

Hepatites virais

Hepatite significa inflamação do fígado. Pode ser causada por vírus, uso de alguns remédios, álcool e outras drogas, além de doenças autoimunes, metabólicas e genéticas. São doenças silenciosas que nem sempre apresentam sintomas, mas quando aparecem podem ser cansaço, febre, mal-estar, tontura, enjôo, vômitos, dor abdominal, pele e olhos amarelados, urina escura e fezes claras.

No Brasil, as hepatites virais mais comuns são as causadas pelos vírus A, B e C. Existem, ainda, os vírus D e E, esse último mais frequente na África e na Ásia. Milhões de pessoas no Brasil são portadoras dos vírus B ou C e não sabem. Elas correm o risco de as doenças evoluírem (tornarem-se crônicas) e causarem danos mais graves ao fígado como cirrose e câncer.

Os modos de transmissão das hepatites virais são:

- Contágio fecal-oral: condições precárias de saneamento básico e água, de higiene pessoal e dos alimentos (hepatites A e E);
- Transmissão sanguínea: praticou sexo desprotegido, compartilhou seringas, agulhas, lâminas de barbear, alicates de unha e outros objetos que furam ou cortam (hepatites B,C e D);
- Transmissão sanguínea: da mãe para o filho durante a gravidez, o parto e a amamentação (hepatites B,C e D)

A evolução das hepatites varia conforme o tipo de vírus. Os vírus A e E apresentam apenas formas agudas de hepatite (não possuindo potencial para formas crônicas). Isto quer dizer que, após uma hepatite A ou E, o indivíduo pode se recuperar completamente, eliminando o vírus de seu organismo. Por outro lado, as hepatites causadas pelos vírus B, C e D podem apresentar tanto formas agudas, quanto crônicas de infecção, quando a doença persiste no organismo por mais de seis meses.

As hepatites virais são doenças de notificação compulsória, ou seja, cada ocorrência deve ser notificada por um profissional de saúde. Esse registro é importante para mapear os casos de hepatites no país e ajuda a traçar diretrizes de políticas públicas no setor.

Prevenção da hepatite A

A melhor forma de se evitar a doença é melhorando as condições de **higiene** e de **saneamento básico**, como por exemplo:

- Lavar as mãos após ir ao banheiro, trocar fraldas e antes de comer ou preparar alimentos;
- Lavar bem, com água tratada, clorada ou fervida, os alimentos que são consumidos crus, deixando-os de molho por 30 minutos;
- Cozinhar bem os alimentos antes de consumi-los, principalmente mariscos, frutos do mar e carne de porco;
- Lavar adequadamente pratos, copos, talheres e mamadeiras;
- Não tomar banho ou brincar perto de valões, riachos, chafarizes, enchentes ou próximo de onde haja esgoto a céu aberto;
- Evitar a construção de fossas próximas a poços e nascentes de rios, para não comprometer o lençol d'água que alimenta o poço. Deve-se respeitar, por medidas de segurança, a distância mínima de 15 metros entre o poço e a fossa do tipo seca e de 45 metros, para os demais focos de contaminação, como chiqueiros, estábulos, valões de esgoto, galerias de infiltração e outros;
- Caso haja algum doente com hepatite A em casa, utilizar hipoclorito de sódio a 2,5% ou água sanitária ao lavar o banheiro;

- No caso de creches, pré-escolas, lanchonetes, restaurantes e instituições fechadas, adotar medidas rigorosas de higiene, tal como a desinfecção de objetos, bancadas e chão utilizando hipoclorito de sódio a 2,5% ou água sanitária.

Para **tratar a água**, basta ferver ou colocar duas gotas de hipoclorito de sódio em um litro de água, 30 minutos antes de bebê-la, deixando o recipiente tampado para que o hipoclorito possa agir, tornando a água potável para o consumo. Na ausência de hipoclorito de sódio, pode-se preparar uma solução caseira com uma colher das de sopa de água sanitária a 2,5% (sem alvejante), diluída em um litro de água.

