



CURSO VIVENCIAL DE SAÚDE Fase 3



"Movimento Passando o Brasil a Limpo"

MEUS AGRADECIMENTOS

Primeiramente, quero agradecer a Deus por ter me dado saúde, coragem e força, para enfrentar tantas descrenças, perseguições e animosidades, até chegar neste momento glorioso de ver triunfar um projeto que nasceu dentro do meu coração no dia 07/07/1990.

O motivo, que na época me inspirou a criar este projeto, até mesmo perdeu sua importância, ou na verdade, nunca teve mesmo qualquer importância, pois existem pessoas que passam por nossa vida apenas para nos mostrar novos caminhos, que talvez jamais iríamos encontrar sozinhos. Eu, particularmente, prefiro vê-las como anjos enviados por Deus, para nos mostrar algo muito melhor e maior.

Quero agradecer também o meu primeiro grupo de estudos, composto pelas pessoas que tenho a honra de relacionar, pois, sem elas, o projeto sequer teria iniciado: Dra. Ester de Fátima Corticeiro; Pastor Wilson A. Lima; Dr. Jorge do Nascimento; Dra. Marise Moreno Romero; Benedito José Maciel dos Santos; Dra. Sandra Soares; Evandite Soares de Oliveira Domingues; João Carlos Marchini; Rita de Cássia Zocatelli; Dr. Estefan Vogel Filho; Dra. Angelina Bernardina Aguiar Nascimento. Rendo aqui, as minhas sinceras homenagens, estejam onde estiverem, e saibam que foram, são, e sempre serão integrantes desta revolução cultural e de cidadania que continua tendo os mesmos objetivos iniciais por nós criados, ou seja, “tornar o homem, bom filho, bom marido, bom pai e um bom profissional e a mulher, boa filha, boa esposa, boa mãe e uma boa profissional”.

Sou sabedor que cada um dos participantes deixou sua parcela de colaboração, e como já dizíamos na época, este era um projeto futurista, com previsão de ser concluído em no mínimo, 100 anos. O tempo foi generoso para com nossos anseios, pois, em 28 anos, graças a uma nova e fantástica equipe de profissionais de altíssimo nível, que já estão referendados neste material, tornamos possível, no ano de 2019, aquele, que para nós, era apenas um sonho, e agora podemos considerar uma grande realização.

Mais uma vez, obrigado Senhor por todas as minhas conquistas, pois sem as suas bênçãos eu não poderia alcançá-las. Quero agradecer também por todas as pessoas que o Senhor me enviou, e que me ensinaram muito no decorrer desta grande jornada. Agradeço por ter abençoado os meus ouvidos, para que eu pudesse ouvir tudo aquilo que foi importante na construção deste trabalho, e a minha boca, para que eu pudesse falar palavras de conforto e otimismo, para que a vida de muitas pessoas pudesse se encher de esperança e entusiasmo, durante a implantação destes trabalhos sociais.

Jomatelino dos Santos Teixeira
Idealizador do Projeto de Cursos Vivenciais

Sumário

Ponto de Equilíbrio Vivencial	16
Missão do Elo Social	17
Apresentação do CESB – Confederação do Elo Social Brasil	17
Objetivo dos Cursos Vivenciais	18
Projeto Pedagógico e Apresentação dos Módulos	19
Objetivo do Curso Vivencial de Saúde	21
<hr/>	
MÓDULO 1 DOENÇAS INFECTO CONTAGIOSA –	
TRANSMISSÍVEIS	22
<hr/>	
1 RESFRIADO	22
1.1 Causas	22
1.2 Sintomas / Sinais	23
1.3 Tipos	24
1.4 Transmissão	24
1.5 Diagnóstico	26
1.6 Complicações Possíveis	26
1.7 Tratamento	27
1.8 Prevenção	28
<hr/>	
2 GRIPE	29
2.1 Causas	30
2.2 Sintomas	31
2.3 Tipos	32
2.4 Fatores de Riscos	33
2.5 Diagnóstico	35
2.6 Complicações Possíveis	36
2.7 Tratamento	36
2.7.1 Vacinação	37
2.7.2 Remédios Caseiros	38
2.8 Prevenção – Convivendo com a Gripe	39
2.9 Prevenção	40
Atividades Mnemônica	42
Resfriado	42
Gripe	43

3	MOSQUITO AEDES AEGYPTI	45
3.1	Sintomas	47
3.2	Transmissão	48
3.3	Diagnóstico	50
3.4	Tratamento	51
3.5	Complicações	51
3.6	Prevenção	52
3.6.1	Uso de inseticidas e larvicidas	53
3.6.2	Eliminar os focos	54
3.6.3	Evite o acúmulo de água	55
3.6.4	Mosquiteiro	55
3.6.5	Telas nas janelas	55
3.6.6	Coloque areia nos vasos de plantas	56
3.6.7	Roupas	56
3.6.8	Repelente	56
3.6.9	Suplementação vitamínica do complexo B	56
3.6.10	Coloque desinfetante nos ralos	57
3.6.11	Seja consciente com seu lixo	57
3.6.12	Limpe as calhas	57
3.6.13	Lagos caseiros e aquários	57
3.6.14	Na vizinhança	58
4	DENGUE	59
4.1	Sintomas	59
4.1.1	Sintomas de Dengue Clássica	60
4.1.2	Sintomas de Dengue Hemorrágica	60
4.1.3	Sintomas de Dengue de Choque da Dengue	61
4.2	Tipos	62
4.2.1	Dengue Clássica	62
4.2.2	Dengue Hemorrágica	63
4.2.3	Síndrome do Choque da Dengue	63
4.3	Fatores de Riscos	63
4.4	Diagnóstico	64
4.4.1	Exame Físico pode revelar	65
4.4.2	Exames Laboratoriais	65
4.5	Fases da Infecção	65
4.5.1	Fase Febril	66

4.5.2	Fase Crítica	66
4.5.3	Fase de Recuperação	67
4.6	Complicações Possíveis	68
4.7	Dengue x Cura	68
4.8	Prognóstico	68
4.9	Transmissão	69
4.10	Tratamento	71
4.10.1	Vacina	72
4.11	Prevenção	73
4.11.1	Aplicativos para o combate da Dengue	74
<hr/>		
5	FEBRE CHIKUNGUNHYA	76
5.1	Sintomas	77
5.2	Transmissão	78
5.3	Diagnóstico	79
5.4	Tratamento	80
5.5	Prevenção	81
<hr/>		
6	ZIKA VÍRUS	82
6.1	Sintomas	83
6.2	Transmissão	85
6.2.1	Da mãe para o feto	86
6.2.2	Relações Sexuais	87
6.2.3	Os meios de transmissão saliva, urina ou leite materno	87
6.2.4	Transfusão de Sangue	87
6.2.5	Síndrome de Guillain-Barré	87
6.3	Diagnóstico	89
6.3.1	Isolamento viral	89
6.3.2	RT-PCR	89
6.3.3	Sorologia	89
6.4	Tratamento	90
6.5	Prevenção	92
	Atividades Mnemônica	95
	Mosquito Aedes Aegypti	95
	Dengue	96
	Febre Chikungunhya	96
	Zika Vírus	97

MÓDULO 2	DOENÇAS TRANSMISSÍVEIS	99
7	INFECÇÕES SEXUALMENTE TRANSMISSÍVEIS (IST) – DOENÇAS SEXUALMENTE TRANSMISSÍVEIS (DST)	99
7.1	Sintomas	100
7.2	Sinais	100
7.3	Características	100
7.3.1	Infecções por Corrimentos	101
7.3.2	Infecções por Feridas	101
7.3.3	Infecções por Verrugas Anogenitais	101
7.4	Tipos	101
7.5	Diagnóstico	102
7.6	Tratamento	104
7.7	Prevenção	105
8	PRINCIPAIS TIPOS DE INFECÇÕES SEXUALMENTE TRANSMISSÍVEIS	107
8.1	Herpes Genital	108
8.2	Sífilis	110
8.2.1	Sífilis Primária (Primeiro Estágio)	110
8.2.2	Sífilis Secundária (Segundo Estágio)	111
8.2.3	Sífilis Terciária (Terceiro Estágio)	111
8.2.4	Sífilis Congênita	111
8.3	Gonorreia	111
8.4	Clamídia	112
8.5	Candidíase	114
8.5.1	Nas Mulheres	115
8.5.2	Nos Homens	115
8.6	Papilomavírus Humano (HPV) – Verrugas	116
8.7	Infecção por Citomegalovírus (CMV)	118
8.8	HTLV (Vírus Linfotrópico da Célula Humana)	120
8.9	Linfogranuloma Venéreo (LGV)	121
8.10	Doença Inflamatória Pélvica (DIP)	122
8.11	Cancro Mole	123
8.12	Hepatite B	124
8.13	Hepatite C	125

8.14	Tricomoníase	126
8.14.1	Nos Homens e mulheres	127
8.14.2	Nas Mulheres	127
8.14.3	Nos Homens	127
	Atividades Mnemônica	129
	IST – Infecções Sexualmente Transmissíveis	129
	Principais tipos de IST	130
<hr/>		
9	HEPATITE	132
9.1	Causas	132
9.1.1	Causas Comuns	132
9.1.2	Causas Menos Comuns	133
9.2	Sintomas	133
9.2.1	Sintomas da Hepatite A	134
9.2.2	Sintomas da Hepatite B	134
9.2.3	Sintomas da Hepatite C	135
9.2.4	Sintomas da Hepatite D e E	136
9.2.5	Sintomas da Hepatite Alcoólica	136
9.2.6	Sintomas da Hepatite Autoimune	136
9.2.7	Sintomas da Hepatite Medicamentosa	137
9.3	Tipos	137
9.3.1	Hepatite A	137
9.3.2	Hepatite B	138
9.3.3	Hepatite C	139
9.3.4	Hepatite D	140
9.3.5	Hepatite E	140
9.3.6	Hepatite Autoimune	141
9.3.7	Hepatite Alcoólica	141
9.3.8	Hepatite Medicamentosa	142
9.4	Fatores de Riscos	143
9.5	Forma de Transmissão	144
9.5.1	Transmissão - Contágio fecal-oral	144
9.5.2	Transmissão por contato com sangue por meio de compartilhamento de	145
9.5.3	Transmissão vertical	145
9.5.4	Transmissão sexual	145

9.5.5	Transmissão por meio de transfusão de sangue ou hemoderivados	145
9.5.6	Transmissão da Hepatite Autoimune	145
9.5.7	Transmissão da Hepatite Alcoólica	146
9.5.8	Transmissão da Hepatite Medicamentosa	146
9.6	Diagnóstico	146
9.7	Tratamento	148
9.7.1	Hepatite A	148
9.7.2	Hepatite B	148
9.7.3	Hepatite C	149
9.7.4	Hepatite D	149
9.7.5	Hepatite E	149
9.7.6	Hepatite Alcoólica	149
9.7.7	Hepatite Autoimune	150
9.7.8	Hepatite Medicamentosa	150
9.8	Prevenção	150
9.9	Vacina	151
9.9.1	Hepatite A	152
9.9.2	Hepatite B	152
10	HIV – VÍRUS DA IMUNODEFICIÊNCIA HUMANA	154
10.1	Transmissão	155
10.2	Sintomas	156
10.3	Diagnóstico	157
10.4	Tratamento	159
10.5	Prevenção	160
11	AIDS (ACQUIRED IMMUNODEFICIENCY SYNDROME)	162
11.1	Causas	163
11.2	Sintomas	164
11.2.1	Fase Sintomática Inicial da AIDS	165
11.2.2	Fase Aguda da AIDS	165
11.2.3	Sintomas que Pessoas com AIDS podem Apresentar	166
11.3	Fatores de Riscos	167
11.4	Diagnóstico	167
11.4.1	Contagem de CD4	168

11.4.2	Carga viral	168
11.4.3	Tipos de Testes para Diagnóstico de HIV/AIDS	169
11.4.3.1	Testes Convencionais	169
11.4.3.2	Teste Rápido	169
11.4.3.3	Teste de Fluído Oral	170
11.4.3.4	Western Blot	170
11.4.3.5	PCR ou Carga Viral para HIV	171
11.4.3.6	Testes Confirmatórios	171
11.5	Complicações Possíveis	171
11.5.1	Dentre as Infecções temos algumas doenças	171
11.5.1.1	Tuberculose	171
11.5.1.2	Salmonella	172
11.5.1.3	Meningite Criptocócica	172
11.5.1.4	Toxoplasmose	172
11.5.1.5	Criptosporidiose	172
11.5.2	Dentre as infecções temos alguns tipos de Câncer	172
11.5.2.1	Sarcoma de Kaposi	173
11.5.2.2	Linfomas	173
11.5.3	Outras complicações podem incluir	174
11.5.3.1	Síndrome de Wasting ou do Definhamento	174
11.5.3.2	Complicações Neurológicas	174
11.5.3.3	Doenças renais	174
11.5.3.4	Lipodistrofia	174
11.6	Tratamento	175
11.7	Prevenção	176
11.8	Convivendo com a AIDS	177
11.8.1	Comer alimentos saudáveis	178
11.8.2	Tomar as vacinas	178
11.8.3	Tomar cuidado com os animais de estimação	178
11.8.4	Não fumar	178
11.8.5	AIDS na Gestação	178
11.8.5	AIDS na Terceira Idade	179
	Atividades Mnemônica	181
	Hepatite	181
	HIV – Vírus da Imunodeficiência Humana	182
	AIDS (Acquired Immunodeficiency Syndrome)	183

MÓDULO 3	UNIVERSO DAS DROGAS	185
12	ALCOOLISMO	185
12.1	Álcool	186
12.1.1	Fermentadas	187
12.1.2	Destiladas	187
12.2	Alcoolismo	188
12.3	Lei Nº 11.705/2008 (LEI SECA)	189
12.4	Causas	190
12.4.1	Ter um HISTORIAL FAMILIAR relacionado com o alcoolismo	190
12.4.2	A vida social	191
12.4.3	O dia-a-dia	191
12.4.4	A Depressões	191
12.4.5	Os conflitos familiares	191
12.5	Sintomas	192
12.5.1	Compulsão	192
12.5.2	Dificuldade de controlar o consumo	192
12.5.3	Sintomas de abstinência física	193
12.5.4	Tolerância	193
12.6	Consequências	193
12.6.1	Consequências a Curto Prazo	196
12.6.2	Consequências a Médio e Longo Prazo	196
12.7	Problemas Físicos	197
12.8	Transtornos Mentais	197
12.9	Diagnóstico	199
12.10	Síndrome da Abstinência Alcólica	200
12.11	Tratamento	202
13	TABAGISMO	205
13.1	Causas	207
13.2	Sintomas	208
13.2.1	Sintomas da Síndrome de Abstinência do Tabagismo	208
13.3	Tratamento	210
13.3.1	Estratégias para parar de fumar	211
13.3.1.1	Forma Abrupta (parada imediata)	212
13.3.1.2	Forma Gradual	212

13.3.1.3	Chiclete de Nicotina	213
13.3.1.4	Pastilhas de Nicotina	214
13.3.1.5	Adesivos de Nicotina	215
13.3.1.6	Spray Nasal de Nicotina	216
13.3.1.7	Bupropiona	217
13.3.1.8	Cigarro Eletrônico	217
13.3.2	Vontade x Armadilhas	219
13.3.2.1	Momentos de estresse	219
13.3.2.2	Sentir vontade de fumar	219
13.3.2.3	Exercício de relaxamento	219
13.3.2.4	Outras fontes de prazer	220
13.3.3	Recaída	220
13.3.4	Ganhar Peso	220
13.3.5	Atitudes Proativas	220
13.4	O que acontece quando a pessoa para de Fumar	221
13.5	Estatísticas x Tabagismo	212
13.6	Doenças x Tabagismo	222
13.6.1	Doenças x Mortalidade x Tabagismo	223
	Atividades Mnemônica	226
	Alcoolismo	226
	Tabagismo	226
14	DROGAS	228
14.1	Farmacologia	229
14.2	Lei Nº 11.343, 23 de agosto de 2006	229
14.3	Polêmica da Legalização	230
14.4	Narcotráfico	230
14.5	Tipos	231
14.5.1	Drogas Licitas	232
14.5.2	Drogas Ilícitas	233
14.6	Classificação das Drogas	235
14.6.1	Classificação de acordo com a Origem das Drogas (Naturais, Sintéticas e Semissintéticas)	235
14.6.1.1	Drogas Naturais	235
14.6.1.2	Drogas Sintéticas	236
14.6.1.3	Drogas Semissintéticas	237

14.6.2	Classificação de acordo com os Efeitos das Drogas (Depressoras, Estimulantes ou Perturbadoras)	238
14.6.2.1	Depressoras	238
14.6.2.2	Estimulante	239
14.6.2.3	Perturbadoras	239
14.7	Consequências do Uso de Drogas	240
14.8	Síndrome de Abstinência de Drogas	242
14.8.1	Síndrome de Abstinência Aguda (SAA)	243
14.8.2	Síndrome de Abstinência Demorada (SAD)	243
14.9	Tratamento	243
15	DEPENDÊNCIA QUÍMICA	246
15.1	Causas	246
15.2	Sintomas	247
15.3	Fatores de Riscos	248
15.3.1	Fatores de risco	248
15.3.2	Fatores protetores	249
15.4	Diagnóstico	249
15.5	Tratamento	250
15.6	Prevenção	251
	Atividades Mnemônica	253
	Drogas	253
	Dependência Química	254
MÓDULO 4	DOENÇAS E AVALIAÇÃO DE TODOS OS MÓDULOS	256
16	SEQUELAS TRAUMÁTICAS – FÍSICAS	256
16.1	Traumas no Abdome	257
16.1.1	Trauma Fechado	258
16.1.2	Trauma Penetrantes	258
16.2	Ferimentos com Presença de Objeto Encravado	259
16.3	Entorse	260
16.4	Distensão	261
16.5	Luxações	261
16.6	Lesões Musculoesqueléticas	262
16.7	Contusão	263
16.8	Lesões Gerais na Pele	264
16.9	Fraturas	267

16.9.1	Fratura Fechada	268
16.9.2	Fratura Aberta	268
16.9.3	Fraturas Especiais	269
16.10	Choque Elétrico	270
16.11	Queimaduras	271
16.11.1	Queimaduras térmicas	272
16.11.2	Queimaduras químicas	272
16.11.3	Queimaduras por eletricidade	272
16.12	Insolação	274
16.13	Intermação	176
17	TRAQUEOSTOMIA	278
17.1	Orientações sobre a Traqueostomia	280
17.1.1	Cuidado com o Cadastrarço	281
17.1.2	Protetor de cânula de traqueostomia	282
17.1.3	Aprendendo a se comunicar	282
17.1.3.1	Caso você possa falar	282
17.1.3.2	Caso você não possa falar	283
17.1.4	Comer usando cânula de traqueostomia	284
18	COMBATE A AUTOMEDICAÇÃO	284
18.1	Medicamentos	285
18.2	Remédio	286
18.3	Automedicação	287
18.4	Causas	288
18.5	Fatores de Riscos	288
18.6	Tipos de Uso Irracional	289
18.7	Consequências	290
18.8	Remédios mais Usados	291
18.9	Importância de Ler a Bula	292
18.10	Como Guardar os Medicamentos	292
18.11	Profissional Responsável	293
	Atividades Mnemônica	294
	Sequelas Traumáticas – Físicas	294
	Traqueostomia	295
	Combate a Automedicação	296
	AVALIAÇÃO - REVALIDANDO CONHECIMENTOS	297

ATIVIDADES MNEMÔNICA – Questões de todos os conteúdos estudados	297
--	-----

Agradecimento – Coordenação dos Cursos Vivenciais	302
---	-----

Equipe Elo Social	303
-------------------------	-----

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	305
---	-----



APRESENTAÇÃO

“PONTO DE EQUILÍBRIO VIVENCIAL”

Permitir a todos, independentemente de idade, grau de escolaridade e origem familiar, a chance de não desperdiçar as oportunidades que a vida lhes proporciona.

É muito comum no dia a dia, vermos pessoas perderem tudo o que tem ou que poderiam ter tido por falta de conhecimento vivencial.

É praticamente impossível viver em uma família na qual o pai é advogado e a mãe é médica, sem absorver naturalmente conhecimentos básicos destas duas matérias, no entanto, é humanamente impossível termos sob o mesmo teto durante nossa criação, dentre nossos familiares, treze profissionais de áreas diferentes para nos passar experiências vivenciais.

É triste vermos jovens de boa aparência que, por virem de famílias humildes, desperdiçam a juventude e também todas as oportunidades que a vida lhes deu, por não ter os mínimos conhecimentos de etiquetas e comportamentos, fatos que também, muitas vezes, os excluem do mercado de trabalho, já que procuram emprego com a roupa errada, não sabem se portar em uma entrevista e não tem também, equilíbrio emocional para transmitir segurança ao contratante.

Estes problemas afetam ambos os sexos e todas as idades, porém, nunca é tarde para se aprender, e infelizmente, a vida às vezes não nos proporciona uma nova oportunidade de causar uma primeira boa impressão.

Através destes cursos, damos aos participantes, conhecimentos básicos de treze matérias, melhor preparando-os, a nosso ver, para uma vida familiar harmoniosa, sucesso e reconhecimento em suas atividades profissionais, e assim, entendemos que os cursos poderão fazer toda a diferença e possibilitar uma vida mais feliz.

MISSÃO DO ELO SOCIAL

Somos uma Organização Não Governamental (ONG), de iniciativa privada, com atividades voltadas a combater a desigualdade social e amenizar a criminalidade, atuando também no combate a corrupção, omissão e inoperância de nossos órgãos fiscalizadores. Oferecemos suporte de cidadania, independentemente de quem seja o cidadão, pois entendemos não existir governo ruim para povo politicamente organizado.

Preparamos através de cursos específicos os membros integrantes de nossas diretorias e também ministramos cursos e treinamentos para e capacitação e aperfeiçoamento de líderes comunitários.

Não aceitamos verbas públicas para manter nossos objetivos sociais, já que entendemos ser praticamente impossível manter independência do governo, combatendo a corrupção, omissão e negligência, tendo as atividades custeadas pelo mesmo. Apresentar de forma inovadora, soluções para problemas sociais até então insolúveis politicamente. Socializar as crianças e os jovens para que no futuro não tenhamos que ressocializar os adultos.

APRESENTAÇÃO DA CESB - CONFEDERAÇÃO DO ELO SOCIAL BRASIL

O Elo Social visa, no geral, implantar um modelo padrão de comportamento em nosso país, substituindo tudo que não funcionou no passado e não funciona no presente, com técnicas vivenciais e profissionalizantes que hoje fazem sucesso no resto do mundo.

O Brasil não é mais o País do Futuro como se falava há muitos anos, é o país do presente e o presente é agora.

Vamos “Passar o Brasil a Limpo” já... pois este é o nosso lema.

Se podemos, por que não fazemos? Porque não nos espelhamos nos melhores, ao invés de ficarmos o tempo todo nos reportando aos piores?

Ser melhor não é mérito para ninguém, o mérito está em caminhar em direção ao melhor.

“O mal sempre teve e sempre terá mais força do que o bem, só não tem mais é resultados” (Dr. Leno 18/03/1993).

O Elo Social foi idealizado pelo Dr. Leno dos Santos Teixeira em 27 de fevereiro de 1993, resultado da reunião de um grupo formado por Médicos, Psicólogos, Economistas, Advogados, Oficiais do Corpo de Bombeiros, Esteticistas, Nutricionistas, Teólogos, Sexólogos, Administradores e Empresários.

A partir de então, através de reuniões semanais, passou a desenvolver o perfil do projeto, que inicialmente enveredou pelo campo vivencial, basicamente enfocando a queda alarmante da qualidade do ser humano e a falência da família como um todo. Desta forma, priorizou seus objetivos na transformação: “o homem em um bom filho, bom marido e bom pai; e a mulher em boa filha, boa esposa e boa mãe”. Desta feita, todas as forças do projeto estavam voltadas para a área vivencial.

Com a evolução do trabalho, constatou-se a necessidade de desenvolver, além das técnicas vivenciais, um trabalho voltado ao resgate da cidadania, despido de pretensões políticas partidárias e assim, criando-se o curso de AMS – Agente do Mérito Social.

“Para que o mal triunfe, basta que os homens bons cruzem os braços” (Edmund Burke).

OBJETIVO DOS CURSOS VIVENCIAIS

O objetivo deste curso é levar informações ao público alvo para que todos possam fazer escolhas mais assertivas para suas vidas, trazendo luz às suas consciências, e para um bem-estar melhor.

O conhecimento e o autoconhecimento são ferramentas poderosas para nos tornarmos pessoas melhores e para não cairmos nas emboscadas da vida.

A vida nos oferece muitas oportunidades e precisamos estar atentos, de olhos bem abertos para desfrutarmos dela com responsabilidade, respeito, amor, carinho, cumplicidade, lealdade e saúde.

As oportunidades são para todos, porém, somente alguns tem discernimento para ver e ouvir, e assim, acordar para aproveitá-las.

PROJETO PEDAGÓGICO E APRESENTAÇÃO DOS MÓDULOS CURSO VIVENCIAL DE SAÚDE

1. **Justificativa:** Entenda seu corpo. Ganhe qualidade de vida. Cuidar da saúde significa cuidar do corpo, da mente e do espírito. É a prevenção via medicina tradicional, complementar e integrativa que, com a consciência corporal e mental, agregam e ajudam no bem estar e na qualidade de vida.
2. **Número de vagas:** 40 (em média).
3. **Carga horária e período:** 4 Módulos de 4 horas cada.
4. **Público alvo:** Homens e mulheres.
5. **Pré-requisitos:** Idade a partir de 14 anos.
6. **Objetivo instrucional:** Fazer com que os participantes / alunos, conheça seu corpo e como ele se manifesta de acordo com os estímulos que damos. Conhecer, também, as formas de prevenção das doenças em geral, possibilitando com isso conquistar uma melhor qualidade de vida, desde a tenra idade até a terceira idade.
7. **Forma organizacional de oferecimento:** Gratuito e presencial.
8. **Programação do Curso**

MATÉRIAS A SEREM ABORDADAS

MÓDULO 1: Doenças Infecto Contagiosa - Transmissíveis

Explicação 01h e 50min.

1 Resfriado

2 Gripe

Atividades Mnemônicas

Intervalo de 10 minutos

Explicação 02h.

3 Mosquito Aedes Aegypti

4 Dengue

5 Febre Chikungunya

6 Zika Vírus

Atividades Mnemônicas

MÓDULO 2: Doenças Transmissíveis**Explicação 01h e 50min.**

7 IST - Infecções Sexualmente Transmissíveis

8 Principais Tipos de Infecções Sexualmente Transmissíveis

Atividades Mnemônicas

Intervalo de 10 minutos**Explicação 02h.**

9 Hepatite

10 HIV – Vírus da Imunodeficiência Humana

11 AIDS – Acquired Immunodeficiency Syndrome

Atividades Mnemônicas

MÓDULO 3: Universo das Drogas**Explicação 02h.**

12 Alcoolismo

13 Tabagismo

Atividades Mnemônicas

Intervalo de 10 minutos**Explicação 01h e 50min.**

14 Drogas

15 Dependência Química

Atividades Mnemônicas

Módulo 4: Doenças – Avaliação de todos os Módulos**Explicação 02h.**

16 Sequelas Traumáticas - Físicas

17 Traqueostomia

18 Combate a Automedicação

Atividades Mnemônicas

Intervalo de 10 minutos**Avaliação 01h e 50min.**

19 Avaliação - Revalidando Conhecimento – Entrega de Certificados

9. **Material Didático:** Apostila, papel e caneta (outros que se fizer necessário, como por exemplo: lápis coloridos, tesouras, etc.).
10. **Infraestrutura:** Sala com cadeiras; espaço para dinâmica; equipamento áudio visual.
11. **Local:** A ser definido posteriormente.
12. **Frequência, avaliação para os certificados:** 80% de frequência.
13. **Relação do pessoal envolvido:** Coordenador; tutores e instrutores (Agentes Sociais), com as respectivas qualificações e conteúdo dos quais participarão, com a respectiva carga horário dedicada.
14. **Especificação dos recursos financeiros:** Quais os recursos que serão utilizados.
15. **Órgãos de financiamento e/ ou parceiros:** A determinar

OBJETIVO DO CURSO VIVENCIAL DE SAÚDE

O curso tem como principal objetivo promover conhecimento básico sobre saúde e funcionamento do corpo humano. Tais entendimentos irão promover a melhoria e bem-estar do indivíduo, uma vez que, conhecendo o corpo e como ele se manifesta, temos maiores possibilidades de mudar nosso comportamento e assim conquistar uma vida mais saudável e isso só é possível através da boa disposição do corpo e da mente.

Para isso, é importante entender um pouco mais sobre as doenças em geral, as formas de prevenção, suas fragilidades e limitações, como também, as doenças hereditárias e aquelas, que sem saber, contribuimos para o seu surgimento ou agravamento. Esta consciência possibilita a promoção de mudança de hábitos e estilo de vida, promovendo assim saúde de qualidade.

Saúde é um direito fundamental do ser humano.

MÓDULO 1 - DOENÇAS INFECTO CONTAGIOSAS - TRANSMISSÍVEIS

1 RESFRIADO

Swartzberg (2003. p. 391) diz que todo mundo está sujeito a pegar um resfriado. Resfriado é um termo genérico para definir o grupo de infecções das vias respiratórias que não são graves, porém altamente contagiosa, causando a inflamação dos revestimentos mucosos do nariz e da garganta.

Figura: 1 – Diferença entre a gripe e o resfriado.



Fonte: MUNDOEDUCACAO.BOL.UOL

O resfriado comum é uma infecção viral e benigna do trato respiratório superior, que afeta principalmente o nariz e a garganta. Essa é uma das doenças mais comuns que existem. Eventualmente, todas as pessoas ficarão resfriadas mais de uma vez na vida.

1.1 CAUSAS

Figura: 2 – Lavar as mãos ajuda a evitar doenças.



Fonte: POUPAFARMA

Os vírus do resfriado entram no corpo por meio da mucosa da boca, olhos ou nariz. O mais comum é se levar a mão contaminada ao rosto. Portanto é através desta

porta que os vírus são adquiridos, ou seja, pelo contato manual com pessoas resfriadas ou objetos contaminados.

Há também a possibilidade dos vírus atingirem essas mucosas, através de gotículas invisíveis, suspensas no ar, após a pessoa resfriada espirar, tossir ou falar. Estima-se que para essa forma de contágio, haja a necessidade de se estar a menos de um metro da pessoa infectada.

E ainda o clima frio não é o causador do resfriado comum, apesar deste ocorrer geralmente nos meses de inverno. Acredita-se que é devido ao fato que nesses meses de clima frio, as pessoas passam maior tempo em ambientes fechados e próximas umas das outras, facilitando assim a propagação do vírus. A baixa umidade durante esses meses frios também pode aumentar a prevalência do resfriado comum, já que muitos dos vírus implicados parecem sobreviver melhor em condições de baixa umidade.

O compartilhamento de objetos contaminados, tais como corrimãos, telefones e outros são algumas das principais formas de transmissão.

1.2 SINTOMAS / SINAIS

Geralmente, os sintomas do resfriado ocorrem dois ou três dias após o contato com o vírus, embora esse período possa demorar até uma semana, e assim resfriada, a pessoa passa a transmitir o vírus cerca de dois ou três dias, começando um dia antes do aparecimento dos sintomas.

Os primeiros **sinais** são coceira no nariz ou irritação na garganta, o que seguirá após algumas horas por espirros e secreções nasais, e costumam durar em torno de 3 ou 4 dias, a não ser em fumantes, que podem ter um resfriado por entre 7 a 10 dias.

Figura: 3 – 14 diferenças entre gripe e resfriado.



Fonte: MDSAÚDE.COM

Os sinais mais comuns do resfriado são:

- Congestão nasal;
- Corrimento nasal claro como água;
- Garganta irritada e com dor;
- Espirros;
- Febre, que pode ocorrer em crianças pequenas, geralmente baixa
- Adultos e as crianças maiores não tem febre.

1.3 TIPOS

Figura: 4 – Quanto tempo dura o período de contágio de uma gripe?



Fonte: SAUDEMELHOR

Existem mais **de 200 tipos** de diferentes vírus do resfriado comum, todos eles são de transmissão respiratória, o que tornam o contágio extremamente eficaz.

Os mais conhecidos são: **rinovírus**, é a causa de aproximadamente 30% a 40% de todos resfriados adultos e sendo outros vírus comumente implicados incluem: coronavírus, adenovírus, vírus respiratório sincicial, e vírus parainfluenza.

1.4 TRANSMISSÃO

A transmissão do resfriado é com contato direto com secreções infectadas de superfícies contaminadas ou por inalação do vírus aéreos após indivíduos tossirem ou espirrarem, podendo ocorrer a transmissão quando a pessoa que tem o resfriado sopra ou toca o nariz e depois tocam alguém ou outra coisa.

Figura: 5 – 14 dicas para combater tosse e espirro



Fonte: SELECOES

Os vírus do resfriado estão quase sempre presentes em pessoas próximas, particularmente crianças que são seu principal reservatório. Alguns fatores podem aumentar as chances de uma pessoa contrair a doença. Eles são:

- **Idade:** as crianças são os principais portadores de vírus de resfriado, na natureza. Por falta de hábitos de higiene, que serão apreendidos com seu desenvolvimento, uma contaminam a outra, e não há muito como mudar isso. Assim uma criança brincando na escola ou no "playground" do prédio recebe vírus de outras, assim como elas também transmitem. Impossível evitar esse contato e transmissão. O que é interessante, também, é que levam os vírus do resfriado para casa e contaminam os pais, irmãos, empregados e parentes. Os professores são também atingidos por convívio com crianças.
- **Imunidade:** a criança porta um sistema de imunidade que está apreendendo, e portanto, estar suscetível a várias infecções. Admite-se que cada vírus causador de resfriado leva a uma imunidade duradoura ou definitiva. Isso significa que cada resfriado é particular e único. No entanto, não há como não ficar resfriado, pois o número de causadores é maior do que 200 tipos diferentes, como já citado.
- **Época do ano:** o frio faz com que pessoas fiquem mais aglomeradas em lugares sem ventilação. Essa proximidade facilita a transmissão. No frio também costumamos ter um pouco de corrimento nasal, que pode ser o veículo para a passagem dos vírus de pessoa a pessoa.

Então uma pessoa saudável faz contato direto com essas secreções, muitas vezes depois que suas mãos contaminadas fazem contato com seus próprios olhos, nariz ou boca. Um vírus frio pode viver em objetos como livros, canetas, telefones celulares, teclados de computadores e copos de café por várias horas. (OPAS, 2018).

1.5 DIAGNOSTICO

O diagnóstico de resfriado é feito basicamente por meio da observação clínica. Frequentemente, não há necessidade de ir ao médico. Só os casos que evoluem com um pouco de febre, geralmente baixa é que levam à preocupação de ser outra a causa.

