

# CUIDADO COM A HEPATITE A

nº2



## **PRODUÇÃO EDITORIAL**

Maria do Socorro Camarinha da Silva  
**Supervisão Editorial**

Ana Paula Nazaré de Freitas  
**Roteiro**

Fábio Augusto Silva Bastos  
**Ilustrações e Diagramação**

Manoel do Carmo Pereira Soares  
**Revisão Científica**

Doris Angélica de Siqueira Corrêa  
**Revisão de Texto**



Ananindeua (PA)  
2020

© Instituto Evandro Chagas 2020  
Série Território Saudável; n. 2

É PERMITIDA A REPRODUÇÃO TOTAL OU PARCIAL DESTA CARTILHA, DESDE  
QUE COM A PRÉVIA AUTORIZAÇÃO DO AUTOR E CITAÇÃO DA FONTE.

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)**  
**Biblioteca do Instituto Evandro Chagas**

---

I59c Instituto Evandro Chagas (Ananindeua, PA).  
Cuidado com a hepatite A / Instituto Evandro Chagas.  
–Ananindeua: IEC, 2020.  
19 p.: il.; 21 cm. – (Série Território Saudável; n. 2)

1. Hepatite A. 2. Comunicação em Saúde. 3. Educação em Saúde.  
I. Título. II. Série.

CDD: 616.3623


---

**Instituto Evandro Chagas**  
Rodovia BR-316 km 7 s/n  
Bairro: Levilândia  
CEP: 67030-000 - Ananindeua / Pará / Brasil  
Tel.: + 55 (91) 3214- 2249  
[www.iec.gov.br](http://www.iec.gov.br)

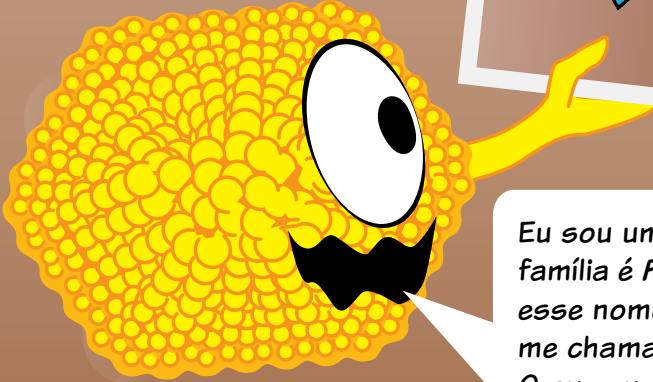
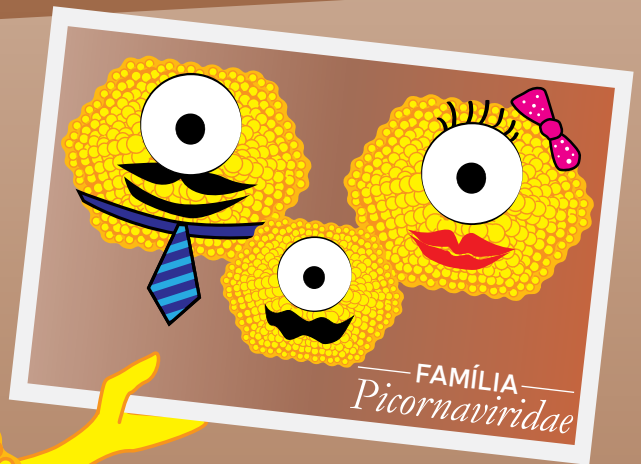


# Apresentação

O Instituto Evandro Chagas (IEC), órgão vinculado à Secretaria de Vigilância em Saúde (SVS) do Ministério da Saúde (MS), atua nas áreas de pesquisas biomédicas e na prestação de serviços em saúde pública. Sua área de atuação está relacionada às investigações e pesquisas nas áreas de Ciências Biológicas, Meio Ambiente e Medicina Tropical. Há mais de sete décadas, atuando em defesa da qualidade de vida da população brasileira, o IEC tem se notabilizado por inúmeras descobertas, o que o torna referência mundial como centro de excelência em pesquisas científicas. Seu corpo de pesquisadores tem sido incansável na luta pela garantia de serviços de saúde ao povo amazônida a partir de pesquisas relevantes, consolidando o Instituto como centro de excelência em diversas linhas de pesquisas. Procurando consolidar sua atuação junto às comunidades e instituições, o IEC desenvolveu a Série Território Saudável, que objetiva desenvolver cartilhas educacionais, focando as doenças diagnosticadas no Instituto. A coleção visa gerar material educativo para escolas, associações, instituições e bibliotecas, com intuito de facilitar o aprendizado sobre a descrição, características, sintomas, principais vetores e formas de transmissão, diagnóstico, tratamento e prevenção dessas doenças. Além disso, o projeto visa democratizar o acesso ao conhecimento científico por meio desses produtos, tornando mais acessível a linguagem científica para a população, socializando, dessa forma, o conhecimento produzido pelo Instituto Evandro Chagas.