Vacinação contra a hepatite A

A vacina contra a hepatite A faz parte do calendário básico de vacinação, está indicada para crianças de 1 ano até 2 anos incompletos e está disponível nas Unidades Básicas de Saúde. A vacina da hepatite A também está indicada para portadores de doenças crônicas do fígado, em menores de 13 anos com infecção pelo HIV, adultos com HIV e que também sejam portadores dos vírus da hepatite B ou C, portadores de distúrbios de coagulação do sangue, fibrose cística, imunodeprimidos, candidatos a transplante de órgão sólido ou transplantados de órgão sólido ou de medula óssea. Neste caso, a vacina deve ser administrada nos Centros de Referência em Imunobiológicos Especiais (CRIE's).

Prevenção contra as hepatites B e C

Sempre use camisinha nas relações sexuais e nunca compartilhe agulhas, seringas, objetos perfurantes ou cortantes, objetos de uso pessoal como lâminas de barbear, escovas de dente, alicates de unha e de cutículas, só faça tatuagens ou coloque *piercings* em locais autorizados e com material esterilizado e descartável, e faça os testes para detecção das hepatites B e C.

Vaccine-se contra a hepatite B

Tomar a vacina contra a hepatite B é a melhor forma de combater a doença. O Sistema Único de Saúde disponibiliza gratuitamente vacina contra a hepatite B em qualquer posto de saúde. Mas, é necessário:

- ter até 49 anos, 11 meses e 29 dias (veja notas técnicas [01/2012](#), [89/2010](#) e [02/2013](#));
- pertencer ao grupo de maior vulnerabilidade (independentemente da idade) - gestantes, trabalhadores da saúde, bombeiros, policiais, manicures, populações indígenas, doadores de sangue, gays, lésbicas, travestis e transexuais, profissionais do sexo, usuários de drogas, portadores de DST.

A imunização só é efetiva quando se toma as três doses, com intervalo de um mês entre a primeira e a segunda dose e de seis meses entre a primeira e a terceira dose.

Não existe atualmente vacina contra a hepatite C.

Como saber se tenho hepatite B, hepatite C, HIV ou sífilis?

Faça os testes para HIV, hepatite B, hepatite C e sífilis. O procedimento é rápido, seguro e está disponível nas unidades básicas de saúde e nos centros de testagem e aconselhamento (CTA's) de HIV/AIDS e Hepatites.

Toda mulher grávida precisa fazer o pré-natal e os exames para detectar a hepatite B, a AIDS e a sífilis. Esse cuidado é fundamental para evitar a transmissão dessas doenças da

mãe para filho. Em caso positivo, é necessário seguir todas as recomendações médicas, inclusive sobre o tipo de parto e amamentação.

O que fazer se meu teste para hepatite B, hepatite C, HIV ou sífilis der positivo?

Procure atendimento nas unidades básicas de saúde ou nos serviços de atendimento especializado em HIV/AIDS e Hepatites Virais.

Existe tratamento específico para as hepatites B e C, caso ele seja indicado. O tratamento é gratuito e está disponível no SUS nos serviços de atendimento especializado em DST, AIDS e Hepatites Virais.

Links:

- 1) O que são Hepatites virais
<http://www.aids.gov.br/pagina/o-que-sao-hepatites-virais>
- 2) Boletim Epidemiológico das Hepatites Virais (Ministério da Saúde, 2012)
http://www.aids.gov.br/sites/default/files/anexos/publicacao/2012/51820/boletim_e_pidepiol_gico_hepatites_virais_2012_ve_12026.pdf
- 3) Ficha de investigação e notificação de hepatites virais
http://www.lacen.pi.gov.br/site/index.php?option=com_content&view=article&id=68&Itemid=89
- 4) Lista dos serviços de atendimento especializado em DST, AIDS e Hepatites no Espírito Santo