Figura: 6 – Resfriado.



Fonte: SAUDICAS

Não existe cura, mas há medidas que podem ser tomadas para aliviar os sintomas no período de recuperação que durará normalmente uma semana. Se a pessoa ficar doente por mais de sete dias, é importante falar com o médico para excluir a possibilidade de infecção nos seios nasais, alergias ou outro problema médico.

1.6 COMPLICAÇÕES POSSÍVEIS

Figura: 7 – Como saber se eu estou com resfriado ou com sinusite?



Fonte: DOUTORJA

- Infecção de ouvido aguda (otite média). Normalmente a suspeita se faz quando aparece dor de ouvido.

- Sinusite. Normalmente a suspeita ocorre quando catarro eliminado pelo nariz se for na amarelado.

1.7 TRATAMENTO

Figura: 8 – Resfriado tratamento caseiro



Fonte: REMEDIOSNATURAISCASEIROS

Ministério da Saúde (2015) diz que não existe medicamentos que tenham demonstrado bons resultados no combate aos vírus do resfriado, por essa razão que o tratamento é direcionado ao alívio dos sintomas.

Os principais medicamentos sintomáticos utilizados são os analgésicos e antitérmicos que aliviarão a dor e a febre.

Os tratamentos alternativos são muito usados para tratar resfriados, como por exemplo:

- **Zinco:** suplementos de zinco tomados por pelo menos cinco dias podem reduzir o risco de pegar o resfriado comum. Tomar um suplemento de zinco 24 horas depois de sentir os primeiros sintomas pode tornar os sintomas mais brandos e fazê-los desaparecer mais rapidamente.
- **Equinácea:** é uma erva conhecida como um meio natural de evitar resfriados e tornar os sintomas menos graves.
- **Vitamina C:** é um remédio popular para o resfriado comum. Pesquisas mostram que ela não previne o resfriado na maioria dos adultos, mas as pessoas que tomam vitamina C regularmente parecem ter resfriados mais curtos e sintomas mais brandos. Essa vitamina pode ser encontrada em frutas como a laranja e acerola.
- **Canja de Galinhas:** a canja é usada para tratar o resfriado comum há séculos. Sua eficácia já foi comprovada diversas vezes. O calor, o líquido e o sal podem ajudar você a se sentir melhor.

Além disso o tratamento domiciliar para o resfriado comum inclui descanso e ampla ingestão de líquidos, em especial água.

Entre as especialidades que podem diagnosticar um resfriado estão: clínica médica; pediatria; otorrinolaringologia e infectologia

1.8 PREVENÇÃO

Existem algumas atitudes que diminui as chances de ter um resfriado, são elas:

- **Evite antibióticos desnecessários:** os vírus do resfriado, assim como outros não são sensíveis a antibióticos.
- **Amamentação:** sabe-se que o leite materno protege contra infecções do trato respiratório, mesmo anos após o término do período de amamentação. As crianças que não são amamentadas pegam cinco vezes mais infecções de ouvido.
- **Bebe Água:** os líquidos ajudam o sistema imunológico a funcionar corretamente.
- **Evitar o fumo passivo:** ficar o mais longe possível da fumaça de cigarro. Ela é responsável por muitos problemas de saúde, inclusive piorar os sintomas dos resfriados.
- **Dormir o suficiente:** não dormir o suficiente faz com que a pessoa fique mais propenso a doenças.
- **Lavar sempre as mãos:** as crianças e os adultos devem sempre lavar as mãos depois de limpar o nariz, ou ao chegar em casa, após o trabalho ou frequentar ambientes com outras pessoas, como escolas, parques, etc. Pode ser também utilizado o álcool gel para desinfetar as mãos.

OPAS (2015) complementa a importância da lavagem das mãos toda vez que pegar uma caneta pública, apertar as mãos de alguém ou abrir uma porta. Lavar as mãos é a melhor forma de não ficar doente, sendo uma das formas de prevenção.

Figura 9 – Lavar as mãos pode prevenir até 10 doenças.



Fonte: SIMNOTICIAS

O resfriado é a doença mais comum do planeta, e é uma das principais causas de visitas ao médico e dias perdidos da escola e do trabalho.

2 GRIPE

A gripe, também, é conhecida como influenza. Ela é uma infecção do sistema respiratório, cuja principal complicação é a pneumonia, responsável por um grande número de internações hospitalares no país.

Figura: 10 – Gripe / Influenza – sintomas, prevenção, causas, diagnóstico e tratamento



Fonte: OBSERVATORIOMATURIDADE

Gripe afirma Leonel et al (2000. p. 18) reduz a resposta imunológica normal e enfraquece as defesas do organismo, diminuindo a capacidade de reação contra as infecções. Por ser causada por vírus é uma afecção para a qual não existe remédio. E estando num ambiente que favorece a propagação do microrganismo facilitará a piora do quadro. Pode-se observar principalmente em pacientes que não se submetem a tratamento adequado, o que inclui: repouso, ingestão abundante de

líquidos e uma alimentação balanceada. Não tendo tais cuidados, os microrganismos que residem normalmente nas vias respiratórias altas, considerando contaminantes habituais da orofaringe, podem migrar para o pulmão; o que determinará o aparecimento de uma infecção que compromete o tecido pulmonar e que é denominada pneumonia.

Conforme Ministério da Saúde (2019) influenza ou gripe é uma infecção aguda do sistema respiratório, o qual é ocasionado pelo vírus influenza, tendo um elevado potencial de transmissão. Iniciando com febre, dor muscular e tosse seca. Normalmente a evolução é por um período limitado, o que levará de um a quatro dias, mas podendo apresentar sob forma grave.

2.1 CAUSAS

No Sistema Único de Saúde oferece a vacina que protege contra os tipos A e B do vírus. Idosos, crianças, gestantes e pessoas que possuem doenças crônicas, como: diabetes e hipertensão, ou imunodeficiência são mais vulneráveis aos vírus. Uma pessoa poderá contrair a gripe várias vezes ao longo da vida.

Figura: 11 - Qual a diferença entre gripe e resfriado?



Fonte: SAÚDE.ABRIL

De acordo com Ballalai et al (2017) a gripe é causada por mais de um tipo de vírus influenza, classificados como A e B, e cada um possui subtipos. Os subtipos A que mais frequentemente infectam os humanos são os A (H1N1) e A (H3N2). Já os subtipos B são classificados como de linhagem Victoria e Yamagata.

2.2 SINTOMAS

Inicialmente, a gripe pode parecer um resfriado comum com nariz escorrendo, espirros e dor de garganta. Os sintomas de gripe geralmente aparecem de forma repentina.

Figura: 12 – Gripe no verão: cuidados e como tratar.



Fonte: OTOVIDA

Normalmente, clinicamente, a gripe (influenza) inicia-se com:

- Febre alta em geral acima de 38° C;
- Dor muscular;
- Dor na garganta;
- Dor de cabeça (cefaleia);
- Tosse seca;
- Prostração.

A febre é o sintoma mais importante da gripe e dura em torno de três dias. Os sintomas respiratórios, como tosse, tornam-se mais evidentes com a progressão da gripe e mantêm-se, em geral, por três a quatro dias após o desaparecimento da febre.

Entre os sintomas estão, também, o vermelhidão no rosto, dores no corpo e cansaço. Entre o segundo e o quarto dia, os sintomas do corpo tendem a diminuir enquanto os sintomas respiratórios aumentam, aparecendo com frequência uma tosse seca. Percebe-se diferença dos sintomas dependendo da faixa etária:

- **Adulto:** o quadro clínico em adultos saudáveis pode variar de intensidade;
- **Criança:** a temperatura pode atingir níveis mais altos, sendo comum o achado de aumento dos linfonodos cervicais e também podem fazer parte os quadros de bronquite ou bronquiolite, além de sintomas gastrointestinais;

- **Idoso:** quase sempre se apresentam febris, às vezes, sem outros sintomas, mas em geral, a temperatura não atinge níveis tão altos.

De modo geral, a maioria dos adultos e crianças não apresenta febre ou quando tem é apenas febre baixa. Os demais **sinais e sintomas** da gripe (influenza) são habitualmente de aparecimento súbito, como:

- Calafrios;
- Suores;
- Espirros;
- Cefaleia (Dor de Cabeça);
- Mialgia (músculos doloridos, especialmente nas costas, braços e pernas);
- Dor nas juntas;
- Dor de garganta;
- Secreção nasal excessiva;
- Tosse seca e persistente;
- Febre acima de 38°C.

Figura: 13 – Vírus da Gripe matou seis no RN neste ano.



Fonte: CEARAMIRIMNOTICIAS

2.3 TIPOS

Segundo o Ministério da Saúde (2019) **há três tipos** de vírus influenza/gripe no Brasil: **A, B e C**.

Esses vírus são altamente transmissíveis e podem sofrer mutações, sendo que o tipo A é mais mutável que o B e este mais mutável que o tipo C. Os tipos A e B causam maior mortalidade que o tipo C.

Os **tipos A e B** são responsáveis por epidemias sazonais em várias regiões do mundo, com circulação predominantemente no inverno. O **tipo C** provoca apenas infecções respiratórias brandas, não possuindo impacto na saúde pública, não estando relacionado com epidemias.

Figura: 14 – Influenza: tipos A, B e C e qual deles é mais grave



Fonte: VIX

Apenas os vírus influenza A e B são responsáveis por epidemias sazonais, sendo o vírus influenza A responsável por grandes pandemias (epidemia que se espalha por uma região muito grande, como um continente, ou até por todo o mundo).

- O **tipo A** é classificado em subtipos, como o H1N1 e o H3N2, que circulam atualmente em humanos.
- O **tipo B** é dividido em duas linhagens: Victoria e Yamagata.

Mesmo com suas particularidades genéticas, todos podem provocar os mesmos sintomas

Existem diferenças entre H3N2, H2N3 e o H1N1: não há grandes diferenças no que diz respeito a que doenças causam, como se prevenir e como tratar. A diferença entre os três subtipos de vírus está nas proteínas específicas que cada um tem em sua superfície. Eles são cepas diferentes do mesmo vírus, com características semelhantes. Recentemente, o Ministério da Saúde revelou que vírus H2N3 não existe no Brasil.

2.4 FATORES DE RISCOS

Os fatores que podem aumentar o risco de desenvolver influenza ou suas complicações incluem:

- **Idade:** a gripe tende a atingir crianças pequenas e adultos mais velhos;
- **Condições de vida ou de trabalho:** as pessoas que vivem ou trabalham em instalações, juntamente com muitos outros residentes, como casas de repouso ou quartéis militares, têm maior probabilidade de desenvolver gripe;
- **Sistema imunológico enfraquecido:** tratamentos de câncer, drogas anti-rejeição, corticosteroides, insuficiência renal ou hepática, anemia falciforme e HIV/AIDS podem enfraquecer seu sistema imunológico. Isso pode facilitar a captura da gripe e também aumentar o risco de desenvolver complicações;
- **Doença crônica:** condições crônicas, como asma, diabetes ou problemas cardíacos, podem aumentar o risco de complicações da gripe;
- **Gravidez e puérperas:** as mulheres grávidas são mais propensas a desenvolver complicações da gripe, particularmente no segundo e terceiro trimestres. As mulheres que com duas semanas após o parto também têm maior probabilidade de desenvolver complicações relacionadas à influenza;
- **Obesidade:** Pessoas com um IMC de 40 ou mais têm um risco aumentado de complicações da gripe.

Figura: 15 – Entenda os riscos da gripe para cada grupo prioritário



Fonte: BLOG.SAUDE.GOV

Os demais fatores de risco seguem a mesma linha daqueles enumerados para outros tipos de grupo:

- Permanecer em locais fechados e com um aglomerado de pessoas;
- Levar as mãos à boca ou ao nariz sem lavá-las antes;
- Permanecer em contato próximo com uma pessoa doente.

2.5 DIAGNÓSTICO

A Gripe é uma doença muito comum em todo o mundo, sendo possível uma pessoa adquirir influenza várias vezes ao longo de sua vida. A gripe também é frequentemente confundida com outras viroses respiratórias e, por isso, o seu diagnóstico de certeza só é feito mediante exame laboratorial específico.

É importante buscar ajuda médica se os sintomas forem muito intensos nas primeiras 48 horas, se a pessoa apresentar dispnéia (falta de ar) e se os sintomas persistirem por mais de sete dias.

Figura: 16 – Entenda o que causa a tosse. Buscando ajuda médica.



Fonte: SEGREDOSDOMUNDO.R7

O diagnóstico é feito por um médico, baseado nos sinais clínicos do paciente e com uma amostra da secreção da nasofaringe, que deve ser colhida preferencialmente nas primeiras 72 horas após o início dos sintomas. Esses testes podem fornecer resultados em 30 minutos ou menos. No entanto, os resultados variam muito e nem sempre são precisos. O médico pode diagnosticar a pessoa com influenza com base nos sintomas, apesar de ter um resultado negativo.

Especialistas que podem diagnosticar a gripe são: clínico geral, infectologista e pneumologista.

2.6 COMPLICAÇÕES POSSÍVEIS

Figura: 17 – Tosse seca, o que pode ser?



Fonte: SEGREDOSDOMUNDO.R7

Se a pessoa é jovem e saudável, a gripe geralmente não é grave. Embora a gripe tende a causar muito incômodo, ela geralmente desaparece em uma semana ou duas sem efeitos duradouros. Mas crianças e adultos de alto risco podem desenvolver complicações como:

- Pneumonia;
- Bronquite;
- Crises de asma;
- Problemas cardíacos;
- Infecções de ouvido.

A pneumonia é a complicação mais grave. Para adultos mais velhos e pessoas com doenças crônicas, a pneumonia pode ser fatal.

2.7 TRATAMENTO

Ainda não existem medicamentos que tenham demonstrado bons resultados no combate aos vírus da gripe. Por isso, o tratamento é direcionado ao alívio dos sintomas da gripe. Os principais medicamentos sintomáticos utilizados são os analgésicos e antitérmicos, que aliviam a dor e a febre. A vacinação é um bom recurso para evitar a gripe.

2.7.1 Vacinação

A vacina da gripe é a melhor maneira de evitar a gripe e suas complicações. Todos os anos, é necessário receber uma nova dose, já que a sua composição é alterada de acordo com o tipo de vírus mais provável de se disseminar. A vacina da gripe previne aproximadamente 70 a 90% dos casos de gripe, mas não protege contra outras infecções respiratórias, como o resfriado.

Figura: 18 – Aprovada vacina contra gripe exclusiva para idosos.



Fonte: GUIADAFARMACIA

Figura: 19 – Cotribá promove campanha de vacinação contra gripe



Fonte: COTRIBÁ

O efeito preventivo da vacina da gripe é observado cerca de duas semanas após a sua administração. Por isso, a aplicação da vacina deve ser feita antes do inverno, época em que ocorrem os maiores índices de infecção. Como o vírus utilizado na vacina foi inativado em laboratório, não é possível que a vacinação provoque gripe.

Figura: 20 – “A diferença da vacina da gripe de 2018 em relação a do ano passado”.



Fonte: GAZETADOPOVO

As reações adversas à vacina da gripe que podem ocorrer costumam ser leves, como: dor no local da injeção, febre e mal-estar, que duram um ou dois dias. Há evidências de que quem recebe a vacina todos os anos desenvolve maior resistência à doença, por isso, todas as pessoas que tiveram acesso à vacina devem recebê-la anualmente. Para o resfriado, ainda não há vacina disponível.

Os grupos prioritários a serem **vacinados** de acordo com recomendações do Ministério da Saúde são:

- Crianças de 6 meses a menores de 5 anos;
- Gestantes;
- Puérperas (até 45 dias após o parto);
- Trabalhadores de saúde;
- Povos indígenas;
- Indivíduos com 60 anos ou mais de idade;
- População privada de liberdade;
- Funcionários do sistema prisional;
- Professores da rede pública e privada;
- Pessoas portadoras de doenças crônicas não transmissíveis;
- Pessoas portadoras de outras condições clínicas especiais (doença respiratória crônica, doença cardíaca crônica, doença renal crônica, doença hepática crônica, doença neurológica crônica, diabetes, imunossupressão, obesos, transplantados e portadores de trissomias).

É importante frisar a vacina não prejudica, mas sim protege

2.7.2 Remédios caseiros

Remédios caseiros para gripes e resfriados não ajudam a curar esses quadros, apenas a amenizá-los levemente enquanto o organismo não completa este ciclo. De acordo com a nutróloga Lenina Matioli, os remédios caseiros para gripe mais indicados popularmente e que ajudam a aliviar seus sintomas são:

- **Suco de laranja com limão:** a ingestão contínua desta vitamina ajuda a reforçar o sistema imunológico.

- **Xarope de alho:** a substância é anti-inflamatória, melhorando sintomas de congestão nasal.
- **Suco de maçã com mel:** o mel ajuda a hidratar as mucosas das vias aéreas, ajudando na tosse seca.
- **Alho fervido com mel:** mistura os benefícios já citados de ambos os alimentos.
- **Suco de caju:** seu consumo pode ser intercalada com o limão e laranja, ajudando a ter maior aporte de vitamina C.
- **Canja de galinha:** não melhora os sintomas, mas é uma refeição balanceada e ajuda a melhorar o equilíbrio do corpo.

2.8 PRECAUÇÃO – CONVIVENDO COM A GRIPE

Figura: 21 – Chá para gripe: funciona mesmo?



Fonte: REVISTACRESCER

As principais formas de conviver bem enquanto trata a gripe é:

- Repousar e ficar em casa, isso ajuda na recuperação e evita transmitir o vírus aos amigos e familiares, Portanto, evitar de sair de casa no período de transmissão da doença que é até 7 dias após o início dos sintomas;
- Restringir ambiente de trabalho para evitar disseminação;
- Evitar aglomerações e ambientes fechados, procurando manter os ambientes ventilados;
- Não passar muito tempo deitado, para que possa haver uma melhor ventilação em seus pulmões;
- Beber bastante água e uma boa alimentação também são necessários para uma melhor recuperação.

Mesmo pessoas vacinadas, ao apresentarem os sintomas da gripe, especialmente se são integrantes de grupos mais vulneráveis às complicações devem procurar, imediatamente, uma unidade de saúde. O médico é que vai avaliar a necessidade de prescrever uso do antiviral.

2.9 PREVENÇÃO

Figura: 22 – Álcool em gel substitui a água com sabão para limar as mãos?



Fonte: VEJASP.ABRIL

Ministério da Saúde (2019) para redução do risco de adquirir ou transmitir doenças respiratórias, especialmente as de grande infectividade, como vírus Influenza, orienta-se que sejam adotadas medidas gerais de **prevenção**, tais como:

- Frequente higienização das mãos, principalmente antes de consumir algum alimento. Portanto, lavar sempre as mãos com água e sabão;
- Evitar tocar mucosas de olhos, nariz e boca;
- Levar sempre um frasco com álcool gel para garantir que as mãos sempre estejam esterilizadas;
- Utilizar lenço descartável para higiene nasal;
- Cobrir nariz e boca quando espirrar ou tossir;
- Não compartilhar objetos de uso pessoal, como toalhas, travesseiros, talheres, pratos, copos ou garrafas;
- Manter os ambientes bem ventilados;
- Evitar contato próximo a pessoas que apresentem sinais ou sintomas de influenza;
- Evitar sair de casa em período de transmissão da doença;
- Evitar aglomerações e ambientes fechados;
- Adotar hábitos saudáveis, como alimentação balanceada e ingestão de líquidos;

- Orientar o afastamento temporário (trabalho, escola etc.) até 24 horas após cessar a febre;
- Verificar com um médico se há necessidade de tomar a vacina que já está disponível contra a gripe.

Geralmente o prognóstico da gripe é bom, mas em alguns casos, dependendo da gravidade, a gripe pode levar a óbito. Contudo, quando a pessoa segue o tratamento indicado pelo médico, costuma ter uma completa resolução do quadro.

Figura: 23 – Vacina Gripe



Fonte: LEFORTE

ATIVIDADES MNEMÔNICAS

► RESFRIADO - Respostas as questões abaixo:

1. O que é resfriado?

Resposta: _____

2. O resfriado é uma doença contagiosa?

Resposta: _____

3. Quais são os sinais e sintomas mais comum do resfriado?

Resposta: _____

4. Quanto tempo demora para aparecer os sinais e sintomas do resfriado?

Resposta: _____

5. Como é transmitido o resfriado?

Resposta: _____

► **GRIFE - Respostas as questões abaixo:**

1. O que é Gripe?

Resposta: _____

2. O que causa a Gripe?

Resposta: _____

3. Qual a principal complicação da gripe?

Resposta: _____

4. Quais são os sintomas da Gripe?

Resposta: _____

5. Qual o tratamento para Gripe?

Resposta: _____

6. Qual a importância da vacinação?

Resposta: _____

3 MOSQUITO AEDES AEGYPTI

O mosquito *Aedes aegypti* mede menos de um centímetro, tem aparência inofensiva, cor café ou preta e listras brancas no corpo e nas pernas. É este mosquito o transmissor da Dengue, da Febre Amarela Urbana, da Febre Chikungunya, da Zika Vírus, entre outras doenças.

Acredita-se que o mosquito *Aedes aegypti* chegou ao Brasil pelos navios negreiros, uma vez que as primeiras aparições do mosquito se deram no continente africano.

Figura: 24 – Saiba como o *Aedes Aegypti* consegue transmitir 3 tipos de doenças



Fonte: TRIBUNADOCEARA

No início do século XX, o médico Oswaldo Cruz implantou um programa de combate ao mosquito, visando reduzir os casos de febre amarela. Essa medida chegou a eliminar a Dengue no país durante a década de 1950. Segundo o Ministério da Saúde a primeira ocorrência do vírus no país, comprovada laboratorialmente, ocorreu em 1981-1982 em Boa Vista (PR).

O mosquito *Aedes aegypti* é menor do que os mosquitos comuns, é preto com listras brancas no tronco, na cabeça e nas pernas. Suas asas são translúcidas e o ruído que produzem é praticamente inaudível ao ser humano.

O macho, como de qualquer espécie, alimenta-se exclusivamente de frutas. A fêmea, no entanto, além desses alimentos, necessita de sangue para o amadurecimento dos ovos que são depositados separadamente nas paredes internas dos objetos, próximos a superfícies de água limpa, local que lhes oferece melhores

condições de sobrevivência. No momento da postura são brancos, mas logo se tornam negros e brilhantes.

A descendência do mosquito acontece da seguinte forma: Os ovos não são postos na água, e sim milímetros acima de sua superfície, principalmente em recipientes artificiais. Quando chove, o nível da água sobe, entra em contato com os ovos que eclodem em pouco menos de 30 minutos. Em um período que varia entre sete e nove dias, a larva passa por quatro fases até dar origem a um novo mosquito: ovo, larva, pupa e adubo.

Figura: 25 – Ciclo de Vida do Mosquito *Aedes Aegypti*.



Fonte: JANIOQUADROS

Em média, cada mosquito vive em torno de 30 dias e a fêmea chega a colocar entre 150 e 200 ovos. Se forem postos por uma fêmea contaminada pelo vírus da dengue e outras doenças, ao completarem seu ciclo evolutivo, transmitirão as doenças.

Estudos demonstram que, uma vez infectada, e isso pode ocorrer numa única inseminação, a fêmea transmitirá o vírus por toda a vida, havendo a possibilidade de, pelo menos, parte de suas descendentes já nascerem portadoras do vírus.

O *Aedes aegypti* põe seus ovos em recipientes como latas, garrafas vazias, pneus, calhas, caixas d'água descobertas, pratos sob vasos de plantas ou qualquer outro objeto que possa armazenar água da chuva. O mosquito pode procurar ainda criadouros naturais, como bromélias, bambus e buracos em árvores.

Ele é um mosquito urbano, embora tenha sido encontrado na zona rural, onde foram levados em recipientes que continham ovos e larvas. O mosquito *Aedes aegypti*

é próprio das regiões tropical e subtropical, não resiste a baixas temperaturas presentes em altitudes elevadas.

Figura: 26 – Clima subtropical



Fonte: INFOESCOLA

As fêmeas preferem o sangue humano como fonte de proteína ao de qualquer outro animal vertebrado. Atacam de manhãzinha ou ao entardecer. Sua saliva possui uma substância anestésica, que torna quase indolor a picada. Tanto a fêmea quanto o macho abrigam-se dentro das casas ou nos terrenos ao redor.

3.1 SINTOMAS

Os vírus transmitidos pelos mosquito *Aedes aegypti* têm mais do que o vetor em comum, pois os sinais clínicos que são capazes de causar a doença podem se assemelhar bastante, sobretudo no começo da infecção.

O índice de pessoas infectadas que desenvolve sintomas é bem maior no caso do CHIKV, sendo que até 95% dos infectados são sintomáticos. Além disso, até 50% dos pacientes vai apresentar dores nas articulações após a recuperação. Elas podem ser intensas e se estender por meses ou anos. Para melhor compreensão abaixo quadro com as 3 doenças mais conhecidas e seus principais sintomas:

Figura: 27 – Saiba quais os sintomas da dengue, zika e chikungunya
DENGUE, CHIKUNGUNYA E ZIKA - ASPECTOS CLÍNICOS

SINTOMAS	DENGUE	CHIKUNGUNYA	ZIKA
 FEBRE	Alta (39°C a 40°C), que começa subitamente.	Alta (39°C a 40°C), que começa subitamente.	Leve ou até mesmo ausente.
 DORES	Nos músculos, nas articulações, na cabeça e atrás dos olhos.	Inchaço nas articulações e dores intensas, que dificultam atividades rotineiras (como cozinhar, tomar banho, escovar os dentes etc.).	Dores menos intensas nas articulações, em geral nas extremidades, às vezes acompanhadas de inchaço. Olhos vermelhos e aversão à luz.
 MANCHAS VERMELHAS	Sim, às vezes com coceira.	Sim, com coceira intensa.	Sim, com coceira intensa.
 ATENÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> • Náuseas, vômitos e diarreia. • Dor abdominal intensa. • Vômitos persistentes. • Acúmulo de líquidos. • Tonturas. • Aumento do fígado. • Sangramento de mucosa. • Letargia e/ou irritação. • Aumento de hematócritos, o que pode estar associado à redução das plaquetas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Idade acima de 45 anos. • Lesões prévias nas articulações. • Doenças crônicas (ex.: hipertensão, diabetes) ou autoimunes (ex.: lúpus). 	Dormência nas extremidades, dificuldade para caminhar, alterações neurológicas, paralisia facial.
 COMPLICAÇÕES	Pode haver comprometimento de órgãos como: pulmões, coração, fígado, rins e do sistema nervoso central.	Persistência da dor por meses ou até anos, em alguns casos, com queda da produtividade em população economicamente ativa (20-60 anos de idade).	Comprometimento neurológico, que provoca debilidade muscular. Possibilidade de reação autoimune (Síndrome de Guillain-Barré), que pode levar à paralisia cerebral.

Fonte: FAPEAM.AM.GOV.

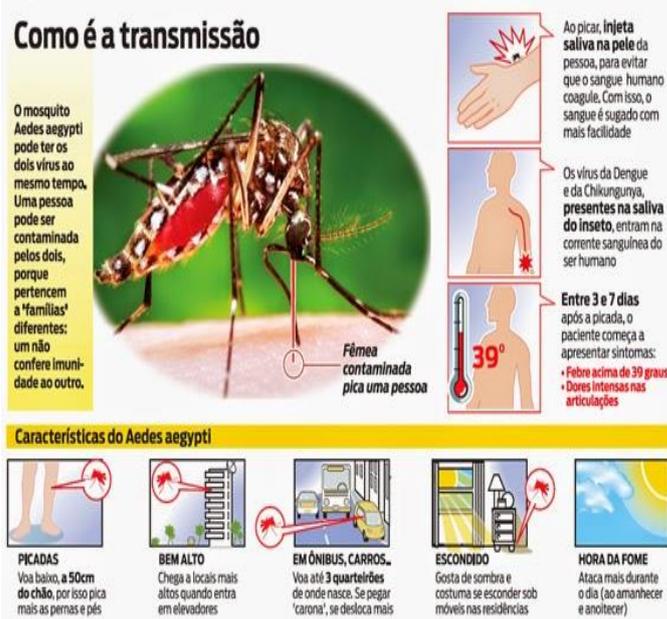
3.2 TRANSMISSÃO

O mosquito normalmente picam durante o dia, principalmente nas primeiras horas da manhã e nas últimas horas da tarde, evitando o sol forte e começo da noite, mas, mesmo nas horas quentes, ele pode atacar à sombra, dentro ou fora de casa.

Há suspeitas de que alguns ataquem durante a noite, também são capazes de morder e espalhar a infecção em qualquer hora do dia, durante todo o ano. O indivíduo não percebe a picada, pois não dói e nem coça no momento.

Após picar uma pessoa infectada com um dos quatro sorotipos do vírus, a fêmea pode transmitir o vírus para outras pessoas. **São as fêmeas responsáveis pela transmissão de doenças.** Um contágio subsequente por algum tipo diferente do vírus aumenta o risco de complicações grave para a pessoa.

Figura: 28 – Como é a transmissão do vírus do Mosquito Aedes Aegypti.



Fonte: BIOLODIATHAMILA3G.BLOGSPOT

O mosquito necessita de sangue para botar ovos, assim, quando um mosquito fêmea pica o ser humano infectado e adquire o vírus, que invade as células estomacais do inseto e começam a se multiplicar, ocorre a transmissão.

Cada célula libera cerca de 100 partículas virais que invadem as vizinhas. Entre 7 e 10 dias depois, o estômago do Aedes está repleto do vírus que, em seguida, atinge o sistema circulatório e acomete todo o corpo do inseto, até chegar às glândulas salivares. Nessa fase, o mosquito ainda não é capaz de transmitir a doença, pois a quantidade viral em sua saliva ainda é pequena. Mas bastam cerca de 14 dias para que a carga de vírus se eleve a ponto de ser transmitido.

Com a picada, ao mesmo tempo em que ele suga o sangue, ocorre a entrada da saliva do inseto no local. Há duas importantes substâncias envolvidas nesse processo e que começam a agir rapidamente: um agente anestésico e um agente anticoagulante.

Enquanto o fator anestésico amortece o local e impede que a pessoa sinta dor, agindo como um mecanismo de defesa do próprio mosquito, o fator anticoagulante atua garantindo que o sangue chegue até o estômago do Aedes em consistência adequada. Essa troca de material, o sangue pela saliva, é comum a todas as picadas, mas se o mosquito estiver infectado com vírus da Dengue, Chikungunya ou Zika, é também pela saliva que ocorre a transmissão.

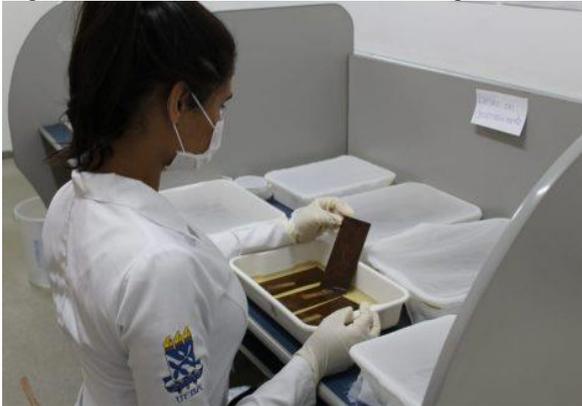
Assim que as partículas de vírus penetram no corpo, inicia-se um processo de infecção para a reprodução. Para isso, elas precisam invadir as células e se replicar.

O mesmo mosquito é responsável pela transmissão de diferentes vírus, estima-se que são mais de 50 tipos. No entanto, os mais comuns e preocupantes são os causadores da Dengue, Febre Chikungunya, Zika Vírus e Febre Amarela.

Apesar de Dengue, Chikungunya e Zika serem as doenças mais relacionadas ao *Aedes aegypti*, elas não são as únicas. O mosquito é vetor de outros agentes infecciosos capazes de causar a Febre do Mayaro e a Febre do Nilo Ocidental.

3.3 DIAGNÓSTICO

Figura: 29 – Análise dos vírus da Dengue, Zika e Chikungunya



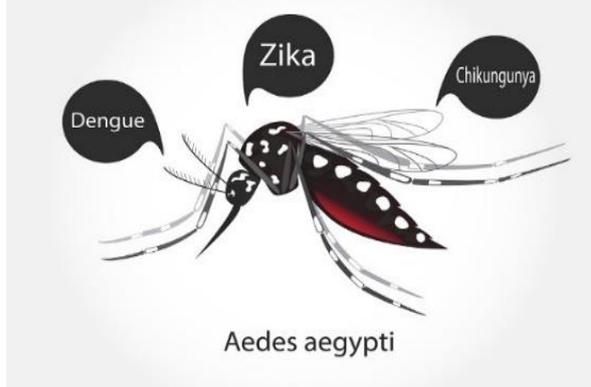
Fonte: BLOGDARESENHAGERAL

Para estabelecer se o paciente está com está com Dengue, Febre Chikungunya ou Zika, além de analisar os sintomas, o médico pode solicitar exames para confirmar o diagnóstico.

Por exames laboratoriais gerais é muito difícil estabelecer a diferença entre as três doenças. A Dengue pode levar a uma queda no número de plaquetas, que é detectada num hemograma, mas o diagnóstico é feito por sorologia, em que se busca o anticorpo para a doença no organismo da pessoa. No caso da Chikungunya, também é possível fazer o teste por sorologia em busca do anticorpo, mas o Zika não tem um teste por sorologia disponível.

3.4 TRATAMENTO

Figura: 30 – Doenças transmitidas pelo Aedes Aegypti.



Fonte: ESCOLAKIDS.UOL

O tratamento da Dengue, Febre Chikungunya e Zika são com base nos sintomas que a pessoa apresenta, uma vez que não têm uma medicação específica que combata o vírus. O objetivo no tratamento é fazer o suporte clínico para controlar os sintomas e monitorar o surgimento de possíveis complicações, mantendo o paciente no melhor estado possível enquanto o ciclo do vírus se encerra naturalmente.

No caso da Dengue, o médico responsável pedirá o monitoramento do hemograma do paciente, uma vez que esta doença pode causar complicações graves e até o óbito. As pessoas que apresentam alguma alteração no hemograma são mantidas em observação com hidratação endovenosa. Os casos mais simples podem ser tratados em casa enquanto os mais graves permanecem internados em observação. Este tipo de suporte não é necessário para os outros dois vírus (Chikungunya e Zika), pois, as manifestações clínicas deles são mais brandas e é raro que haja óbito nestes casos, ao contrário da Dengue.

3.5 COMPLICAÇÕES

Possíveis complicações da Dengue, Chikungunya e Zika Vírus no quadro a seguir:

COMPLICAÇÕES

DENGUE

As principais complicações da Dengue são choque circulatório, hemorragias, complicações viscerais como hepatite e encefalite, entre outras. O choque pode ocasionar diversas complicações neurológicas, cardiorrespiratórias, insuficiência hepática, hemorragia digestiva e derrame pleural, além de poder levar a óbito.

