

# Hepatite C

## Estarei em risco?

Portuguese translation of *Hepatitis C – Could I be at risk?*

---

### O que é a hepatite C?

A hepatite C é um vírus que pode provocar lesões no fígado e outros problemas de saúde durante anos. Ao contrário da hepatite A e B, não existe vacina contra o vírus da hepatite C (VHC).

### Como posso contrair a hepatite C?

A hepatite C é transportada no sangue e pode ser encontrada noutros fluidos corporais. Todavia, o sangue (mesmo em quantidades muito reduzidas ou invisíveis) constitui a principal fonte de infecção. O vírus é transmitido sobretudo pelo sangue de um indivíduo infectado caso entre para a corrente sanguínea de outra pessoa. Não é possível ficar contagiado através de gestos e hábitos diários, designadamente dar as mãos, abraçar ou beijar alguém, partilhar casas de banho, louça ou utensílios de cozinha.

### A hepatite C é transmitida nas seguintes condições:

- partilha de seringas e outros objectos para injectar drogas, mesmo se o fez apenas uma vez ou duas ou há muito tempo. As agulhas e seringas são os objectos de maior risco, mas as colheres, os filtros ou os tubos para inalação de cocaína também podem transmitir a infecção, tal como a água;
- receber uma transfusão de sangue (antes de Setembro de 1991), ou derivados de sangue, como factores coagulantes usados no tratamento da hemofilia (antes de 1986). Todo o sangue usado na Irlanda do Norte é agora

sujeito ao teste da hepatite C.

### Condições de transmissão da hepatite C menos comuns:

- de uma mãe portadora do vírus da hepatite C para o seu filho ou durante o nascimento;
- relações sexuais sem protecção (sem o uso de preservativo) com alguém portador do vírus;
- tratamento médico e dentário no estrangeiro onde a hepatite C seja comum e seja utilizado equipamento não esterilizado correctamente;
- aplicação de tatuagens, “piercings” nas orelhas ou noutras partes do corpo ou acupunctura com equipamento não esterilizado;
- partilha de máquinas de barbear ou escovas de dentes contaminadas com sangue de alguém infectado com o vírus.

Consulte o seu médico assistente ou enfermeiro, caso julgue ter estado em contacto com o vírus de qualquer uma destas formas.

### Quais são os sintomas?

A maioria dos indivíduos com hepatite C não regista quaisquer sinais nem sintomas – durante anos ou mesmo décadas. Mas mesmo sem sintomas, poderá ainda transmitir o vírus a outros indivíduos.

Os sintomas, se bem que não habituais, podem incluir um ou mais dos seguintes:

- doença idêntica à gripe ligeira;
- fadiga ligeira a intensa;
- náuseas ou perda de apetite;
- perda de peso;
- depressão ou ansiedade;
- dor na zona do fígado (lado direito do estômago);
- icterícia ligeira (amarelecimento da pele e dos olhos);
- comichão na pele;
- dores articulares;
- memória fraca ou baixo poder de concentração;
- intolerância ao álcool

### **Como é que o vírus me pode afectar a longo prazo?**

Aproximadamente uma em cada cinco pessoas infectadas com a hepatite C recupera completamente sem tratamento. Todavia, a maioria dos indivíduos que fica infectada permanece nesse estado durante um período muito longo. Tal circunstância poderá afectá-los de diferentes modos:

- alguns indivíduos podem manter-se bem ao longo do resto da vida.
- outros podem registar um conjunto de sintomas (consulte Quais os sintomas?).
- aproximadamente uma em cada cinco pessoas contrairá graves lesões no fígado (cirrose) após aproximadamente 20 anos.
- noutros indivíduos, a cirrose poder resultar em cancro ou insuficiência hepática total.

### **Como poderei saber se sou portador do vírus?**

Se julgar que possa ter estado em contacto com o vírus da hepatite C em qualquer altura no passado, através de uma simples análise ao sangue poderá saber se ficou infectado.

### **Onde posso realizar o teste?**

O seu médico assistente estará habilitado

para realizar testes da hepatite C. Poderá também recorrer aos centros de tratamento da toxicodependência e clínicas de saúde sexual/venereologia locais. (Para mais informações de contacto destes serviços, consulte Informações e Assistência).

### **E se o resultado for negativo?**

Significará talvez que nunca tenha estado em contacto com o vírus da hepatite C. No entanto, pode demorar até seis meses para que o seu organismo reaja ao vírus, pelo que o resultado do teste pode ser negativo caso tenha sido infectado recentemente. O seu médico assistente poderá recomendar-lhe a repetição do teste.