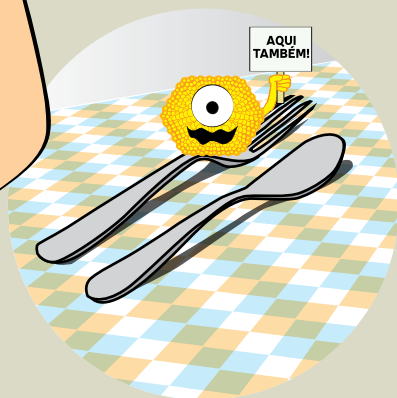


Olá, eu me chamo VHA,  
sou o causador da  
Hepatite A e vou lhe  
contar minha história!

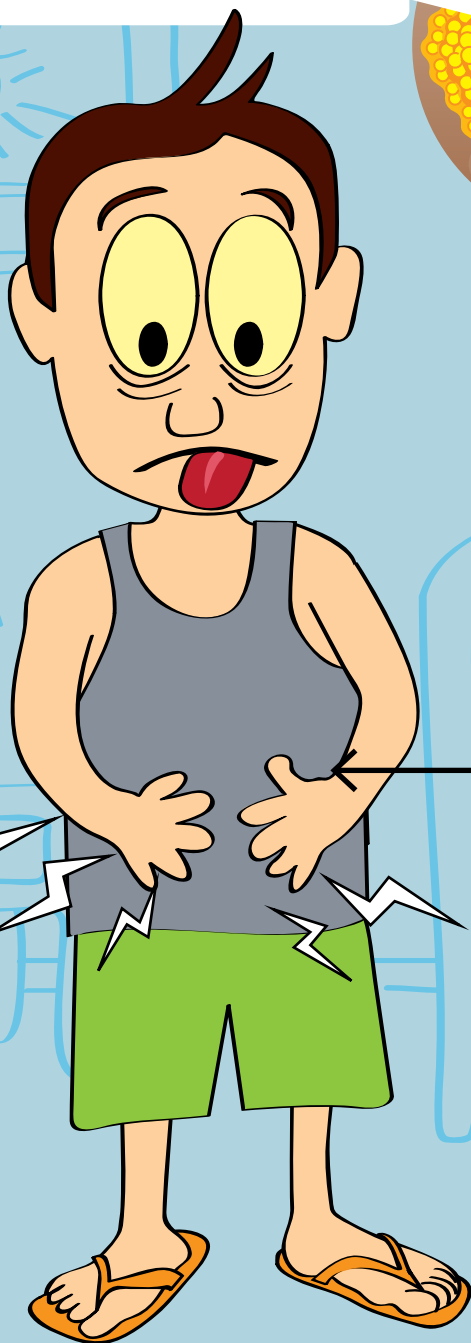
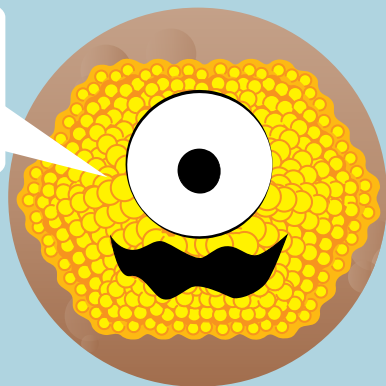


Eu sou um vírus, e o nome da minha  
família é **PICORNAVIRIDAE**. É isso mesmo,  
esse nome esquisito aí. Mas podem  
me chamar de vírus da Hepatite A.  
O que eu quero contar para vocês é  
como eu vivo e o que acontece  
quando eu entro no corpo humano.

A forma mais comum para eu entrar no corpo humano é através da água contaminada. Mas também posso entrar através de alimentos e objetos contaminados e por fezes de pessoas doentes.



