

Recomendação /

Escolha conhecer a forma correta e segura de remover uma carraça do seu corpo.

Justificação /

Se encontrar uma carraça presa à pele, esta deve ser removida o mais rapidamente possível. Nunca esmague a carraça ainda agarrada à sua pele. Use uma pinça de pontas finas limpa e desinfetada (ou um dispositivo específico para remoção de carraças), agarre a carraça na porção mais próxima da pele possível e puxe-a num movimento vertical, com leveza, sem esmagar o corpo. Se verificar que a porção da boca ficou presa à pele, tente posteriormente remover o que ficou. Após a remoção, lave bem a pele com álcool ou água e sabão. Caso a carraça esteja viva, não a esmague com os dedos pelo risco mantido de infecção.

As carraças podem ser portadoras de bactérias, vírus, parasitas ou fungos (menos comumente) que podem levar a doenças nos humanos. Quanto mais rápido remover a carraça e da forma mais correta, menor o risco. Se desenvolver um *rash* ou febre semanas depois de uma picada por carraça, contacte o/a seu/sua médico/a e informe-o/a da picada por carraça, local da picada e em que região (nacional ou internacional).

—
A informação apresentada nesta recomendação tem um propósito informativo e não substitui uma consulta com um médico. Caso tenha alguma dúvida sobre o conteúdo desta recomendação e a sua aplicabilidade no seu caso particular, deve consultar o seu médico assistente.

Bibliografia /

- https://www.cdc.gov/ticks/removing_a_tick.html
- https://www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/media/en/healthtopics/emerging_and_vectorborne_diseases/tick_borne_diseases/public_health_measures/Documents/HCP_presentation_lowres.pdf
- Brites-Neto J, Duarte KM, Martins TF. Tick-borne infections in human and animal population worldwide. *Vet World*. 2015 Mar;8(3):301-15. Doi: 10.14202/vetworld.2015.301-315. Epub 2015 Mar 12. PMID: 27047089; PMCID: PMC4774835
- https://www.insa.min-saude.pt/wp-content/uploads/2019/09/CEVDI_Carracas.pdf

Uma recomendação de:

Colégio da Especialidade de Doenças Infecciosas da Ordem dos Médicos