### **E se o resultado for positivo?**

A análise de sangue dir-lhe-á se foi infectado no passado com o vírus. Mas não lhe dirá se ainda é portador do mesmo. Poderá ser encaminhado para um especialista para verificar se ainda é portador do vírus e de que forma o mesmo está a afectar o seu fígado.

### **O tratamento está disponível?**

O tratamento para a hepatite C está disponível e em constante desenvolvimento. Existe terapia medicamentosa com capacidade para curar a infecção em cerca de metade dos indivíduos sujeitos ao tratamento. O seu médico assistente e o especialista determinarão qual o tratamento mais adequado para si.

### **Como poderei tratar-me se for portador do vírus?**

Se for consumidor de álcool, o mais importante a fazer para minimizar as lesões no fígado é limitar a quantidade de álcool que consumir ou, melhor ainda, deixar de consumir completamente.

## Como poderei evitar ficar infectado ou transmitir o vírus a terceiros?

- Evite qualquer contacto directo com o sangue de outros indivíduos.
- Evite a partilha de quaisquer acessórios de cuidados pessoais que tenham sido contaminados com sangue, p. ex., lâminas de barbear, escovas de dentes, corta unhas, pinças.
- Se você ou o seu parceiro sexual tiverem hepatite C, verifica-se um ligeiro risco de transmissão durante as relações sexuais. Os preservativos minimizam o risco. O uso de preservativos também ajuda proteger contra a gravidez indesejada, VIH e muitas outras infecções sexualmente transmitidas.
- Se estiver a pensar colocar “piercings” nas orelhas ou no corpo, fazer uma tatuagem ou acupunctura, verifique se o equipamento, designadamente agulhas e frascos de tinta não foram reutilizados e se estão esterilizados.
- Se injecta drogas, NUNCA partilhe nem empreste equipamento para injectar drogas, nomeadamente agulhas, seringas, colheres, água, filtros ou qualquer outro artigo que possa estar contaminado com sangue. Para mais informações sobre serviços na área da toxicodependência na sua zona aconselhamento sobre práticas de injeção seguras, contacte o National Drugs Helpline – 0800 77 66 00.

## Informações e assistência

- Em caso de dúvidas, contacte o seu médico assistente ou enfermeiro.
- **A linha de informações sobre a Hepatite C** destina-se a todos aqueles que tenham dúvidas sobre a hepatite C.  
Tel: 0800 451 451 (10am-10pm, 7 days a week)

Textphone: 0800 085 0859 (10am - 10pm, 7 days a week)

- **O UK Hepatitis C Resource Centre** fornece, de forma fácil e acessível, informações e aconselhamento sobre a hepatite C a todos que necessitem.  
195 New Kent Road, London SE1 4AG  
Tel: 020 7378 5495  
Information line: 0870 242 2467 (10am-4pm, Mon-Fri)  
Email: [info@hepccentre.org.uk](mailto:info@hepccentre.org.uk)  
Website: [www.hepccentre.org.uk](http://www.hepccentre.org.uk)
- **O British Liver Trust (BLT)** disponibiliza informações sobre todas as formas de doença hepática. *Hepatite C e Hepatite C e uso de drogas injectáveis* são prospectos disponíveis no respectivo website ou através do envio de um SAE para: 2 Southampton Road, Ringwood BH24 1HY  
Tel: 0870 770 8028  
Email: [info@britishlivertrust.org.uk](mailto:info@britishlivertrust.org.uk)  
Website: [www.britishlivertrust.org.uk](http://www.britishlivertrust.org.uk)
- **A The Haemophilia Society** fornece informações e assistência a portadores do vírus ou afectados pela hemofilia e preocupados com a hepatite C.  
First Floor, Petersham House  
57a Hatton Garden, London EC1N 8JG  
Tel: 020 7831 1020  
Freephone helpline: 0800 018 6068 (10am-4pm Mon-Fri)  
Email: [info@haemophilia.org.uk](mailto:info@haemophilia.org.uk)  
Website: [www.haemophilia.org.uk](http://www.haemophilia.org.uk)
- **A Children’s Liver Disease Foundation** está especializada no apoio a crianças com doenças hepáticas. 36 Great Charles Street Birmingham B3 3YJ  
Tel: 0121 212 3839  
Email: [info@childliverdisease.org](mailto:info@childliverdisease.org)  
Website: [www.childliverdisease.org](http://www.childliverdisease.org)