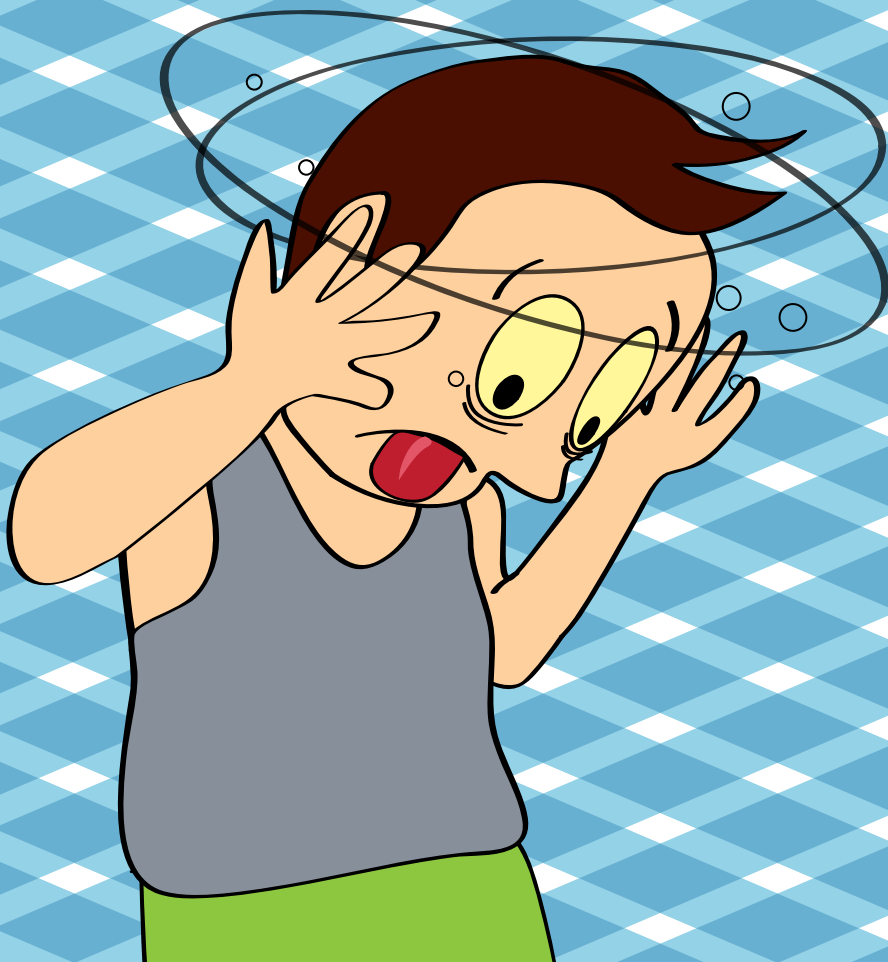
Entre 15 a 50 dias depois que eu entro no corpo humano, a pessoa pode começar a apresentar os primeiros sintomas.



# SINTOMAS:

- FEBRE
- MAL-ESTAR
- ENJOO
- VÔMITOS
- DOR NO CORPO
- URINA ESCURA
- FEZES ESBRANQUIÇADAS
- OLHOS E PELE AMARELADOS

HEPATITE A



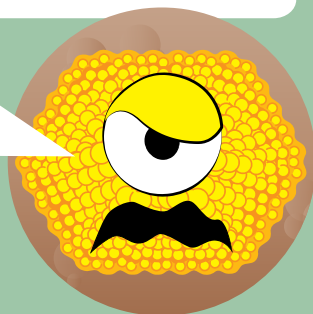
Ah, você deve estar pensando em como não entrar em contato comigo, né? Pois, pra ensinar isso, vou chamar um doutor, que sabe até melhor que eu!



Olá, eu sou o Doutor Chaguinhas! Vamos falar como você pode se prevenir deste vírus feio e perigoso, causador da Hepatite A.



Opaaaaaa, doutor!!!  
Olha como fala de mim, hum!!!



Lavar bem e frequentemente as mãos é uma ação simples que pode evitar a contaminação da Hepatite A, além de outras doenças.

A lavagem das mãos é essencial antes de se preparar os alimentos, após a utilização do banheiro, a troca de fraldas, depois de lidar com lixo ou fezes e secreções e antes de se alimentar.





