

Deseja mais informações?

## Entidades de Hepatite C

Entidade de Hepatite da Austrália (02) 6232 4257

NSW (02) 9332 1599  
1800 803 990 (interior NSW)

Victoria (03) 9639 3200  
1800 703 003 (interior Vic)

Queensland (07) 3229 3767  
1800 648 491 (interior Qld)

South Australia (08) 8362 8443  
1800 021 133 (interior SA)

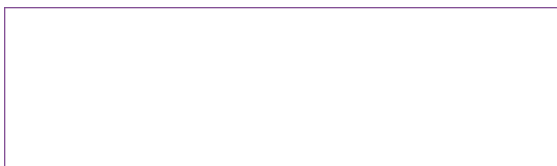
Western Australia (08) 9328 8538  
1800 800 070 (interior WA)

Northern Territory 1800 353 755  
(Territory Health Services)

Tasmania (03) 6234 1242

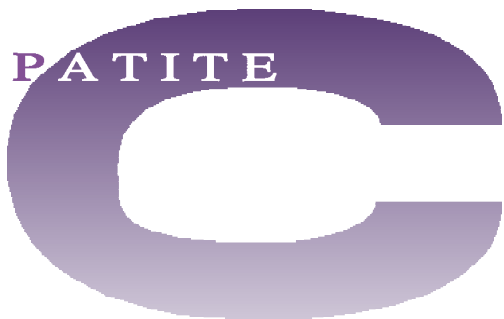
Australian Capital Territory (02) 6253 9999  
1800 803 990 (interior NSW)

Contacte o seu médico local ou hospital público  
(Clínica de doenças contagiosas, Clínica  
de hepatologia)



PORTUGUESE

HEPATITE



informação

HEPATITE



Produzido e traduzido originalmente pelo  
**Plano de Acção e Programas Multiculturais  
da Austrália do Sul**

em conjunção com o Conselho  
de Comunidades Étnicas de Queensland

Revisto em Maio 2000



## Para quem é este folheto

Este folheto é para as pessoas que vivem com hepatite C, as suas famílias e os que tomam conta delas e para pessoas que correm o risco de infecção com hepatite C.

## O que é a hepatite?

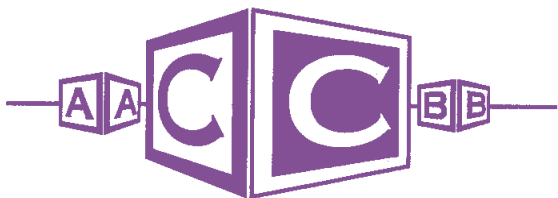
A palavra hepatite significa infecção do fígado. A hepatite pode ser causada por um número de coisas, incluindo vírus, álcool e produtos químicos.

## O que é hepatite “viral”?

A hepatite viral é uma doença infecciosa que inflama o fígado. A hepatite viral constitui um problema de saúde grave em todo o mundo. Pode levar à cirrose (ou cicatrizes) de fígado, e num pequeno número de casos, ao cancro (cancer) e à morte.

## Que tipo de hepatite viral há?

Os tipos principais de hepatite viral são a hepatite A, a hepatite B e a hepatite C. A hepatite C era anteriormente conhecida como a hepatite não A/não B ou hepatite “pós transfusão”. A hepatite B e a hepatite C são os únicos dois vírus que podem causar cicatrizes de fígado (cirrose). Há também outros tipos de hepatite viral menos vulgares.



## Hepatite A

A hepatite A é transmitida quando as fezes (funcionamento dos intestinos) entram em contacto com a boca de outra pessoa. Isto pode acontecer através de comida ou bebida contaminadas ou com determinadas actividades sexuais. Os sintomas geralmente revelam-se 28-30 dias após a infecção e podem incluir dores de estômago, perda de apetite, náusea, um pouco de febre e nalguns casos pele e olhos amarelos (icterícia). A maioria das pessoas recuperam por completo e ficam imunizadas contra a re-infecção. Existe uma vacina para evitar a hepatite A.

## Hepatite B

A hepatite B é transmitida através do contacto de sangue com sangue, relações sexuais com uma pessoa infectada ou a partilhação de utensílios para injeção de drogas. Nem todas as pessoas têm sintomas. Cerca de 30 a 50% de adultos e menos de 10% de crianças têm sintomas quando apanham a infecção. Estes sintomas podem incluir dores de estômago, náusea e vômitos, dores nas articulações e pele e olhos amarelos (icterícia). A maioria das pessoas recuperam completamente; contudo, 5 a 10% das pessoas serão portadoras do vírus e poderão transmiti-lo a outros. A vacina contra a hepatite B existe em três injeções tomadas ao longo de seis meses. Existe também uma vacina para a imunização contra a hepatite A e B.

