

# A hepatite viral pode não apresentar qualquer sintoma

## HEPATITE A

### Como se pega hepatite A?

- Consumindo água, gelo ou alimentos crus, contaminados com fezes de pessoas doentes.

### Quem tem mais risco de pegar hepatite A?

- Pessoas que morem, trabalhem ou viagem para locais onde a água e/ou esgoto não sejam tratados de forma adequada.
- Pessoas que não têm os cuidados básicos de higiene (lavagem das mãos e cuidados com a água e alimentos consumidos) ou alimentem-se em locais onde não haja esses cuidados.

### Quais são os sintomas e o que mais se deve saber sobre a hepatite A?

- A maior parte dos casos de hepatite A ocorre entre crianças e adolescentes, embora, com frequência, não apresente sintomas.
- Sintomas mais frequentes: náuseas, vômitos, olhos amarelados, urina escura (cor de coca-cola), dor no estômago, febre, perda de apetite e cansaço.
- Normalmente não é uma doença grave, mas pode complicar-se e até matar.

### Como você pode se prevenir da hepatite A?

- Lave as mãos após usar o banheiro, trocar fraldas, antes de comer ou preparar alimentos.
- Prefira ingerir alimentos cozidos. Os alimentos ingeridos crus devem ficar durante 30 minutos em solução preparada com uma colher de sopa de hipoclorito de sódio 2,5% em 1 litro de água.
- A vacina contra a hepatite A está disponível no momento apenas em "situações especiais".

## HEPATITES B e C

### As hepatites B e C são sérias?

- As hepatites B e C crônicas são doenças hepáticas de longa duração, que podem ser transmitidas mesmo que a pessoa infectada não apresente qualquer sinal/sintoma.
- Os vírus das hepatites B (VHB) e C (VHC) podem causar câncer de fígado.
- Mesmo que você já tenha tido hepatite A, você pode vir a ter hepatite B e/ou C.
- O VHB e o VHC podem sobreviver durante dias em objetos contaminados como: alicates de unha, lâminas de barbear, material cirúrgico ou dentário/ superfícies expostas à sangue/ fluidos contaminados, pois são vírus muito resistentes no meio ambiente.
- Oito em cada dez pessoas que pegam hepatite C, tomam-se indefinidamente portadores do VHC. Muitas dessas pessoas não adoecem, mas algumas desenvolvem, anos depois, hepatite crônica, cirrose e insuficiência hepática.

### Como o VHB e o VHC podem ser transmitidos?

- Através do contato sexual (principalmente o VHB) ou com sangue de uma pessoa infectada.

Uma mulher infectada pode transmitir os vírus ao bebê durante o parto.

### Não se pega hepatite B ou C através de:

- Doação de sangue, espirro ou tosse, beijo, abraço ou aperto de mãos, pratos, copos ou talheres, leite materno, água ou alimentos.

### O que você precisa saber caso suspeite que esteja com hepatite B ou C:

- As hepatites B e C frequentemente não apresentam sintomas. A maioria das pessoas só descobre que tem (ou teve) hepatite B ou C depois de alguns anos, muitas vezes por acaso, através dos testes sorológicos para esses vírus.

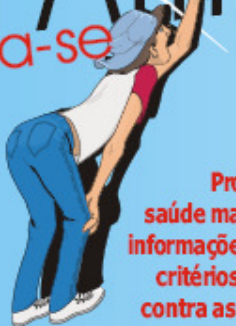
Somente o teste sanguíneo para hepatite B e para hepatite C pode lhe dar certeza. Procure a Unidade de Saúde mais próxima de sua residência ou seu médico, no caso de:

- apresentar sinais/sintomas de hepatite (olhos/pele amarelada, urina escura, cansaço, dor no corpo ou dor de estômago).
- ter recebido transfusão de sangue/hemoderivados (principalmente se tiver sido realizada no interior do país ou antes de 1986).
- achar que teve contato sexual ou que tenha compartilhado objetos que possam conter sangue com portador de hepatite B ou C.
- todas as gestantes devem fazer o teste para hepatite B e os recém-natos de mães positivas devem ser vacinados nas primeiras 12 horas de nascimento.

### Como se proteger das hepatites B e C?

- Coloque em prática o sexo seguro: use camisinha. O caminho mais seguro de prevenir a transmissão sexual de uma doença é a relação estável, com o seu parceiro sexual.
- Prevenção é uma via de mão dupla nas relações sexuais.
- Se você usa drogas, procure ajuda para parar. Não compartilhe canudinhos, seringas e agulhas, pois são possíveis fontes de contaminação.
- Nunca compartilhe objetos que podem conter sangue, inclusive lâminas de barbear, alicates de unha, escovas de dentes, pois são objetos de uso exclusivamente pessoal.
- Pense sobre os riscos de fazer uma tatuagem ou piercing, uma vez que são procedimentos de risco, quando o material não é esterilizado corretamente. Para evitar hepatites B e C, saiba que o material deve ser descartável ou esterilizado em:
  - autoclave a 121°C por 20 min ou
  - estufa ou flambagem a 170 °C por 2 horas.
- A vacina contra a hepatite B está disponível no momento em situações especiais.

**HEPATITE**  
previna-se



**Procure o posto de saúde mais próximo para informações a respeito dos critérios para se vacinar contra as hepatites A e B.**

**Divisão de Educação em Saúde**

**Coordenação de Saúde Coletiva**

**Secretaria Municipal de Saúde**

**Prefeitura Municipal de Macaé**



# HEPATITES VIRAIS

## O que são hepatites virais?

Existem 5 tipos de hepatites virais: A, B, C, D e E. Costumam causar inflamação no fígado, mas, frequentemente quem está ou esteve doente não sabe, pois não apresentam sintomas ou sinais. São transmitidas por diferentes modos e cada uma pode ser prevenida tomando-se alguns cuidados.

Os vírus A e E são transmissíveis pela via fecal-oral, ou seja, ingestão desses vírus (água, alimentos e de pessoa a pessoa) e os vírus B/D e C pela via parenteral (sexual, sanguínea, produtos hemoterápicos e de mãe para filho).

Assegure-se com seu médico sobre a criteriosa indicação de uma transfusão sanguínea, quanto à origem do produto hemoterápico e se foram realizados todos os testes sorológicos exigidos.

A vacina contra a hepatite B (segura e eficaz) está disponível, no momento, nas unidades básicas de saúde para situações específicas. Procure o posto de saúde e tome conhecimento de quais são estas "situações específicas".

Saiba mais...