

# GRÁVIDA E PREOCUPADA COM O ZIKA?



## Kit de prevenção da zika para mulheres grávidas

Os produtos abaixo podem ajudar a proteger você contra o zika.  
Use esses itens para montar seu próprio kit de prevenção da zika.



### Mosquiteiro

- Mantenha os mosquitos longe do seu ambiente dia e noite. Se o seu ambiente não estiver bem protegido com telas, use este mosquiteiro ao dormir ou descansar.
- Os mosquitos podem viver em ambientes fechados e picam a qualquer hora do dia ou da noite.

### Repelente de insetos

- Um repelente de insetos ajudará a evitar que os mosquitos piquem você.
- Use apenas os repelentes de insetos registrados na EPA.
- Sempre siga as instruções do frasco.
- Não pulverize na pele sob a roupa.
- Se também estiver usando protetor solar, aplique-o antes de aplicar o repelente de insetos.
- Quando usados de acordo com as instruções, esses repelentes de insetos são comprovadamente seguros e eficazes, mesmo para mulheres que estejam grávidas ou amamentando.



### Preservativos

- Durante a relação sexual, é possível contrair o zika vírus de um parceiro que tem o zika. Durante a gravidez, você deve usar preservativos da maneira certa toda vez que tiver relação sexual.
- Evitar a relação sexual elimina o risco de contrair o zika pelo ato sexual.



### Tabletes de tratamento de água estagnada

- Use tabletes de tratamento de água para matar larvas em água parada perto de sua casa. Não os coloque na água que você toma.
- Siga as instruções do rótulo do produto.
- Quando usados de acordo com as instruções, esses tabletes não prejudicam você ou seus animais de estimação (cães e gatos).



### Spray de permetrina

- Pulverize suas roupas e acessórios com permetrina para ajudar a protegê-lo contra picadas de mosquito.
- Sempre siga as instruções do frasco. Reaplique conforme as instruções.
- Não pulverize permetrina sobre sua pele.