## Hepatite C

A hepatite C é transmitida através do contacto de sangue com sangue. Em 1997 havia aproximadamente 190.000 australianos infectados com a hepatite C, dos quais 134.000 tinham hepatite C crónica (infecção durando seis meses ou mais) e os quais correm o risco de ter cirrose e/ou cancro (cancer) de fígado. Anualmente há cerca de 11.000 infecções novas na Austrália. Cerca de 90% destas infecções são devidas a um modo de injectar perigoso incluindo a partilhação de utensílios para injectar drogas.

Não há vacina preventiva contra a hepatite C.

## Quais são os sintomas da hepatite C?

A hepatite C afecta as pessoas de várias maneiras. A maioria das pessoas não apresentam sintomas. Algumas pessoas têm sintomas graves (8-12 semanas após ficarem infectadas) que podem incluir:

- Náusea
- Cansaço constante
- Perca de apetite
- Incómodo na área do fígado
- Dores nas articulações
- Icterícia (não vulgar)

Cerca de 75% das pessoas com hepatite C desenvolverão infecção crónica (durando seis meses ou mais). Sintomas crónicos ou de longa duração podem levar 10-15 anos a aparecer. Os sintomas crónicos mais vulgares são cansaço constante, dor (especialmente na área do fígado) e náusea. Os sintomas da hepatite C são geralmente ligeiros, mas por vezes graves.

## A hepatite C é grave?

Sim, pode ser.

Pesquisas mostram que de 100 pessoas infectadas com hepatite C, 25 pessoas ganharão a luta contra o vírus por completo dentro de 2 a 6 meses de infecção mas continuarão a ser portadores dos anticorpos ( a resposta da imunização do corpo ao vírus) durante algum tempo. As pessoas que se livram do vírus tendem a ser mais novas quando infectadas e só foram infectadas uma vez.

Cerca de 75 a 100 pessoas infectadas com hepatite C que não se curam do vírus sofrerão uma infecção continua ou crónica e correm o risco de desenvolverem cirrose do fígado.

Das 75 pessoas que apanham hepatite C crónica, cerca de 20 pessoas podem nunca sentir a doença nem sintomas notáveis. Embora possam transmitir a hepatite C a outros, não ficarão doentes nem terão nenhuma doença de fígado.

Após uma média de 15 anos, entre 40 a 60 pessoas com hepatite C crónica terão alguns sintomas e o fígado ficará afectado de um certo modo durante um longo período de tempo.

Após 20 a 40 anos, de 8 a 20 pessoas com hepatite C virão a ter cirrose do fígado. Entre 2 a 5 destas sofrerão paralização do fígado ou terão um tipo de cancro (cancer) de fígado conhecido como carcinoma hepatocelular.

Isto é só um guia geral. A experiência de cada um com a hepatite C pode ser diferente disto. Lembre-se de que se pode sentir bem mas o dano causado pela hepatite C ao seu fígado pode estar ainda a progredir. Se beber álcool, terá maiores possibilidades de desenvolver uma doença de fígado mais grave, tal como a cirrose. É também possível apanhar a infecção da hepatite mais do que uma vez. Isto sobrecarregará o seu fígado.



### **Como é a hepatite C transmitida de uma pessoa para outra?**

A hepatite C é transmitida quando o sangue de uma pessoa com hepatite C entra na corrente sanguínea de outra pessoa. Isto pode acontecer de vários modos.

#### **1. Tatuagem e perfuração do corpo e orelhas (penetração na pele)**

A tatuagem e perfuração de corpo e orelhas tem existido em várias formas em muitas culturas ao longo da história. Corre-se o risco de infecção com a hepatite C através da prática da tatuagem e perfuração do corpo e utensílios não esterilizados ou não higiénicos. A hepatite C pode ser também transmitida através de outras práticas, por exemplo, não mudando as tintas e as pomadas entre um uso e outro ou aplicando as chapas para a tatuagem com desodorizantes roll-on que tenham sido usados noutros clientes.