CHIKUNGUNYA

No caso do Chikungunya, as principais complicações são a demora para resolução dos sintomas, principalmente as dores articulares, o que pode fazer com que a pessoa demore várias semanas para retomar suas atividades diárias, além da possibilidade de reativação da doença depois de um período de melhora.

ZIKA VÍRUS

As complicações do Zika num adulto são de ordem neurológica, como a Síndrome de Guillain-Barré. Também no caso das gestantes, há o risco de problema de desenvolvimento fetal, acarretando no nascimento do bebê com microcefalia e outras más formações.

Os vírus têm a capacidade de, até certo ponto, se modificar e também de atingir de formas diferentes as diversas populações que acabam os contraindo ao longo do tempo. Justamente por esta razão não é possível dizer ainda se os vírus da Dengue, Chikungunya e Zika podem estar relacionados a outras complicações além destas. Diversas pesquisas estão sendo realizadas no Brasil e no mundo sobre este assunto, mas ainda é muito novo e demanda mais tempo para a confirmação e registro na literatura médica e científica dos seus efeitos.

3.6 PREVENÇÃO

O mosquito *Aedes aegypti* é o transmissor do vírus e suas larvas nascem e se criam em água parada. Por isso, evitar esses focos da reprodução desse vetor é a melhor forma de prevenir contra a Dengue, Febre Chikungunya e o Zika Vírus. A

principal forma de combater as doenças causadas pelo *Aedes aegypti* é eliminando os focos do mosquito para reduzir a sua circulação.

Estratégias de controle envolvem principalmente ações mecânicas e químicas. Devido à biologia do mosquito, a fase aquática é a mais favorável ao combate, logo que as larvas e pupas estão depositadas nos recipientes e superfícies e não se disseminam até virarem mosquitos.

Figura: 31 – Dengue: Mitos e Verdades



Fonte: DESENTUPIDORASAOJOSEDOSPINHAIS

O controle mecânico consiste em identificar e eliminar a água parada acumulada, diminuindo os locais favoráveis ao depósito de ovos do *Aedes aegypti*. Quanto ao controle químico, ele se refere ao uso de inseticidas em casa ou através de fumacês (pulverizador de inseticida). No entanto, é preciso lembrar que essa é uma medida de minimização e o controle deve focar, sobretudo, no combate aos depósitos dos ovos. Algumas medidas para o combate ao mosquito *Aedes aegypti* são:

3.6.1 Uso de inseticidas e larvicidas

Tanto os larvicidas quanto os inseticidas distribuídos aos estados e municípios pela Secretaria de Vigilância em Saúde têm eficácia comprovada, sendo preconizados por um grupo de especialistas da Organização Mundial da Saúde.

Os larvicidas servem para matar as larvas do mosquito. São aqueles produtos em pó, ou granulado, que o agente de combate ao mosquito coloca nos ralos, caixas d'água, enfim, nos lugares onde há água parada que não pode ser eliminada.

Já os inseticidas são líquidos espalhados pelas máquinas de nebulização, que matam os insetos adultos enquanto estão voando, pela manhã e à tarde, porque o mosquito tem hábitos diurnos.

O fumacê, como é chamado, não é aplicado indiscriminadamente, sendo utilizado somente quando existe a transmissão do mosquito em surtos ou epidemias. Desse modo, a nebulização pode ser considerada um recurso extremo, porque é utilizada em um momento de alta transmissão, quando as ações preventivas de combate ao mosquito falharam ou não foram adotadas.

Figura: 32 – Ações de combate à proliferação do *Aedes aegypti* continuam



Fonte: CLIQUEDIARIO

Figura: 33 – Vigilância ambiental intensifica bloqueio de mosquito da dengue



Fonte: REDENOTICIAES

Algumas vezes, os mosquitos e larvas desenvolvem resistência aos produtos. Sempre que isso é detectado, o produto é imediatamente substituído por outro.

3.6.2 Eliminar os focos

Caso encontre larvas ou focos do mosquito *Aedes aegypti*, jogue a água parada no chão seco ou na terra e, em seguida, lave com água e sabão o recipiente, dando o descarte ou encaminhamento correto.

Figura: 34 – Ações simples para combater a proliferação do mosquito *Aedes aegypti*.

LIXO	<ul style="list-style-type: none"> Coloque o lixo em sacos plásticos e mantenha a lixeira bem fechada. Não jogue lixo em terrenos baldios. 	<ul style="list-style-type: none"> Jogue no lixo todo objeto que possa acumular água, como embalagens usadas, potes, latas, copos, garrafas vazias etc. 	<ul style="list-style-type: none"> Mantenha o saco de lixo bem fechado e fora do alcance de animais até o recolhimento pelo serviço de limpeza urbana.
PLANTAS E JARDINS	<ul style="list-style-type: none"> Encha de areia até a borda os pratinhos dos vasos de planta. 	<ul style="list-style-type: none"> Se você não colocou areia e acumulou água no pratinho da planta, lave-o com escova, água e sabão. Faça isso uma vez por semana. 	<ul style="list-style-type: none"> Se você tiver vasos de plantas aquáticas, troque a água e lave o vaso principalmente por dentro com escova, água e sabão pelo menos uma vez por semana.
CAIXAS D'ÁGUA, CALHAS E LAJES	<ul style="list-style-type: none"> Não deixe a água da chuva acumulada sobre a laje. 	<ul style="list-style-type: none"> Remova folhas, galhos e tudo que possa impedir a água de correr pelas calhas. 	<ul style="list-style-type: none"> Mantenha a caixa d'água sempre fechada com tampa adequada.
TONÉIS E DEPÓSITOS DE ÁGUA	<ul style="list-style-type: none"> Mantenha bem tampados tonéis e barris d'água. 	<ul style="list-style-type: none"> Lave semanalmente por dentro com escova e sabão os tanques utilizados para armazenar água. 	<ul style="list-style-type: none"> Lave principalmente por dentro com escova e sabão os utensílios usados para guardar água em casa, como jarros, garrafas, potes, baldes etc.

Fonte: Cartilha produzida pelo Ministério da Saúde (2007-2008)

Fonte: FATECGUARATINGUETA.EDU

Em locais que não pode ser removidos, como piscinas, é necessário aplicar produtos de limpeza desinfetantes e notificar os agentes de saúde que farão a aplicação de larvicidas.

É importante lembrar que a água sanitária pode ser usada no combate às larvas, desde que o recipiente a ser higienizado não seja usado no armazenamento de água para consumo humano (como caixas d'água). A água sanitária pode ser aplicada em:

- Vasos sanitários;
- Caixas de descarga sanitária;
- Ralos;
- Tambores ou tonéis que guardam água para limpeza.

Outras formas de eliminar o risco de infecção pelo mosquito *Aedes aegypti* são:

3.6.3 Evite o acúmulo de água

O mosquito coloca seus ovos em água limpa, mas não necessariamente potável. Por isso é importante jogar fora pneus velhos, virar garrafas com a boca para baixo, e caso o quintal seja propenso à formação de poças, realizar a drenagem do terreno. Colocar plástico protetor em piscinas sem uso e sem manutenção. Também é necessário lavar a vasilha de água do bicho de estimação regularmente e manter fechadas tampas de caixas d'água e cisternas.

3.6.4 Mosquiteiro

Os mosquiteiros proporcionam boa proteção para aqueles que dormem durante o dia, como bebês, pessoas acamadas e trabalhadores noturnos.

3.6.5 Telas nas janelas

Colocar telas em portas e janelas ajuda a proteger sua família contra o mosquito *Aedes aegypti*. O problema é quando o criadouro está localizado dentro da residência.

Nesse caso, a estratégia não será bem sucedida. Por isso, não se esqueça de que a eliminação dos focos da doença é a maneira mais eficaz de proteção.

3.6.6 Coloque areia nos vasos de plantas

O uso de pratos nos vasos de plantas pode gerar acúmulo de água. Há três alternativas: eliminar esse prato, lavá-lo regularmente ou colocar areia. A areia conserva a umidade e ao mesmo tempo evita que o prato se torne um criadouro de mosquitos.

3.6.7 Roupas

Roupas que minimizem a exposição da pele durante o dia, quando os mosquitos são mais ativos, proporcionam alguma proteção às picadas e podem ser adotadas principalmente durante surtos.

3.6.8 Repelente

O uso de repelentes, principalmente em viagens ou em locais com muitos mosquitos, é um método importante para se proteger contra a infecção do mosquito. Recomenda-se, porém, o uso de produtos industrializados. Os repelentes caseiros, como andiroba, cravo-da-índia, citronela e óleo de soja não possuem grau de repelência forte o suficiente para manter o mosquito longe por muito tempo. Além disso, a duração e a eficácia do produto são temporárias, sendo necessária diversas reaplicações ao longo do dia, o que muitas pessoas não costumam fazer.

3.6.9 Suplementação vitamínica do complexo B

Tomar suplementos de vitaminas do complexo B pode mudar o odor que nosso organismo exala, confundindo o mosquito e funcionando como uma espécie de repelente. Outros alimentos de cheiro forte, como o alho, também podem ter esse efeito. No entanto, a suplementação deveria começar a ser feita antes da alta temporada de infecção do mosquito, e nem isso garante 100% de proteção. A estratégia deve se somar ao combate de focos da larva do mosquito

3.6.10 Coloque desinfetante nos ralos

Ralos pequenos de cozinhas e banheiros raramente tornam-se foco do mosquito devido ao constante uso de produtos químicos, como xampu, sabão e água sanitária. Entretanto, alguns ralos são rasos e conservam água estagnada em seu interior. Nesse caso, o ideal é que ele seja fechado com uma tela ou que seja higienizado com desinfetante regularmente.

3.6.11 Seja consciente com seu lixo

Não despeje lixo em valas, valetas, margens de córregos e riachos. Assim você garante que eles ficarão desobstruídos, evitando acúmulo e até mesmo enchentes. Em casa, deixe as latas de lixo sempre bem tampadas.

3.6.12 Limpe as calhas

Grandes reservatórios, como caixas d'água, são os criadouros mais produtivos do mosquito, mas as larvas do mosquito podem ser encontradas em pequenas quantidades de água também. Para evitar até essas pequenas poças, calhas e canos devem ser checados todos os meses, pois um leve entupimento pode criar reservatórios ideais para o desenvolvimento do *Aedes aegypti*.

3.6.13 Lagos caseiros e aquários

Assim como as piscinas, a possibilidade de laguinhos caseiros e aquários se tornarem foco do mosquito deixou muitas pessoas preocupadas, porém, peixes são grandes predadores de formas aquáticas de mosquitos. O cuidado maior deve ser dado, portanto, às piscinas que não são limpas com frequência.

3.6.14 Na vizinhança

Observe as redondezas e participe efetivamente do combate ao *Aedes aegypti*. Não basta eliminar os focos da sua casa se houver outros nas proximidades. Por isso o combate deve ser uma ação comunitária:

- Observe bueiros ou buracos na rua que possam acumular água;
- Notifique a prefeitura em casos de terrenos baldios ou casas abandonadas;
- Converse com vizinhos sobre estratégias de combate;
- Em casos de lixo acumulado ou descarte incorreto de rejeitos, avise à Prefeitura.

Todas essas formas acima relacionados para prevenção são de extrema importância, porém, o método principal para controlar o *Aedes aegypti* é eliminando seus habitats. Manter a higiene dos locais e evitar a água parada é a melhor forma, por isso é fundamental e essencial a participação consciente e diária de toda a população.

Figura: 35 – Combate ao *Aedes aegypti*: prevenção e controle da Dengue, Chikungunya e Zika.



Fonte: SAUDE.GOV

A prevenção depende do controle e da proteção contra as picadas do mosquito transmissor. Os cuidados com o ambiente e a informação são os melhores métodos para reduzir os riscos e combater o mosquito *Aedes aegypti*.

4 DENGUE

Figura: 36 – Dengue



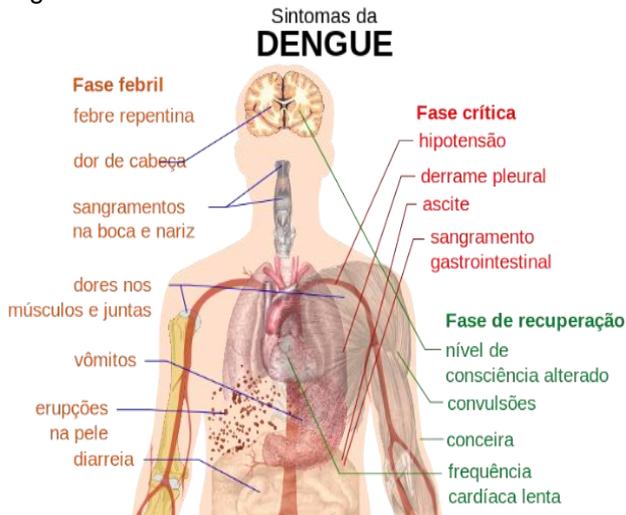
Fonte: SANTARITADOSAPUCAI.PORTALDACIDADE

A Dengue é uma doença tropical infecciosa, febril aguda, causada pelo vírus transmitido pelos mosquitos *Aedes aegypti*. É uma doença potencialmente grave, porque pode evoluir para a Dengue Hemorrágica, ou Síndrome do Choque da Dengue, caracterizadas por sangramento e queda de pressão arterial, o que eleva o risco de morte.

A Dengue voltou a acontecer no Brasil na década de 1980. Atualmente, os quatro tipos de vírus circulam no país. Esta doença é um dos principais problemas de saúde pública no mundo.

4.1 SINTOMAS

Figura: 37 – Sinais e sintomas



Fonte: WIKIWAND

4.1.1 Sintomas de Dengue Clássica

Os sintomas de Dengue clássica iniciam de uma hora para outra. O período de incubação (tempo entre a exposição e o aparecimento dos sintomas) varia de 3 a 14 dias, mas na maioria das vezes é de 4 a 7 dias, após a picada pelo mosquito infectado.

Os principais sinais são:

- Febre alta com início súbito (entre 39° a 40° C);
- Forte dor de cabeça;
- Dor atrás dos olhos, que piora com o movimento dos mesmos;
- Manchas e erupções na pele, pelo corpo todo, normalmente com coceiras (características semelhante à causada pelo sarampo);
- Extremo cansaço (fraqueza);
- Mal estar;
- Prostração;
- Moleza e dor no corpo;
- Muitas dores nos ossos e articulações;
- Náuseas e vômitos;
- Tontura;
- Perda de apetite e paladar.

4.1.2 Sintomas de Dengue Hemorrágica

Os sintomas de Dengue Hemorrágica são os mesmos da Dengue Clássica. A diferença é que a febre diminui ou cessa após o terceiro ou quarto dia da doença e surgem hemorragias em função do sangramento de pequenos vasos na pele e nos órgãos internos. Quando acaba a febre, começam a surgir os sinais de alerta:

- Dores abdominais fortes e contínuas;
- Dor à palpação do abdome;
- Vômitos persistentes;
- Pele pálida, fria e úmida;
- Sangramento pelo nariz, boca e gengivas;
- Manchas vermelhas na pele;

- Comportamento variando de sonolência à agitação;
- Confusão mental;
- Dificuldade respiratória;
- Queda da pressão arterial: Pulso rápido;
- Sede excessiva e boca seca.

4.1.3 Sintomas da Síndrome de Choque da Dengue

Na Síndrome de Choque da Dengue, o quadro clínico se agrava rapidamente, apresentando sinais de insuficiência circulatória. A baixa circulação sanguínea pode levar a pessoa a um estado de choque. Esta síndrome quando não tratada, pode levar a pessoa à morte em até 24 horas. Embora a maioria dos pacientes com Dengue não desenvolva choque, a presença de certos sinais alertam para esse quadro:

- Dor abdominal persistente e muito forte;
- Aumento progressivo do hematócrito;
- Queda abrupta das plaquetas sanguíneas;
- Aumento de líquidos (ascites, derrame pleural, derrame pericárdico);
- Mudança de temperatura do corpo e suor excessivo;
- Comportamento variando de sonolência à agitação;
- Pulso rápido e fraco (diminuição da pressão arterial a níveis perigosamente baixo);
- Palidez;
- Perda de consciência.

De acordo com estatísticas do Ministério da Saúde, normalmente, as pessoas infectadas com o vírus da Dengue são assintomáticas (cerca de 80%) ou apenas apresentam sintomas leves, como uma febre simples. Outros pacientes apresentam a doença de modo mais grave (5%) e uma pequena proporção tem risco de morte.

Figura: 38 – Sintomas da Dengue



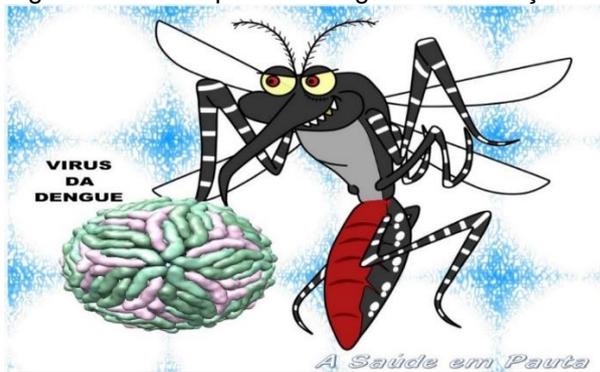
Fonte: LEFORTE

Ao apresentar os sintomas, é importante procurar um serviço de saúde para diagnóstico e tratamento adequados, todos oferecidos de forma integral e gratuita por meio do Sistema Único de Saúde (SUS).

4.2 TIPOS

Existem quatro tipos de vírus da Dengue e todos normalmente, causam os mesmos sintomas aumentando de acordo com a gravidade da doença.

Figura: 39 – Os tipos de Dengue e as variações de vírus



Fonte: ASAUDEEMPAUTA

Caso ocorra um segundo ou terceiro episódio da Dengue, há risco aumentado para formas mais graves da Dengue (Dengue Hemorrágica ou Síndrome do Choque da Dengue). Cada pessoa pode ter os 4 sorotipos da doença, mas a infecção por um sorotipo gera imunidade permanente para ele. Os tipos da Dengue podem se manifestar clinicamente de três formas:

4.2.1 Dengue Clássica

A Dengue Clássica é a forma mais leve da doença, sendo muitas vezes confundida com a gripe. Tem início súbito e os sintomas podem durar de cinco a sete dias, apresentando sinais como febre alta (39° a 40°C), dores de cabeça, cansaço, dor muscular e nas articulações, indisposição, enjoos, vômitos, entre outros. Maior explanação já citado no item “Sintomas da Dengue Clássica”.

4.2.2 Dengue Hemorrágica

A Dengue Hemorrágica acontece quando a pessoa infectada com Dengue sofre alterações na coagulação sanguínea. Se a doença não for tratada com rapidez, como já falamos levar à morte. No geral, a Dengue Hemorrágica é mais comum quando a pessoa está sendo infectada pela segunda ou terceira vez. Os sintomas iniciais são parecidos com os da Dengue Clássica, e somente após o terceiro ou quarto dia surgem hemorragias causadas pelo sangramento de pequenos vasos da pele e outros órgãos. Na Dengue Hemorrágica, ocorre uma queda na pressão arterial do paciente, podendo gerar tonturas e quedas. Maior explanação já citado no item “Sintomas da Dengue Hemorrágica”.

4.2.3 Síndrome do Choque da Dengue

A Síndrome de Choque da Dengue é a complicação mais séria da Dengue, se caracterizando por uma grande queda ou ausência de pressão arterial, acompanhado de inquietação, palidez e perda de consciência. Uma pessoa que sofreu choque por conta da Dengue pode sofrer várias complicações neurológicas e cardiorrespiratórias, além de insuficiência hepática, hemorragia digestiva e derrame pleural. Além disso, como a dengue hemorrágica, esta síndrome quando não tratada, também, pode levar a óbito. Maior explanação já citado no item “Sintomas da Síndrome do Choque da Dengue”.

4.3 FATORES DE RISCOS

Fatores que colocam a pessoa em maior risco de desenvolver Dengue ou uma forma mais grave da doença incluem:

- **Infecção prévia com um vírus da Dengue:** a infecção anterior com um vírus da Dengue aumenta o risco de ter sintomas graves se a pessoa estiver infectado novamente.
- **Vivendo ou viajando em áreas tropicais:** estar em áreas tropicais e subtropicais aumenta o risco de exposição ao vírus que causa Dengue. As áreas especialmente

de alto risco são o Sudeste Asiático, as ilhas do Pacífico Ocidental, a América Latina e o Caribe.

4.4 DIAGNÓSTICO

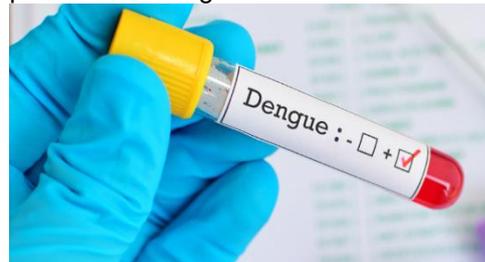
O diagnóstico da Dengue é geralmente feito clinicamente, por um médico, com base nos sintomas relatados e em exames físicos. Ele é feito com base em sinal de febre e de mais dois dos seguintes sintomas: náuseas e vômito, erupções cutâneas, dores generalizadas, baixa contagem de células brancas do sangue, resultado positivo no Teste de Torniquete ou qualquer outro sinal de alerta em alguma pessoa que viva, especialmente, em área endêmica.

Figura: 40 – Dengue – Especialistas. Prefeitura organiza plantão.



Fonte: BARRETOS.SP.GOV

Figura: 41 – Teste rápido para o diagnóstico precoce da Dengue



Fonte: SAUDEMAIS-MG

Figura: 42 – Teste do Torniquete – Vista parcial do médico usando torniquete para exame de sangue no hospital



Fonte: BR.DEPOSITPHOTOS

Após a avaliação médica inicial, a suspeita sobre o diagnóstico de Dengue deverá ser confirmada com exames laboratoriais de sorologia, de biologia molecular e de isolamento viral, ou confirmado com teste rápido (usado para triagem). Estes testes de laboratório são apenas de valor diagnóstico durante a fase aguda da doença, uma vez que podem ser negativos nas fases iniciais da doença.

A primeira alteração detectável em exames laboratoriais é uma baixa contagem de células brancas do sangue, o que pode ser seguido por baixo nível de plaquetas e acidose metabólica.

No estágio grave da doença, os resultados indicam de fuga de plasma em hemoconcentração, (como indicado por um aumento dos hematócritos) e hipoalbuminemia. Derrames pleurais ou ascites podem ser detectadas por meio de exame físico quando grandes, mas a demonstração de fluido no ultrassom pode auxiliar na identificação precoce da Síndrome de Choque da Dengue. O uso de ultrassom é limitado pela falta de disponibilidade em muitas regiões.

4.4.1 Exame físico pode revelar:

- Fígado aumentado (hepatomegalia);
- Pressão baixa;
- Erupções cutâneas;
- Olhos vermelhos;
- Pulsação fraca e rápida.

4.4.2 Exames laboratoriais

O diagnóstico da Dengue pode ser feito com os seguintes exames:

- Testes de coagulação;
- Eletrólitos (sódio e potássio);
- Hematócrito;
- Enzimas do fígado (TGO, TGP);
- Contagem de plaquetas;
- Testes sorológicos (mostram os anticorpos ao vírus da Dengue);
- Raio X do tórax para demonstrar efusões pleurais.

4.5 FASES DA INFECÇÃO

O curso da infecção é dividido em três fases: febril, crítica e de recuperação.

4.5.1 Fase Febril

A fase febril envolve febre alta, potencialmente acima de 40 °C, associada a dor de cabeça e dor generalizada. Esta fase geralmente dura de dois a sete dias. Podem também ocorrer vômitos. A erupção ocorre em 50 a 80% dos pacientes. No primeiro ou no segundo dia de sintomas, como pele avermelhada, ou mais tarde no curso da doença (dias 4-7), como uma erupção morbiliforme, (semelhante a causada pelo sarampo).

Algumas petéquias (pequenas manchas vermelhas que não desaparecem quando a pele é pressionada, as quais são causadas por ruptura de capilares) podem aparecer nesta fase, assim como algum sangramento leve da membrana mucosa da boca e do nariz.

Figura: 43 – Sintomas da febre podem ser confundidos com dengue



Os sintomas são muito parecidos com outras doenças.



Fonte: BLOG.SAUDE.GOV

A febre em si é classicamente de natureza bifásica (possui duas fases distintas), depois é interrompida e, em seguida, volta durante um ou dois dias, embora muitas vezes haja grande variação na forma como este padrão realmente acontece em cada pessoa.

4.5.2 Fase Crítica

Em algumas pessoas, a doença prossegue para uma fase crítica logo após o período de intervalo da febre e, normalmente, dura de um a dois dias. Durante esta fase, pode haver acumulação significativa de fluido nas cavidades torácica e

abdominal, devido ao aumento da permeabilidade e do vazamentos dos capilares sanguíneos. Isto leva à depleção de fluido a partir da circulação e hipoperfusão, a diminuição do fornecimento de sangue para os órgãos vitais. Pode ocorrer a disfunção de órgãos e sangramentos graves, normalmente a partir do trato gastrointestinal.

Figura: 44 – Sintomas da Dengue Hemorrágica



Fonte: NOTICIAS.R7.COM

SCD (Síndrome do Choque da Dengue) e hemorragias (Dengue Hemorrágica) ocorrem em menos de 5% de todos os casos de Dengue. No entanto, aqueles que tenham sido previamente infectados com outro sorotipo do vírus da Dengue ("infecção secundária") têm um risco aumentado.

Essa fase crítica, apesar de rara, geralmente ocorre mais em crianças e em adultos jovens. A febre hemorrágica da Dengue (FHD) e a Síndrome de Choque da Dengue (SCD) atingem pelo menos 500 mil pessoas todos os anos e apresentam uma taxa de mortalidade de até 10% para pacientes hospitalizados e de 30% para pacientes que não receberam tratamento.

4.5.3 Fase de Recuperação

Nesta fase ocorre em seguida, com a reabsorção do líquido que vazou para a corrente sanguínea. Isso geralmente dura de dois a três dias. A melhora é muitas vezes surpreendente e pode ser acompanhada por grave coceira e por uma frequência cardíaca lenta. Outra erupção pode ocorrer, seja maculopapular ou vasculítica, que é seguida por uma descamação da pele.

Durante esta fase, pode ocorrer um estado de sobrecarga de líquidos que, se afetar o cérebro, pode causar uma redução do nível de consciência ou convulsões no paciente. A sensação de fadiga pode durar algumas semanas em adultos.

Figura: 45 – Sintomas da Dengue – quais são e como tratar e prevenir a doença.



Fonte: NOTICIAS.R7.COM

4.6 COMPLICAÇÕES POSSÍVEIS

A Dengue pode ocasionalmente afetar vários outros sistemas do corpo, isoladamente ou juntamente com os sintomas clássicos da doença. Uma redução de nível da consciência ocorre entre 0,5 e 6% dos casos graves de dengue, o que é atribuível tanto a infecção do cérebro pelo vírus ou indiretamente como resultado da disfunção de órgãos vitais, como, por exemplo, o fígado.

Uma pessoa que sofreu choque por conta da dengue pode sofrer várias complicações neurológicas e cardiorrespiratórias, além de insuficiência hepática, hemorragia digestiva e derrame pleural.

4.7 DENGUE X CURA

A Dengue, na maioria dos casos, (Dengue Clássica) tem cura espontânea depois de 10 dias. A pessoa com a Dengue Clássica se recuperam completamente, pois ela não é fatal.

A principal complicação é o choque hemorrágico, que é quando se perde cerca de 1 litro de sangue, o que faz com que o coração perca capacidade de bombear o sangue necessário para todo o corpo, levando a problemas graves em vários órgãos e colocando a vida da pessoa em risco.

4.8 PROGNÓSTICO

Pessoas diagnosticadas com a Dengue devem manter cuidados básicos como:

- Repouso;
- Reposição de líquidos, principalmente recorrendo ao soro caseiro em casos de vômitos;
- Uso correto dos medicamentos indicados.

Figura: 46 – Mulher doente. Dengue



Fonte: MDEMULHER

Especialistas que podem diagnosticar são: Clínico geral ou Infectologista.

4.9 TRANSMISSÃO

A Dengue é transmitida por várias espécies de mosquito do gênero *Aedes aegypti* e como já falamos, existe quatro tipos diferentes do vírus e a infecção por um deles dá proteção permanente para o mesmo sorotipo e imunidade parcial e temporária contra os outros três.

A Dengue tem como principal hospedeiro vertebrado o ser humano e outros primatas, mas somente o ser humano apresenta manifestação clínica da infecção e período de viremia de aproximadamente sete dias. Nos demais primatas, a viremia é baixa e de curta duração.

Não há transmissão por contato direto de um doente ou de suas secreções com uma pessoa sadia, nem de fontes de água ou alimento, uma vez que a Dengue não é transmitida de pessoa para pessoa.

A principal forma de transmissão, como já foi dito, é pela picada dos mosquitos *Aedes aegypti*, podendo ser adquirida através de uma única picada, porém há registros de transmissão vertical (gestante - bebê) durante o parto. Estudos revelam que não há transmissão da mulher grávida para o feto, mas a infecção por dengue pode levar a mãe a abortar ou ter um parto prematuro, além da gestante estar mais

exposta para desenvolver o quadro grave da doença. A dengue, também pode ser transmitida através da transfusão de sangue e de derivados infectados e da doação de órgãos, porém esses casos são muito incomuns.

Figura: 47 – Como ocorre o ciclo de transmissão da dengue



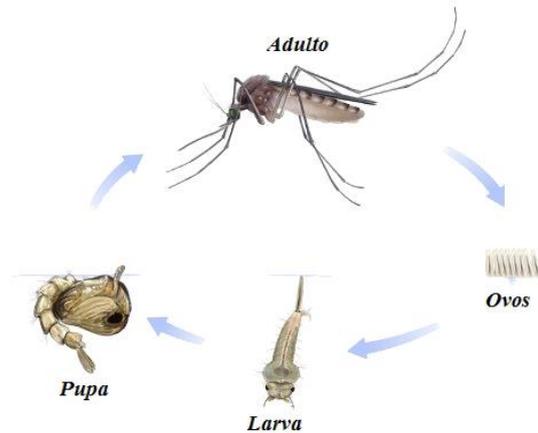
Fonte: PONTOBIOLOGIA

O ciclo de transmissão da Dengue (já explanado do capítulo Mosquito *Aedes aegypti*) ocorre do seguinte modo: *Aedes aegypti* fêmea do mosquito colocar seus ovos em recipientes artificiais de água, pois, precisa de água parada para se proliferar. Ao saírem dos ovos, as larvas vivem na água por cerca de uma semana. Para passar da fase do ovo até a fase adulta, o inseto demora dez dias, em média.

Os mosquitos acasalam no primeiro ou no segundo dia após se tornarem adultos, prontos para picar as pessoas. Depois, as fêmeas passam a se alimentar de sangue, que possui as proteínas necessárias para o desenvolvimento dos ovos.

O período do ano com maior transmissão são os meses mais chuvosos de cada região. A temperatura raramente ocorre abaixo de 16° C, sendo que a mais propícia gira em torno de 30° a 32° C, por isso, geralmente, o mosquito se desenvolve em áreas tropicais e subtropicais. A sua incidência aumenta no verão, em dias quentes e úmidos. A fêmea coloca os ovos em condições adequadas (lugar quente e úmido) e em 48 horas o embrião se desenvolve, por esse motivo é tão importante manter a higiene e evitar água parada todos os dias.

Figura: 48 – Ciclo de vida do *Aedes aegypti*



Fonte: BRASILESCOLA.UOL

O *Aedes aegypti* procria em velocidade prodigiosa e o mosquito da Dengue adulto vive em média 45 dias. Uma vez que o indivíduo é picado, demora no geral de 3 a 15 dias para a doença se manifestar, sendo mais comum 5 a 6 dias.

É importante lembrar que os ovos que carregam o embrião do mosquito da Dengue podem suportar até um ano a seca e serem transportados por longas distâncias, grudados nas bordas dos recipientes, sobrevivendo até encontrar as melhores condições para se desenvolver. Essa é uma das razões para a difícil erradicação do mosquito.

A Dengue causa maiores prejuízos a saúde em populações vulneráveis, como crianças e idosos com mais de 65 anos. O vírus da Dengue pode interagir com doenças pré-existentes e levar ao quadro grave ou gerar maiores complicações nas condições clínicas de saúde da pessoa.

4.10 TRATAMENTO

Não existe tratamento específico contra o vírus da Dengue, utiliza-se apenas medicamentos para os sintomas da doença, ou seja, fazer um tratamento sintomático. Portanto, o tratamento da dengue é de apoio, com reidratação oral ou intravenosa para os casos leves ou moderados e fluidos intravenosos e transfusão de sangue para os casos mais graves.

Caso haja dores e febre, pode ser receitado algum medicamento antitérmico, como o paracetamol. O paracetamol (acetaminofen) é usado para a febre e o desconforto, enquanto anti-inflamatórios não esteroides, como o ibuprofeno e a

aspirina, devem ser evitados, visto que podem agravar o risco de hemorragia. Em alguns casos é necessária internação para hidratação endovenosa e, nos casos graves, tratamento em unidade de terapia intensiva.

Figura: 49 – Dengue tratamento – com tratar corretamente da dengue



Fonte: SINTOMASDADENGUE

A transfusão de sangue é iniciada mais cedo em pacientes com sinais vitais instáveis e no caso de uma diminuição no hematócrito, ao invés de esperar a concentração de hemoglobina diminuir a algum nível de "gatilho de transfusão" pré-determinado.

4.10.1 Vacina

A vacina contra a Dengue foi criada para prevenir a manifestação do vírus. Atualmente apenas uma vacina foi licenciada no Brasil, ela é desenvolvida pela empresa francesa Sanofi Pasteur. A vacina é feita com vírus atenuados e é tetravalente, ou seja, protege contra os quatro sorotipos de Dengue existentes. Ela possui a estrutura do vírus vacinal da Febre Amarela, o que lhe dá mais estabilidade e segurança.

Figura: 50 – Vacina contra dengue



Fonte: PEDIATRIASEMSTRESS

No momento, só existe uma vacina contra Dengue registrada na Anvisa, que está disponível na rede privada. Ela é usada em 3 doses no intervalo de 1 ano e só deve ser aplicada, segundo o fabricante, a OMS e a ANVISA, em pessoas que já tiveram pelo menos uma infecção por Dengue. Esta vacina não está disponível no SUS, mas o Ministério da Saúde acompanha os estudos de outras vacinas.

Como não há vacina disponível no mercado, na rede pública, a melhor forma de evitar a epidemia é a prevenção, através da redução ou destruição do habitat e da população de mosquitos transmissores, como também, limitar a exposição a picadas e manter o equilíbrio hídrico (hidratação) adequado da pessoa.