*Prefira ingerir alimentos bem cozidos, pois a fervura elimina qualquer bichinho que possa contaminar você, inclusive o vírus da Hepatite A (VHA).*



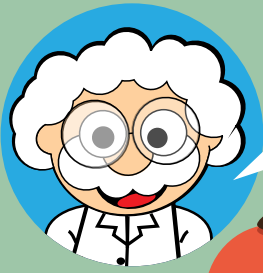
*E esteja sempre alerta com os alimentos consumidos fora de casa. Observe as condições de higiene do local. Só coma algo quando tiver certeza de que foi feito e servido com o devido cuidado de limpeza.*



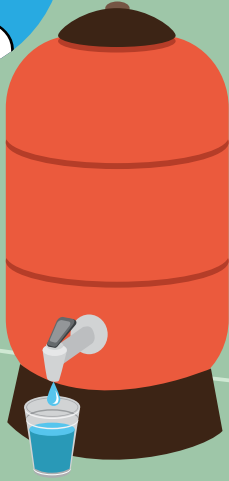
Os alimentos crus (frutas e verduras) devem ser bem lavados em água corrente potável e desinfetados, durante 30 minutos, com uma solução de 1 colher de sopa de hipoclorito de sódio (água sanitária) para cada 1 litro de água. A água sanitária, assim como a fervura, também mata os bichinhos, e, após a desinfecção, é só lavar bem com água potável que eles estão prontos para consumo e não ficam com gosto nem cheiro da água sanitária.



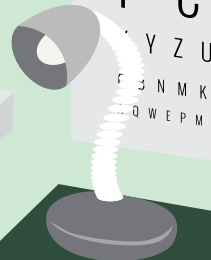
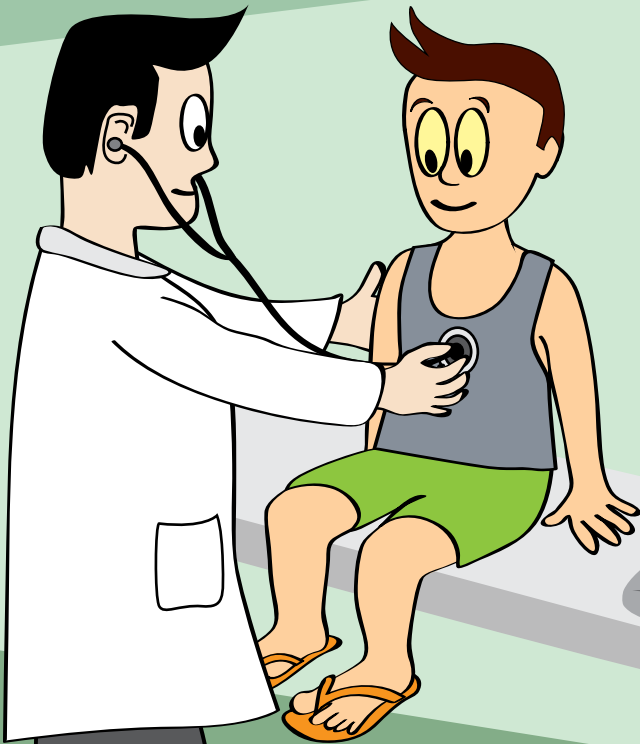




É essencial para a saúde sempre consumir água filtrada, mineral ou fervida, seja para beber, seja para cozinhar e lavar os alimentos.



E sempre que se apresente algum dos sintomas, deve-se procurar um médico. O tratamento é feito de maneira simples.





O repouso deve ser relativo, evitando grandes esforços físicos, mas mantendo um mínimo de atividades que levem bem estar aos pacientes, como andar, ler...



Além disso, é necessário seguir uma dieta pobre em gordura, ou seja, deve-se evitar frituras, carnes gordas, manteiga, queijos, leite, ovos e carne seca. Porém, esses alimentos não são proibidos, apenas devem ser consumidos com moderação.



**CUIDADO!**



A única proibição é o consumo de bebidas alcoólicas que deve ser totalmente suspenso durante o período de seis meses a um ano. Além disso não se deve tomar nenhum chá medicinal para curar hepatite e nem qualquer outro medicamento sem orientação médica.



## IMPORTANTE

O Ministério da saúde oferece a vacina contra a Hepatite A nos postos do Sistema Único de Saúde (SUS). Podem ser vacinadas crianças de 12 meses a dois anos incompletos.



