

Informações ao paciente da BMJ

Última publicação: Mar 14, 2022

Prevenção da malária

A malária é uma doença perigosa transmitida pela picada de alguns tipos de mosquito. É comum em partes da Ásia, África e América do Sul. Não é possível contrair malária por meio de picadas de mosquito no Reino Unido, nos EUA ou em qualquer país onde a malária não seja comum (endêmica).

Tomar medidas para evitar picadas de mosquito e tomar medicamentos pode ajudá-lo a evitar a malária quando visitar países onde a malária é endêmica.

O que é malária?

A malária é causada por um **parasita** minúsculo. Um parasita é uma criatura que vive dentro de seu corpo. Os parasitas que causam a malária são transmitidos por picadas de mosquito. Se você for mordido, os parasitas podem se desenvolver em seu sangue e deixá-lo doente.

Quais são os sintomas?

Se você contrair malária, pode se sentir como se estivesse com gripe. O sintoma mais comum é a **temperatura alta (febre)**. Você também pode ter:

- uma dor de cabeça
- dores musculares
- vômito, ou
- Diarreia.

Os sintomas da malária nem sempre aparecem logo após a infecção. Pode levar algum tempo até que você tenha algum sintoma.

Se você tiver sintomas, é importante **receber tratamento o mais rápido possível**. Se não for tratado rapidamente, você pode ficar delirante (confuso e superexcitado). A malária grave pode, às vezes, causar convulsões ou coma.

Quais tratamentos estão disponíveis?

A melhor maneira de prevenir a malária é evitar ser picado por mosquitos. Existem alguns medicamentos que podem ajudar a prevenir a malária. Mas nenhum tratamento pode protegê-lo completamente quando se está em uma área onde a malária é endêmica.

Prevenção da malária

Alguns tratamentos para prevenir a malária não são seguros para mulheres grávidas ou crianças. Se estiver grávida ou viajando com crianças, converse com seu médico antes de viajar.

Uma **vacina contra a malária** já foi desenvolvida. Mas não é totalmente eficaz para interromper a infecção por malária.

É provável que a vacina, quando estiver amplamente disponível, também seja dada prioritariamente às pessoas que vivem em áreas onde a malária é endêmica, e não aos viajantes.

Prevenção de mordidas

Há muitas coisas que você pode fazer para evitar ser mordido. Por exemplo:

- dormir dentro de um **mosquiteiro** revestido com um **inseticida** (um produto químico que mata insetos) pode ajudar a manter os mosquitos afastados e impedir que você contraia malária
- usar redes ou malhas em janelas abertas
- Pulverizar suas roupas com um inseticida chamado permetrina também pode ajudar. Você deve borrifar suas roupas externas, chapéu e meias. O spray pode ter efeitos colaterais leves, como coceira ou feridas na pele
- você pode tentar evitar os mosquitos não saindo à noite, que é quando ocorre a maioria das picadas
- talvez seja melhor usar roupas de cores claras em vez de escuras, pois os insetos preferem pousar em superfícies escuras. Roupas de comprimento total que cubram você também podem ajudar.

Alguns médicos recomendam repelentes de insetos que podem ser esfregados na pele. Um repelente que contenha dietiltoluamida(**DEET**) é o mais recomendado. Mas não está claro se esses repelentes ajudam a prevenir a malária.

O DEET também pode ter efeitos colaterais. As pessoas que usam DEET por muito tempo podem ficar confusas ou irritadas, ter dificuldade para dormir ou apresentar irritação na pele.

As pessoas costumam queimar bobinas contendo repelente para manter os mosquitos afastados. Também é possível comprar dispositivos plug-in para uso em ambientes internos que liberam repelente. Mas não está claro se eles ajudam a prevenir a malária e a fumaça das bobinas pode irritar os olhos e o nariz de algumas pessoas.

Não sabemos até que ponto essas bobinas são seguras, portanto, não são recomendadas para uso em ambientes fechados.

É possível comprar inseticidas que podem ser borrifados no quarto, mas os médicos geralmente não os recomendam.