Lembrando que o tratamento depende dos sintomas apresentados, variando desde terapia de reidratação oral em casa com acompanhamento até a internação com a administração de fluidos intravenosos e/ou transfusão de sangue. A hidratação intravenosa normalmente só é necessária durante um ou dois dias. Por consequente a assistência em saúde em relação a Dengue é feita para aliviar os sintomas. Entre as formas de tratamento estão:

- Fazer repouso;
- Ingerir bastante líquido (água) para evitar a desidratação;
- A hidratação pode ser por via oral (ingestão de líquidos pela boca) ou por via intravenosa (com uso de soro, por exemplo);
- Não tomar medicamentos por conta própria;
- O tratamento é feito de forma sintomática, sempre de acordo com avaliação do profissional de saúde, conforme cada caso.

Em caso de suspeita é fundamental procurar um profissional de saúde para o correto diagnóstico.

4.11 PREVENÇÃO

A melhor maneira de evitar a Dengue é atuando de forma preventiva, impedindo a reprodução do mosquito *Aedes aegypti*, mantendo o domicílio sempre limpo e eliminando água armazenada que podem se tornar possíveis criadouros. Existem várias formas de prevenção, como já falado no capítulo do Mosquito *Aedes aegypti*.

Figura: 51 – Como prevenir a dengue?



Fonte: SAUDE.GOV.BR

Além das formas de prevenção já relatadas temos também:

4.11.1 Aplicativos para o combate da Dengue

Existem vários aplicativos que ajudam no tratamento de prevenção contra Dengue. Veja alguns a seguir, sempre lembrando que eles não substituem um bom acompanhamento médico:

- **UNA - SUS Dengue:** este aplicativo possibilita que o usuário calcule a reposição de líquidos de acordo com suas características fisiológicas e apresenta dicas relacionadas ao tratamento e prevenção da doença.
Avaliado com 4,4 estrelas na Google Play.
- **Observatório do Aedes aegypti:** o APP possibilita que a população denuncie a suspeita de focos e casos de Dengue. Dessa forma, o governo poderá ter acesso mais rapidamente às informações para planejar o combate.
Avaliado com 4,3 estrelas na Google Play.

Todas essas formas relacionados para prevenção do Dengue são de extrema importância, porém, o método principal para controlar o *Aedes aegypti* é eliminando seus habitats. Manter a higiene dos locais e evitar a água parada é a melhor forma,

por isso é fundamental e essencial a participação consciente e diária de toda a população.

A prevenção depende do controle e da proteção contra as picadas do mosquito transmissor. A Organização Mundial da Saúde, recomenda um programa integrado de controle e prevenção que consiste em cinco itens, são eles:

1. Advogar e criar mobilização social e legislação para assegurar que os organismos e as comunidades de saúde pública sejam reforçadas;
2. A colaboração entre a saúde e outros setores (público e privado);
3. Uma abordagem integrada para o controle da doença e para maximizar a utilização dos recursos;
4. Tomada de decisão baseada em evidências para assegurar que quaisquer intervenções sejam direcionados de forma adequada, e
5. Desenvolvimento das capacidades para garantir uma resposta adequada à situação local.

Figura: 52 – Sempre é hora de combater a Dengue



Fonte: MBIGUCCI

Todas as faixas etárias são igualmente suscetíveis a Dengue, porém as pessoas mais velhas têm maior risco de desenvolver Dengue grave e outras complicações que podem levar à morte. O risco de gravidade e morte aumenta quando a pessoa tem alguma doença crônica, como diabetes e hipertensão, mesmo tratada.

Figura: 53 – Nova descoberta faz caminhada contra a dengue.



Fonte: DSSUL.BLOGSPOT

O nome alternativo para a Dengue é "febre quebra-ossos", vem da dor causada em músculos e articulações. Atualmente, a Dengue é a arbovirose mais comum que atinge a humanidade. A Dengue não provoca sequelas, se tratada corretamente. O impacto dessa doença sobre a população humana é notado, não só pelo desconforto que causa, como pela perda de vidas, principalmente entre crianças.

5 FEBRE CHIKUNGUNYA

A Febre Chikungunya é uma doença viral parecida com a Dengue, causada pelo vírus CHIKV, da família *Togaviridae*. Seu modo de transmissão é pela picada do mosquito *Aedes aegypti* infectado e, menos comumente, pelo mosquito *Aedes albopictus*.

Figura: 54 – Febre Chikungunya



Fonte: DRAUZIOVARELLA.UOL

A Febre Chikungunya teve seu vírus isolado pela primeira vez em 1950, na Tanzânia. Ela recebeu esse nome pois chikungunya significa “aqueles que se dobram” no dialeto Makonde da Tanzânia, termo este usado para designar aqueles que sofriam com o mal. A doença, apesar de pouco letal, é muito limitante. A pessoa tem dificuldade de movimentos e locomoção por causa das articulações inflamadas e doloridas, daí o “andar curvado”.

5.1 SINTOMAS

O período de incubação da Febre Chikungunya varia de 2 a 12 dias. Muitas pessoas infectadas com CHIKV não apresentarão sintomas. Embora os vírus da Febre Chikungunya e os da Dengue tenham características distintas, o quadro clínico e os sintomas são muito semelhante.

Figura: 55 – Como identificar e tratar a Chikungunya



Fonte: TUASAUDE

Os sintomas comuns de Chikungunya são graves e muitas vezes debilitantes, sendo as mãos e pés mais afetados. No entanto, pernas e costas inferiores frequentemente podem estar envolvidas. São eles:

- Febre;
- Mal-estar;
- Dor nas articulações;
- Dor nas costas;
- Dor de cabeça;
- Apatia.

Porém, a grande diferença da Febre Chikungunya está no seu acometimento das articulações, pois o vírus avança nas juntas e tendões dos pacientes causando grandes inflamações.

Na fase aguda da Chikungunya, a febre é alta, aparecendo de repente e vem acompanhada de:

- Erupções cutâneas (exantemas);
- Conjuntivite;
- Fadiga;
- Náuseas;
- Vômitos;
- Dor nas articulações (poliartrite);
- Mialgias.

A dor é tão pronunciada que chega a impedir os movimentos e são acompanhadas de inchaço, vermelhidão e calor local. Essa dor pode perdurar por meses ou até anos depois que a doença vai embora, pois a artrite pode continuar ativa por muito tempo. Na Febre Chikungunya, o choque ou hemorragia grave são sintomas raramente observados, e é raro surgirem complicações graves.

5.2 TRANSMISSÃO

Figura: 56 – Arboviroses Dengue, Chikungunya e Zika



Fonte: SLIDEPLAYER

A Febre Chikungunya não é transmitida de pessoa para pessoa. O contágio se dá pelo mosquito *Aedes aegypti*. Seu ciclo de transmissão é mais rápido do que o da Dengue. Em no máximo 7 dias a contar do momento em que foi infectado, o mosquito começa a transmitir o CHIKV para uma população que não possui anticorpos contra

ele. Por isso, o objetivo é estar atento para bloquear a transmissão tão logo apareçam os primeiros casos.

5.3 DIAGNÓSTICO

O diagnóstico depende de uma avaliação clínica cuidadosa e do resultado de alguns exames laboratoriais. Isto deverá ser feito por meio de análise clínica e exames.

Figura: 57 – Diagnóstico Febre Chikungunya



Fonte: PRAGASEEVENTOS

Figura: 58 – Febre Chikungunya já mata mais que Dengue e Zika



Fonte: TRIBUNADONORTE

São três os tipos de testes capazes de detectar o Chikungunya: Sorologia, PCR em tempo real (RT-PCR) e isolamento viral.

A partir da amostra de sangue, os especialistas buscam a presença de anticorpos específicos para combater o CHIKV no sangue. Isso indicará que o vírus está circulando pelo corpo e que o organismo está tentando combatê-lo.

Para diferenciar Febre Chikungunya da Dengue, outros exames podem ser feitos:

- Testes de coagulação;
- Eletrólitos;
- Hematócrito;
- Enzimas do fígado;
- Contagem de plaquetas;
- Teste do torniquete;
- Raio X do tórax para demonstrar efusões pleurais.

Todas essas técnicas já são utilizadas no Brasil para o diagnóstico de outras doenças e estão disponíveis em laboratórios de referência da rede pública, para onde são enviadas amostras de sangue de pessoas com suspeita de ter a doença.

A Febre Chikungunya apresenta um quadro muito parecido com os sintomas de Dengue. Entretanto, é importante diferenciar o diagnóstico das duas doenças, uma vez que a Dengue é mais grave e seu tratamento pede um acompanhamento mais próximo. Também foram registrados casos em que as duas doenças ocorreram ao mesmo tempo.

A maioria das infecções por CHIKV que ocorre durante a gravidez não resulta na transmissão do vírus para o feto. Existem, porém, raros relatos de abortos espontâneos após a infecção maternal por Febre Chikungunya. Aqueles infectados durante o período intraparto podem também desenvolver doenças neurológicas, sintomas hemorrágicos e doença do miocárdio. Anormalidades laboratoriais incluíram testes de função hepática aumentados, plaquetas e contagem de linfócitos reduzidos e níveis de protrombina diminuídos.

Indivíduos maiores de 65 anos tiveram uma taxa de mortalidade 50 vezes superior quando comparados ao adulto jovem (menores de 45 anos de idade). Apesar de não ser claro por que os adultos mais velhos têm um risco aumentado para doença mais grave, pode ser devido à frequência de comorbidades ou resposta imunológica diminuída.

Casos suspeitos de infecção pelo CHIKV devem ser notificados em até 24 horas para os órgãos oficiais dos serviços de saúde.

5.4 TRATAMENTO

Atualmente, não há tratamento específico disponível para a Febre Chikungunya. Para limitar a transmissão do vírus, os pacientes devem ser mantidos sob mosquiteiros durante o estado febril, evitando que algum *Aedes aegypti* o pique, ficando também infectado.

É importante apenas tomar muito líquido para evitar a desidratação. Caso haja dores e febre, pode ser receitado algum medicamento antitérmico, como o paracetamol. Em alguns casos, é necessária internação para hidratação endovenosa e, nos casos graves, tratamento em unidade de terapia intensiva.

Figura: 59 – Proteção contra o mosquito Aedes Aegypti.

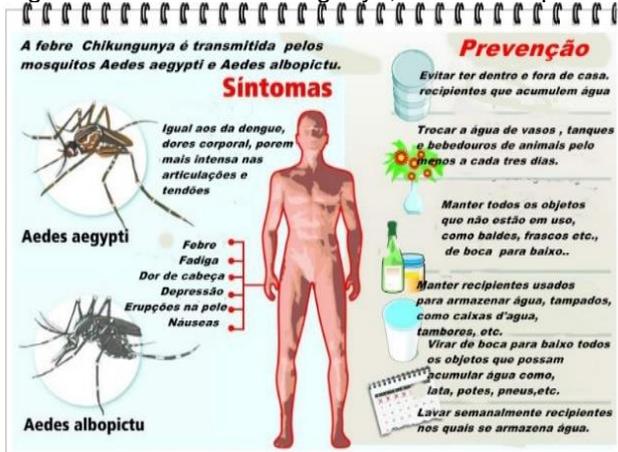


Fonte: BR.DEPOSITPHOTOS.COM

Como na Dengue, pacientes com Febre Chikungunya devem evitar medicamentos à base de ácido acetilsalicílico (aspirina) ou que contenham a substância associada. Esses medicamentos têm efeito anticoagulante e podem causar sangramentos. Outros anti-inflamatórios não hormonais (diclofenaco, ibuprofeno e piroxicam) também devem ser evitados. O uso destas medicações pode aumentar o risco de sangramentos. Quando a febre desaparece, mas a dor nas articulações persiste, podem ser introduzidos medicamentos anti-inflamatórios e fisioterapia.

5.5 PREVENÇÃO

Figura: 60 – Febre Chikungunya, sintomas e prevenção.



A febre Chikungunya é transmitida pelos mosquitos

Fonte: CENTROSOCIALCOMUNITARIODOBALBO.BLOGSPOT

A melhor forma de prevenir a Febre Chikungunya consiste em adotar medidas simples no próprio domicílio e arredores que ajudem a combater a proliferação do mosquito transmissor da doença. Também é importante saber que ainda não existe vacina contra a Febre Chikungunya.

Como não possui uma fase hemorrágica, a Febre Chikungunya costuma ser uma virose mais benigna que a Dengue. O seu problema não costuma ser o risco de morte, mas sim o risco de incapacitação pelas intensas e prolongadas dores articulares.

Figura: 61 – Chikungunya: número de casos continuam a crescer no País



Fonte: SBMT.ORG.

Como os estudos com essa enfermidade ainda são recentes, restam dúvidas sobre como tratá-la. O ideal é, em caso de uma infecção comprovada, conversar com um médico especialista quanto antes.

6 ZIKA VÍRUS

Figura: 62 – De onde veio o Zica?



Fonte: SUPER.ABRIL

O Zika Vírus (ZIKAV) é um arbovírus, ou seja, um tipo de vírus que pode ser transmitido aos humanos por insetos (mosquitos e carrapatos), nos quais ocorre parte de seu processo de replicação.

Ele pertence à família Flaviviridae, é um vírus transmitido pelos mosquitos *Aedes aegypti* (mesmo transmissor da Dengue, da Febre Amarela e da Febre Chikungunya) e o *Aedes Albopictus*, e provoca uma infecção com consequências graves.

O Zika é um vírus novo, pouco conhecido. Desde que foi descrito, pela primeira vez, em Uganda, possivelmente sofreu várias mutações, que aumentaram sua capacidade de replicação nas células humanas.

Segundo os estudos demonstrados, existem duas linhagens (cepas) diferentes desse vírus: a africana, que infecta predominantemente macacos e mosquitos, e a asiática, que infecta mais os seres humanos.

Ainda não se sabe exatamente como ele age no organismo. De acordo com pesquisas recentes, ele afeta o sistema imune e tem predileção pelas células jovens do sistema nervoso central. Estudos indicam que a infecção não é contagiosa, isto é, não passa de uma pessoa para outra, mas pode ter implicações bastante graves.

Atualmente, há indícios da doença em estados do Nordeste (o maior número de casos), Norte, Centro-Oeste e Sudeste. Atualmente, sua presença já está documentada em cerca de 70 países.

6.1 SINTOMAS

Figura: 63 – Quais os exames que ajudam no diagnóstico do Zika vírus.



Fonte: TUASAUDE

Em 80% dos casos a doença pode ser assintomática. Quando os sinais aparecem, em geral de 3 a 12 dias depois da picada, podem ser semelhantes aos da Dengue, porém tão menos agressivos que chegam a ser confundidos com os sintomas de uma virose banal e passageira.

A enfermidade é autolimitada. No geral, a evolução da doença é benigna e em alguns dias, o organismo se encarrega de combater o vírus. Como desaparecem espontaneamente depois de três a sete dias, na maioria dos casos, as pessoas nem chegam a procurar assistência médica e não recebem o diagnóstico da doença.

Por isso, é preciso estar atento aos seguintes sintomas que fazem parte do quadro típico da infecção pelo Zika Vírus:

- Febre por volta dos 38° C.;
- Aumento dos gânglios linfáticos;
- Dor de cabeça e atrás dos olhos;
- Dor no corpo e nas articulações, com possível inchaço (que pode durar várias semanas);
- Erupção cutânea (exantema maculopapular) acompanhada de coceira intensa que pode tomar o rosto, o tronco, os membros e atingir a palma das mãos e a planta dos pés;
- Conjuntivite (olhos vermelhos, inflamados, lacrimejantes e sem secreção purulenta);
- Dor de garganta;
- Náuseas;
- Mal-estar;
- Cansaço extremo.

Sintomas menos frequentes (raros) de infecção pelo Zika vírus incluem:

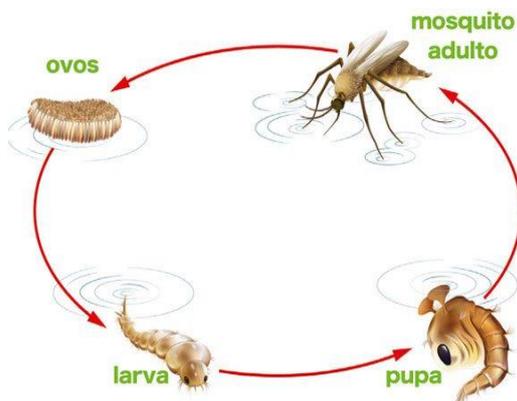
- Dor abdominal;
- Diarreia;
- Constipação;
- Tosse;
- Vômitos;
- Fotofobia (sensibilidade à claridade intensa);
- Pequenas úlceras na mucosa oral.

Em casos eventuais, as dores nas articulações podem persistir por aproximadamente um mês. Formas graves e atípicas são raras, mas quando ocorrem podem, excepcionalmente, evoluir para óbito.

6.2 TRANSMISSÃO

O contágio principal pelo Zika Vírus (ZIKAV) se dá pela picada do mosquito, fêmea que, após se alimentar com sangue de alguém contaminado, pode transportar o ZKV durante toda a sua vida, transmitindo a doença para uma população que não possui anticorpos contra ele. O ciclo de transmissão ocorre do mesmo modo da Dengue.

Figura: 64 – Ciclo de vida do mosquito.



Fonte: ALTOASTRAL

O *Aedes aegypti* procria em velocidade prodigiosa e o mosquito adulto vive em média 30 a 45 dias. Uma vez que o indivíduo é picado, demora no geral de 3 a 12 dias para o Zika vírus causar sintomas. Por ser um mosquito que voa baixo, até dois metros, é comum ele picar nos joelhos, panturrilhas e pés.

O vírus já foi identificado no sangue, no leite materno, no sêmen, na urina e na saliva das pessoas infectadas. As autoridades sanitárias estão voltadas para outras formas de transmissão:

6.2.1 Da mãe para o feto

Uma gestante pode transmitir o ZKV para o feto durante a gravidez e essa forma de transmissão está relacionada a ocorrência de microcefalia em bebês do Nordeste brasileiro, cujas mães apresentaram os sintomas do Vírus Zika durante a gestação, e outros defeitos cerebrais graves do feto. Além disso, alterações articulares, oculares e outras malformações vem sendo relacionadas a transmissão do ZKV da mãe para o feto e estão em estudo.

Figura: 65 – Bebê com microcefalia



Fonte: NOTICIAS.R7

Figura: 66 – Sintomas da Microcefalia. Ficheiro: Sintomas da Microcefalia



Fonte: PT.WIKIPEDIA.ORG

6.2.2 Relações Sexuais

O Zika vírus pode ser transmitido através de relação sexual de uma pessoa com Zika para os seus parceiros ou parceiras, mesmo que a pessoa infectada não apresente os sintomas da doença. Existem estudos em andamento para descobrir por quanto tempo o ZKV permanece no sêmen e nos fluidos vaginais das pessoas contaminadas e por quanto tempo ele pode ser transmitido aos parceiros sexuais. No sêmen, alguns trabalhos científicos relatam um longo tempo de permanência do ZKV no corpo da pessoa, mesmo muito depois do desaparecimento dos sintomas.

6.2.3 Os meios de transmissão saliva, urina ou leite materno

Ainda não foram confirmados. Apesar de o vírus ter sido identificado nesses fluidos corporais de pessoas contaminadas com o Zika vírus, não existem relatos de que ocorra transmissão por essas vias.

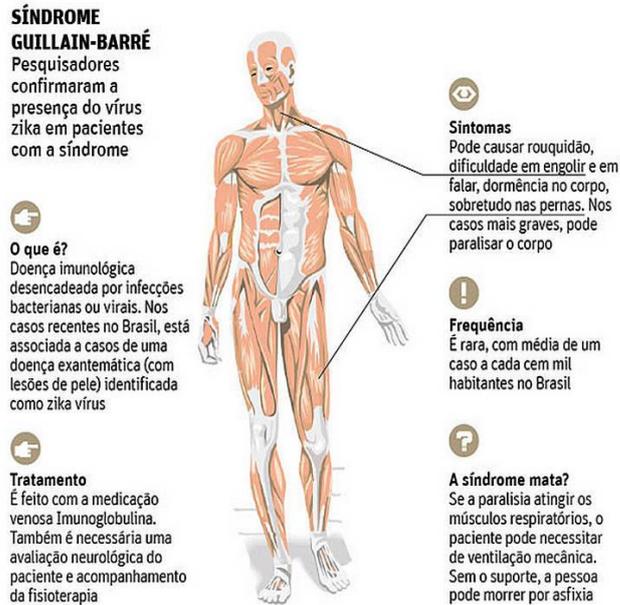
6.2.4 Transfusão de Sangue

Há ainda a possibilidade de transmissão por transfusão sanguínea e outros derivados, com o reporte de alguns casos no Brasil, nos quais a transmissão ocorreu provavelmente por esta via. Com essa preocupação, recentemente a ANVISA em conjunto com o Ministério da Saúde lançou **Nota Técnica** com algumas recomendações em relação a triagem clínica de doadores de sangue, que essencialmente estipulam prazos entre a ocorrência da doença ou contato sexual com alguém doente e a liberação para a doação de sangue.

6.2.5 Síndrome de Guillain-Barré

É uma doença autoimune que provoca fraqueza muscular generalizada e paralisia. A ocorrência dessa síndrome é rara, muitas vezes, a doença surge após quadros de infecção, com vários micro-organismos sabidamente relacionados a ocorrência dos casos.

Figura: 67 – O que é a Síndrome de Guillain-Barré



Fonte: F5.FOLHA.UOL

Pessoas com a intenção ter filhos, que vivam em regiões de transmissão para o Zika, devem conversar com o médico sobre medidas preventivas no pré e pós-concepção. Essa recomendação se torna ainda mais importante quando um dos indivíduos tem ou já teve o diagnóstico de Zika. Pode ser necessário aguardar um período de até 6 meses para reduzir o risco de transmissão de um indivíduo para o outro e eventualmente da mãe para o feto.

Figura: 68 – Luiz Felipe tem microcefalia, ocasionada pelo Zika Vírus



Fonte: ALIANCACOM

6.3 DIAGNÓSTICO

O diagnóstico da infecção pelo Zika Vírus é basicamente clínico, podendo ser feito apenas através dos sinais e sintomas e o histórico do paciente, principalmente em regiões onde sabidamente há circulação da doença e/ou por exames laboratoriais.

Figura: 69 – Estudos mostram que microcefalia pode comprometer a visão de bebês de modo irreversível



Fonte: AGENDACAPITAL

Existem exames específicos para pesquisar a presença de anticorpos ou fragmentos dos vírus no sangue do paciente. Os exames laboratoriais atualmente estão mais disponíveis, e são basicamente de 3 tipos:

6.3.1 Isolamento viral

Técnica complexa, normalmente restrita a laboratórios de pesquisa;

6.3.2 RT-PCR

Deteção do material genético do vírus, usualmente realizada nos primeiros dias de doença;

6.3.3 Sorologia

Com vários métodos disponíveis, podendo ser realizada mesmo depois do RT-PCR ter se tornado negativo. A sorologia pode apresentar reações cruzadas, ou seja,

resultados falsos positivos em pessoas com Dengue e pessoas vacinadas para Febre Amarela.

Figura: 70 – Zika Vírus – Diagnóstico



Fonte: CEDIP

Em determinadas situações, esses exames podem ser uma estratégia importante para estabelecer o diagnóstico diferencial com a Dengue e a Febre Chikungunya, doenças que apresentam quadro clínico semelhante. Serve também para dar continuidade aos estudos sobre as características, prevenção e tratamento da infecção por Zika Vírus.

6.4 TRATAMENTO

O tratamento para o Zika Vírus é sintomático. Portanto, não existe vacina, nem tratamento específico contra a infecção pelo Zika Vírus. Como nas outras viroses, o tratamento visa ao alívio dos sintomas com certos medicamentos, como: analgésicos, anti-inflamatórios, antialérgicos, não-esteroides, antitérmicos e colírios que não contenham ácido acetilsalicílico. Todos estes medicamentos são úteis para aliviar os sintomas.

Figura: 71 – Tratamento do Zika Vírus



Fonte: PORTUGUES.CDC.GOV

Entretanto, assim como na Dengue e Febre Chikungunya, os medicamentos à base de ácido acetilsalicílico (aspirina) ou que contenham a substância associada devem ser evitados. Eles podem aumentar o risco de sangramentos. Anti-inflamatórios não hormonais (diclofenaco, ibuprofeno e piroxicam) também devem ser evitados.

O paracetamol e a dipirona são os medicamentos de escolha para o alívio dos sintomas de dor e febre devido ao seu perfil de segurança, sendo recomendado tanto pelo Ministério da Saúde, como pela Organização Mundial da Saúde. É muito importante manter o paciente bem hidratado e procurar um médico assim que os primeiros sintomas se manifestarem.

O importante durante a vigência da infecção, é permanecer em casa, em repouso, redobrar os cuidados com a hidratação e ingerir uma alimentação saudável e balanceada.

Para limitar a transmissão do vírus, os pacientes devem ser mantidos protegidos das picadas dos mosquitos transmissores, evitando assim que os insetos se contaminem e possam transmitir a doença para outras pessoas. Para isso, recomenda-se o uso de mosquiteiros, repelentes e demais medidas preventivas durante a fase de viremia, período em que há circulação do vírus na corrente sanguínea, que costuma durar cerca de 6 dias a partir do início dos sintomas.

Figura: 72 – Foto de stock de Mother and child sleeping behind mosquito net.



Fonte: GETTYIMAGES

Os sintomas regridem espontaneamente após 4-7 dias. Na persistência dos sintomas por períodos mais longos, volte ao médico para investigar outras doenças ou complicações.

6.5 PREVENÇÃO

A única forma de prevenção é combater os focos (criadouros) do mosquito *Aedes aegypti*, que se desenvolvem em água parada nos arredores dos domicílios. As medidas preventivas contra Zika Vírus são as mesmas da Dengue, e da Febre Chikungunya, estas já foram explanada no capítulo do Mosquito *Aedes aegypti*.

Figura: 73 – Métodos de prevenção da Zika



Fonte: PENSANDOSANEADAMENTE.BLOGSPOT

No início, a infecção pelo Zika Vírus não despertou maiores cuidados das autoridades sanitárias, porque aparentemente causava uma doença de evolução benigna. Não havia registro de mortes nem de complicações por esse vírus na literatura científica mundial.

No Brasil, entretanto, a experiência clínica está mostrando exatamente o contrário. De acordo com pesquisa foram relatados a mortes de pelo menos dois pacientes, uma menina de 16 anos e um doente que, além de infectado pelo Zika vírus, era portador de lúpus, o que o tornava mais vulnerável.

Figura: 74 – Lúpus Eritematoso Sistêmico



Fonte: NEWSLAB

Embora a infecção por Zika vírus possa passar despercebida, porque os sintomas não são valorizados, os casos confirmados de crianças com microcefalia indicam que as mães foram infectadas pelo vírus nos primeiros meses de gravidez. De alguma forma, essa infecção provoca uma alteração no sistema imune que lhe permite atravessar a placenta e alcançar o feto, impedindo que o cérebro se desenvolva normalmente. A criança é considerada portadora de microcefalia, quando seu perímetro cefálico é menor do que 32 cm.

Figura: 75 – Projeto concede pensão vitalícia para crianças com microcefalia causada pelo vírus Zika



Fonte: 12.SENADO.LEG

Estudos recentes indicam, também, uma ligação entre o Zika Vírus e a Síndrome de Guillain-Barré (Já explanado acima no item 6.2 - transmissão). Pesquisas relatam, também, que há um surto crescente de casos de microcefalia e

síndrome de Guillain-Barré, especialmente nos estados em que já ficou provada a proliferação do vírus.

O Ministério da Saúde e a Organização Mundial da Saúde reconheceram oficialmente a relação entre o nascimento de bebês com má-formação cerebral e a circulação simultânea do ZIKAV, no Brasil. Isso não quer dizer que ele seja a causa dos novos rumos que a infecção está tomando no país ou, mesmo, que somente ele esteja envolvido nesse processo.

Em outubro de 2015, a partir de 26 casos de microcefalia notificados à Secretaria Estadual de Saúde de Pernambuco, iniciou-se um trabalho nacional de vigilância em investigação de casos desse agravo, até então, muito incomum, de baixa incidência.

Figura 76 – SES alerta para prevenção das arboviroses e SCZ.



Fonte: PORTAL.SAUDE.PE.GOV

ATIVIDADES MNEMÔNICAS

► MOSQUITO AEDES AEGYPTI - Respostas as questões abaixo:

1. Os mosquitos por serem pequenos não são perigosos para a saúde humana?

Resposta: _____

2. Qual o tamanho e como é o mosquito Aedes Aegypti?

Resposta: _____

3. Quais as características específicas do mosquito Aedes Aegypti?

Resposta: _____

4. Cite algumas formas de prevenção contra o mosquito Aedes Aegypti.

Resposta: _____

5. Como é o ciclo de vida do mosquito Aedes Aegypti?

Resposta: _____

► **DENGUE - Respostas as questões abaixo -**

Colocando V (verdadeiro) F (falso)

SENTENÇAS	V (VERDADEIRO)	F (FALSO)
Existe tratamento específico para a Dengue.		
O paracetamol e a dipirona são os remédios escolhidos para aliviar os sintomas de dor e febre da Dengue.		
Os principais sintomas da Dengue são: febre, dor de cabeça, moleza e dor no corpo.		
A transmissão da Dengue é pela picada do mosquito Aedes Aegypti.		
Existe 3 tipos de Dengue. Dengue Clássica, Dengue Hemorrágica e Síndrome do Cheque da Dengue.		

► **CHIKUNGUNYA - Respostas as questões abaixo:**

1. O que é Febre Chikungunya?

Resposta: _____

2. A pessoa pode ter Febre Chikungunya e Dengue ao mesmo tempo?

Resposta: _____

3. Quais os principais sinais e sintomas de Febre Chikungunya?

Resposta: _____

4. Após a picada do mosquito, em quantos dias ocorre o início dos sintomas?

Resposta: _____

5. Em quanto tempo a pessoa se recupera da Febre Chikungunya?

Resposta: _____

► ZIKA VÍRUS - Respostas as questões abaixo:

1. Como as pessoas são infectadas pelo Zika Vírus?

Resposta: _____

2. Quais são os sintomas da infecção pelo Zika Vírus?

Resposta: _____

3. Todas as pessoas apresentam sintomas do Zika Vírus?

Resposta: _____

4. Os sintomas demora quando tempo?

Resposta: _____

5. Existe vacina para combater a Zika Vírus?

Resposta: _____

MÓDULO 2 - DOENÇAS TRANSMISSÍVEIS

7 INFECÇÕES SEXUALMENTE TRANSMISSÍVEIS (IST) - (DSTs – Doenças Sexualmente Transmissíveis)

O termo Infecções Sexualmente Transmissíveis (ISTs), anteriormente conhecida como Doenças Sexualmente Transmissíveis (DSTs), a terminologia foi substituída porque destaca a possibilidade de uma pessoa ter e transmitir uma infecção, mesmo sem sinais e sintomas.

Figura: 77 – IST's – Infecções Sexualmente Transmissíveis



Fonte: DISTRANGENTES.BLOGSPOT

Essas infecções inclui uma série de síndromes clínicas que podem ser adquiridas e transmitidas principalmente por meio da atividade sexual, seja ela oral, vaginal ou anal, sem o uso de camisinha masculina ou feminina, com uma pessoa que esteja infectada. A transmissão de uma IST pode acontecer, ainda, da mãe para o bebê durante a gestação, o parto ou a amamentação.

Estas infecções podem ser causadas por vários tipos de patógenos (mais de 30 agentes etiológicos), incluindo bactérias, fungos, vírus e parasitas ou outros microrganismos. A detecção e o tratamento precoces das ISTs reduzem a disseminação da infecção e podem evitar ou retardar complicações e consequências graves.

7.1 SINTOMAS

Os sintomas das ISTs podem se manifestar de diversas formas, de acordo com cada caso. Por exemplo:

- Feridas;
- Corrimentos;
- Verrugas anogenitais

7.2 SINAIS

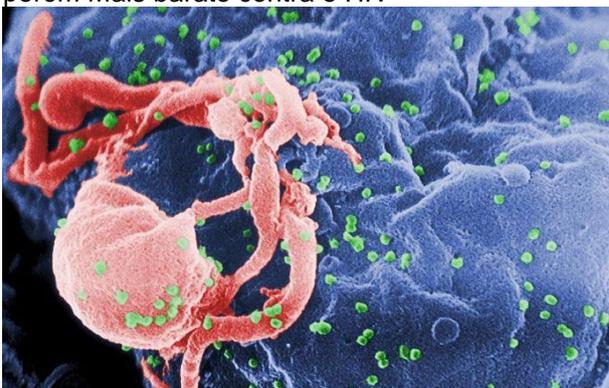
Os sinais das infecções sexualmente transmissíveis aparecem, principalmente, no órgão genital da pessoa, mas podem surgir também em outra parte do corpo, como na palma das mãos, olhos e língua.

Porém, pode acontecer de algumas não apresentarem nem sinais, nem sintomas, e se não forem diagnosticadas e tratadas, podem levar a graves complicações, como infertilidade, câncer ou até morte. Por esse motivo é tão importante a pessoa ao fazer a sua higiene pessoal observado seu corpo, pois isso pode ajudar a identificar uma infecção sexualmente transmissível ainda no estágio inicial.

Portanto se a pessoa perceber algum sinal ou algum sintoma, deve-se procurar o serviço de saúde, caso confirmado a infecção avisar a (ao) parceria (o) sexual.

7.3 CARACTERÍSTICAS

Figura: 78 – É desenvolvido tratamento igualmente eficaz, porém mais barato contra o HIV



Fonte: REVISTAGALILEU.GLOBO

Elas apresentam características são bem distintas e as principais características das ISTs de acordo com tipos de infecções são as seguintes:

7.3.1 Infecções por Corrimentos

Aparecem no pênis, vagina ou ânus.

- Elas podem ser esbranquiçados, esverdeados ou amarelados, dependendo da IST;
- Podem ter cheiro forte e/ou causar coceira;
- Provocam dor ao urinar ou durante a relação sexual;
- Nas mulheres, quando é pouco, o corrimento só é visto em exames ginecológicos;
- Podem se manifestar na gonorreia, clamídia e tricomoníase.

7.3.2 Infecções por Feridas

Aparecem nos órgãos genitais ou em qualquer parte do corpo, com ou sem dor. Elas podem ser manifestações da sífilis, herpes genital, cancroide, donovanose e linfogranuloma venéreo.

7.3.3 Infecções por Verrugas Anogenitais

São causadas pelo Papiloma Vírus Humanas (HPV) e podem aparecer em forma de couve-flor, quando a infecção está em estágio avançado. Em geral, não doem, mas pode ocorrer irritação ou coceira.