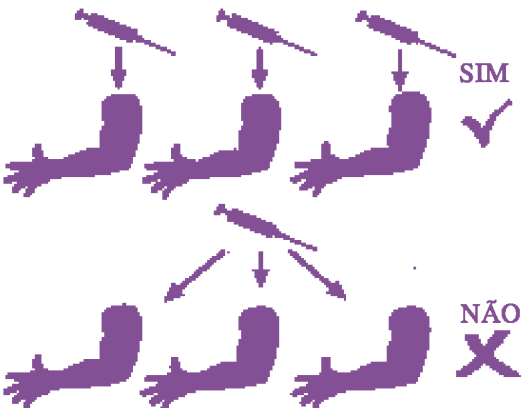
Todo o material usado para penetrar a superfície da pele deve ser esterilizado. O ambiente deve ser limpo e higiénico. O operador deve usar sempre luvas descartáveis ao fazer qualquer trabalho em que perfure a pele. Certifique-se sempre que o tatuador está registado ou aprovado sob as leis pertinentes de licença do estado, onde estas existam. Pergunte sempre se o material que está a ser utilizado no seu corpo, foi esterilizado. Verifique se as tintas usadas em si foram medidas para um tabuleiro de plástico que seja usado uma só vez. Contacte o seu Departamento de Saúde se necessitar de mais informações sobre actividades relacionadas com a penetração da pele.

## 2. Receber transfusões de sangue, productos de sangue e órgãos humanos.

Na Austrália, desde 1990 que todas as transfusões de sangue, produtos de sangue e órgãos humanos são analisados para detectar a hepatite C. Contudo em muitos outros países não fazem estas análises. As pessoas que recebem transfusões de sangue no estrangeiro podem correr um maior risco de ficarem infectadas. Na Austrália não pode ficar infectado com hepatite C ao dar sangue

## 3. Vacina com material não esterilizado

No passado, muitas pessoas foram infectadas com o uso de material para injeccões não esterilizado durante programas de vacina em massa. Na Austrália todos os utensílios para dar vacinas são esterilizados; contudo nalguns países os utensílios não são esterilizados. A hepatite C pode ser transmitida facilmente de pessoa para pessoa durante programas de vacinação em massa com utensílios não esterilizados.



#### 4. Contacto com o sangue

O contacto com o sangue de outra pessoa pode aumentar o risco de contrair hepatite C. Use sempre luvas ao tocar no sangue de outra pessoa. Se lhe cair sangue na roupa, torniquete ou outros artigos que sejam de lavar, ponha-os logo na água com uma boa medida de sabão.



#### 5. Partilhar utensílios para injectar droga

A hepatite C pode ser transmitida:

- Através de sangue numa seringa que outra pessoa usou;
- Através de sangue deixado na água, na colher ou filtro por uma agulha e seringa usadas;
- Pelo sangue deixado num torniquete que toque no sítio da injeção;
- Pelo sangue deixado no dedo duma pessoa (ao aplicar pressão depois de se injectar ) o qual passa para a sua pele quando essa pessoa o ajuda a injectar;
- Pelo sangue deixado no filtro por alguém ao rasgá-lo após se ter injectado;
- Pelo sangue em algodão usado; e
- Pelo sangue que lhe vai para as mãos após tocar um objecto ou superfície que outra pessoa tenha tocado com sangue nos dedos.

Se injectar drogas é mais seguro usar uma agulha e seringa esterilizada, água estéril, algodão esterilizado ( um para limpar a colher e outro para limpar o seu braço), um filtro limpo, um torniquete limpo, mãos limpas ( lave-as antes e depois de injectar) e um sítio (local) limpo para se injectar. Pode obter agulhas e seringas novas nos centros de agulhas e seringas e nalgumas farmácias. **NÃO COMPARTILHE NENHUM** utensílio com outra pessoa. Na Austrália não é ilegal ter agulhas e seringas.

Centros de Agulhas e Seringas providenciam um variedade de materiais usados na injeção de drogas tais como agulhas e seringas, compressas esterilizadas e água. Centros de Agulhas e Seringas providenciam também referências para centros de tratamento contra a droga, assistência médica, serviços legais e sociais, e educação de saúde sexual. Eles também recolhem o material usado para injeções e providenciam contentores aonde deitar (jogar) fora as agulhas.

## 6. Lesão causada por agulhas (ou lâminas)

O furar a pele acidentalmente com uma agulha e seringa usadas por uma pessoa infectada pode transmitir hepatite C.

Deite (jogue) sempre fora as agulhas e seringas de um modo seguro em contentores de plástico, selados, à prova de crianças e anti-furos. Há destes contentores nos Centros de Agulhas e Seringas e nalgumas farmácias.



### A hepatite C pode ser transmitida de uma pessoa para a outra através de beijos?

Não. A hepatite C só se pega através de contacto de sangue com sangue. A hepatite C não pode ser transmitida por beijos, abraços, o partilhar de louças e talheres, chuveiros ou casas de banho.

