



**Usar preservativo nas relações sexuais**

**Exija materiais esterilizados ou descartáveis em estúdios de tatuagem e piercings**

**Não compartilhar instrumentos de manicure e pedicure**

**Não use lâminas de barbear ou de depilar de outras pessoas**

**Não compartilhar agulhas, seringas e equipamentos para drogas inaladas e pipadas como crack**

**Vacine-se contra Hepatite B**



O INFORMATIVO DE SAÚDE DA APMT  
[www.apmtsp.org.br](http://www.apmtsp.org.br)

Dia 28 de julho é lembrado como o Dia Mundial de Luta contra as Hepatites Virais. Grave problema de saúde pública no Brasil e no mundo, a hepatite é a inflamação do fígado.

As hepatites virais são causadas por vírus e são doenças silenciosas que nem sempre apresentam sintomas, mas quando aparecem podem ser cansaço, febre, mal-estar, tontura, enjoo, 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. Por isso, é importante ir ao médico regularmente e fazer os exames de rotina que detectam a hepatite.

Profissionais de saúde que tenham passado por algum acidente de trabalho envolvendo objetos cortantes e sangue devem fazer o teste para hepatites. O ideal é que o exame seja feito logo após o ocorrido, para saber se houve infecção e tomar os cuidados pós-exposição. Os procedimentos preventivos incluem vacina contra hepatite B e administração de imunoglobulina, em alguns casos. Não é necessário que os profissionais acidentados sejam afastados das atividades nos serviços de saúde durante a terapia de prevenção.

Dentre os acidentes aos quais os profissionais precisam estar atentos estão: lesões com agulhas e bisturis, respingos envolvendo olho, nariz, boca ou órgãos sexuais, contato com cortes abertos e mordidas.

A prevenção da exposição ao sangue ou a outros materiais biológicos é a principal medida para que não ocorra infecção pelos vírus das hepatites. Recomenda-se, ainda, a lavagem do local com água e sabão e o uso de soluções antissépticas em caso de acidentes com esse tipo de material.

Estimativas da Organização Mundial de Saúde (OMS) apontam que todos os anos ocorrem no mundo de 2 a 3 milhões de acidentes com agulhas contaminadas por material biológico. Estudos mostram que, nos acidentes envolvendo sangue infectado pelo vírus da hepatite B, o risco de contrair hepatite varia entre 22% a 31%. Além disso, o vírus da hepatite B sobrevive no meio ambiente por até uma semana.

Já para a hepatite C, o risco de infecção varia entre 0,5% e 1,8% após exposição a sangue. Evitar acidentes é a única forma de prevenir o tipo C. Em caso de acidente, o diagnóstico precoce determina quando o tratamento deve ser iniciado, caso necessário.