7.4 TIPOS

Existem diversos tipos de infecções sexualmente transmissíveis, as mais conhecidas são:

- Herpes genital;

- Sífilis;
- Gonorreia;
- HIV;
- Papilomavírus Humano (HPV);
- Hepatites Virais B e C

7.5 DIAGNÓSTICO

As Infecções Sexualmente Transmissíveis (ISTs) caracterizam-se por infecções causadas por mais de 30 agentes etiológicos diferentes (bactérias, vírus, fungos e protozoários).

As ISTs ocorrem com alta frequência na população e têm múltiplas apresentações clínicas. No que diz respeito ao diagnóstico das ISTs, a anamnese, a identificação das diferentes vulnerabilidades e o exame físico constituem-se como elementos essenciais. Durante o exame físico, deve-se proceder, quando indicado, à coleta de material biológico para a realização de testes laboratoriais ou rápidos.

Figura: 79 Problemas de salud 'delicados' que te resistes a consultar al médico.



Fonte: M.INFOSALUS

Figura: 80 – Novembro Azul: Porque os homens não gostam de ir ao médico?



Fonte: RIOPAE

A abordagem sindrômica, que se baseia nos aspectos clínicos para classificar os principais agentes etiológicos e definir o tratamento sem o apoio de testes laboratoriais ou rápidos, não possui cobertura completa nos diferentes aspectos das ISTs. Dessa forma, sempre que possível, os testes laboratoriais ou rápidos devem ser utilizados para auxiliar na definição do diagnóstico. Além disso, sempre que disponíveis no serviço, devem ser realizados exames para triagem de gonorreia, clamídia, sífilis, HIV e hepatites B e C.

É importante ressaltar que, mesmo que não haja sinais e sintomas, as ISTs podem estar presentes e ser, inclusive, transmissíveis. Ultimamente, o manejo das infecções assintomáticas está se beneficiando de novas tecnologias diagnósticas, algumas já em uso, como os testes rápidos para sífilis e para o HIV, além de outras menos acessíveis até o momento, mas que contam com a possibilidade de implantação, como os testes para gonorreia e clamídia. Atualmente, o Ministério da Saúde vem incentivando a realização do teste rápido como importante estratégia de saúde pública na ampliação do diagnóstico.

De maneira particular, os testes rápidos são testes nos quais a execução, leitura e interpretação do resultado ocorrem em, no máximo, 30 minutos, sem a necessidade de estrutura laboratorial. Podem ser realizados com amostras de sangue total obtidas por punção digital ou punção venosa, e também com amostras de soro, plasma e fluido oral.

Existe, também, o diagnóstico molecular das ISTs, esse tem trazido a precisão e a alta sensibilidade do teste molecular, pois permitem a detecção dos patógenos em amostras onde geralmente não são percebidos com facilidade, aumentando as chances de um diagnóstico preciso, sensível e rápido para a detecção de uma ampla gama de agentes infecciosos.

Os testes baseados na tecnologia de PCR em Tempo Real são capazes de detectar em uma única reação de uma única amostra os diferentes patógenos causadores das principais infecções sexualmente transmissíveis, garantindo o diagnóstico rápido e preciso para o tratamento adequado ao paciente. Em alguns casos, os testes moleculares são capazes de detectar o DNA do agente patológico, mesmo que a pessoa não tenha desenvolvido a doença. Esse tipo de teste pode ser aplicado para o diagnóstico de herpes, por exemplo. Essa metodologia tem-se mostrado muito eficiente e confiável no diagnóstico precoce de infecções e doenças.

Por fim, o atendimento imediato das pessoas com IST e de suas parcerias, além de ter uma finalidade curativa, também visa a interrupção da cadeia de transmissão e a prevenção de outras ISTs e complicações decorrentes dessas infecções. A sinergia entre o diagnóstico precoce e o tratamento adequado e oportuno do HIV, da sífilis e das hepatites virais durante a gravidez leva à prevenção da transmissão vertical, devendo ser valorizada em todos os níveis de atenção.

Nesse sentido, o DIAHV estabelece e apoia estratégias para redução das ISTs, em conjunto com estados, municípios, organizações não governamentais, entidades de classe e demais instituições envolvidas com o tema.

7.6 TRATAMENTO

Figura: 81 – Ministério da Saúde autoriza uso de antirretroviral para prevenção do HIV



Fonte: ALAGOASALERTA

Figura: 82 – Dezembro vermelho conscientiza sobre tratamento e prevenção ao HIV/Aids



Fonte: CLINHARMONIA

Cada IST tem um tratamento específico e somente o profissional de saúde pode avaliar e indicá-lo corretamente. Dessa forma, para que o tratamento seja eficaz deve-se:

- Tomar somente medicamentos indicados pelo profissional de saúde;
- Tomar o medicamento na dose certa, no horário correto e até o final do tratamento, mesmo que os sintomas e sinais tenham desaparecido;
- Evitar relação sexual nesse período ou somente manter relações usando camisinha;
- As mulheres com IST devem fazer o exame preventivo do câncer de colo do útero (Papanicolau);
- Levar o parceiro sexual para fazer o tratamento, mesmo que não apresente sintomas.

O tratamento das pessoas com IST melhora a qualidade de vida e interrompe a cadeia de transmissão dessas infecções. Se não tratadas adequadamente, podem provocar diversas complicações e levar a pessoa, inclusive, à morte. O atendimento e o tratamento são gratuitos nos serviços de saúde do SUS.

7.7 PREVENÇÃO

Quem tem relação sexual desprotegida pode contrair uma IST. Não importa idade, estado civil, classe social, identidade de gênero, orientação sexual, credo ou religião. A pessoa pode estar aparentemente saudável, mas pode estar infectada por uma IST.

A única forma de prevenção é o uso da camisinha (masculina ou feminina). É fundamental estar consciente dos riscos quando não tem a prevenção, sobretudo quando se desconhece o comportamento e o estado de saúde das/os parceiras/os sexuais.

Figura: 83 – Preservativo continua sendo a melhor forma para evitar uma IST



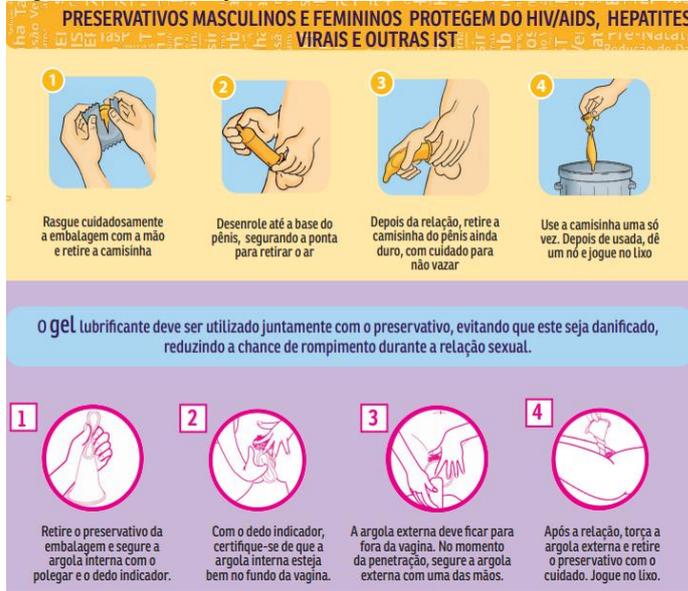
Fonte: DIARIODAREGIAO

Portanto, é fundamental:

- O uso da camisinha (masculina ou feminina) em todas as relações sexuais (orais, anais e vaginais), pois este é o método mais eficaz para evitar a transmissão das ISTs, do HIV/AIDS e das hepatites virais B e C. Servem também para evitar a gravidez indesejada.
- A camisinha masculina ou feminina pode ser retirada gratuitamente nas unidades de saúde.

Demonstrativo de como usar o preservativo masculino e feminino.

Figura: 84 – Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST)



Fonte: SAUDE.DF.GOV

A prevenção combinada abrange o uso da camisinha masculina ou feminina, ações de prevenção, diagnóstico e tratamento das ISTs, testagem para HIV, sífilis e hepatites virais B e C, profilaxia pós-exposição ao HIV, imunização para HPV e hepatite B, prevenção da transmissão vertical de HIV, sífilis e hepatite B, tratamento antirretroviral para todas as PVHA, redução de danos, entre outros.

O sexo sem proteção está causando a explosão do número de pessoas infectadas com agentes de ISTs (Infecções Sexualmente Transmissíveis). Sexo seguro é fundamental, e qualquer desconforto, consulte um médico especialista.

Figura: 85 – 8 perguntas curiosas sobre camisinha e outros métodos contraceptivos.



Fonte: SUPER.ABRIL

A despeito das campanhas e dos alertas dos médicos, um pouco mais da metade dos jovens entre 15 e 24 anos usa preservativo na relação com parceiros eventuais. Os outros, partem para o risco e podem ser infectados pelo HIV, vírus que provoca a AIDS, papilomavírus, causador dos condilomas e câncer, entre outras enfermidades.

As consequências de algumas destas doenças podem ser drásticas, inclusive levando ao óbito. Outras são passíveis de prevenção com vacina disponível em postos de saúde, caso do HPV.

Figura: 86 – Número de Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST) aumenta.



Fonte: FEBRASGO.ORG

8 PRINCIPAIS TIPOS DE INFECÇÕES SEXUALMENTE TRANSMISSÍVEIS

Existem diversos tipos de infecções sexualmente transmissíveis, mas os exemplos mais conhecidos são:

Figura: 87 – Saiba por que a nomenclatura de DST mudou para IST.

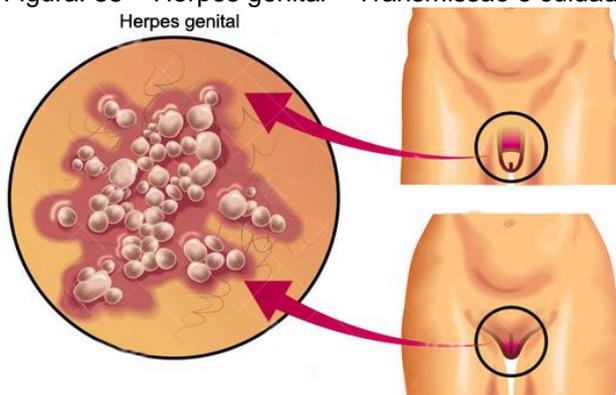


Fonte: RICHET

8.1 HERPES GENITAL

A Herpes Genital é uma das ISTs considerada bastante perigosa, não pelos efeitos diretos que causa no organismo, mas pela sua sutileza, uma vez que o nosso organismo não consegue matar o agente patológico da doença.

Figura: 88 – Herpes genital – Transmissão e cuidados



Fonte: UAUCANCE

Este vírus é transmitido através da relação sexual sem o uso de preservativo (camisinha), com uma pessoa que está infectada. A relação sexual pode ser oral, anal ou vaginal.

Esta doença tem como principal característica uma série de pequenas lesões nas regiões genitais, tanto masculina como femininas. Após o contágio, os sinais e sintomas podem aparecer em média após seis dias e geralmente são pequenas bolhas agrupadas que se rompem e tornam-se feridas dolorosas no pênis, ânus, vulva, vagina ou colo do útero. Em alguns casos, esse processo é tão rápido que as lesões nem chegam a ser notadas e são percebidas apenas as feridas.

Essas feridas podem durar, em média, de dias a três semanas e desaparecem. Formigamento, ardor, vermelhidão e coceira no local, além de febre, dores musculares, dor ao urinar e mal-estar, também podem surgir.

A infecção tem tratamento e os seus sinais e sintomas podem ser reduzidos, mesmo que **não haja cura**. (A pessoa permanece para sempre com o vírus no organismo).

Como o vírus está alojado em nosso corpo, a recorrência da doença é algo comum. As crises costumam surgir sempre após algum evento estressante para o organismo. Tais como:

- Esforço físico exagerado;
- Cansaço;
- Estresse emocional;
- Cirurgia recente;
- Traumatismo;
- Febre;
- Uso de antibióticos;
- Exposição solar em excesso;
- Período menstrual;
- Baixa imunidade.

O tratamento, para qualquer fase da doença, é feito com antivirais para acelerar a cura das lesões, aliviar os sintomas, impedir complicações e reduzir o risco de transmissão para outros.

Embora a maioria das mulheres que possuem o vírus gerem bebês saudáveis, alguns cuidados durante a gravidez são importantes para evitar a contaminação, pois pode causar graves consequências.

O maior risco do Herpes Genital é quando a primeira infecção acontece durante a gestação. Quando o primeiro surto ocorre no início da gravidez pode provocar aborto espontâneo e lesões no feto. Quando ocorre no final, há alto risco de a mãe ainda não ter desenvolvido anticorpos até a data do parto e, assim, transmitir o vírus para o bebê.

Por ser uma doença muito contagiosa, a primeira orientação a quem tem herpes é uma maior atenção aos cuidados de higiene como:

- Lavar bem as mãos;
- Não furar as bolhas;
- Evitar contato direto das bolhas e feridas com outras pessoas;
- Não aplica pomadas no local sem recomendação profissional.

A infecção pode ser transmitida desde o início do surto até a cicatrização da última ferida.

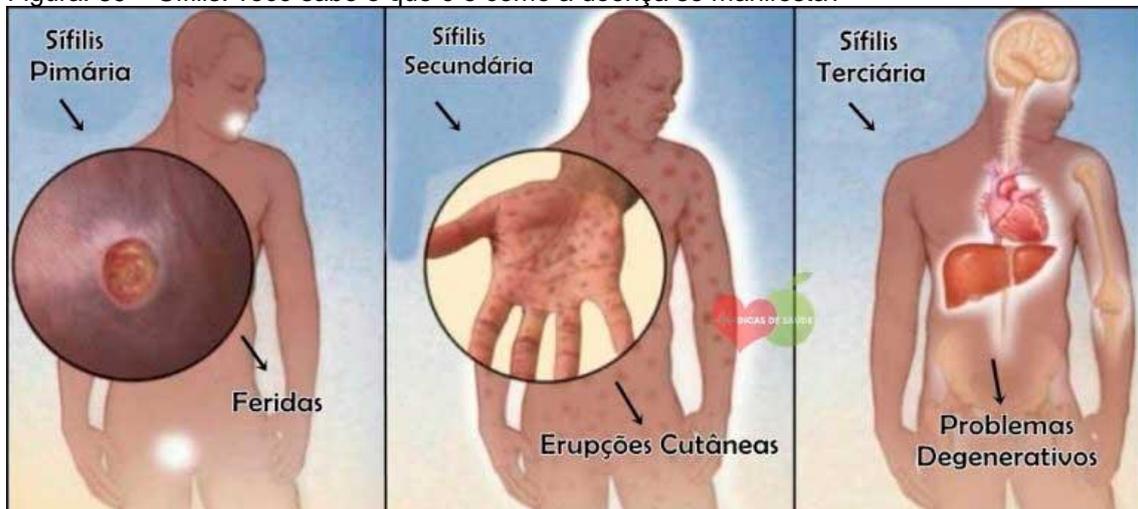
8.2 SÍFILIS

A Sífilis é uma infecção causada pela bactéria *Treponema pallidum* que, na maior parte dos casos, é transmitida através do contato íntimo sem uso da camisinha, por transfusão de sangue contaminado (raro, mas pode acontecer) ou a mãe infectada passa para o bebê durante a gestação ou o parto.

O quadro clínico geralmente é assintomático, mas manifesta-se sob várias formas. Geralmente, o diagnóstico é alcançado facilmente após exame clínico e testes sorológicos; o tratamento é feito com penicilina. A Sífilis não tratada facilita a transmissão do Vírus da Imunodeficiência Humana (HIV) e provoca morbidade considerável, como doenças cardiovasculares e neurológicas.

A Sífilis pode se manifestar em três estágios. Os maiores sintomas ocorrem nas duas primeiras fases, período em que a doença é mais contagiosa. O terceiro estágio pode não apresentar sintoma e, por isso, dá a falsa impressão de cura da doença.

Figura: 89 – Sífilis: você sabe o que é e como a doença se manifesta?



Fonte: SALUTEMPLUS.COM

8.2.1 Sífilis Primária (Primeiro Estágio)

A Sífilis primária é o primeiro estágio da doença, o principal sintoma é o cancro duro, um pequeno caroço rosado que evolui para uma úlcera avermelhada, com bordas endurecidas e fundo liso, coberto por uma secreção transparente. Estas lesões

costumam desaparecer após 4 a 5 semanas, mas a infecção continua latente na pessoa, e pode voltar a se manifestar a qualquer momento, caso o tratamento não seja feito.

8.2.2 Sífilis Secundária (Segundo Estágio)

A Sífilis secundária é caracterizada por lesões na pele e nos órgãos internos, já que a bactéria se espalhou pelo corpo. As novas lesões são caracterizadas como manchas rosadas, chamadas de roséola sífilítica, ou pequenos caroços acastanhados que surgem principalmente nas palmas das mãos e nas plantas dos pés. O paciente pode apresentar dores musculares, febre, dor de garganta e dificuldade para engolir. Assim como na primeira fase, os sintomas podem desaparecer sem tratamento.

8.2.3 Sífilis Terciária (Terceiro Estágio)

A doença pode ficar estacionada por meses ou até mesmo anos antes do surgimento da Sífilis terciária. Nesse estágio surgem complicações graves como cegueira, paralisia, doença cerebral e problemas cardíacos. Por comprometer o sistema imunológico, o desenvolvimento de infecções oportunistas é muito alto, e se não tratadas, pode levar a morte.

8.2.4 Sífilis Congênita

A Sífilis congênita é a transmissão da doença de mãe para filho. A infecção é grave e pode causar má-formação do feto, aborto ou morte do bebê. Por isso a importante do pré-natal durante a gestação.

A Sífilis **tem cura** e não depende do estágio em que se encontra. Mas quanto antes o tratamento for realizado melhores e mais rápidas são as chances de melhorar.

8.3 GONORREIA

A Gonorreia também é uma infecção sexualmente transmissível muito comum, muitas vezes confundida com a Clamídia por terem sintomas muito parecidos.

Figura: 90 – Gonorreia: o que é, causas, sintomas e tratamento



Fonte: QUESAUDE

É uma infecção bacteriana, mas causada pela *Neisseria gonorrhoeae* também conhecida como gonococo. Gonorreia **tem cura** e o tratamento é feito com a administração de antibióticos.

Apesar de popularmente ser considerada uma doença masculina, já que 90% dos homens apresentam sintomas, as mulheres podem ser contaminadas também. Porém, 50% das mulheres infectadas não apresentam sintomas, se tornando agentes propagadoras da doença sem saber.

A apresentação clássica é um homem com corrimento uretral; as mulheres são frequentemente assintomáticas, mas podem apresentar corrimento vaginal. Se não for tratada, a *Neisseria gonorrhoeae* pode se disseminar e causar infecções cutâneas.

É comum que a bactéria se prolifere em ambientes úmidos e quentes, o que acaba facilitando o seu crescimento em locais como os órgãos genitais, a garganta e os olhos. As infecções quando não tratadas, podem ter implicações graves como a infertilidade, dor durante as relações sexuais, gravidez ectópica (quando o embrião se desenvolve nas trompas de Falópio) e doença inflamatória pélvica (DIP).

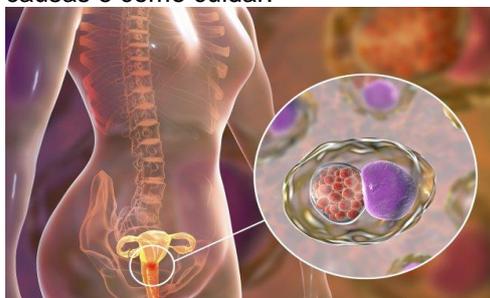
A Gonorreia pode passar da mãe para o bebê durante a gravidez ou na hora do parto normal. Nesses casos, a infecção atinge principalmente os olhos do recém-nascido, em uma forma grave de conjuntivite.

8.4 CLAMÍDIA

Clamídia é uma doença sexualmente transmissível de maior prevalência no mundo. Ela é causada pela bactéria *Chlamydia trachomatis*, que pode infectar

homens e mulheres e ser transmitida da mãe para o feto na passagem pelo canal do parto.

Figura: 91 – Clamídia: o que é, sintomas, causas e como cuidar.



Fonte: CAPRICHIO.ABRIL

Figura: 92 - ¿Cómo se contagia la clamidia"



Fonte: HABLANDODESALUD.NET

A infecção atinge especialmente a uretra e órgãos genitais, mas pode acometer a região anal, a faringe e ser responsável por doenças pulmonares. O período de incubação da Clamídia é de aproximadamente 15 dias, fase em que é possível o contágio. A Clamídia é uma das causas da infertilidade masculina e feminina.

Nos homens, a bactéria pode causar inflamações nos epidídimos (epididimite) e nos testículos (orquite), capazes de promover obstruções que impedem a passagem dos espermatozoides. Nas mulheres, o risco é a bactéria atravessar o colo uterino, atingir as tubas uterinas provocar a doença inflamatória pélvica (DIP).

Esse processo infeccioso pode ser responsável pela obstrução das tubas e impedir o encontro do óvulo com o espermatozoide, ou então dar origem à gravidez tubária (ectópica), se o ovo fecundado não conseguir alcançar o útero.

Mulher infectada pela *Chlamyda trachomatis* durante a gestação está mais sujeita a partos prematuros e a abortos. Nos casos de transmissão vertical na hora do parto, o recém-nascido corre o risco de desenvolver um tipo de conjuntivite (oftalmia neonatal) e pneumonia.

A infecção é geralmente assintomática tanto nos homens quanto nas mulheres. Quando os sintomas aparecem, são parecidos nos dois sexos. Entre os sintomas estão:

- Dor ou ardor ao urinar;
- Aumento do número de micções;
- Presença de secreção fluida;

- As mulheres podem apresentar, ainda, perda de sangue nos intervalos do período menstrual e dor no baixo ventre.

Os sinais e sintomas da Clamídia podem ser isolados e pouco aparentes o que dificulta o diagnóstico precoce. Em geral, as pessoas procuram o médico, quando surgem as complicações. O exame de urina, da secreção uretral e do material obtido por esfregaço na uretra (nas mulheres, também o material colhido no colo do útero) e o exame para detectar os anticorpos anticlamídia (IgM) são de extrema importância.

Sete em cada 10 mulheres com Clamídia só descobrem que sofrem da doença quando se deparam com infertilidade, aborto espontâneo, parto prematuro ou ao dar à luz um bebê com conjuntivite.

Uma vez instalada a infecção, o tratamento consiste no uso antibióticos específicos (azitromicina, doxiciclina, eritromicina, minociclina, por exemplo). O tratamento inadequado ou falta do mesmo aumentam possivelmente o risco de infecção ascendente e complicações adicionais, assim como possível disseminação de infecção a parceiros sexuais.

O tratamento deve incluir o/a parceiro/a para evitar a reinfeção, o mais recomendável é suspender as relações sexuais nesse período. Não existe vacina contra a Clamídia. A única forma de prevenir a transmissão da bactéria é o sexo seguro com o uso de preservativos.

8.5 CANDIDÍASE

Candidíase é uma infecção causada por fungos que se manifesta de maneiras diferentes em mulheres e em homens, contudo, a coceira está presente nos dois casos.

Candidíase ou Monolíase é uma infecção provocada por fungos, o mais frequente é a *Cândida Albicans*, que pode acometer as regiões inguinal, perianal e o períneo. Apesar de não ser considerada uma doença sexualmente transmissível, pode ser transmitida através de relações sexuais. Mulheres e homens podem desenvolver a infecção.

Geralmente, a Candidíase está associada à queda da imunidade, ao uso de antibióticos, anticoncepcionais, imunossupressores e corticoides, à gravidez, aos diabetes, a alergias e ao HPB (papiloma vírus).

Os sintomas da Candidíase diferem da mulher e homem, são eles:

Figura: 93 – Candidíase genital feminina ou masculina



Fonte: TUASAUDE

8.5.1 Nas mulheres

- Coceira na vagina e no canal vaginal;
- Corrimento branco, em grumos, parecido com a nata do leite;
- Ardor local e para urinar;
- Dor durante as relações sexuais.

8.5.2 Nos homens

- Pequenas manchas vermelhas no pênis;
- Edema leve;
- Lesões em forma de pontos;
- Prurido (coceira). Em casos mais graves distúrbios gastro-intestinais, respiratórios e outros problemas dermatológicos podem aparecer.

Para diagnosticar a Candidíase, é feito pelo exame clínico ginecológico, de laboratório e pelo exame de Papanicolau.

O exame Papanicolau é um exame de rotina da mulher que se baseia em uma análise citopatológica, isto é, das células do colo do útero. Sua função é identificar possíveis alterações para que os tratamentos sejam realizados com antecedência, evitando complicações mais sérias.

Figura: 94 – Mitos e verdades do exame Papanicolau



Fonte: BOACONSULTA

O primeiro passo para o tratamento da Candidíase é determinar as causas para combatê-las e evitar recidivas. Isso posto, são úteis os antimicóticos e pomadas antifúngicas de uso local. Quando eles não são suficientes, a conduta é prescrever medicamentos por via oral por tempo mais prolongado.

8.6 PAPILOMAVÍRUS HUMANO (HPV) - VERRUGAS

O HPV pode provocar lesões genitais de alto risco. Ele engloba um grupo de vírus com mais de cem tipos diferentes, que pode provocar a formação de verrugas na pele e nas regiões: oral (lábios, boca, cordas vocais, etc.), anal; genital e uretra.

Figura: 95 – Papiloma Humano (HPV)



Fonte: PUBLISAUDE

As lesões genitais podem ser de alto risco, porque são precursoras de tumores malignos, especialmente do câncer de colo do útero e do pênis, e de baixo risco (aqueles não relacionadas ao câncer).

A transmissão de vírus se dá predominantemente por via sexual, porém existe a possibilidade de transmissão vertical (mãe/feto), através da saliva, de autoinfecção e de infecção por perfuração ou corte com objetos contaminados pelo HPV.

A infecção do HPV pode ser assintomática ou provocar o aparecimento de verrugas com aspecto parecido com o de uma pequena couve-flor na pele e nas mucosas. O vírus do HPV pode ser eliminado espontaneamente, sem que a pessoa sequer saiba que esteve infectada.

Se a alteração nos genitais for discreta, será percebida apenas por exames específicos. Se forem mais graves, as células infectadas pelo vírus podem perder os controles naturais sobre o processo de multiplicação, invadir os tecidos vizinhos e formar um tumor maligno como o câncer do colo do útero e do pênis.

O diagnóstico da infecção HPV nas mulheres pode ser um pouco mais complicado do que nos homens. No homem as características anatômicas dos órgãos sexuais permitem que as lesões sejam mais facilmente reconhecíveis. Já nas mulheres elas podem espalhar-se por todo o trato genital e alcançar o colo do útero.

Geralmente a maior parte dos casos de HPV em mulheres só são diagnosticados por exames especializados quando da realização de testes de rotina nos exames ginecológico (papanicolaou e colposcopia) e outros quando necessários.

Figura 96 – 7 perguntas sobre HPV

O HPV

COMO FUNCIONA A VACINA
A vacina de prevenção do HPV ainda não é oferecida pelo SUS, mas já é comercializada. Os valores variam entre R\$ 100 e R\$ 600 cada dose.

ADMINISTRAÇÃO:
Em três doses, sendo a segunda após 30 dias e a terceira e última após 6 meses.

PÚBLICO:
Por enquanto, mulheres

O VÍRUS
O Papilomavirus Humano (HPV) é transmitido principalmente por contato sexual e se aloja com maior frequência nos órgãos genitais de homens e mulheres.

TRANSMISSÃO
A mais frequente ocorre pelo ato sexual. Mas existem outras formas, como:
*contato sanguíneo;
*uso de materiais contaminados;
*pelo canal do parto (no nascimento);

SINTOMAS
verrugas podem ser notadas, geralmente nos órgãos genitais;

Com informações do Inca. Marcos M.Petes-JC

Fonte: DSTAIDSUNIFAL.BLOGSPOT

Uma vez feito o diagnóstico, porém, é necessário tratamento, que pode ser clínico (com medicamentos) ou cirúrgico: cauterização química, eletrocauterização, crioterapia, laser ou cirurgia convencional em casos de câncer instalado.

8.7 INFECÇÃO POR CITOMEGALOVÍRUS (CMV)

O citomegalovírus (CMV) é um vírus da mesma família da Herpes e da Catapora. Esta infecção é transmitida muito facilmente. Ela é considerada uma IST porque qualquer pessoa pode contrair o vírus através de relação sexual desprotegida, no entanto, ela também pode ser contraída sem ser por relação sexual.

Figura: 97 – Citomegalovirus. Cómo se propaga el CMV?



Fonte: PT.SLIDESHARE.NET

A pessoa infectada pode eliminar o vírus na urina ou na saliva durante meses. O vírus é também expelido no muco do colo uterino, no sêmen, nas fezes e no leite materno. Todavia, assim como ocorre com outros vírus da família Herpes, ele é neutralizado, mas não é totalmente eliminado do organismo.

Se uma mulher grávida for infectada, o feto pode adquirir a infecção durante a gravidez, isso pode resultar em aborto espontâneo, natimorto ou morte do recém-nascido. A morte é causada por sangramento, anemia ou dano extenso ao fígado ou cérebro. Os recém-nascidos que sobrevivem, tem sérias complicações e podem sofrer perda da audição e incapacidade intelectual. O CMV é responsável por mais casos de microcefalia que o Zika Vírus.

O vírus, também, pode infectar pessoas com o sistema imunológico enfraquecido, por exemplo, pessoas com AIDS ou aquelas que receberam um transplante de órgão ou transfusão de sangue infectados. Geralmente, as consequências são sérias podendo causar a morte nesses pacientes. Para pessoas com o sistema imunológico saudável, a infecção pelo CMV é assintomática.

O vírus costuma infectar a retina do olho. Essa infecção (retinite por CMV) pode causar cegueira. Infecção do cérebro (encefalite), pneumonia ou aparecimento de ulcerações no intestino ou esôfago também podem se desenvolver.

O CMV pode causar sintomas logo após a infecção, como também, não apresentar nenhum sintoma. Quando os sintomas aparecem pode ser sensação de mal-estar, febre, cansaço, até sintomas graves envolvendo os olhos, cérebro ou outros órgãos internos.

A infecção CMV pode ficar em estado dormente (latente) em vários tecidos durante toda a vida, no entanto, são vários os estímulos que podem reativa o CMV dormente, resultando uma doença.

No diagnóstico o médico, geralmente, pode considera a possibilidade de infecção por CMV em pessoas que apresentam febre e fadiga ou que tenham o sistema imunológico enfraquecido e uma infecção ocular, cerebral ou gastrointestinal. O médico, também, pode suspeitar de infecção por CMV em recém-nascidos que têm febre ou parecem doentes sem motivo aparente.

Quando se suspeita de uma infecção por CMV, o médico conduz exames para detectar o vírus nos líquidos do corpo ou nos tecidos. No caso de recém-nascido, o diagnóstico é, geralmente, feito através da cultura da urina.

Os exames de sangue que detectam anticorpos ao CMV podem confirmar uma nova infecção, mas não podem confirmar a doença causada pela reativação do vírus, como ocorre com frequência em pessoas com sistema imunológico enfraquecido. Nessas pessoas, muitas vezes é necessária uma biópsia dos tecidos afetados para confirmar a infecção por CMV.

A retinite por CMV pode ser identificada por um oftalmologista que examina as estruturas internas do olho para verificar as anormalidades características usando um oftalmoscópio. Em relação ao tratamento, quando a infecção ameaça a vida do paciente ou a sua visão, podem ser administrados os medicamentos antivirais, medicamentos usados para tratar infecções por HIV. Esses medicamentos têm efeitos colaterais sérios e podem não curar a infecção, porém, o tratamento atrasa a

progressão da doença e pode preservar a visão. A infecção leve por CMV não costuma ser tratada, ela abranda por si mesma.

8.8 HTLV (VÍRUS LINFOTRÓPICO DA CÉLULA HUMANA)

O HTLV é um retrovírus da mesma família do HIV, que infecta a célula T humana, um tipo de linfócito importante para o sistema de defesa do organismo.

Existem dois tipos desse vírus: o HTLV-I e o HTLV-II. O primeiro está associado a doenças graves neurológicas degenerativas (paraparesia espástica tropical) e hematológicas, como a leucemia e o linfoma de células T humana do adulto (ATL).

Da mesma forma que o HIV, o HTLV é transmitido por via sexual (relações sexuais desprotegidas), nas transfusões de sangue, pelo uso compartilhado de seringas e agulhas e da mãe para o filho durante a gestação, o aleitamento e no momento do parto.

Figura: 98 – HTLV se espalha pela Bahia



Fonte: ILHEUS.NET

As estatísticas indicam que apenas 5% das pessoas infectadas pelo HTLV desenvolvem problemas de saúde relacionados com o vírus. Nesses casos, em geral, instalam-se quadros neurológicos degenerativos graves e de leucemias e linfomas. No entanto, a infecção pode ser absolutamente assintomática, a maioria das pessoas infectadas pelo HTLV não apresentam sinais e sintomas durante toda a vida. Quando se manifestam, são sintomas indicativos de doença neurológica:

- Dor na batata da perna e nos pés;
- Dor na coluna lombar;
- Fraqueza;
- Dormência e formigamentos nos membros inferiores;
- Perturbações urinárias.

Nos quadros de leucemia e linfomas, os sintomas mais comuns são:

- Lesões cutâneas maculopapulares;
- Descamação;
- Gânglios infartados;
- Alterações visuais;
- Alterações ósseas.

Muitas vezes, a pessoa descobre que é portadora do HTLV, por acaso, quando vai doar sangue. O diagnóstico de certeza só é estabelecido pelos resultados positivos dos testes ELISA e Western-blot específicos para esse tipo de retrovírus. No entanto, tomar conhecimento da infecção é fundamental para controlar a transmissão do vírus.

Como o risco do desenvolvimento da doença associada ao HTLV-I é muito baixo, não existe tratamento preventivo ainda. Também não se descobriu uma solução terapêutica para eliminar o vírus completamente do organismo infectado. No entanto, todas as doenças correlacionadas com o retrovírus HTLV têm tratamento. O prognóstico depende do estadiamento, tempo de evolução e da presença de outras infecções. Diagnóstico precoce e a observância às orientações médicas são requisitos básicos para o bom resultado do tratamento.

8.9 LINFOGRANULOMA VENÉREO (LGV)

O Linfogruloma Venéreo (LGV) é uma infecção crônica causada pela bactéria *Chlamydia trachomatis*, que atinge os órgãos genitais e os gânglios da virilha. É popularmente conhecida como “mula”.

Figura: 99 – Linfogruloma venéreo, la nueva enfermedad sexual que tiene em alerta a los expertos



Fonte: RADIOPOPULARSANLUIS

A transmissão ocorre pelo sexo desprotegido com uma pessoa infectada. Por isso, recomenda-se sempre o uso da camisinha masculina ou feminina e o cuidado com a higiene íntima após a relação sexual.

