

5) Asas: As asas são recobertas por escamas escuras. As fêmeas atingem uma frequência de 400 batidas por segundo, enquanto os machos podem chegar a 600 batidas. O som do voo, no entanto, é praticamente inaudível para nós humanos.

Sintomas da doença

Normalmente, a primeira manifestação da dengue é a febre alta, de início abrupto, que geralmente dura de dois a sete dias, acompanhada de dor de cabeça, dores no corpo e nas articulações, além de prostração, fraqueza, dor atrás dos olhos e manchas vermelhas na pele.

- Febre alta;
- Dor no corpo e nas articulações;
- Dor atrás dos olhos;
- Mal-estar;
- Dor de cabeça;
- Manchas vermelhas no corpo.

Os sinais de alarme da doença são caracterizados principalmente por:

- Dor abdominal intensa e contínua;
- Vômitos persistentes;
- Acúmulo de líquidos;
- Sangramento de mucosa;
- Irritabilidade.

(O diagnóstico correto só pode ser feito pelo médico. Busque assistência na unidade de saúde mais próxima).

Focos do Mosquito

Os focos de dengue são os **locais favoráveis para a reprodução do mosquito *Aedes aegypti***, transmissor do vírus da dengue, Chikungunya e Zika. Ambientes com a presença desses focos **umentam as chances de as pessoas da região contraírem a doença**, já que podem ser criadouros da larva do mosquito, facilitando sua proliferação.

Muitas vezes, esses ambientes podem ser a nossa própria casa ou a de vizinhos. Por isso, é fundamental identificá-los e saber como eliminá-los. Os **principais focos de dengue são aqueles em que é possível ter acúmulo de água**, como:

- Caixas d'água;
- Bebedouros de animais de estimação;
- Pneus velhos;
- Calhas;
- Vasos de plantas;
- Sacos de lixo abertos;
- Piscinas descobertas e sem o tratamento adequado, entre outros focos.

Como eliminar os focos de dengue?

A principal forma de eliminar os focos e criadouros do mosquito da dengue é, justamente, **evitando o acúmulo de água nesses recipientes** ou deixando-os devidamente fechados e limpos.

- Manter caixas d'água, ralos e pias tampados;
- Higienizar adequadamente e diariamente os bebedouros de animais de estimação;
- Descartar pneus velhos junto ao serviço de limpeza urbana da sua cidade;
- Caso precise guardar os pneus, mantê-los em locais cobertos, evitando o acúmulo de água;
- Limpar calhas e laje da casa;
- Colocar areia nos vasos de plantas;
- Amarrar bem os sacos de lixo;
- Evitar o descarte de resíduos sólidos em terrenos abandonados ou na rua.

Dinâmica da oficina

Antes de começar a parte prática, é necessário dividir os participantes em dois grupos (ou mais dependendo do número de pessoas), onde cada grupo ficará em uma maquete. Eles vão ter um tempo de no máximo 1 minuto para tentar achar os focos de proliferação, ganha o grupo que achar todos primeiro. No final, mostraremos onde estava cada foco e explicaremos como extingui-los e também como evitá-los.

Com essa dinâmica, os participantes poderão entender melhor onde se pode encontrar os focos em suas próprias casas ou em locais próximos e como eliminá-los da melhor maneira.

Referências

Dengue. **Governo Federal.** Disponível em:
<<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/d/dengue>>

Dengue e outras arboviroses. **Secretaria da Saúde.** Disponível em
<<https://saude.rs.gov.br/arboviroses-ciclo-de-vida>>

MASSAO, Lucas. Como é a anatomia do mosquito da dengue?. **Super Abril.**
26 abr. 2016. Disponível em:
<<https://super.abril.com.br/mundo-estranho/como-e-a-anatomia-do-mosquito-da-dengue/mobile>>

MARACCINI, Gabriela. O que são os focos de dengue e como elimina-los.
CNN Brasil. 26 mar. 2024. Disponível em
<<https://www.cnnbrasil.com.br/saude/o-que-sao-focos-de-dengue-e-como-elimina-los/>>

VICTOR, Nathan. Aprenda a diferenciar os sintomas da dengue e da gripe.
Governo Federal. 06 fev. 2024. Disponível em
<<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2024/fevereiro/aprenda-a-diferenciar-ossintomas-da-dengue-e-da-gripe>>

Imagens da maquete tiradas por Andreza Gomes Viturino.