# Referências

Ministério da Saúde (BR). Secretaria de Vigilância em Saúde. Doenças infecciosas e parasitárias: guia de bolso. 8ª Ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2010. 450 p. (Série B. Textos Básicos de Saúde).

Abc da saúde informações médicas. Porto Alegre, 2010. Disponível em: <<http://www.abcdasaude.com.br/gastroenterologia/hepatitea>>. Acesso em: 1 set 2014.

# Glossário\*

## H

**Hipoclorito de Sódio:** Água Sanitária

## P

**Parasitas:** São seres vivos que ficam presos a outros seres e viram seu alimento.

**Picornaviridae:** Nome do vírus responsável pela Hepatite A

## V

**Vírus:** São parasitas que podem infectar o homem ou qualquer outro animal.

\* Lista de palavras, organizadas em ordem alfabética, com seus significados.

# PASSATEMPO

1

## JOGO DOS SETE ERROS

Encontre as diferenças entre as duas imagens. Respostas no rodapé.



Jogo dos 7 erros. Respostas: 1. Mosca na barraça 2. Prato 3. Bigode do barraqueiro 4. Barata na panela 5. Mancha na barraça 6. Acanto vatapá 7. Rato

2

Ligue o vírus da Hepatite A com os sintomas que ele causa em quem está contaminado.



**FEBRE**  
**PINTAS NO CORPO**  
**COCEIRA NO NARIZ**  
**VÔMITOS**  
**DOR NO CORPO**  
**URINA ESCURA**  
**DIFICULDADE PARA ANDAR**  
**FEZES ESBRANQUIÇADAS**

Resposta: Febre, vômitos, dor no corpo, urina escura, fezes esbranquiçadas.

3



Faça um círculo nas formas de contaminação da Hepatite A e ajude o Dr. Chaguinhas a identificá-las.

1. ÁGUA FILTRADA

5. LEGUMES MAL LAVADOS

2. CONSUMIR ALIMENTOS EM LOCAIS SEM HIGIENE

6. LAVAR AS MÃOS

3. OBJETOS CONTAMINADOS



7. FRUTAS SUJAS

4. LEGUMES COZIDOS

8. ÁGUA FERVIDA

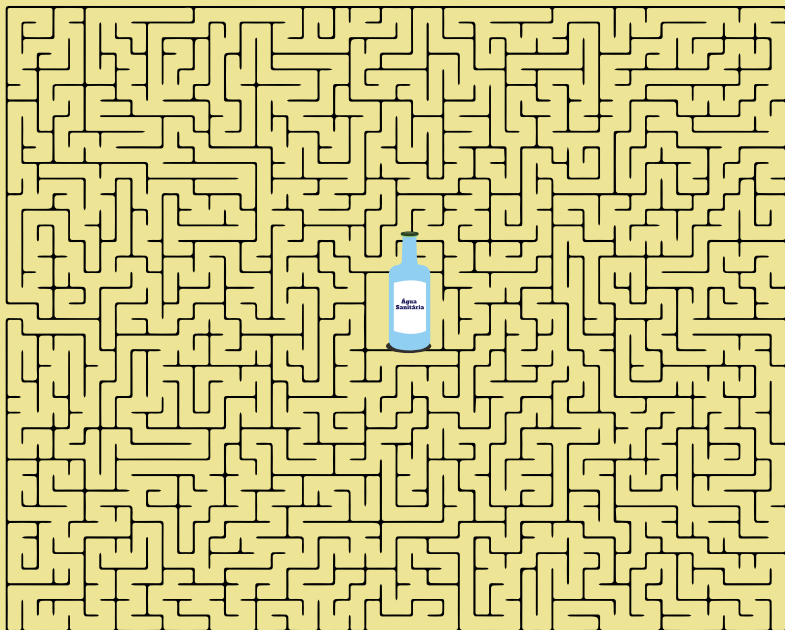


Resposta: 2, 3, 5, 6.