Os sinais e sintomas mais frequentes dessa infecção são:

- Feridas nos órgãos genitais e outros (pênis, vagina, colo do útero, ânus e boca), as quais, muitas vezes, não são percebidas e desaparecem sem tratamento.
- Entre uma a seis semanas após a ferida inicial, surge um inchaço doloroso (caroço ou íngua) na virilha, que, se não for tratado, rompe-se, com a saída de pus.
- Pode haver sintomas por todo o corpo, como dores nas articulações, febre e mal-estar.
- Quando não tratada adequadamente, a infecção pode agravar-se, causando elefantíase (acúmulo de linfa no pênis, escroto e vulva).

8.10 DOENÇA INFLAMATÓRIA PÉLVICA (DIP)

É uma síndrome clínica, que ocorre quando a Gonorreia e a infecção por Clamídia não são tratadas, atingindo os órgãos sexuais internos da mulher, como útero, trompas e ovários, e causando inflamações.

Essa infecção pode ocorrer por meio de contato com as bactérias após a relação sexual desprotegida. A maioria dos casos ocorre em mulheres que têm outra IST. Também, pode ocorrer após algum procedimento médico local, como inserção de Dispositivo Intra-Uterino (DIU), biópsia na parte interna do útero, curetagem.

Figura: 100 - Doença Inflamatória Pélvica



Fonte: DRAKEILLAFREITAS

Esta infecção pode ser assintomática ou apresentar os seguintes sinais e sintomas:

- Dor na parte baixa do abdômen (no “pé da barriga” ou baixo ventre);
- Dor abdominal e nas costas;
- Dor durante a relação sexual;
- Sangramento ou corrimento;
- Prurido;
- Fadiga e vômitos;
- Febre.

Em casos mais graves, é necessária internação hospitalar para uso de antibiótico por via venosa. O uso da camisinha masculina ou feminina é a melhor forma de prevenção.

8.11 CANCRO MOLE

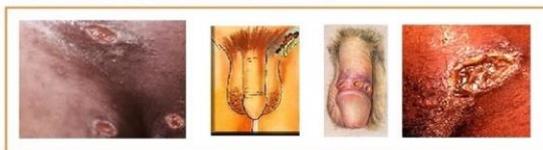
É uma infecção sexualmente transmissível causada por uma bactéria que causa lesões (feridas) tipo úlceras, principalmente nos órgãos sexuais dos homens e das mulheres, porém ocorre mais frequentemente no sexo masculino, estas lesões podem aparecer, também, nos lábios, boca, língua e garganta.

Figura: 101 – Cancro Mole ou Cancroide: conheça

Cancro mole ou cancroide na mulher



Cancro mole ou cancroide no homem



Cancro mole ou cancroide oral



Fonte: DRAKEILLAFREITAS

A bactéria responsável pelo aparecimento das lesões é a **gram-negativa** *Haemophilus ducreyi*, conhecida também como **cavalo, cancroide ou cancro venéreo**.

O período de incubação dessa infecção é de aproximadamente 5 dias, e ela pode ser completamente curada, desde que seja feito tratamento adequado, caso contrário a sua existência aumenta a possibilidade de transmissão do vírus HIV.

Os sinais e sintomas desta infecção surgem com: dor de cabeça, febre e fraqueza que aparecem de 3 a 13 dias após o contágio (relação sexual sem o uso da camisinha). Depois, surgem pequenas e dolorosas feridas com pus nos órgãos genitais (no pênis, na vagina) ou no ânus. Nos homens, as feridas aparecem na cabeça do pênis (glande). Na mulher, ficam na vagina e/ou no ânus. Nem sempre, a ferida é visível, mas provoca dor na relação sexual e ao evacuar. As infecções na mulher podem ser assintomáticas.

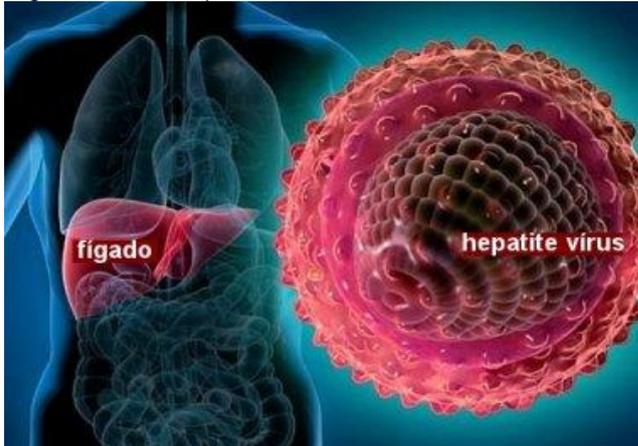
Após, aproximadamente, duas semanas do início da doença, pode aparecer um caroço doloroso e avermelhado na virilha (íngua), conferindo desconforto que pode dificultar os movimentos da perna de andar.

Esta infecção consiste em feridas contagiosas irregulares, avermelhadas, com base mole e fundo purulento. Elas se tornam úmidas, maiores, mais profundas e dolorosas com o passar do tempo. Podem, também, aparecer outras ao redor, (múltiplas) devido à capacidade de autoinoculação. Este caroço pode drenar uma secreção purulenta esverdeada ou misturada com sangue.

8.12 HEPATITE B

Causada pelo vírus B (HBV), a Hepatite do tipo B é uma doença infecciosa, também chamada de soro-homóloga. Como o HBV está presente no sangue, no esperma e no leite materno, a Hepatite B é considerada uma doença sexualmente transmissível.

Figura: 102 – Hepatite B causa mais de meio milhão de mortes ao ano no mundo



Fonte: BAHIANOTICIAS

Entre as causas de transmissão estão:

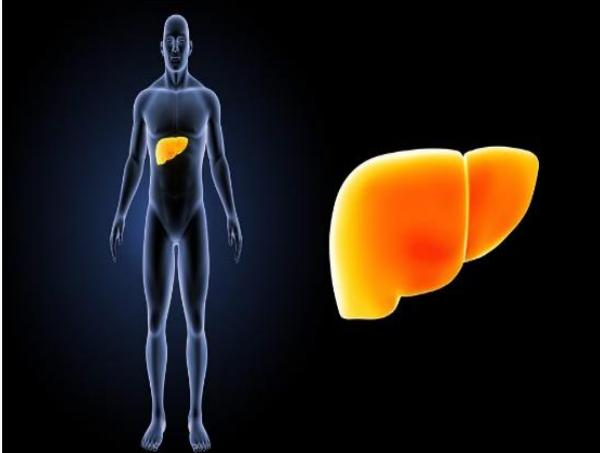
- Relações sexuais sem camisinha com uma pessoa infectada;
- Da mãe infectada para o filho durante a gestação, o parto ou a amamentação;
- Compartilhamento de material para uso de drogas (seringas, agulhas, cachimbos), de higiene pessoal (lâminas de barbear e depilar, escovas de dente, alicates de unha ou outros objetos que furam ou cortam) ou de confecção de tatuagem e colocação de piercings;
- Transfusão de sangue contaminado.

8.13 HEPATITE C

A Hepatite C é causada pelo vírus VHC transmitido principalmente por sangue contaminado. A infecção pode também ser transmitida pelo contato sexual e por via perinatal (da mãe para filho) sobretudo durante a gravidez e o parto, assim como pelo compartilhamento de seringas, agulhas ou de instrumentos para manicure, pedicure, tatuagem e colocação de *piercing*.

Na maior parte dos casos, a Hepatite C é assintomática, mesmo quando o fígado já está bastante afetado pela doença.

Figura: 103 – Hepatite C



Fonte: DRAUZIOVARELLA.UOL

8.14 TRICOMONÍASE

Tricomoníase é um dos tipos de infecção sexualmente transmissível (IST) mais comuns que existe. Essa doença é causada pelo protozoário *Trichomonas vaginalis* e sua transmissão acontece da mesma forma que outras ISTs, ou seja, por meio de relações sexuais desprotegidas (sem camisinha), com pessoas do mesmo sexo ou do sexo oposto, ou até mesmo pelo contato íntimo com secreções de uma pessoa contaminada,

Figura: 104 – DST – Doenças Sexualmente Transmissíveis



Fonte: BIOSOM

O vírus, também, pode ser transmitido pelo compartilhamento de brinquedos sexuais não higienizados ou sem preservativos. Esta infecção não é transmitida por meio do sexo oral ou anal, beijos ou abraços, compartilhamento de copos, pratos ou talheres e assentos sanitários.

O parasita (vírus) vive, principalmente, na parte interna da vagina, essa doença causa micro-lesões e dores na região, e pode facilitar inclusive a instalação de outras ISTs (Vaginose bacteriana, HIV, Gonorreia, Clamídia).

Depois do contágio, o ciclo da Tricomoniase pode levar entre 5 a 28 dias para manifestar os primeiros sinais. Os sintomas são comuns a outras ISTs, o que pode atrapalhar o diagnóstico. Em alguns casos, a tricomoníase pode não apresentar sintomas, mas quando eles aparecem, costumam ser os seguintes:

8.14.1 Os sintomas mais frequentes, comuns, entre **homens e mulheres** são:

- Dores no abdômen;
- Inflamação na uretra, na vulva, no colo do útero e vaginal;
- Coceira, secreção de muco e pus;

8.14.2 Os sintomas mais frequentes **nas mulheres** são:

- Corrimento e irritação vaginal com odor desagradável;
- Pequenos sangramentos vaginais;
- Vermelhidão genital;
- Coceira na vagina e sensação de queimação;
- Dor e dificuldade quando a pessoa vai urinar ou durante a relação sexual;

8.14.3 Os sintomas mais frequentes nos **homens** são:

- Corrimento com cheiro desagradável;
- Incontinência urinária;
- Coceira;
- Sensação de queimação ao urinar e durante a ejaculação.

As suspeitas sobre a presença do vírus Tricomoniase no organismo devem ser confirmadas por meio de exames físicos, como papanicolau, e laboratoriais, como exame de sangue e cultura de secreção. É fundamental diagnosticar a doença logo e realizar o tratamento da maneira correta.

É improvável que a Tricomoniase desapareça sem tratamento, portanto é indicado tratá-la o quanto antes para evitar complicações. Os cuidados são simples e costumam durar em torno de 7 dias. O protozoário causador da doença pode ser

eliminado pela ação de remédios antibióticos e antiparasitários. A Tricomoníase **tem cura** desde que o tratamento seja feito adequadamente.

Por isso é importante completar todo o curso de medicamentos e evitar fazer sexo até que o problema se resolva, para evitar a reinfecção. Como também, lembrar que durante o tratamento é recomendado evitar bebidas alcoólicas para garantir que elas não tirem o efeito do antibiótico.

Portanto, assim como as demais ISTs, é fundamental que a pessoa tenha uma abstinência sexual por um período prolongado, ainda que o tratamento tenha terminado, para que o organismo se restabeleça e evite novos problemas. Esse tempo de abstinência pode variar de pessoa para pessoa, mas normalmente é recomendado evitar relações sexuais por cerca de 2 a 3 semanas após o término do tratamento.

É recomendado, ainda, que o tratamento para Tricomoníase seja feito junto com o(a) parceiro(a) sexual, para que assim uma reinfecção seja evitada. Outro ponto fundamental é que há complicações da Tricomoníase para grávidas, como nascimento prematuro e baixo peso ao nascer.

ATIVIDADES MNEMÔNICAS

► IST – INFECÇÕES SEXUALMENTE TRANSMISSÍVEIS ou (DST) – Doenças Sexualmente Transmissíveis - Respostas as questões abaixo:

1. Qual a forma de transmissão das IST (DST)?

Resposta: _____

2. Como se manifesta os sintomas da IST (DST)?

Resposta: _____

3. Onde aparece os sinais da IST (DST)?

Resposta: _____

4. Qualquer pessoa pode contrair uma IST?

Resposta: _____

5. Qual a melhor forma e prevenção contra as IST?

Resposta: _____

► PRINCIPAIS TIPOS DE IST - Respostas as questões abaixo:

1. Descreva um pouco sobre Herpes Genital

Resposta: _____

2. Descreva um pouco sobre Sífilis

Resposta: _____

3. Descreva um pouco sobre Gonorreia

Resposta: _____

4. Descreva um pouco sobre Candidíase

Resposta: _____

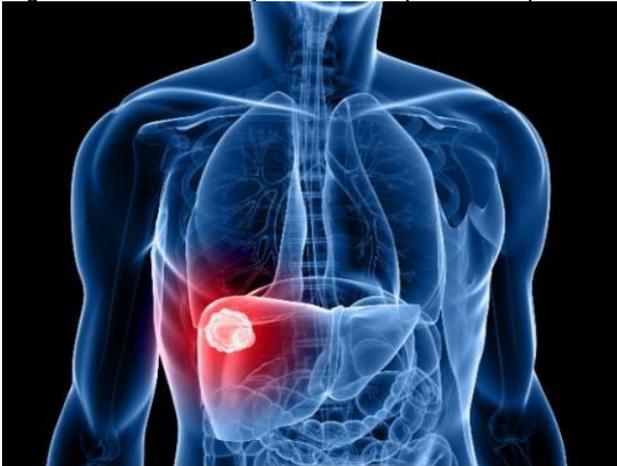
5. Descreva um pouco sobre Papilomavírus Humano (HPV) - Verrugas

Resposta: _____

9 HEPATITE

Hepatite é a inflamação do fígado por causas diversas, sendo as mais frequentes as infecções por vírus ou pelo uso de alguns remédios, álcool e outras drogas, assim como por doenças autoimunes, metabólicas e genéticas.

Figura: 105 – Conheça todos os tipos de Hepatite e saiba diferenciar cada uma delas.



Fonte: BLOG.MAXIEDUCA

Essas inflamações hepáticas são classificadas por letras do alfabeto em **A, B, C, D (Delta) e E**. No Brasil, mais de 70% dos óbitos por Hepatites virais são decorrentes da Hepatite C, seguido da Hepatite B e A.

9.1 CAUSAS

Cada tipo de Hepatite tem causas diferentes, porém, podemos dividi-las em **causas comuns e menos comuns**.

9.1.1 Causas Comuns

- Vírus específicos da Hepatite;
- Álcool;
- Drogas.

9.1.2 Causas menos Comuns

Estas causas incluem outras infecções virais (por exemplo: mononucleose infecciosa, febre amarela, infecção por citomegalovírus) e leptospirose. Infecções parasitárias (por exemplo: esquistossomose, malária e amebíase), infecções piogênicas e abscessos que afetam o fígado não são considerados Hepatite. O envolvimento do fígado com tuberculose e outras infiltrações granulomatosas é geralmente chamado de Hepatite granulomatosa, mas as características clínicas, bioquímicas e histológicas diferem das Hepatites difusas.

Várias infecções sistêmicas e outras doenças podem produzir inflamações hepáticas ou necrose em pequenas áreas focais. Essa Hepatite reativa não específica pode causar pequenas alterações das funções hepáticas, mas geralmente é assintomática.

9.2 SINTOMAS

Em grande parte dos casos, as Hepatites virais são doenças silenciosas, portanto, nem sempre apresentam sintomas, o que reforça a necessidade de ir ao médico regularmente e fazer os exames de rotina que detectam os vários tipos de Hepatites. Geralmente, quando os sintomas aparecem a doença já está em estágio mais avançado. Os sintomas mais comuns da Hepatite são:

- Cansaço;
- Fraqueza;
- Febre;
- Mal-estar;
- Tontura;
- Enjoo e náuseas;
- Vômitos;
- Perda de apetite;
- Dor abdominal;
- Pele e olhos amarelados (Icterícia);
- Urina escura (cor de café);
- Fezes claras (esbranquiçadas como massa de vidraceiro).

Figura: 106 – Hepatite – Sintomas da Hepatite



Fonte: HOSPITALSANTALUCIA

Os sintomas variam conforme o tipo de Hepatite:

9.2.1 Sintomas da Hepatite **A**

Normalmente o vírus da Hepatite **A** fica incubado por entre 10 a 50 dias e pode não causar sintomas. Porém, quando manifesta, os mais comuns são:

- Mal-estar;
- Febre;
- Icterícia (pele e olhos amarelados);
- Náuseas e vômito;
- Mal-estar;
- Desconforto abdominal;
- Falta de apetite;
- Urina com cor laranja escuro;
- Fezes esbranquiçadas.

9.2.2 Sintomas da Hepatite **B**

A maioria dos casos de Hepatite **B** não apresenta sintomas. Porém, os mais frequentes são:

- Cansaço;
- Tontura;
- Enjoo e/ou vômitos;

- Febre;
- Dor abdominal;
- Pele e olhos amarelados;
- Urina escura e fezes claras.

Esses sinais costumam aparecer de um a seis meses após a infecção.

A Hepatite **B** pode se desenvolver de duas formas, aguda e crônica. A Hepatite aguda é quando a infecção tem curta duração. A Hepatite crônica é quando a doença dura mais de seis meses.

O risco de a doença tornar-se crônica depende da idade na qual ocorre a infecção. As crianças são as mais afetadas. Naquelas com menos de um ano, esse risco chega a 90%; entre um e cinco anos, varia entre 20% e 50%. Em adultos, o índice cai para 5% a 10%.

Por não apresenta na maioria das vezes sintomas, ela só é descoberta anos após a infecção, quando pode ter evoluído para cura espontânea ou para um quadro crônico, possivelmente com cirrose ou câncer de fígado.

9.2.3 Sintomas da Hepatite **C**

Frequentemente, os sinais da Hepatite **C** podem não aparecer no início da infecção e grande parte das pessoas só descobre que tem a doença em exames de sangue para esses vírus ou após vários anos com o surgimento de complicações desta infecção. Quando aparecem, os sintomas dessas hepatites são muito similares aos da Hepatite A.

Em algumas situações, porém, pode ocorrer uma forma aguda da enfermidade, que antecede a forma crônica e provoca os seguintes sintomas:

- Mal-estar;
- Vômitos;
- Náuseas;
- Pele amarelada (icterícia);
- Dores musculares;
- Perda de peso e muito cansaço.

9.2.4 Sintomas da Hepatite **D e E**

Da mesma forma que as outras Hepatites, a do tipo **D e E** pode não apresentar sintomas ou sinais discretos da doença. Os mais frequentes são:

- Cansaço;
- Tontura;
- Enjoo e/ou vômitos;
- Febre;
- Dor abdominal;
- Pele e olhos amarelados;
- Urina escura;
- Fezes claras.

Esses sinais costumam aparecer de 15 a 60 dias após a infecção.

9.2.5 Sintomas da Hepatite Alcoólica

Os sintomas iniciais desse tipo de Hepatite são muito semelhantes aos da Hepatite A. Em casos mais avançados, pode apresentar sinais como:

- Acúmulo de fluídos no abdômen;
- Convulsões;
- Mudanças de comportamento devido às toxinas liberadas pelo fígado;
- Insuficiência renal e do fígado.

9.2.6 Sintomas da Hepatite Autoimune

Os sintomas desse quadro podem surgir de repente e incluem:

- Fadiga;
- Desconforto abdominal;
- Icterícia;
- Aumento do fígado;
- Aparecimento de veias pela pele;
- Áreas de vermelhidão na pele;

- Dor nas articulações;
- Redução da menstruação em mulheres.

9.2.7 Sintomas da Hepatite Medicamentosa

Os sintomas da Hepatite Medicamentosa surgem de forma repentina, normalmente após o uso do medicamento, sendo os principais sintomas:

- Febre baixa;
- Cor amarelada na pele e na parte branca dos olhos;
- Coceira pelo corpo;
- Dor no lado direito do abdômen;
- Náuseas;
- Vômitos;
- Mal-estar;
- Urina escura como cor de coca-cola;
- Fezes de cor clara como argila ou massa de vidraceiro.

A Hepatite Medicamentosa pode ser identificada por meio da avaliação dos sintomas pelo médico, principalmente após a utilização de alguma medicação ou exposição a substâncias tóxicas e resultado dos exames solicitados.

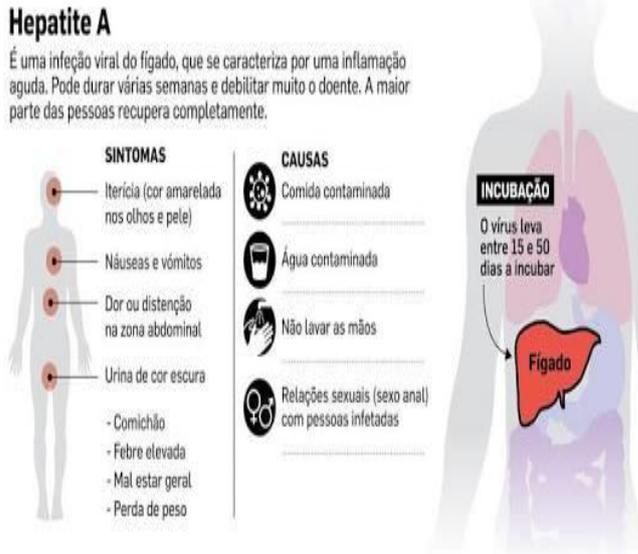
9.3 TIPOS

A Hepatite pode ser dividida de acordo com suas causas em: A – B – C – D – E – Alcoólica – Autoimune e Medicamentosa.

9.3.1 Hepatite **A**

O vírus da Hepatite tipo **A** (HAV), também conhecida como Hepatite infecciosa é uma doença contagiosa, sendo transmitida por água e alimentos contaminados ou de uma pessoa para outra por via sexual.

Figura: 107 – Hepatite A: saiba como se pega, quais são os sintomas e tratamento



Fonte: CORREIODACIDADEONLINE

9.3.2 Hepatite B

A Hepatite do tipo **B** é uma doença infecciosa também chamada de soro-homóloga, causada pelo vírus B (HBV). Ela é transmitido principalmente por meio de fluidos corporais (está presente no sangue, no esperma e no leite materno). Usuários de drogas injetáveis e pessoas submetidas ao uso de material cirúrgico contaminado e não-descartável e lâminas de barbear ou alicates compartilhados têm maior risco de contrair esta forma de Hepatite. Este vírus pode ser passado pelo contato sexual, por isso é considerada uma doença sexualmente transmissível, reforçando a necessidade do uso de métodos de barreira, como os preservativos.

Figura: 108 – Hepatite B – A maioria das pessoas que tem hepatite não sabe que está infectada: médicos



Fonte: HINDUSTANTIMES

Figura: 109 – Cómo prevenir infecciones de transmisión sexual em verano



Fonte: CUIDATEPLUS.MARCA

O vírus da Hepatite **B** só podem ser detectado 60 dias após a infecção, pois os anticorpos demoram a reconhecê-lo, e os sintomas podem demorar até seis meses para se manifestar, o que prejudica o diagnóstico precoce da doença.

A maioria das pessoas com Hepatite **B** são assintomáticas, ainda que algumas apresentem complicações, como cirrose, carcinoma hepatocelular ou insuficiência hepática. Pessoas oriundas de áreas endêmicas, usuários de drogas injetáveis ou pessoas com comportamento sexual de alto risco apresentam aumento do risco.

9.3.3 Hepatite **C**

A Hepatite **C** é causada pelo vírus C (HCV). Ele é transmitido sobretudo pelos fluidos corporais. Usuários de drogas injetáveis e pessoas submetidas ao uso de material cirúrgico contaminado e não-descartável e lâminas de barbear ou alicates compartilhados, ou instrumentos de tatuagem e colocação de piercing, têm maior risco de ter este tipo de Hepatite. O vírus também pode ser passado pelo via sexual, reforçando a necessidade do uso de preservativos e outros métodos de barreira e por via perinatal (da mãe para filho) sobretudo durante a gravidez e o parto,

Na verdade, a maioria das pessoas não sabe que tem Hepatite **C**, muitas vezes descobre através de uma doação de sangue ou pela realização de exames de rotina, ou quando aparecem os sintomas de doença avançada do fígado, o que geralmente acontece décadas depois.

Figura: 110 – Hepatite: o número de infecções não para de crescer



Fonte: VEJA.ABRIL

Figura: 111 – Mais de 6 milhões de usuários de drogas injetáveis têm Hepatite C.



Fonte: NEWS.UN.ORG

Na maior parte dos casos, a Hepatite **C** é assintomática, mesmo quando o fígado já está bastante afetado pela doença, no entanto, a inflamação hepática está frequentemente presente e pode causar fibrose hepática progressiva. As

complicações em longo prazo incluem cirrose ou carcinoma hepatocelular. Hepatite **C** é um dos três tipos mais comuns de Hepatite viral.

9.3.4 Hepatite **D**

A Hepatite **D**, também chamada de Delta, é causada pelo vírus D (VHD). Mas esse vírus depende da presença do vírus do tipo B para infectar uma pessoa.

Figura: 112 – Hepatite D – Médico verificando a doença no laboratório



Fonte: DREAMSTIME

Figura: 113 – Hepatite D – Conheça um pouco mais sobre essa doença



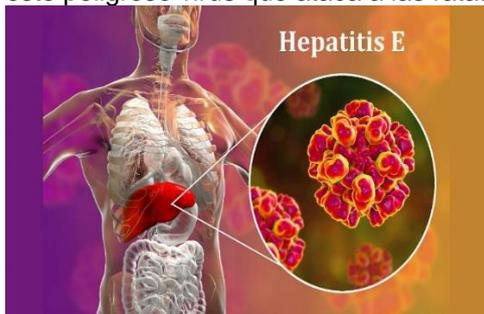
Fonte: SAUDICAS

9.3.5 Hepatite **E**

A Hepatite do tipo **E** é uma doença infecciosa viral causada pelo vírus VHE. Este tipo possui ocorrência rara no Brasil, sendo mais comum na Ásia e África.

Assim como a Hepatite **A**, a sua transmissão é oral-fecal e as formas de prevenção são semelhantes. Esse tipo pode afetar rebanhos de suínos e os cuidados com o consumo de água tratada e o bom cozimento dos alimentos principalmente carne de porco, é essencial para a prevenção desta infecção.

Figura: 114 - Hepatitis E de roedores: descubren el primer caso en humanos de este peligroso virus que ataca a las ratas.



Fonte: TN.COM.AR/SALUD

Figura: 115 – Carne de porco pode transmitir Hepatite E

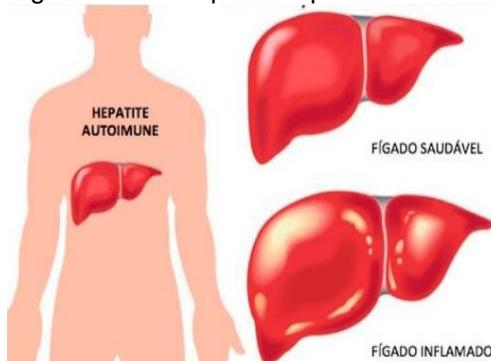


Fonte: CRIACIONISMO

9.3.6 Hepatite Autoimune

A Hepatite Autoimune (HAI) é uma doença causada por um distúrbio do sistema imunológico. Ela é caracterizada pela inflamação do fígado provocada pelo sistema imunológico do próprio indivíduo, que passa a reconhecer as células do fígado (principalmente hepatócitos) como estranhas. Como resultado de uma falha no sistema imunológico, este começa a produzir anticorpos que vão reagir contra o próprio fígado.

Figura: 116 – O que é Hepatite Auto Imune? Tem cura?

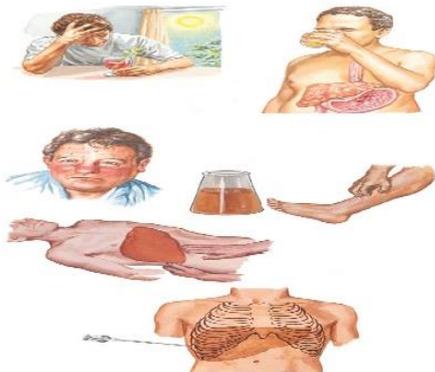


Fonte: DICAVIDA

A partir daí o sistema imune desencadeia uma inflamação crônica, com destruição progressiva do fígado e a formação de cicatrizes (fibrose). Este processo pode se desenvolver de forma crônica, com períodos de exacerbação, e até levar à cirrose hepática se não tratado adequadamente.

9.3.7 Hepatite Alcoólica

Figura: 117 – Hepatite Alcoólica.



Fonte: PROGASTROJOINVILLE

A Hepatite Alcoólica é um tipo de hepatite induzida pela ingestão abusiva e prolongada de bebidas alcoólicas, que torna o fígado inchado e inflamado. Como toda Hepatite crônica, também pode evoluir para cirrose e falência hepática.

9.3.8 Hepatite Medicamentosa

A Hepatite Medicamentosa é uma grave inflamação do fígado causada pelo uso excessivo de medicamentos ou com sua toxicidade, que podem causar irritação no fígado, o que pode resultar na Hepatite aguda ou Hepatite fulminante, podendo ser desenvolvida por qualquer pessoa. Em outros casos, a Hepatite Medicamentosa pode acontecer devido à hipersensibilidade da pessoa a determinado medicamento. A Hepatite Medicamentosa não se pega pois ela não é contagiosa, sendo somente causada pelo uso de substâncias que prejudicam o funcionamento do fígado.

Figura: 118 – Hepatite Medicamentosa: o que é, causas, sintomas e tratamento



Fonte: TUASAUDE

No Brasil, as Hepatites Virais mais comuns são as causadas pelos **vírus A, B e C**. Existe, ainda, o **vírus D**, mais frequente na Região Norte do Brasil e que para causar infecção precisa da presença do vírus tipo **B** (HBV). Muitas pessoas são portadoras do vírus **B ou C** e não sabem.

Em muitos casos, não há nenhum sintoma e isso aumenta os riscos da infecção evoluir e se tornar crônica, causando danos mais graves ao fígado, como cirrose e câncer. Por isso, é importante ir ao médico regularmente e fazer os exames de rotina, que detectam as Hepatites. Este cuidado é ainda mais importante nos seguintes casos: pessoas que não se imunizaram para Hepatite **B**; ou que têm mais de 40 anos e que podem ter se exposto ao vírus da Hepatite **C** no passado (transfusão de sangue, cirurgias).

Para saber se há a necessidade de realizar exames que detectem as Hepatites a pessoa deve observar se já se expôs a algumas dessas situações:

- Contágio fecal-oral: condições precárias de saneamento básico e água, de higiene pessoal e dos alimentos (vírus A e E);
- Transmissão sanguínea: praticou sexo desprotegido, compartilhou seringas, agulhas, lâminas de barbear, alicates de unha e outros objetos que furam ou cortam (vírus B, C e D);
- Transmissão sanguínea: da mãe para o filho durante a gravidez, o parto e a amamentação (vírus B, C e D);

No caso das Hepatites **B e C** é preciso um intervalo de 60 dias para que os anticorpos sejam detectados no exame de sangue.

A evolução das Hepatites varia conforme o tipo de vírus. Os vírus **A** e **E** apresentam apenas formas agudas de Hepatite (não possuindo potencial para formas crônicas). Isto quer dizer que, após uma Hepatite **A** ou **E**, o indivíduo pode se recuperar completamente, eliminando o vírus de seu organismo. Por outro lado, as Hepatites causadas pelos vírus **B**, **C** e **D** podem apresentar tanto formas agudas, quanto crônicas de infecção, quando a doença persiste no organismo por mais de seis meses.

As Hepatites Virais são doenças de notificação compulsória, ou seja, cada ocorrência deve ser notificada por um profissional de saúde. Esse registro é importante para mapear os casos de Hepatites no país e ajuda a traçar diretrizes de políticas públicas no setor.

9.4 FATORES DE RISCOS

Os fatores de risco para ter uma Hepatite estão relacionados aos agentes causadores da Hepatite. Podemos destacar como fatores de risco:

- Consumo de água e alimentos contaminados;
- Sexo desprotegido;
- Compartilhar agulhas para uso de drogas injetáveis;
- Uso de material cirúrgico contaminado e não-descartável;
- Compartilhar lâminas (cuidado em sessões de depilação ou tatuagem, manicure e barbearia);

- Compartilhar escova de dentes;
- Não usar material de proteção individual ao lidar com produtos biológicos;
- Uso abusivo de álcool e medicamentos;
- Não receber as vacinas contra as Hepatites **A** e **B** se houver indicação.

Figura: 119 – Hapatite – Prevenindo a transmissão – Manusear materiais que possam estar contaminados pelo vírus da hepatite.



Fonte: SPARVOLISAUDE.WORDPRESS.COM

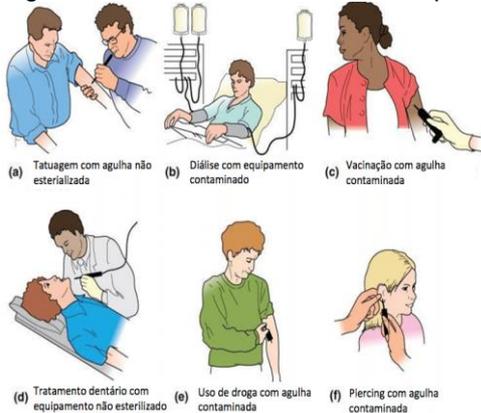
9.5 FORMAS DE TRANSMISSÃO

Existem várias formas de transmissão as mais comuns são:

9.5.1 - Transmissão - Contágio fecal-oral

Condições precárias de saneamento básico e água, de higiene pessoal e dos alimentos (Hepatite **A** e **E**). A Hepatite **E** como as outras variações da doença, quase não apresenta sintomas. Esses sinais costumam aparecer de 15 a 60 dias após a infecção.

Figura: 120 – Saiba tudo sobre a Hepatite.



Fonte: BIOSOM

9.5.2 - Transmissão por contato com sangue por meio de compartilhamento de:

Seringas, agulhas, lâminas de barbear, alicates de unha e outros objetos que furam ou cortam (vírus **B**, **C** e **D**). Ambientes médicos, laboratoriais, hospitalares e odontológicos, devem atender as normas de uso de materiais descartáveis, esterilizações de materiais e equipamentos para o controle de transmissão de infecções, dentre as quais se encontram as Hepatites Virais.

9.5.3 - Transmissão vertical

Pode ocorrer durante a gravidez e o parto (Hepatite **B**, **C** e **Delta**). A amamentação não está contraindicada caso sejam realizadas ações de prevenção tais como a profilaxia para o recém-nascido: 1º dose da vacina e imunoglobulina nas primeiras 12 horas de vida e completar o esquema com as demais doses para prevenção da Hepatite **B** e **D**. Com relação à Hepatite **C**, não existem evidências de que a transmissão possa ser evitada com a contraindicação à amamentação (PCDT Transmissão vertical do HIV, Sífilis e Hepatite **B** e **C**, 2018).

9.5.4 - Transmissão sexual

Relação sexual desprotegida (Hepatite **A**, **B**, **C** e **Delta**);

9.5.5 - Transmissão por meio de transfusão de sangue ou hemoderivados

Muito comum no passado é atualmente considerada rara. Isso se dá pelo fato de atualmente haver um maior controle, com a melhoria das tecnologias de triagem de doadores e sistemas de controle de qualidade mais eficientes.

