

Quais são as causas das DTAs?

As DTAs são causadas pela ingestão de alimentos e água contaminados por micro-organismos como bactérias, vírus e parasitos, ou por suas toxinas.

Quais são os principais sintomas?

Diarreia, náuseas, vômito e dores abdominais.



Qual o tratamento?

Ingerir água potável/tratada e sais de reidratação. Em situações de casos mais graves é necessário internação e medicação com auxílio médico.



Departamento de Microbiologia e Parasitologia – Instituto Biomédico
Faculdade de Nutrição Emília de Jesus Ferreiro

Projeto: Doenças transmitidas por água e alimentos (DTAs): Fatores de risco e perfil de parturientes de maternidade municipal

Alunas: Gabriela Novo e Nathalia Iglezias

Orientadoras: Profa. Dra. Daniela Leles e Profa. Dra. Patrícia Riddell Millar

Ilustrações: As imagens são de domínio público e retiradas da internet

Doenças Transmitidas por Água e Alimentos (DTAs)



Saiba o que são e como prevenir as DTAs!

Como ter hábitos higiênicos sanitários corretos.



Por que devo higienizar as mãos?

Os micro-organismos e parasitos entram em contato com o nosso corpo pelas mãos. Isso acontece porque as mãos estão em contato com superfícies que podem estar contaminadas.

Quando devo higienizar as mãos?

Principalmente antes de preparar as refeições e se alimentar, após usar o banheiro, tossir, espirrar, assoar o nariz, brincar com animais, manusear o lixo e após chegar da rua.



Como higienizar frutas, verduras e legumes?

1. Lavar com água filtrada toda a superfície do alimento (seja ele fruta, legume ou verdura), retirando os resíduos aderidos a sua superfície;
2. Deixar de molho em solução de água com hipoclorito de sódio ou água sanitária. Utilizar 1 colher de sopa do produto para cada 1 litro de água filtrada, deixar agir por 30 minutos;
3. Enxaguar em água filtrada e deixar secar.

Como prevenir as DTAS?

1. Lavar sempre as mãos com água e sabão antes de preparar e comer os alimentos;
2. Lavar sempre as mãos ao chegar da rua e após usar o banheiro;
3. Beber sempre água potável e filtrada;
4. Higienizar os alimentos crus (frutas e verduras) antes do seu consumo;
5. Os alimentos cozidos devem ser preparados imediatamente antes do consumo e mantidos quentes. As sobras devem ser armazenadas na geladeira e reaquecidas antes do próximo consumo;
6. Ao preparar as refeições, não misture os alimentos higienizados com os alimentos que estão sendo preparados. Evite a contaminação cruzada;
7. Cozinhar bem as carnes bovinas, suínas, aves, peixes, ovos ou outros produtos de origem animal;
8. Lavar os utensílios de cozinha e a superfície da pia com água filtrada e sabão antes e após o preparo de alimentos.