Medicamentos para prevenir a malária

Diferentes medicamentos são recomendados para diferentes áreas do mundo, e eles mudam com o tempo. Alguns medicamentos precisam ser tomados uma vez ao dia e outros uma vez

Prevenção da malária

por semana. Em geral, é preciso começar a tomá-los antes de viajar e continuar a tomá-los por várias semanas depois de voltar para casa.

É importante consultar um médico ou enfermeiro sobre quais medicamentos você precisa e como tomá-los. As recomendações sobre quais medicamentos são necessários para cada parte do mundo mudam com frequência. Portanto, você precisa das informações mais atualizadas.

Esses são alguns dos medicamentos mais comumente usados para prevenir a malária.

Atovaquona e proguanil são usados juntos como um único medicamento. Isso funciona bem para prevenir a malária na maioria das pessoas nas áreas para as quais é recomendado. No entanto, algumas pessoas apresentam efeitos colaterais leves, como dor de estômago, dor nas costas, dor de estômago, úlceras na boca ou tontura. Algumas pessoas sentem dor de cabeça, sonhos estranhos ou sono perturbado.

Tomar uma combinação de **cloroquina e proguanil** ajuda a prevenir a malária. Os comprimidos de cloroquina costumavam ser usados isoladamente, mas alguns parasitas da malária se tornaram resistentes a ela. Ele ainda funciona em alguns países, portanto, pergunte a um médico ou enfermeiro qual medicamento você precisa.

Os efeitos colaterais da cloroquina e do proguanil tomados juntos podem incluir náusea, diarreia e tontura.

A doxiciclina pode ajudar a protegê-lo contra a malária em países onde outros medicamentos não funcionam. Mas você pode ter efeitos colaterais. Isso pode incluir dor de estômago, problemas de pele, tosse ou dores de cabeça.

Algumas mulheres que tomam doxiciclina contraem uma infecção fúngica (candidíase ou aftas) na vagina. E muitas pessoas que tomam doxiciclina apresentam uma reação cutânea ao sol.

A mefloquina é outro medicamento que pode prevenir a malária. Mas pode causar efeitos colaterais graves, como sonhos estranhos, alterações de humor, distúrbios do sono ou dificuldade de concentração.

Outros efeitos colaterais comuns incluem depressão, tontura, dores de cabeça e problemas de pele. Você não pode tomá-lo se tiver epilepsia ou uma doença mental, como depressão ou ansiedade.

O que esperar no futuro

Se você pegar malária, provavelmente só saberá quando chegar em casa. Pode levar de uma semana a 18 meses para ficar doente depois de ter sido infectado por uma mordida. Mas a maioria das pessoas apresenta sintomas em até três meses.

Se você tiver uma doença febril depois de visitar a Ásia, a África ou a América do Sul, procure um médico imediatamente.

Se você pegar malária, não **poderá infectar mais ninguém**. A malária não é transmitida de pessoa para pessoa.

Prevenção da malária

A maioria das pessoas se recupera completamente com o tratamento. Mas há o risco de morrer de malária se você não receber ajuda médica. O risco é maior para pessoas mais velhas.

Mas é raro as pessoas morrerem de malária em países onde há um bom tratamento médico disponível. A malária não deve voltar se for tratada adequadamente na primeira vez.

Informações do paciente da *BMJ Best Practice* de onde esta ficha é derivada e atualizada regularmente. A versão mais recente do Best Practice pode ser encontrada em bestpractice.bmj.com. Esta informação destina-se a uso por profissionais de saúde. Ela não substitui orientações médicas. É fortemente recomendado que você verifique, de maneira independente, as informações contidas neste material e, caso você tenha algum problema de saúde, consulte seu médico.

Consulte os termos de uso completos da BMJ em: bmj.com/company/legal-information. A BMJ não faz nenhuma declaração, condição, justificativa ou garantia, de maneira expressa ou implícita, de que este material é preciso, completo, atualizado ou adequado para quaisquer fins específicos.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos os direitos reservados.