9.5.6 - Transmissão da Hepatite Autoimune

É uma doença relativamente rara, cuja causa não é conhecida. Ela pode afligir tanto crianças quanto adultos, sendo mais comum em mulheres e em pessoas entre 40 e 50 anos, podendo também, se manifestar em qualquer grupo étnico. Acredita-se

que seja necessária uma interação entre predisposição genética e fatores ambientais, como uma infecção por vírus, para que se inicie.

9.5.7 - Transmissão da Hepatite Alcoólica

Geralmente, Hepatite Alcoólica **não pega**, uma vez que não é contagiosa. No entanto, pacientes com Hepatite **C**, que é um tipo de Hepatite que passa pelo sangue, têm maior risco de desenvolver Hepatite Alcoólica se beberem álcool em excesso.

A Hepatite Alcoólica aguda **tem cura**, na maioria dos casos, desde que o paciente deixe de beber álcool e faça o tratamento corretamente e com acompanhamento médico, de forma a evitar complicações graves como cirrose ou insuficiência hepática. A chance de atingir mulheres é mais alta do que homens, principalmente se for portadora de alguma Hepatite viral.

9.5.8 - Transmissão da Hepatite Medicamentosa

Surgem pela ingestão exagerada ou inadequada de medicamentos, o que faz com que o fígado não consiga metabolizar as toxinas e inflame, causando a doença. Pacientes que sejam portadores de outras doenças no fígado correm mais riscos de contraírem, por isso é indicado parar de ingerir os medicamentos ou trocar por outros que sejam menos agressivos.

Vários medicamentos (inclusive fitoterápicos) podem lesar o fígado e para certos remédios o risco é tão elevado que o fígado deve ser monitorado com exames laboratoriais periódicos para, no caso de ocorrer lesão hepática, suspender precocemente o medicamento.

9.6 DIAGNOSTICO

O diagnóstico das Hepatites são feitos através da anamnese para identificar os sintomas apresentados e buscar fatores de risco para os diferentes tipos de Hepatite, a fim de definir os exames a serem solicitados visando estabelecer a causa da Hepatite.

Figura: 121 – SBPC/ML faz alerta para importância do diagnóstico de Hepatite



Fonte: LABORATORIOSAOLUIS

No exame físico são buscados sinais de doença hepática como icterícia e aumento do fígado. Os exames laboratoriais de Hepatite se baseiam no hepatograma para definir o grau de inflamação e em marcadores da função hepática como a albumina, as bilirrubinas e o tempo de atividade da protrombina. Com o intuito de determinar a causa serão solicitadas sorologias para os diferentes vírus de Hepatite e, em casos selecionados, marcadores de autoimunidade.

Pode ainda ser solicitada uma ultrassonografia para avaliar o fígado (se está aumentado de tamanho, se apresenta alguma obstrução ou tumor) e a presença de ascite (líquido livre na cavidade abdominal). A biópsia hepática habitualmente não é utilizada, por ser um procedimento invasivo, estando reservada para casos em que permanece dúvidas em relação à causa da Hepatite ou para situações em que uma avaliação mais rigorosa do grau de lesão hepática se faz necessário. Por fim, poderão ser solicitados os exames complementares cabíveis caso. O diagnóstico pode ser feito por testes rápidos que dão o resultado em uma hora.

- **Testes Rápidos** - Os testes rápidos para os tipos **B** e **C** estão disponíveis nos serviços públicos de saúde para todas as pessoas. Se a pessoa tiver mais de 40 anos, é muito importante fazer o teste de Hepatite **C**. A pessoa pode ter sido exposto a esse vírus na juventude.
- **Pré-natal** – O exame de Hepatite **B** também faz parte do rol de exames do pré-natal. A gestante deve ser diagnosticada e será tratada, se houver indicação, ainda durante a gravidez.

O SUS dispõe de um teste anti-VHC, importante para o diagnóstico da doença, mas que só é indicado caso a pessoa pertença a um grupo de risco (usuários de drogas, tatuados, pessoas que praticam sexo desprotegido).

O diagnóstico e o tratamento precoces podem evitar a evolução da doença para cirrose ou câncer de fígado. Por isso, é tão importante fazer os exames.

9.7 TRATAMENTO

O tratamento depende do tipo de Hepatite. É possível tratar a Hepatite viral com medicamentos antivirais.

Figura: 122 – Aprovado novo tratamento para Hepatite C no Brasil



Fonte: SETORSAUDE

9.7.1 - Hepatite **A**

Não existe tratamento específico neste tipo, por ser uma doença aguda e o tratamento se baseia em fazer uma alimentação equilibrada (dieta) com ingestão de bastante líquidos, evitar medicamentos que prejudiquem o funcionamento do fígado e repouso. Geralmente, essa condição desaparece por conta própria em um ou dois meses e a pessoa adquire imunidade, ou seja, não terá uma nova infecção.

9.7.2 - Hepatite **B**

É feito com uma medicação específica para terapia antiviral e é administrado de forma oral.

- **Hepatite B Leve e Moderada:** não é aconselhada a terapia antiviral, a doença desaparece sozinha.
- **Hepatite B Crônica:** pode ser prescritos medicamentos antivirais possibilitando o controle para evitar a evolução para cirrose e câncer, caso isso não seja mais possível há a necessidade de um transplante do fígado. O isolamento do paciente com Hepatite **B** em um único quarto e banheiro só é necessário em casos de sangramento volumoso e descontrolado que é raro.

9.7.3 - Hepatite **C**

São usados medicamentos antivirais tanto na fase aguda quanto na crônica. A Hepatite **C** é uma das poucas enfermidades crônicas que **pode ser curada**, em mais de 90% dos casos quando o tratamento é seguido corretamente. Quando não é possível, o tratamento busca conter a progressão da doença e evitar as complicações.

9.7.4 - Hepatite **D**

Existem alguns tratamento específicos para a Hepatite **D**, embora diferentes regimes possam ser tentados. O controle, também, se concentra em cuidados médicos e paliativos. O tratamento tem como objetivo principal evitar a evolução para cirrose e câncer.

9.7.5 - Hepatite **E**

Este tipo de Hepatite, geralmente, se cura por conta própria em quatro a seis semanas. O tratamento se concentra em cuidados médicos e paliativos, reidratação e repouso.

9.7.6 - Hepatite Alcoólica

O tratamento envolve hidratação, cuidados alimentares e interrupção do uso de álcool (bebidas alcoólicas). Em casos mais graves, podem ser prescritos corticosteróides e muitas vezes se faz necessária a reposição de sais minerais e

vitaminas. Os medicamentos esteroides podem ajudar a reduzir a inflamação do fígado.

9.7.7 - Hepatite Autoimune

Quando tratada precocemente, muitas vezes pode ser controlada com medicamentos que suprimem o sistema imunológico. São utilizados corticosteróides e imunossupressores. Em casos raros, pode ser necessário um transplante de fígado.

9.7.8 - Hepatite Medicamentosa

O tratamento é feito por meio da suspensão ou substituição do medicamento responsável pelas lesões no fígado. Se a causa for intoxicação por paracetamol, pode ser utilizada a acetilcisteína. É importante, também, beber bastante líquidos para acelerar o processo de desintoxicação do organismo e tratar as complicações que surgirem até o reparo e regeneração do fígado, sendo muitas vezes necessária a realização de transplante.

Todas as Hepatites Virais devem ser acompanhadas pelos profissionais de saúde, pois as infecções podem se agravar. O SUS oferece tratamento para todos, independente do grau de lesão do fígado. De acordo com o Ministério da Saúde o tratamento possibilita 90% de chance de cura.

9.8 PREVENÇÃO

Figura: 123 – Hepatite 2 – Prevenção



Fonte: alexamorim73.blogspot.com

A melhor estratégia de prevenção das Hepatites inclui a melhoria das condições de vida, com adequação do saneamento básico e medidas educacionais de higiene, além de não fazer sexo desprotegido.

Importante lembra que é obrigado o uso de equipamentos de proteção individual pelos profissionais que lidem com material biológico; o não compartilhamento de alicates de unha, lâminas de barbear, escovas de dente, equipamentos para uso de drogas. Deve-se evitar o uso abusivo de álcool e não se expor a outras substâncias que sejam tóxicas ao fígado, como determinados medicamentos. Não usar medicamentos em doses maiores que as permitidas e não usar remédios por um tempo maior que o recomendado pelo prescritor.

Deve ser realizado o tratamento dos indivíduos infectados por vírus causadores de Hepatite (reduz a transmissão). É importante o controle efetivo de bancos de sangue através da triagem sorológica.

Quanto a prevenção da Hepatite **E** deve-se, também, evitar contato com valões, riachos, chafarizes, enchentes ou próximo de onde haja esgoto a céu aberto.

9.9 VACINA

A vacina é uma forma de prevenção contra as Hepatites do tipo **A** e **B**, entretanto quem se vacina para o tipo **B**, se protege também para Hepatite **D**. Para os demais tipos de vírus não há vacina e o tratamento é indicado pelo médico.

Figura: 124 – Hepatite: número de infectados em Bento cresce nos últimos anos



Fonte: JORNALSEMANARIO

9.9.1 - Hepatite **A**

A vacina está disponível no SUS, sendo oferecida no Calendário Nacional de Vacinação para crianças de 15 meses a 5 anos incompletos (4 anos, 11 meses e 29 dias), e, também, para pessoas de qualquer idade que tenham: hepatopatias crônicas de qualquer etiologia incluindo os tipos **B** e **C**; coagulopatias; pessoas vivendo com HIV; portadores de quaisquer doenças imunossupressoras; doenças de depósito; fibrose cística; trissomias; candidatos a transplante de órgãos; doadores de órgãos, cadastrados em programas de transplantes; pessoas com hemoglobinopatias. A vacina está indicada conforme preconizado pelo Programa Nacional de Imunizações (PNI).

9.9.2 - Hepatite **B**

Em crianças, é dada em quatro doses: ao nascer, 2,4 e 6 meses. Para os adultos que não se vacinaram na infância, são três doses a depender da situação vacinal. É importante que todos que ainda não se vacinaram tomem as três doses da vacina. Pessoas que tenham algum tipo de imunodepressão ou que tenham o vírus HIV, precisam de um esquema especial com dose em dobro. A vacinação contra Hepatite **B**, também é uma forma de prevenção, assim como o uso de imunoglobulina humana Anti-Vírus da Hepatite **B**, ambas estão disponível no SUS, conforme padronização do Programa Nacional de Imunizações (PNI).

A melhor forma de prevenir contra essa doença é muito fácil, basta tomar as três doses da vacina, usar camisinha em todas as relações sexuais e não compartilhar objetos de uso pessoal. Além disso, toda mulher grávida precisa fazer o pré-natal e os exames para detectar a Hepatite, a AIDS e a Sífilis. Esse cuidado é fundamental para evitar a transmissão de mãe para filho. Em caso positivo, é necessário seguir todas as recomendações médicas, inclusive sobre o tipo de parto e amamentação.

Figura: 125 – O que você sabe sobre as Hepatites Virais?

ATENÇÃO!!!

Todo recém-nascido deve receber a primeira dose da vacina logo após o nascimento, preferencialmente nas primeiras 12 horas de vida.

Se a gestante tiver hepatite B, o recém-nascido deverá receber, além da vacina, a imunoglobulina contra a hepatite B, nas primeiras 12 horas de vida, para evitar a transmissão vertical (de mãe para filho).

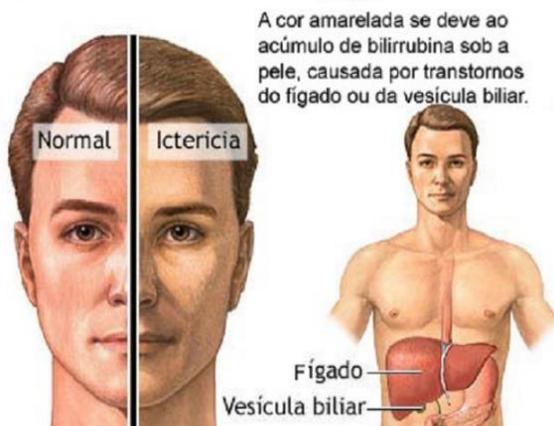


Caso não tenha sido possível iniciar o esquema vacinal na unidade neonatal, recomenda-se a vacinação na primeira visita à Unidade de Saúde.

Fonte: FARMACEUTICODIGITAL

Atualmente, o Sistema Único de Saúde disponibiliza gratuitamente a vacina contra a Hepatite **B** em qualquer posto de saúde. A imunização só é efetiva quando se tomam as três doses, com intervalo de um mês entre a primeira e a segunda dose e de seis meses entre a primeira e a terceira dose. Toda pessoa com sintomas de Hepatite como icterícia (pele e olhos amarelados), náusea e vômitos, dor abdominal, falta de apetite, urina com cor laranja escuro e fezes esbranquiçadas deve procurar um médico para obter o diagnóstico e definir o acompanhamento e tratamento necessários para evitar complicações.

Figura: 126 – Hepatite: Diagnóstico

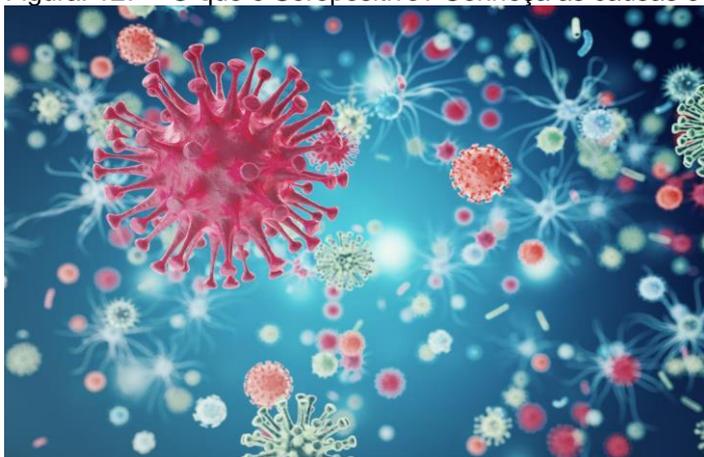


Fonte: BIOMEDICOSEMBUSCADASAUDE.BLOGSPOT

Entre as complicações possíveis estão a evolução para Hepatite fulminante com encefalopatia hepática (alterações neurológicas como confusão mental, raciocínio lento e até mesmo coma), sangramentos pela redução dos fatores de coagulação e insuficiência renal, por vezes, sendo necessário o transplante hepático. O dano prolongado pode levar a cirrose e insuficiência hepáticas e até mesmo causar o carcinoma hepatocelular. As Hepatites Virais são doenças silenciosas, mas elas **tem Cura**.

10 HIV – VÍRUS DA IMUNODEFICIÊNCIA HUMANA (VIH ou HIV, do inglês Human Immunodeficiency Vírus)

Figura: 127 – O que é Soropositivo? Conheça as causas e tratamentos.



Fonte: OPAS.ORG

O HIV tem a capacidade de multiplicação rápida, alucinante e a de sofrer mutações. Às custas delas, o vírus enfrenta as adversidades do meio externo, e faz de tudo para escapar das investidas do sistema imunológico do hospedeiro e dos medicamentos usados para eliminá-lo.

No organismo infectado, em condições habituais, são produzidos 10 bilhões de novos vírions em um único dia. Nesse processo, surgem milhões de variantes geneticamente distintas das que lhes deram origem.

HIV é a sigla em inglês do Vírus da Imunodeficiência Humana (Human Immunodeficiency Virus), que é o causador da AIDS. Porém o HIV não é a mesma coisa que AIDS. A AIDS é uma doença crônica e que pode ser potencialmente fatal.

Ela acontece quando a pessoa infectada pelo HIV vai tendo o seu sistema imunológico danificado pelo vírus, interferindo na habilidade do organismo de lutar contra os invasores que causam a doença, além de deixar a pessoa suscetível a infecções oportunistas.

10.1 TRANSMISSÃO

O HIV é transmitido principalmente por relações sexuais (heterossexual ou homossexual) desprotegidas, isto é, sem o uso do preservativo, e compartilhamento de seringas e agulhas contaminadas com sangue, o que é frequente entre usuários de drogas ilícitas, em acidentes com objetos cortantes infectados.

Figura: 128 – Como se pega HIV e como não pega: 5 formas reais de transmissão e 5 falsa



Fonte: VIX

Outras vias de transmissão são por transfusão de sangue contaminado, porém é muito raro, uma vez que a testagem do banco de sangue é eficiente, e a vertical, que é a transmissão do vírus da mãe para o filho na gestação, amamentação e principalmente no momento do parto, o que pode ser prevenido com o tratamento adequado da gestante e do recém-nascido. Portanto, a forma de transmissão é somente em secreções como:

- Sangue;
- Esperma;
- Secreção vaginal;
- Leite materno.

O vírus aparece em quantidade suficiente para causar a moléstia. Para haver a transmissão, o líquido contaminado de uma pessoa tem que penetrar no organismo de outra.

É importante ressaltar que é possível contrair o HIV seja por sexo desprotegido vaginal, anal ou oral, quando o parceiro está infectado e seu sangue, sêmen ou secreção vaginal entram no corpo da pessoa que não vive com o vírus.

A maior parte das pessoas infectadas pelo vírus HIV desenvolvem, cerca de um ou dois meses após a exposição, alguns sintomas parecidos com os de um resfriado. Esta fase, conhecida como primária ou aguda pode durar por algumas semanas e é bastante perigosa, pois a infecção pode passar despercebida e a carga viral (quantidade de vírus no sangue) neste momento é bastante alta, fazendo com que o vírus se espalhe mais facilmente. Depois deste período os sintomas podem desaparecer espontaneamente por vários anos antes do HIV ser diagnosticado.

10.2 SINTOMAS

Entre os sintomas que podem surgir quando a pessoa foi infectada pelo HIV estão:

- Febre;
- Mal-estar;
- Manchas vermelhas pelo corpo;
- Aumento dos linfonodos, ou ínguas;
- Crescimento do baço e do fígado
- Dores nos músculos;
- Dores nas articulações;
- Dor de Cabeça;
- Dor de garganta;
- Erupção cutânea;
- Calafrio;
- Sudorese noturna;
- Alterações elétricas do coração;
- Úlceras orais ou úlceras genitais;
- Diarreia;

- Tosse;
- Inflamação das meninges nos casos graves.

Figura: 129 – Cuidado: você pode estar com HIV sem saber



Fonte: BR.BLASTINGNEWS

Na fase aguda, os sintomas duram de três a oito semanas. Na crônica, os sintomas estão relacionados a distúrbios no coração e/ou no esôfago e no intestino. Cerca de 70% dos portadores permanece de duas a três décadas na chamada forma assintomática ou indeterminada da doença.

A infecção pelo HIV evolui para AIDS quando a pessoa não é tratada e sua imunidade vai diminuindo ao longo do tempo, pois, mesmo sem sintomas, o HIV continua se multiplicando e atacando as células de defesa.

Todos estão sujeitos a contrair o vírus HIV, uma vez que a doença não escolhe cor de pele, idade, gênero ou preferências sexuais, contudo, há alguns comportamentos de risco para a infecção por HIV:

- Relação sexual (vaginal, anal ou oral) com pessoa infectada sem o uso de preservativos;
- Compartilhamento de seringas e agulhas, principalmente, no uso de drogas injetáveis;
- Reutilização de objetos perfurocortantes com presença de sangue ou fluidos contaminados pelo HIV.

10.3 DIAGNÓSTICO

O diagnóstico do HIV normalmente é realizado através de testes que detectam o vírus na saliva ou no sangue. Eles podem ser realizados a partir de 30 dias após a

exposição, isso porque os exames (laboratorial e teste rápido) busca por anticorpos contra o HIV no sangue para detectar a infecção.

Figura: 130 – Secretaria da Saúde oferece testes rápidos para diagnóstico do HIV na Praça Dante Alighieri



Fonte: CAXIAS.RS.GOV

Figura: 131 – HIV: como a ciência ajuda a combater preconceitos



Fonte: GAUCHAZH.CLICRBS

Existem vários testes para determinar em que estágio a doença está, dentre eles:

- Contagem de CD4;
- Carga viral;
- Testes convencionais;
- Teste rápido;
- Teste Fluído oral;
- Testes confirmatórios.

O médico também pode solicitar testes para outras infecções ou complicações relacionadas ao HIV/AIDS:

- Tuberculose;
- Hepatite;
- Toxoplasmose;
- Outras doenças sexualmente transmissíveis;
- Danos nos rins e fígado;
- Infecções de trato urinário.

10.4 TRATAMENTO

Atualmente há tendência de tratar todos os pacientes com HIV, independente do grau da doença, com o objetivo de reduzir a transmissão e melhorar a evolução clínica das pessoas portadoras do HIV.

Figura: 132 – Novo medicamento será destinado a crianças portadoras de HIV.



Fonte: ANASPS.ORG

Há várias medicações disponíveis e o tratamento é sempre combinado com pelo menos três drogas. O importante é que uma vez iniciado o tratamento, o paciente deve estar ciente de que ele não deve ser interrompido sem motivo e que as medicações devem ser tomadas todos os dias e nos intervalos prescritos. Quando utilizado de maneira irregular, o tratamento pode falhar por surgimento de vírus resistentes.

Os medicamentos agem em diferentes partes do ciclo de multiplicação do HIV dentro do organismo, evitando a formação de novos vírus e a destruição das células de defesa. Cada classe de medicação age em uma fase desse ciclo e para que o tratamento seja mais eficaz, são utilizadas combinações de diferentes classes. É importante lembrar que ainda não há uma medicação que consiga destruir todos os vírus existentes no paciente e que alguns permanecem “escondidos” e podem voltar a se multiplicar se ele parar de tomar a medicação. O tratamento antirretroviral visa impedir a progressão da doença para AIDS.

São diversas as complicações que uma pessoa vivendo com HIV pode desenvolver, a principal delas é a AIDS, mas, com o tratamento adequado é possível retardar bastante este processo. Contudo, o vírus deixa a pessoa mais suscetível a

outras doenças, como um grande número de infecções e de tipos de cânceres. Dentre as infecções temos:

- **Tuberculose:** é a infecção oportunista mais comum associada ao HIV e uma das principais causas de morte entre pessoas com AIDS.
- **Salmonela:** a infecção é contraída através da ingestão de alimentos ou água contaminada. Entre os sintomas estão diarreia severa, febre, calafrios, dor abdominal e vômitos e é muito mais incidente entre soropositivos do que em soronegativos.
- **Meningite Criptocócica:** é uma infecção do sistema nervoso central, associada ao HIV, ocasionada por fungos encontrados no solo. Esta doença também pode estar ligada à pássaros ou fezes de morcego.
- **Toxoplasmose:** é uma infecção potencialmente fatal causada por um parasita transmitido usualmente por gatos. O animal infectado libera o parasita nas fezes, que é quando ele pode ser transmitido a humanos e outros animais.

Dentre os tipos mais comuns de câncer que podem se desenvolver com maior facilidade em pacientes soropositivos estão:

- **Sarcoma de Kaposi:** que é raro em pessoas saudáveis e comum entre os portadores do vírus HIV. O Sarcoma de Kaposi surge com lesões rosas, vermelhas, roxas, marrons ou pretas na pele e boca da pessoa e também pode afetar os órgãos internos como o trato digestivo e os pulmões.
- **Linfomas:** esse tipo de câncer se origina nos glóbulos brancos do sangue e usualmente aparece primeiramente nos nódulos linfáticos.

10.5 PREVENÇÃO

Para se prevenir contra o HIV, o mais importante é não se colocar em situação de risco para a infecção pelo vírus, ou seja:

Figura: 133 – Governo lança campanha de conscientização sobre o uso da camisinha



Fonte: DROGARIAMONTEIRO

- Faça sexo (vaginal, anal ou oral) sempre com proteção;
- Não compartilhe agulhas e seringas;
- Não reutilize objetos perfurocortantes no geral;
- No caso de violência sexual, comunique as autoridades o quanto antes e vá a um hospital, de preferência especializado, para que eles possam administrar os medicamentos de profilaxia de infecção pelo HIV ou outras infecções sexualmente transmissíveis (IST). As chances de não se desenvolver essas doenças quando a profilaxia é feita poucas horas após o ato é muito maior;
- Se a pessoa descobriu que tem o vírus, deve comunicar ao seu (sua) parceiro (a) ou pessoas com as quais teve relações sexuais. A pessoa precisará fazer os testes, pois um diagnóstico precoce faz com que o tratamento seja muito mais efetivo. Além disso, eles precisam saber se estão com o vírus para que não acabem por infectar outras pessoas.

Se a pessoa já foi diagnosticado com HIV, para se prevenir da AIDS o mais importante é que tome todos os seus medicamentos conforme prescrição e siga todas as demais orientações médicas, além de procurar ter uma vida mais saudável, se alimentando bem, mantendo o peso compatível com a idade, sexo e altura e, se ainda fuma, deixar de fumar.

No caso de infecções oportunistas ou outros sintomas enquanto está se tratando do HIV, é importante procurar assistência médica para tomar as providências corretas contra a doença o quanto antes, que incluem medicações que não interfiram com os seus antirretrovirais.

Figura: 134 – HIV: aumento de casos exige novas formas de conscientização



Fonte: GARCAONLINE

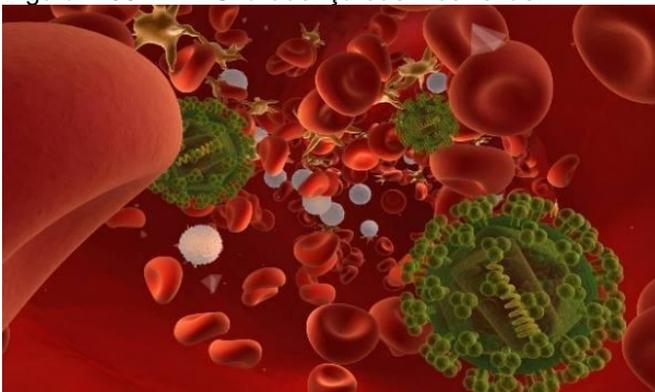
Todas as pessoas estão sujeitas à infecção pelo HIV, não importa o gênero, idade ou comportamento sexual. Para que isso aconteça é preciso apenas que tenham contato com uma das formas de transmissão do vírus.

Não há cura para a infecção pelo vírus HIV, mas há remédios que podem reduzir drasticamente a progressão da doença.

11 AIDS (Acquired Immunodeficiency Syndrome)

A AIDS (Acquired Immunodeficiency Syndrome), sigla em inglês para a Síndrome da Imunodeficiência Adquirida é uma doença crônica do sistema imunológico humano resultante da infecção pelo vírus HIV (Vírus da Imunodeficiência Humana – sigla em inglês), que danifica o sistema imunológico e interfere na habilidade do organismo lutar contra outras infecções.

Figura: 135 – AIDS: a doença das incertezas.



Fonte: AMMOR.ORG

A AIDS se caracteriza pelo enfraquecimento do sistema imunológico do corpo, com o organismo mais vulnerável ao aparecimento de doenças oportunistas que vão de um simples resfriado a infecções mais graves como tuberculose ou câncer. O próprio tratamento dessas doenças fica prejudicado com a presença do vírus HIV no organismo.

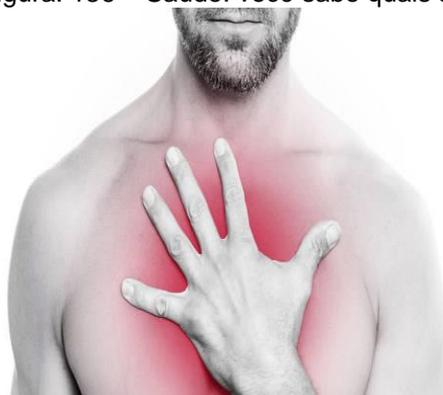
O organismo humano reage diariamente aos ataques de bactérias, vírus e outros micróbios, por meio do sistema imunológico. Muito complexa, essa barreira é composta por milhões de células de diferentes tipos e com diferentes funções, responsáveis por garantir a defesa do organismo e por manter o corpo funcionando livre de doenças.

O vírus HIV, dentro do corpo humano, começa a atacar o sistema imunológico ligando-se a um componente da membrana dessa célula, o CD4, penetrando no seu interior para se multiplicar. Com isso, o sistema de defesa vai pouco a pouco perdendo a capacidade de responder adequadamente, tornando o corpo mais vulnerável a doenças. Quando o organismo não tem mais forças para combater esses agentes externos, a pessoa começa a ficar doente mais facilmente e então se diz que tem AIDS. Esse momento geralmente marca o início do tratamento com os medicamentos antirretrovirais, que combatem a reprodução do vírus.

11.1 CAUSAS

A infecção pelo HIV evolui para AIDS quando a pessoa não é tratada e sua imunidade vai diminuindo ao longo do tempo, pois, mesmo sem sintomas, o HIV continua se multiplicando e atacando as células de defesa, principalmente os linfócitos TCD4+.

Figura: 136 – Saúde: você sabe quais são os sintomas de contágio do HIV?



Fonte: PEDROPITANGA

11.2 SINTOMAS

Uma pessoa pode estar infectada pelo HIV, sendo soropositiva, e não necessariamente apresentar comprometimento do sistema imune com depleção dos linfócitos T, podendo viver por anos sem manifestar sintomas ou desenvolver a AIDS.

Figura: 137 – Dezembro vermelho: relembre personalidades que morreram em decorrência da AIDS



Fonte: OBSERVATORIODATV.BOL.UOL

Existe também o período chamado de janela imunológica, que é o período entre o contágio e o início de produção dos anticorpos pelo organismo. Nesse período, não há detecção de positividade nos testes, pois ainda não há anticorpos, e pode variar de 30 a 60 dias. Embora nesse período a pessoa não seja identificada como portadora do HIV, ela já é transmissora.

Os primeiros sintomas de HIV observáveis para AIDS são:

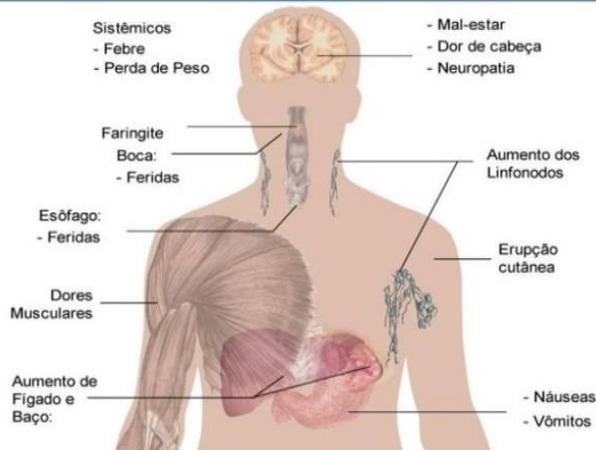
- Fraqueza;
- Febre;
- Emagrecimento;
- Diarreia prolongada sem causa aparente.

Nas crianças que nascem infectadas, os efeitos mais comuns são:

- Problemas nos pulmões;
- Diarreia;
- Dificuldades no desenvolvimento.

Figura: 138 – Os 18 sintomas da AID que muitos ignoram

Sintomas de AIDS



Fonte: DIVERSIDADE.BLOGSDAGAZETAWEB

11.2.1 Fase sintomática inicial da AIDS

- Candidíase oral;
- Sensação constante de cansaço;
- Aparecimento de gânglios nas axilas, virilhas e pescoço;
- Diarreia;
- Febre;
- Fraqueza orgânica;
- Transpirações noturnas;
- Perda de peso superior a 10%.

11.2.2 Fase aguda da AIDS

- Febre;
- Afecções dos gânglios linfáticos;
- Faringite;
- Dores musculares e nas articulações;
- Ínguas e manchas na pele que desaparecem após alguns dias;
- Feridas na área da boca, esôfago e órgãos genitais;
- Falta de apetite;
- Perda de peso;
- Estado de prostração;

- Dor de cabeça;
- Sensibilidade à luz;
- Náuseas e vômitos.

11.2.3 Os sintomas que pessoas com AIDS podem apresentar incluem:

- Emagrecimento não intencional;
- Fadiga;
- Aumento dos linfonodos, ou ínguas;
- Sudorese noturna;
- Calafrios;
- Febre superior a 38°C durante várias semanas;
- Diarreia crônica;
- Manchas brancas ou lesões incomuns na língua ou boca;
- Dores de cabeça;
- Fadiga persistente e inexplicável;
- Visão turva e/ou distorcida;
- Erupções cutâneas e/ou inchaços.

Figura: 139 – Saiba como denunciar discriminação contra pessoas com HIV e AIDS.



Fonte: AMAZONASNOTICIAS

Estes sintomas podem ser agravados sem o tratamento adequado, além de que, o paciente vivendo com HIV/AIDS pode apresentar outros sinais mais graves dependendo da doença oportunista que desenvolver.

11.3 FATORES DE RISCO

Para se contrair AIDS é necessário que a pessoa seja infectada pelo vírus HIV. Todos estão sujeitos a contrair o vírus HIV, uma vez que a doença não escolhe cor de pele, idade, gênero ou preferências sexuais, contudo, há alguns comportamentos de risco para a infecção por HIV, tais como:

- Reutilização de objetos perfurocortantes com presença de sangue ou fluidos contaminados pelo HIV.
- Compartilhamento de objetos de manicure, ou de seringas e agulhas, principalmente, no uso de drogas injetáveis;
- Relação sexual (vaginal, anal ou oral) com pessoa infectada sem o uso de preservativos.

Figura: 140 – Auxiliar de enfermagem contaminada pelo vírus HIV



Fonte: TST.JUS.BR

Figura: 141 – Alerta: jovem pega AIDS ao fazer as unhas



Fonte: NOTICIADAKI

Figura: 142 – Sexo e AIDS: passivos correm mais risco de transmissão do HIV



Fonte: VEJA.ABRIL

Mulheres HIV-positivas que queiram engravidar também precisam tomar as providências, sob orientação médica, para não transmitir o vírus para os seus filhos durante a gestação ou parto. Mulheres infectadas pelo HIV **não devem amamentar**, pois o vírus pode ser transmitido pelo leite materno.

11.4 DIAGNÓSTICO

Para diagnóstico de AIDS o médico analisará a condição de saúde geral do paciente, a evolução do HIV, a resposta aos tratamentos e a presença de doenças oportunistas. Existem vários testes para determinar em que estágio a doença está, dentre eles estão:

Figura: 143 – Diagnóstico da AIDS.



Fonte: BLOG.CIADACONSULTA

11.4.1 - Contagem de CD4

As células CD4 são um tipo de glóbulo branco que é especificamente destruído pelo HIV. A contagem de células CD4 em uma pessoa sem HIV pode variar de 500 a mais de 1.000. A infecção pelo HIV costuma diminuir a contagem de CD4. Quanto menor for o CD4, pior o comprometimento do sistema imunológico. Contagens abaixo de 200 células/mm³ mostram que o paciente tem risco de apresentar infecções oportunistas.