### A hepatite C pode ser transmitida se partilhar lâminas e escovas de dentes?

A hepatite C pode ser transmitida se partilhar artigos pessoais tais como lâminas, escovas de dentes, limas de unhas ou tesouras de cortar unhas. Estes artigos pessoais podem picar a pele e ficar contaminados pelo sangue que pode então entrar na corrente sanguínea de outra pessoa por meio de feridas, cortes, esfoladelas ou arranhões.

### A hepatite C pode ser transmitida através de relações sexuais?

Geralmente a hepatite C não é transmitida através de relações sexuais. Corre-se o risco se um dos parceiros tiver hepatite C e o sangue dessa pessoa estiver presente durante as relações sexuais. Se houver sangue deve-se usar sempre um preservativo (condom) ou protecção oral (dental dam).

## A hepatite C pode ser transmitida através de actividades desportivas?

Isto é muito pouco provável especialmente se os desportos (esportes) têm “leis de sangue” adequadas, em vigor. Não há casos registados deste tipo de infecção. Não há razão para evitar a participação em desporto (esporte) de contacto.

## A hepatite C pode passar da mãe para o bebé durante a gravidez?



A hepatite C não é facilmente transmitida da mãe para o bebé.

Contudo é mais provável que haja transmissão se a mãe tiver HIV assim como hepatite C, ou se ficar infectada com hepatite C durante a gravidez. Se a mãe tiver hepatite C no sangue durante a gravidez ou durante o parto, há o risco de o bebé ter hepatite C. A hepatite C não

pode ser transmitida através do leite de peito, mas aconselha-se as mães a não darem de mamar de peito se tiverem os mamilos gretados ou a deitar sangue.

## Posso ter a infecção da hepatite C mais do que uma vez?

A re-infecção é possível nas pessoas que ficaram curadas da hepatite C. A infecção mista com mais do que um genótipo do vírus da hepatite C é também possível. A infecção mista pode estar associada à progressão rápida de doença de fígado.

## Em quê que consiste uma análise ao anticorpo da hepatite C?

Uma análise ao anticorpo da hepatite C consiste em tirar uma pequena quantidade de sangue duma veia no braço. O sangue é então enviado para um laboratório para ser analisado. A análise detecta anticorpos do vírus da hepatite C. O corpo pode levar de duas semanas a seis meses a produzir anticorpos suficientes para a análise determinar se a pessoa foi infectada com hepatite C. Fale com o seu médico se está a pensar em fazer essa análise.

## Em quê que consiste uma prova funcional do fígado?

Uma prova (teste) funcional do fígado (LFT) é uma análise ao sangue feita para ver se o seu fígado está a ficar afectado. É geralmente feita cada 6-12 meses as pessoas com hepatite C. Consulte o seu médico que lhe dirá se é necessária uma prova (teste).



## Há algum tratamento para a hepatite C?

Há dois medicamentos aprovados para o tratamento da hepatite C: interferon e ribavirin. Nem todas as pessoas podem tomar estes medicamentos. Há um determinado critério para as pessoas com hepatite C poderem receber estes tratamentos e podem sofrer efeitos secundários. O tratamento só existe através de um centro especializado.

Algumas pessoas usam tratamentos naturais e alternativos como a acupunctura e ervas. Para mais informações fale com um especialista autorizado a praticar medicinas naturais.

O que quer que escolha, é importante informar-se o máximo possível sobre várias opções de tratamento. Mantendo-se em contacto com o seu médico e o Concelho de Hepatite C no seu estado ou território ajudá-lo-á a manter-se informado sobre novos desenvolvimentos no tratamento da hepatite C.

Há várias coisas que pode fazer para melhorar a sua saúde e capacidade para combater a hepatite C. Estas regras devem-se seguir caso tenha hepatite C ou possa correr o risco de infecção:

- Mantenha uma dieta saudável
- Reduza a quantidade de álcool
- Fume menos
- Descanse muito
- Reduza/domine o stress
- Faça exercício físico regularmente (exercício moderado tal como yoga, caminhar e nadar)
- Se injectar drogas, pense noutras opções tais como fumar, aspirar pelo nariz ou engolir.



O álcool causa mais dano ao fígado e aumenta o risco de desenvolver a cirrose. Se não conseguir deixar de beber álcool por completo, pode reduzir a quantidade de álcool que bebe:

- Beba bebidas com baixa percentagem de álcool
- Evite grandes sessões de bebidas ou beber muito
- Alternar com bebidas não alcoólicas

Reduzir o dano ao fígado é essencial para que se mantenha saudável.