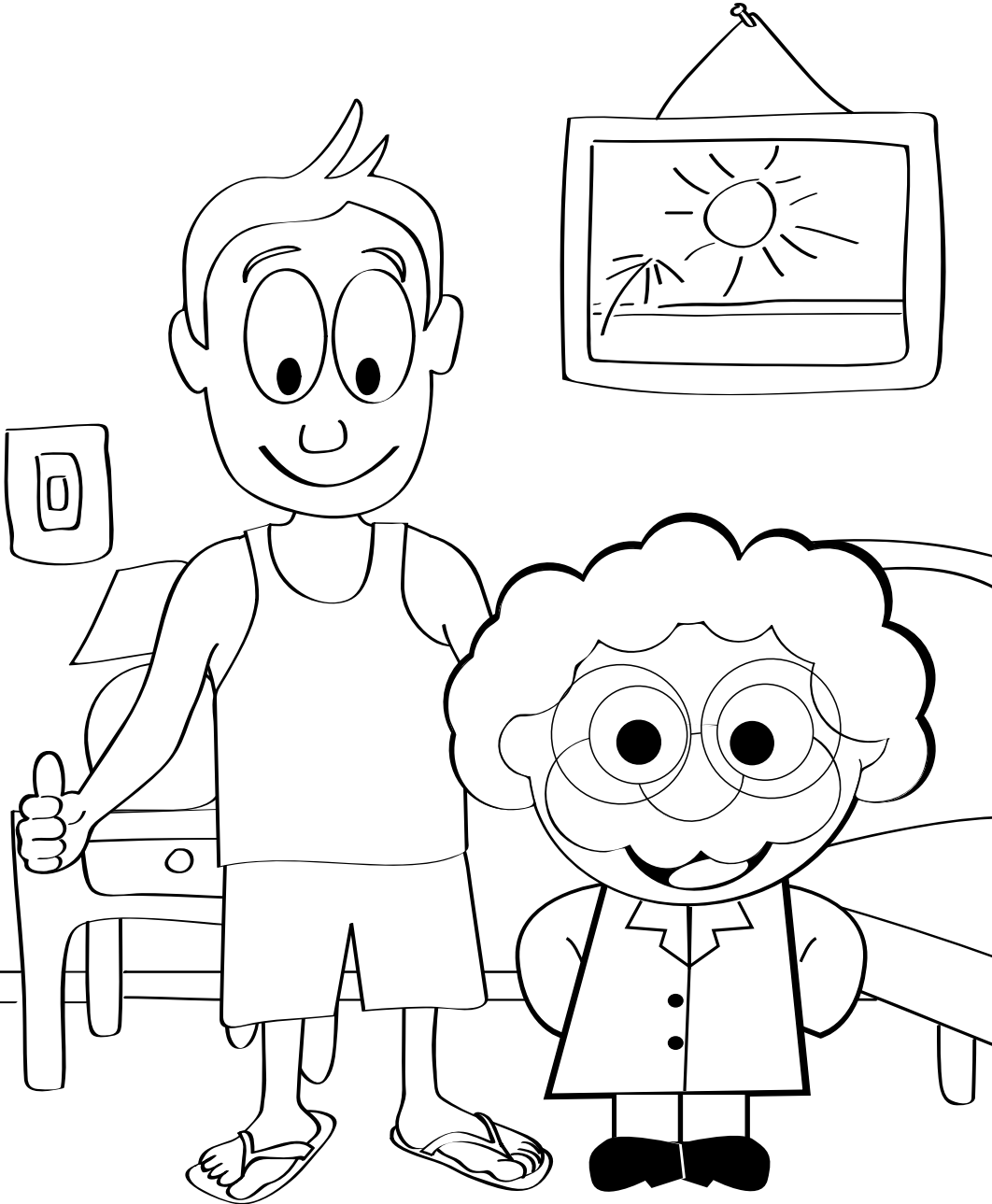
4

# LABIRINTO

Ajude nosso amiguinho a encontrar a garrafa de água sanitária para lavar os legumes que ele comprou na feira e assim se prevenir contra a Hepatite A.



# 5 PARA COLORIR



Procurando consolidar sua atuação junto à população, o IEC criou uma coleção de cartilhas educacionais da Série Território Saudável, focadas nas doenças diagnosticadas no Instituto. A produção visa gerar material educativo para atender a escolas, associações, instituições e bibliotecas, com o intuito de esclarecer sobre a descrição, características, sintomas, principais vetores e formas de transmissão, diagnóstico, tratamento e prevenção dessas doenças. Além disso, o projeto tem como mote disseminar nacionalmente a informação em saúde por meio deste produto, tornando mais acessível a linguagem científica para a população, socializando, dessa forma, o conhecimento produzido pelo Instituto Evandro Chagas.

DISQUE  
SAÚDE  
**136**



MINISTÉRIO DA  
SAÚDE

