

Hepatite A: o que precisa saber?

O que é a Hepatite A?

A Hepatite A é uma doença infecciosa e contagiosa causada pelo vírus da Hepatite A (VHA). A infecção pelo vírus causa uma inflamação aguda no fígado, habitualmente de forma ligeira. No entanto, existem pessoas que apresentam casos mais graves da doença e que pode ser fatal se não houver disponível um transplante de fígado de emergência.

Quem apresenta maior risco de ter a doença mais grave?

À diferença de outras doenças que conhecemos que afetam mais as crianças, a população que tem maior risco de apresentar doença mais grave são os adultos não vacinados. Normalmente, as crianças apresentam quadros ligeiros, muitas vezes sem sintomas perceptíveis, apesar de poderem estar infetadas com o vírus e transmitir a doença.

Quais são os sintomas da infeção?

A pessoa contaminada com o vírus pode demorar de 15 a 50 dias (em média 28 dias) para começar a apresentar os sintomas da Hepatite A. Esses sintomas incluem:

- Febre
- Mal-estar
- Náuseas
- Vômitos
- Dor abdominal
- Falta de apetite
- Fadiga
- Coloração amarelada dos olhos e/ou pele (icterícia)
- Urina escura (coloração de coca-cola)
- Fezes esbranquiçadas

Como podem ser infetadas as pessoas saudáveis?

Existem duas principais formas de infeção: **fecal-oral**, quando há contacto de vestígios de fezes com a mucosa oral (boca). Esse cenário pode ocorrer quando uma pessoa infetada não efetua a correta higienização das mãos antes da preparação dos alimentos, após o uso da casa de banho ou após contacto com fezes (como trocar fraldas). Além disso, a própria água ou alimentos

podem estar contaminados com o vírus da Hepatite A (carne malpassada, ovos malcozidos, legumes mal lavados ou malcozidos, frutas mal desinfetadas e mariscos infetados).

A segunda forma de transmissão é **pessoa-a-pessoa**, que ocorre principalmente durante o ato sexual quando há contato da mucosa oral (boca) direta ou indiretamente com a região ano genital de uma pessoa infetada com o vírus.

Uma pessoa infetada pode eliminar o vírus nas fezes por um período de 2 a 3 semanas antes do aparecimento dos primeiros sintomas até 1 semana após o aparecimento dos sintomas.

Quem são as pessoas com maior risco de exposição ao vírus da Hepatite A?

Todos os seres humanos estão suscetíveis a exposição ao vírus da Hepatite A. No entanto, há populações que possuem um risco aumentado, nomeadamente:

- Pessoas que habitam em locais com saneamento básico precário ou que viagem para locais com essas características;
- Homens que fazem sexo com homens;
- Pessoas que usam drogas;
- Pessoas em situação sem abrigo;
- Pessoas com doenças do fígado
- Pessoas infetadas com o VIH;
- Pessoas com comportamentos de risco: higienização inadequada das mãos após utilizar a casa de banho, manipular fraldas ou antes de preparar alimentos; consumo de alimentos malpassados, malcozidos e/ou mal lavados; e água não controlada.

Então, como podemos proteger-nos e proteger a nossa família?

A principal forma de prevenir a hepatite A é através da vacinação a qual não está incluída no Plano Nacional de Vacinação. Para além disso, outras medidas também ajudam na prevenção, nomeadamente na higiene pessoal e na confeção de alimentos, por exemplo:

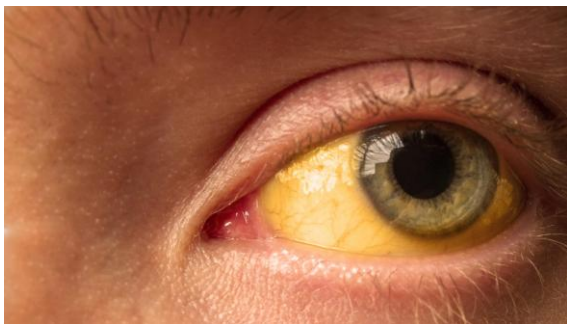
- Lavar e desinfetar as mãos frequentemente
- Consumir água potável da rede pública ou engarrafada
- Cozinhar bem os alimentos, como carne, ovos e legumes
- Lavar e desinfetar os alimentos antes de consumir
- Usar preservativos durante ato sexual e evitar contacto desprotegido da mucosa oral com a região ano genital. Evitar relações sexuais com pessoas infetadas ou expostas recentemente ao vírus da Hepatite A.

Há algum tratamento específico para Hepatite A?

Não existe um medicamento específico para Hepatite A. No caso de doença, são utilizados medicamentos para aliviar os sintomas da doença e recomenda-se ingestão de líquidos, repouso, evitar ingestão de álcool e medicamentos com metabolização no fígado.

Os profissionais da Unidade de Saúde Pública, no âmbito do controlo de casos ou surtos da Hepatite A, identificam todos os contactos de um caso da doença e determinam as medidas a adotar de forma a evitar a propagação da doença.

Se tiver maior risco de ser exposto ao vírus, considere a vacinação.



Para mais informações, consulte: <https://www.sns24.gov.pt/tema/doencas-infecciosas/virus-da-hepatite-a-vha/>



Autor: Gabrielle Teixeira, médica interna de Saúde Pública

Unidade de Saúde Pública da ULS de Braga