### **A quem devo dizer que tenho hepatite C?**

Antes de dizer a alguém que tem hepatite C pense bem a quem quer dizer e porquê. É uma boa ideia falar sobre hepatite C só quando se sentir pronto a fazê-lo. Por lei não tem que dizer a ninguém que tem hepatite C excepto ao banco de sangue, a não ser que seja um assistente de saúde trabalhando em situações “susceptíveis a risco” (veja a secção sobre **Dizer à entidade patronal**).

Por lei todos os assistentes de saúde têm que informar o Departamento de Saúde sobre todos os resultados positivos de análises aos anticorpos da hepatite C. Para sua privacidade esta informação é registada em código. O Departamento de Saúde precisa desta informação para saber:

- quantas pessoas estão a ficar infectadas com a hepatite C.
- aonde estão a ocorrer as infecções
- para onde dirigir os recursos de saúde para evitar novas infecções e cuidar das pessoas já infectadas com a hepatite C.

### **Dizer à sua família**

Dizer à sua família ou não é uma decisão que só pode ser tomada por si. Talvez fique surpreendido com o apoio que a sua família lhe dará quando souber que tem hepatite C. Não os julgue sem ter visto a reacção deles. Pense bem como, quando, aonde e o porquê de lhes querer dizer que tem hepatite C. O seu médico, o Conselho de hepatite C e conselheiros podem ajudá-lo a decidir a quem dizer e como lidar com as perguntas e reacções deles.

## **Dizer aos assistentes de saúde**

Quando for a um assistente de saúde (o seu médico, especialista, enfermeiro ou dentista) podem-lhe perguntar sobre a sua saúde pessoal incluindo se teve hepatite C ou doença de fígado.

Não tem que dizer aos assistentes de saúde se tem hepatite C. Contudo, o ser capaz de falar abertamente sobre o que a sua saúde necessita significa receber tratamento baseado em boa informação sobre a sua saúde. Se está preocupado com a maneira como a informação que der ao seu assistente de saúde será usada, fale com ele sobre isso.

Não é permitido que assistentes de saúde revelem o seu estado de saúde a alguém sem a sua autorização, excepto o relatório inicial ao Departamento de Saúde sobre o resultado positivo da análise ao anticorpo da hepatite C.

Também não é permitido que a sua intérprete dos serviços de saúde revele o seu estado de saúde sem a sua autorização.

É possível que conheça a intérprete pessoalmente. Se não se sentir à vontade com os serviços de intérprete cara-a-cara, tem o direito de pedir os serviços telefónicos de uma intérprete de outro estado quando quiser falar sobre a sua saúde. Se quiser fale sobre isto com o seu assistente de saúde.

## **Dizer às entidades patronais**

Não há razão para dizer à sua entidade patronal a não ser que trabalhe como assistente de saúde em situações “susceptíveis a risco” (práticas médicas aonde haja o risco de se cortar e o seu sangue atingir o doente). Se for este o caso necessita de se informar sobre as leis do Departamento de Saúde do seu estado/território em relação a assistentes de saúde com hepatite C.

## O que fazer se eu for vítima de discriminação por ter hepatite C

Dizer às pessoas que tem hepatite C pode expô-lo a várias formas de discriminação. Discriminação quer dizer que as pessoas o tratam de um modo diferente após saberem que tem hepatite C. A maior parte da discriminação vem das pessoas que pouco sabem sobre a hepatite C e tiram conclusões erradas. É difícil saber como as pessoas reagirão. Um bom ponto de começo é aprender o mais possível sobre a hepatite C para que possa educar as pessoas.

É contra a lei discriminar contra si por ter hepatite C, com a possível excepção de companhias de seguro ou de seguro de reforma.

Não lhe pode ser negado acesso a educação, recusado alojamento ou ser despedido por ter hepatite C e está protegido contra este tipo de discriminação pela Lei da Commonwealth (comunidade das nações britânicas) de Discriminação Contra Incapacitados 1992. Além disso a maioria dos estados tem a sua própria legislação anti-discriminação. A Lei de 1992 de Discriminação Contra Incapacitados também lhe garante o direito a receber tratamento médico.

Se achar que houve discriminação contra si, escreva tudo o que lhe foi dito dito e o que aconteceu. Isto ajudá-lo-á a preparar uma queixa oficial. Peça conselho aos serviços listados na última página deste folheto sobre que acção seguir.