

A doença silenciosa

Saúde

A doença SILENCIOSA

Todo cuidado é pouco: o vírus da hepatite C permanece vivo por 7 dias no sangue seco e até meio mês dentro do esmalte de unhas

PREVENÇÃO
Quando fizer as unhas, leve seu próprio esmalte



Bruna Menequeço

Manicures e clientes precavidas vivem de olho na esterilização de alicatinhos e pzinhas para evitar infecções. O que pouca gente sabe é que até mesmo um inofensivo vidro de esmalte de unhas pode manter vivo, por quinze dias, o silencioso vírus da hepatite C.

“A maioria das pessoas não tem noção de como a hepatite é facilmente transmissível”, afirma Hoel Sette Júnior,

da Sociedade Brasileira de Hepatologia.

Trata-se de uma doença que quase nunca apresenta sintomas. “Geralmente, a descoberta vem em um exame de sangue de rotina ou quando se manifesta a sua pior consequência: o câncer no fígado”, explica o infectologista André Araújo, do Hospital da Criança, do Rio de Janeiro.

Tire suas dúvidas com o guia que AnaMaria preparou para você.

Hepatite A a ameaça do verão

Durante a estação mais quente do ano, o número de vítimas do vírus da hepatite A aumenta muito. Isso porque o perigo se esconde na água. Para que o vírus se instale, basta dar um mergulho no mar e engolir umas gotinhas infectadas de água, ou mastigar pedras de gelo feito com água de fonte contaminada.

TRANSMISSÃO Por via oral, principalmente por meio da água e de alimentos contaminados com o vírus. Trata-se de uma doença altamente transmissível de uma pessoa para outra por saliva, sangue e contato sexual.

SINTOMAS Náusea, diarreia, vômito, dor nas articulações, escurecimento da urina e amarelamento da pele e da parte branca dos olhos.

DIAGNÓSTICO Via exame de sangue específico.

TRATAMENTO A hepatite A é considerada benigna: em 99% dos casos, o fígado se recupera. “Por isso, a vacina para essa doença não faz parte do programa de vacinação oferecido pelo Ministério da Saúde”, diz a médica Flavia Bravo, do Rio de Janeiro. Remédios para náuseas e vômitos são receitados, além de repouso e uma alimentação leve.

A doença silenciosa

Hepatite B o perigo está no sexo

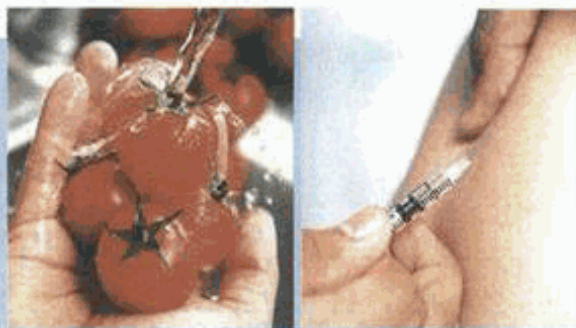
Mais de metade da população mundial já foi contaminada pelo vírus do tipo B e nem imagina. Assim como os outros tipos de hepatite, este avança sem dar sinais: o vírus pode ficar quietinho por até três décadas.

TRANSMISSÃO "A hepatite B é muito transmissível pelo sexo, muito mais contagiosa do que o vírus da aids", revela Hoel. O contato com sangue contaminado também pode infectar.

SINTOMAS Os sinais são bem raros. Quando eles aparecem, o doente costuma apresentar cansaço, moleza, perda de apetite e febre.

DIAGNÓSTICO Via exame de sangue específico.

TRATAMENTO Nos postos do Sistema Único de Saúde, é possível tomar uma vacina contra esse mal, mas ela está à disposição apenas para pessoas de até 19 anos. Em metade dos casos, a doença se manifesta e desaparece sozinha, sem que o paciente necessite de tratamento. Menos de 5% dos casos evoluem para a forma crônica, que não tem cura. Nesse estágio, ela pode ser controlada com medicação para evitar que se transforme em cirrose ou câncer de fígado – às vezes, muitos anos depois.



Previna-se

A médica Isabella Ballalai, da Sociedade Brasileira de Imunizações, no Rio de Janeiro, indica 11 medidas simples para evitar a doença

1. **BEBA SOMENTE ÁGUA FILTRADA.** Se for a um restaurante ou local público, evite bebidas com pedras de gelo.
2. **USE SEMPRE CAMISINHA.**
3. **LAVE OS ALIMENTOS** e deixe-os de molho por uns minutos em solução de cloro ou vinagre.
4. **COZINHE BEM OS FRUTOS DO MAR.**
5. **SE SEU FILHO FIZER TATUAGEM OU COLOCAR PIERCING,** certifique-se de que os instrumentos usados pelo profissional são descartáveis. A mesma dica vale para quem faz acupuntura.
6. **LAVE SEMPRE AS MÃOS COM ÁGUA E SABÃO,** e ensine a seus filhos esse hábito higiênico.
7. **NÃO DEIXE QUE AS CRIANÇAS CULTIVEM A MANIA DE LEVAR OS DEDOS À BOCA.**
8. **LEVE SEU PRÓPRIO ESMALTE E ALICATE PARA A MANICURE.** É grande o risco de alguma cliente anterior ter a doença. O vírus da hepatite C sobrevive 15 dias no esmalte e 7 dias no sangue seco.
9. **SE ALGUM PARENTE TEVE HEPATITE A,** separe os objetos pessoais do doente, como alicate de unha, gilete, escova de dente, lâmina de barbear, pratos e talheres. Deixe-os fora do alcance de outras pessoas. Lembre-se também de jogar formol no vaso sanitário para desinfetá-lo.
10. **NÃO COMPARTILHE SERINGAS E AGULHAS.** Use sempre materiais descartáveis.
11. **EVITE ABUSAR DE BEBIDAS ALCOÓLICAS E MEDICAMENTOS,** como antibióticos e antiinflamatórios. Eles sobrecarregam o fígado e podem fazer mal à saúde.

Hepatite C a recordista de mortes

Segundo o Ministério da Saúde, a hepatite C é a mais mortal doença infecciosa do país — mais do que a aids. Apenas 20% das pessoas infectadas desenvolvem imunidade e 80% se tornam portadoras crônicas.

TRANSMISSÃO No tipo C, o perigo está no sangue. O vírus é transmitido por alicates, agulhas e outros instrumentos cortantes infectados. A contaminação por contato sexual pode ocorrer, mas é rara.

SINTOMAS Na maioria dos casos, não existem sintomas. Quando eles surgem, são os mesmos da hepatite A.

DIAGNÓSTICO Via exame de sangue específico.

TRATAMENTO Não há vacina, mas as drogas existentes curam oito de cada dez pacientes crônicos. O tratamento é feito com remédios que fortalecem o sistema imunológico e ajudam a combater a inflamação crônica no fígado.

IMPORTANTE! As vítimas da hepatite C devem eliminar bebidas alcoólicas para sempre: os portadores têm três vezes mais chance de contrair cirrose hepática do que os não-contaminados.