

*Artigo de Opinião de Mariana Cardoso, Membro da Associação Portuguesa para o Estudo do Fígado
(APEF)*

Hepatites Virais: A participação ativa da sociedade é vital

As hepatites virais são doenças do fígado causadas por diferentes vírus, sendo as principais designadas pelas letras A, B, C, D e E. Cada uma apresenta modos de transmissão, sintomas, tratamentos e medidas preventivas específicos. A hepatite A é geralmente transmitida por ingestão de água ou alimentos contaminados, enquanto as hepatites B e C são frequentemente disseminadas através do contacto com sangue contaminado, relações sexuais desprotegidas ou de mãe para filho durante o parto. A hepatite D ocorre apenas em indivíduos já infetados com o vírus da hepatite B, e a hepatite E é semelhante à hepatite A, sendo mais comum em determinadas regiões do globo.

Os sintomas das hepatites podem variar desde formas assintomáticas até manifestações como fadiga, icterícia (coloração amarelada da pele e olhos), náuseas e dores abdominais. Se não forem devidamente tratadas, algumas formas de hepatite podem evoluir para condições mais graves, como cirrose ou cancro do fígado.

A prevenção é fundamental e inclui medidas como a vacinação (disponível para as hepatites A e B), práticas sexuais seguras, não partilhar agulhas ou objetos cortantes e cuidados com a higiene alimentar. É essencial também realizar testes regulares, especialmente para as hepatites B e C, que podem ser assintomáticas durante anos.

O Dia Mundial das Hepatites, assinalado a 28 de julho, foi estabelecido pela Organização Mundial da Saúde para aumentar a consciencialização sobre estas doenças e promover o acesso a serviços de prevenção, diagnóstico e tratamento. A data homenageia o nascimento do Dr. Baruch Samuel Blumberg, vencedor do Prémio Nobel pela descoberta do vírus da hepatite B.

Em Portugal, têm sido feitos progressos significativos no combate às hepatites virais. Campanhas de sensibilização, programas de vacinação e acesso a tratamentos eficazes têm contribuído para a redução da prevalência destas infeções. Contudo, é crucial manter e reforçar estas iniciativas para alcançar a meta global de eliminar as hepatites virais como uma ameaça à saúde pública até 2030.

A participação ativa da sociedade é vital. Informar-se, adotar comportamentos preventivos e incentivar outros a fazê-lo são passos essenciais para controlar a disseminação das hepatites virais. O Dia Mundial das Hepatites serve como um lembrete para a importância da prevenção, do diagnóstico precoce e do tratamento adequado, visando a proteção da saúde individual e coletiva.