11.4.2 - Carga viral

O teste mede a quantidade de vírus no sangue e quanto maior a carga viral, mais o sistema imunológico pode ser agredido.

O médico também pode solicitar testes para outras infecções ou complicações relacionadas ao HIV/AIDS:

- Tuberculose;
- Hepatite;
- Toxoplasmose;
- Outras doenças sexualmente transmissíveis;
- Danos nos rins e fígado;
- Infecções de trato urinário;
- Sífilis.

11.4.3 - Tipos de Testes para Diagnóstico de HIV/AIDS

11.4.3.1 Testes Convencionais

Este teste foi o primeiro a ser desenvolvido. A ele, dá-se o nome de Ensaio Imunoenzimático, ou ELISA. Nele os profissionais de laboratório colhem uma amostra do sangue do paciente e buscam por anticorpos contra o vírus. Se a amostra não apresentar nenhuma célula de defesa específica para o HIV, o resultado é negativo e, então, oferecido ao paciente. Porém, caso seja detectado algum anticorpo anti-HIV no sangue, é necessária a realização de um teste adicional, o chamado teste confirmatório, para que se tenha certeza absoluta do diagnóstico. Nele, os profissionais buscam por fragmentos de HIV na corrente sanguínea do paciente.

Figura: 144 – Campanha contra AIDS tem foco na ampliação de testes para diagnóstico



Fonte: PORTALDOHOLANDA

11.4.3.2 Teste Rápido

Ele funciona da mesma forma que o teste convencional, com a diferença de que o resultado sai no mesmo dia, cerca de trinta minutos até duas horas após a realização do exame. Pode ser feito com sangue (inclusive da ponta do dedo) e na saliva. Isso permite que o paciente fique sabendo do resultado no momento da consulta médica. O teste é feito após o aconselhamento pré-teste. Com o resultado, seja ele positivo ou negativo, a pessoa passa por um aconselhamento pós-teste, muito importante para esclarecer dúvidas a respeito das formas de transmissão, tratamento e prevenção.

Figura: 145 – Secretaria de Saúde intensifica a oferta de testes rápidos para diagnóstico de HIV e outras doenças



Fonte: GRUPOOPINIAO

Figura: 146 – Testes rápidos de Hepatite B e C, Sífilis e HIV serão realizados na quinta-feira em Lajeado



Fonte: INDEPENDENTE

11.4.3.3 Teste de Flúido Oral

Este teste é a mais recente modalidade de testagem. Para realizar o exame, é necessário retirar uma amostra do fluido presente na boca, principalmente das gengivas e da mucosa da bochecha, com o auxílio de uma haste coletora. O resultado sai em 30 minutos e pode ser realizado em qualquer lugar, dispensando estruturas laboratoriais. No entanto, o teste de fluido oral serve apenas como triagem para o paciente.

Figura: 147 – SUS terá teste rápido para AIDS feito com fluido oral



Fonte: COLNIZAMTNOTICIAS

11.4.3.4 Western Blot

É um exame que detecta diferentes tipos de anticorpo contra o HIV1 e 2 e pode ser útil no caso de resultados discrepantes nos exames acima.

11.4.3.5 PCR ou Carga Viral para HIV

Via de regra, este exame é solicitado quando um dos exames acima é positivo. Ele detecta e quantifica o vírus HIV no sangue e é importante para monitorar o tratamento.

11.4.3.6 Testes Confirmatórios

Todo exame positivo para HIV precisa ser confirmado com um segundo teste. Hoje em dia, é possível ser soropositivo e viver com qualidade de vida. Basta tomar os medicamentos indicados e seguir corretamente as recomendações médicas. Saber precocemente da doença é fundamental para aumentar ainda mais a sobrevida da pessoa com HIV/AIDS.

11.5 COMPLICAÇÕES POSSÍVEIS

Quando o sistema imunológico está muito enfraquecido pelo HIV, outras infecções e doenças se aproveitam, são as chamadas infecções oportunistas.

11.5.1 Dentre as Infecções temos algumas doenças:

11.5.1.1 Tuberculose

É a infecção oportunista mais comum associada ao HIV e uma das principais causas de morte entre pessoas com AIDS. É extremamente comum que pessoas com HIV também estejam infectadas com tuberculose. Testar regularmente é fundamental.

Figura: 148 – Brasil tem 34% dos casos de coinfeção de tuberculose e HIV do mundo.



Fonte: ANTENAAFIM

11.5.1.2 Salmonella

A infecção é contraída através da ingestão de alimentos ou água contaminada. Entre os sintomas estão diarreia severa, febre, calafrios, dor abdominal e vômitos e é muito mais incidente entre soropositivos do que em soronegativos.

11.5.1.3 Meningite Criptocócica

É uma infecção do sistema nervoso central, associada ao HIV, ocasionada por fungos encontrados no solo. Esta doença também pode estar ligada à pássaros ou fezes de morcego.

11.5.1.4 Toxoplasmose

É uma infecção potencialmente fatal causada por um parasita transmitido usualmente por gatos. O animal infectado libera o parasita nas fezes, que é quando ele pode ser transmitido a humanos e outros animais.

11.5.1.5 Criptosporidiose

É uma infecção intestinal parasitária comumente encontrada em animais, transmitida para os humanos através da ingestão de água ou alimentos contaminados. O parasita cresce no intestino, levando a diarreias severas e crônicas em pacientes com AIDS.

11.5.2 Dentre as infecções temos alguns tipos de Câncer

Pessoas infectadas pelo HIV têm risco aumentado para alguns tipos de câncer. Dentre os tipos de câncer que podem se desenvolver com maior facilidade em pacientes soropositivos estão:

11.5.2.1 Sarcoma de Kaposi

Raro em pessoas saudáveis e mais comum entre pessoas com AIDS e imunossupressão severa. O Sarcoma de Kaposi surge com lesões escuras na pele e boca da pessoa e também pode afetar os órgãos internos como o trato digestivo e os pulmões. Em muitos casos, tratar o HIV acaba por resolver o sarcoma. Quando muito avançado, demanda quimioterapia.

Figura: 149 – O que é Sarcoma de Kaposi, sintomas, tratamento, coça? Tem Cura?

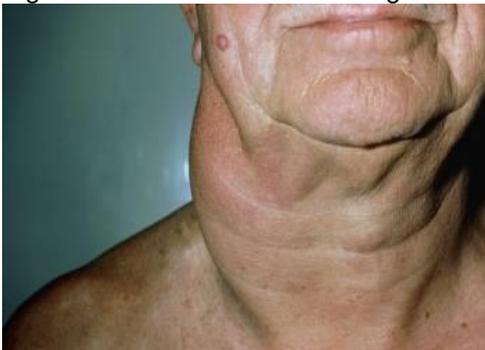


Fonte: OPAS.ORG

11.5.2.2 Linfomas

Esse tipo de câncer se origina nos glóbulos brancos do sangue e usualmente aparece primeiramente nos nódulos linfáticos. Requer quimioterapia para seu tratamento.

Figura: 150 – Linfomas não Hodgkin



Fonte: MSDMANUALS

11.5.3 Outras complicações podem incluir:

11.5.3.1 Síndrome de Wasting ou do Definhamento

É definida como a perda de ao menos 10% da massa corpórea do paciente, acompanhada de diarreia, fraqueza crônica e febre. Com os tratamentos, o número de casos de Síndrome do Definhamento tem diminuído, mas ainda afeta muitas pessoas com HIV.

11.5.3.2 Complicações Neurológicas

Sintomas neurológicos como confusão, esquecimento, ansiedade, dificuldade de caminhar podem acontecer em pessoas com AIDS. A demência relacionada à AIDS é uma complicação em geral tardia e de muito difícil condução.

11.5.3.3 Doenças renais

A nefropatia associada ao HIV é uma inflamação dos pequenos filtros dos rins, que removem o excesso de líquido e resíduos do sangue e os passa para a urina.

11.5.3.4 Lipodistrofia

Caracteriza-se pela concentração excessiva de gordura no abdome, tórax e nuca e perda de gordura na face, braços e pernas de pessoas soropositivas que estão utilizando a Terapia Anti-retroviral Altamente Ativa (HAART), também conhecida como terapia de combinação ou coquetel para o tratamento anti-HIV.

Pessoas com HIV também tem risco aumentado para doenças cardiovasculares, como infarto do miocárdio e acidente vascular cerebral. Por este motivo, talvez mais que a população em geral, pessoas com HIV precisam manter hábitos de vida saudáveis, tais como:

- Não fumar;
- Manter atividade física regular;

- Evitar obesidade;
- Consumir alimentos pobres em gorduras e açúcares, preferir frutas, verduras, legumes.

11.6 TRATAMENTO DA AIDS

Figura: 151 – Como é feito o tratamento da AIDS?



Fonte: ESTUDOPRATICO

A recomendação atual é que todas as pessoas infectadas, independente do CD4, devam ser tratadas o mais brevemente possível. O objetivo é minimizar os danos que o HIV causa no corpo e reduzir a transmissão: pessoas em tratamento e com carga viral **indetectável = intransmissível**.

Há várias medicações disponíveis e o tratamento é sempre combinado com pelo menos três drogas. Há um consenso brasileiro de tratamento de HIV/AIDS do Ministério da Saúde, que visa uniformizar o tratamento. A medicação de primeira escolha hoje está disponível em um único comprimido, que é a combinação de três remédios. No caso de contraindicação, efeitos adversos ou resistência, temos opções de outros antirretrovirais que deverão ser individualizados para cada paciente. A escolha do esquema de tratamento deve ser discutida entre o médico e o paciente.

Figura: 152 – Tratamento da AIDS



Fonte: MEDSIMPLES

O importante é que uma vez iniciado o tratamento, o paciente deve estar ciente de que ele não deve ser interrompido sem motivo e que as medicações devem ser tomadas todos os dias e nos intervalos prescritos. Quando utilizado de maneira irregular, o tratamento pode falhar por surgimento de vírus resistentes. Outras medicações utilizadas são as para prevenção de algumas doenças oportunistas, que em geral são suspensas com a melhora da imunidade do paciente.

Apesar de ainda **não existir cura** para a doença, atualmente há tratamentos retrovirais capazes de aumentar a expectativa de vida dos soropositivos.

11.7 PREVENÇÃO

A forma mais efetiva de se prevenir a AIDS é prevenindo a infecção pelo vírus HIV. Portanto, o mais importante é não se colocar em situação de risco para a infecção pelo vírus, ou seja:

Figura: 153 – Governo lança edital para projetos de assistência e prevenção do HIV/aids/hepati.



Fonte: WSCOM

- Fazer sexo (vaginal, anal ou oral) sempre com proteção;
- Não compartilhe agulhas e seringas;
- Não reutilize objetos perfurocortantes no geral;
- No caso de violência sexual, comunicar as autoridades o quanto antes e ir a um hospital, de preferência especializado, para que eles possam administrar os remédios de profilaxia de infecção pelo HIV ou outras infecções sexualmente transmissíveis (IST). As chances de não se desenvolver essas doenças quando a profilaxia é feita poucas horas após o ato é muito maior;

- Se a pessoa descobriu que tem o vírus, comunicar o seu parceiro ou pessoas com as quais teve relações sexuais. Ele (s) precisará fazer os testes, pois um diagnóstico precoce faz com que o tratamento seja muito mais efetivo. Além disso, eles precisam saber se estão com o vírus para que não acabem por infectar outras pessoas.

Portanto, se a pessoa já foi diagnosticado com HIV, para se prevenir da AIDS o mais importante é tomar todos os seus medicamentos conforme prescrição e seguir todas as demais orientações médicas, além de procurar ter uma vida mais saudável, se alimentando bem, mantendo o peso compatível com a sua idade, sexo e altura e evitar o fumo.

No caso de infecções oportunistas ou outros sintomas enquanto está se tratando do HIV, é importante procurar assistência médica para tomar as providências corretas contra a doença o quanto antes, que incluem medicações que não interfiram com os seus antirretrovirais.

11.8 CONVIVENDO COM A AIDS

Uma vez que o paciente soropositivo desenvolve AIDS significa que o seu sistema imunológico já está bastante comprometido. Por isso, é essencial fazer escolhas saudáveis para que se possa viver por mais tempo e com mais qualidade.

As seguintes sugestões podem ajudar os pacientes soropositivos a ficarem saudáveis por maior período de tempo:

Figura: 154 – Aprendendo a conviver.



Fonte: TRIBUNAPR

11.8.1 Comer alimentos saudáveis

Frutas e vegetais frescos, grãos e proteínas, em uma dieta equilibrada, ajudam a manter o paciente forte, liberar mais energia e a dar suporte ao sistema imunológico. Mas cuidado, doenças relacionadas a ingestão de alimentos podem ser especialmente mais severas em pessoas vivendo com HIV/AIDS. Evite produtos lácteos não pasteurizados, ovos crus e frutos do mar crus, como ostras e peixes. Cozinhe a carne até que ela fique bem passada ou até que não haja nenhum traço cor de rosa.

11.8.2 Tomar as vacinas

A imunização pode prevenir infecções como pneumonia, Hepatite **B**, Hepatite **A**, HPV, meningite, febre amarela, sarampo, tétano e gripe, entre outros. Converse com seu médico, que saberá dizer quando e qual vacina está recomendada para você.

11.8.3 Tomar cuidado com os animais de estimação

Alguns animais podem carregar parasitas que causam infecções em pessoas soropositivas ou com o sistema imunológico enfraquecido. O ideal é conversar com o médico para saber se esta é a melhor hora de manter um bichinho em casa e sob quais condições.

11.8.4 Não fumar

Pacientes soropositivos têm o sistema imunológico enfraquecido e estão mais susceptíveis a diversas doenças, inclusive comorbidades relacionadas aos pulmões.

11.8.5 AIDS na Gestação

Durante a gestação, uma mulher soropositiva não vai necessariamente transmitir o vírus para o bebê. O maior risco é durante o parto e depende da carga viral da paciente: se for muito alta o ideal é fazer uma cesárea. Durante toda a

gestação a mulher deve ser medicada, pois isso reduz drasticamente o risco de transmissão para o bebê. Além disso, durante o parto, a mãe deve receber medicação endovenosa contra o HIV. Os filhos nascidos de mãe infectada pelo HIV também devem receber medicamento contra HIV no início da vida. Os bebês **NÃO devem receber leite materno, que pode transmitir HIV.**

11.8.5 AIDS na Terceira Idade

Os pacientes idosos com HIV enfrentam os mesmos problemas relacionados ao envelhecimento que as outras pessoas. O envelhecimento pode ser acelerado na infecção pelo HIV, bem como maior o risco de doenças cardiovasculares. Pacientes idosos recebem o mesmo tratamento que adultos jovens, mas deve-se levar em consideração interações com outros remédios que o paciente eventualmente precise usar. Nem todos os remédios combinam entre si. Por isso, o infectologista precisa centralizar o cuidado, em especial de pacientes com múltiplas comorbidades.

Há alguns anos atrás, receber o diagnóstico de AIDS era uma sentença de morte. Hoje, contudo, apesar de ainda não se ter descoberto a cura para a infecção, este quadro mudou. Ter o HIV não é a mesma coisa que ter a AIDS. Há muitos soropositivos que vivem anos sem apresentar sintomas e sem desenvolver a doença. Mas, ainda assim, podem transmitir o vírus a outras pessoas.

Figura: 155 – Dia Mundial da SIDA 2017. Infecções por VIH. Feita pequena alteração por Glauca de Farias.



Fonte: FOJASSIDA

A AIDS continua sendo um dos maiores desafios da saúde pública no mundo, especialmente nos países mais pobres. No Brasil temos centros especializados no tratamento da doença com equipes multidisciplinares que podem ajudar o paciente com AIDS a viver da melhor forma possível, desde que use os seus medicamentos e siga todas as demais recomendações médicas para o seu caso.

ATIVIDADES MNEMÔNICAS

► HEPATITE - Respostas as questões abaixo:

1. Quais são os tipos mais comuns de Hepatite?

Resposta: _____

2. Além das Hepatites comuns existem outros tipos menos conhecidos?

Resposta: _____

3. Hepatite é transmissível?

Resposta: _____

4. A Hepatite ataca o fígado e deixa a pessoa amarela?

Resposta: _____

5. Quem teve Hepatite pode doar sangue?

Resposta: _____

► HIV – VÍRUS DA IMUNODEFICIÊNCIA HUMANA - Respostas as questões abaixo:

1. O que é HIV?

Resposta: _____

2. Ter o HIV é a mesma coisa de ter AIDS?

Resposta: _____

3. Quando é que o HIV se transformar em AIDS?

Resposta: _____

4. Como se pega o HIV?

Resposta: _____

5. Qual é a forma mais eficaz de prevenção contra o vírus HIV?

Resposta: _____

**► AIDS (ACQUIRED IMMUNODEFICIENCY SYNDROME) -
Respostas as questões abaixo:**

1. O que é AIDS?

Resposta: _____

2. Como acontece a transmissão da AIDS?

Resposta: _____

3. Qualquer pessoa pode contrair HIV/AIDS?

Resposta: _____

4. Quanto tempo demora para os sintomas da AIDS se manifestarem?

Resposta: _____

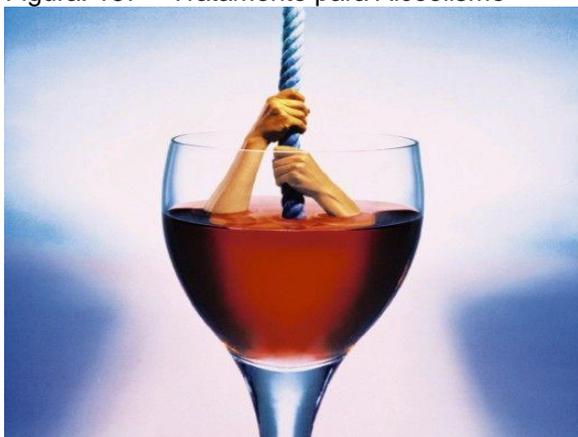
5. A prática da masturbação com parceiro eventual implica risco de contágio pelo HIV/AIDS?

Resposta: _____

MÓDULO 3 - UNIVERSO DAS DROGAS

12 ALCOOLISMO

Figura: 157 – Tratamento para Alcoolismo



Fonte: PSQUIATRAPORTOALEGRE.MED

Registros arqueológicos revelam que os primeiros indícios sobre o consumo de álcool pelo ser humano data de aproximadamente 6000 a.C., sendo, portanto, um costume extremamente antigo e que tem persistido por milhares de anos. A noção de álcool como uma substância divina, por exemplo, pode ser encontrada em inúmeros exemplos na mitologia, sendo talvez um dos fatores responsáveis pela manutenção do hábito de beber ao longo do tempo.

Figura: 158 – Lei seca nos Estados Unidos



Fonte: PT.WIKIPEDIA.ORG

Inicialmente, as bebidas tinham conteúdo alcoólico relativamente baixo, como por exemplo, o vinho e a cerveja, já que dependiam exclusivamente do processo de fermentação. Com o advento do processo de destilação, introduzido na Europa pelos

árabes na Idade Média, surgiram novos tipos de bebidas alcoólicas, que passaram a ser utilizadas na sua forma destilada.

Atualmente pode-se dizer que o alcoolismo é um dos problemas mais graves de saúde pública e, no entanto, poucos ainda associam o hábito de beber a uma doença. Por ser uma substância lícita, em que a fronteira entre o aceitável e o excesso às vezes é tênue, acaba facilitando a travessia da fronteira entre hábito e vício e ocasionando a doença.

As **bebidas alcoólicas** são **drogas psicotrópicas lícitas** com propriedades depressoras do sistema nervoso central, que podem causar **dependência física e psíquica**.

O álcool é uma droga lícita, ou seja, é legalmente comercializada, porém suas consequências quase sempre causam problemas ilícitos e passíveis de sofrerem as reprimendas da lei e da sociedade.

Figura: 159 – Dez mil anos de Pileque



Fonte: SUPER.ABRIL

12.1 ÁLCOOL

As bebidas alcoólicas representam as drogas depressoras do SNC (Sistema Nervoso Central) mais antigas das quais se tem conhecimento. Seu processo de produção é simples, porém provoca mudança no comportamento de quem o consome, além de ter potencial para desenvolver dependência.

O álcool é uma substância bastante energética, em épocas passadas chegou a ser usado em pacientes após cirurgias para uma reposição mais rápida de energia perdida na cirurgia. O álcool contido nas bebidas utilizadas pelo homem é o etanol (álcool etílico), ele é um líquido incolor.

Figura: 160 – 5 drinks sem álcool para quem não bebe



Fonte: SIMPLIFICA.EFACIL

Existem basicamente dois tipos de bebidas alcoólicas:

12.1.1 – Fermentadas

São as mais antigas conhecidas, com teor alcoólico não muito alto. O álcool é produzido através da fermentação de açúcares contidos em determinados produtos naturais, como por exemplo, em frutas (uva), grãos (cereais) e em caules (raízes como na cana-de-açúcar). Originam-se de um fruto ou grão, que por ação de leveduras, sofrem um processo de fermentação.

São exemplos de bebidas fermentadas:

- Vinho (fermentação da uva);
- Cerveja (fermentação de grãos de cereais);
- Outros (fermentação do mel, cana-de-açúcar, beterraba, mandioca, milho, pimenta, arroz, etc.).

12.1.2 – Destiladas

Destiladas ou por destilação e/ou adição de álcool resultante de destilação, ou seja, são obtidas destilando uma bebida fermentada, isto é, eliminando pelo calor, parte da água nela contida, o que aumenta a concentração etílica até 40%. As bebidas destiladas contêm mais álcool do que as fermentadas.

São exemplos de bebidas destiladas:

- Aguardente;
- Cachaça ou pinga;
- Licor;
- Gin;
- Vodka;
- Rum;
- Uísque;
- Vermute;

Apesar do desconhecimento por parte da maioria das pessoas, o álcool também é considerado uma droga psicotrópica, pois ele atua no sistema nervoso central, provocando uma mudança no comportamento de quem o consome, além de ter potencial para desenvolver dependência.

O álcool é uma das poucas drogas psicotrópicas que tem seu consumo admitido e até incentivado pela sociedade. Esse é um dos motivos pelo qual ele é encarado de forma diferenciada, quando comparado com as demais drogas.

Apesar de sua ampla aceitação social, o consumo de bebidas alcoólicas, quando excessivo, passa a ser um problema.

12.2 ALCOOLISMO

O alcoolismo pode ser definido como o desenvolvimento de desvios de comportamento característicos, associados ao consumo prolongado e consistente de quantidades excessivas de álcool, como também, a preocupação com bebidas alcoólicas ao ponto que este comportamento interfira com a vida pessoal, familiar, social ou profissional da pessoa.

O alcoolismo é uma doença onde há dependência do uso de álcool, frequentemente crônica e progressiva que afeta milhares de pessoas em todo o mundo. Já o abuso de álcool é diferente do alcoolismo porque não inclui uma vontade incontrolável de beber, perda do controle ou dependência física.

Figura: 161 – Alcoolismo



Fonte: JCARLAMARTINS.BLOGSPOT.COM

Uma pessoa que tem dificuldades em lidar com o problemas relacionados ao álcool, ou que é reticente em aceitar um tratamento do alcoolismo, define-se como uma pessoa que ingere grandes quantidades de bebidas alcoólicas e considera que isso gera pouco ou nenhum risco de se tornar um vício. O que caracteriza o alcoolismo é o ato de beber constantemente, e isso transforma um bebedor ocasional em um viciado.

12.3 LEI Nº 11.705/2008 (Lei Seca)

Esta lei alterou o Código de Trânsito Brasileiro e proibiu o consumo de qualquer quantidade de álcool por condutores de veículos. A lei 11.705 era uma esperança de que o motorista antes de dirigir pensasse nas consequências de seus atos ao volante.

Figura: 162 – A vacina contra alcoolismo vem aí



Fonte: SONOTICIABOA

12.4.2 - A vida social

Uma pessoa com uma vida social ativa, que sai à noite ou que anda de festa em festa tem tendência para o consumo. A desinibição que o álcool pode provocar, comumente associado ao prazer e à diversão, pode simbolizar o começo do alcoolismo e uma cura muito lenta;

12.4.3 - O dia-a-dia

A vida nem sempre é um mar de rosas e nem sempre tudo sai bem de primeira. Existem pessoas que, simplesmente, não querem mais saber e bebem para esquecer os problemas e/ou dificuldades. Aqui, o vício do alcoolismo é crônico e pode conduzir a dificuldades de aprendizagem e rupturas no meio familiar, social e profissional;

12.4.4 - As depressões

As pessoas que apresentam distúrbios emocionais, são as mais incompreendidas e isso pode levar ao alcoolismo, pois é visto como um escape face às inseguranças e ansiedade. Trata-se da criação de um refúgio próprio e pessoal, onde mais ninguém entra. São as pessoas que mais colocam barramentos e entraves a um tratamento de alcoolismo, pois consideram não ter problema nenhum;

12.4.5 - Os conflitos familiares

Estes conflitos podem ser causados pelo divórcio, separação ou abandono, agravam qualquer tipo de problema ou reforçam a criação de mundo isolado. O alcoolismo surge como companhia e solução para esquecimento de todos os problemas.

Além de todos os itens acima relatado em nosso meio, as bebidas alcoólicas são cada vez mais consumidas e até exaltadas e as pessoas são introduzidas nelas cada vez mais cedo. É verdade que a maioria das pessoas que consome bebidas alcoólicas não se torna alcoólatra, mas essa disponibilidade aumentada estimula em

muito o alcoolismo. Como em outras drogas, enquanto algumas pessoas conseguem apenas experimentar, outras ficam viciadas nos primeiros goles.

12.5 SINTOMAS

A palavra alcoolismo é conhecida de todos. Porém, são poucos os que sabem exatamente o seu significado e como esse manifesta-se no corpo humano. O alcoolismo é considerado doença pela Organização Mundial da Saúde (OMS).

A pessoa começa por beber um copo com os amigos ou pela ingestão de uma bebida às refeições e, sem se dar conta, está no meio da tarde a beber um “copito” no café da esquina para que o trabalho possa correr melhor. Esta é a imagem típica do alcoolismo e do alcoólico. A bebida vai “caindo” cada vez melhor à medida que o hábito pelo consumo aumenta.

Figura: 164 – Como ajudar pessoas que enfrentam o alcoolismo



Fonte: PSICOLOGOETERAPIA

O alcoolismo, também conhecido como "síndrome da dependência do álcool", é uma doença que se desenvolve após o uso repetido de álcool, tipicamente associado aos seguintes sintomas (que não, necessariamente, ocorrem juntos):

12.5.1 - Compulsão

- Uma necessidade forte ou desejo incontrolável de beber;

12.5.2 - Dificuldade de controlar o consumo

- Não conseguir parar de beber depois de ter começado;

12.5.3 - Sintomas de abstinência física

- Como náusea, suor excessivo, tremores vômitos, irritação, ansiedade, podendo evoluir para convulsões e estados de confusão mental com falta de orientação no tempo e no espaço e alucinações, quando deixa de beber;

12.5.4 – Tolerância

- Necessidade de doses maiores de álcool para atingir o mesmo efeito obtido com doses anteriormente inferiores ou efeito cada vez menor com uma mesma dose da substância.

No alcoolismo, a vontade de beber é tanta, que obriga à dependência e esta acarreta alterações radicais de humor e conduz a comportamentos desequilibrados.

O alcoólatra tem grande dificuldade de parar de beber, está sujeito aos mesmos riscos do abuso de álcool, mas, como não consegue abandonar a bebida, apresenta muitas vezes uma deterioração na saúde, na vida pessoal, na familiar, na social (círculo de amizades) e no trabalho (profissional) de cada um.

O alcoolismo atua nos sentidos do indivíduo, fazendo com que este rejeite qualquer tipo de tratamento, ficando sempre num estado ébrio. A recuperação do alcoolismo passa a ser o problema e não a solução.

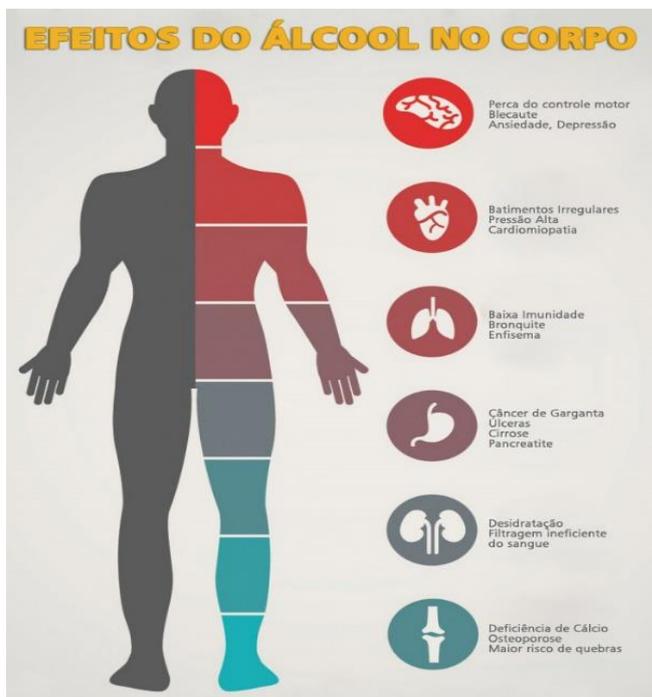
12.6 CONSEQUÊNCIAS

Apesar de ser aceito pela sociedade, o álcool oferece uma série de perigos tanto para quem o consome, quanto para as pessoas que estão próximas. Este é um real motivo para que o consumo abusivo de álcool seja considerado uma questão de saúde pública.

O abuso do álcool acontece quando uma pessoa continua a beber em grandes quantidades mesmo quando este tipo de comportamento traz problemas para sua vida. Vale lembrar que, para algumas pessoas, de acordo com idade, gênero e aspectos individuais de saúde, o consumo pesado e continuado de bebidas alcoólicas por muitos anos, mesmo que não seja diagnosticado como alcoolismo, pode estar

relacionado com outras doenças. Os efeitos do álcool sobre cada pessoa são diferentes e dependem de uma série de fatores, mesmo quando consumido em quantidades iguais.

Figura: 165 – Efeitos do Álcool no Corpo – Sintomas do Alcoolismo



Fonte: ALCOOLATRAS.COM

Outro fator importante é que parte dos acidentes de trânsito, comportamentos antissociais, violência doméstica, ruptura de relacionamentos e problemas no trabalho são provenientes do uso nocivo de álcool.

Figura: 166 – Alcoolismo é doença! Merece respeito e tratamento digno



Fonte: NONNABUKA.WORDPRESS.COM

Entre os problemas que podem ocorrer no dia a dia de um alcoólatra por conta de sua doença estão:

- **Maus tratos e violência doméstica:** a ingestão de álcool pode impulsionar episódios de violência doméstica. São comuns os relatos de mulheres agredidas por maridos alcoolizados, uma vez que o álcool é um agente potencializador de violência, com capacidade de alterar a tomada de decisões e a percepção da realidade.
- **Envolvimento com o crime:** a relação entre criminalidade e o consumo de álcool é reconhecidamente um grave problema social. A bebida provoca a desinibição ou prejuízo cognitivo, levando a pessoa embriagada a se envolver em atividades criminosas.
- **Desorientação na rua:** o álcool pode provocar confusão mental, o que torna a pessoa incapaz de pensar com clareza e agilidade. Nesse sentido, a desorientação acaba se tornando comum e, muitas vezes, o alcoólatra pode sentir dificuldades em voltar para casa, dada a sua embriaguez.
- **Acidentes de trânsito:** são frequentes as notícias relacionadas a acidentes de trânsito com vítimas fatais que envolvem o uso de álcool. Mesmo cientes do perigo, muitos motoristas acabam sendo imprudentes ao dirigir após beber, colocando em risco a si e ao próximo.
- **Abandono de emprego ou estudo:** a dependência química em álcool pode desestimular uma pessoa a realizar atividades comuns, como trabalhar e estudar. O estado de embriaguez faz com que o indivíduo tenha ausências constantes nos locais em que possui compromissos sociais diários.

Como vimos as consequências da ingestão de álcool, mesmo em pequenas quantidades ou desde a embriaguez, causam enormes problemas para a saúde física e mental, esses problemas vão desde uma intoxicação capaz de gerar alterações motoras e os reflexos, comprometendo a capacidade de dirigir veículos, ou operar outras máquinas, problemas na fala, delirium tremens (estado de confusão mental, alucinações e convulsões) e até o coma, caso a pessoa fique privada de beber. As consequências podem ser divididas em:

12.6.1 Consequências em curto prazo

Quanto mais alta for a concentração de álcool no sangue, mais severas poderão ser as alterações da consciência e os sintomas de intoxicação alcoólica:

- Comportamento desadequado;
- Humor instável;
- Falta de discernimento;
- Fala arrastada;
- Déficit de atenção;
- Problemas de memória, incluindo-se “apagões” de memória
- Falta de coordenação.

Figura: 167 – Homem Bêbado. Enxuga Litro



Fonte: MALACRIASOLUCOES

12.6.2 Consequências a médio e longo prazo

Figura: 168 – O problema do alcoolismo na sociedade brasileira



Fonte: REDACAONLINE

O alcoolismo tem vários efeitos, e na maior parte dos casos são muito negativos sobre a saúde física e psíquica, estes por vezes causam prejuízos graves nos vários contextos em que a pessoa se move, sejam eles laboral, familiar ou social, e que estão relacionados com exclusão social, acidentes de trânsito, comportamentos agressivos, etc.

12.7 PROBLEMAS FÍSICOS

Com o passar do tempo, o consumo excessivo e continuado de álcool aumenta o risco para complicações de saúde, como por exemplo:

Figura: 169 – Como ajudar pessoas que enfrentam o alcoolismo



Fonte: PSICOLOGOETERAPIA

- **Gastrointestinais:** úlcera, varizes esofágicas, gastrite, gordura no fígado (esteatose hepática), hepatite, pancreatite, cirrose;
- **Neuromusculares:** câibras, perda de força muscular, dormência, distúrbios de coordenação;
- **Cardiovasculares:** hipertensão, arritmias, aumento do risco de acidente vascular isquêmico;
- **Sexuais:** redução da libido, ejaculação precoce, disfunção erétil, infertilidade.

12.8 TRANSTORNOS MENTAIS

- **Depressão:** o álcool tem um efeito depressor sobre o sistema nervoso central e aumenta o risco de perturbações de humor e de depressão, que se revelam pelos sintomas habituais: desinteresse, perda ou aumento de peso, perturbações do sono, fadiga, perda de energia ou agitação, pensamentos negativos, diminuição

da capacidade de pensamento ou concentração, e nos casos mais severos, pensamentos suicidas.

- **Abstinência:** ocorre quando, após um período de alcoolismo intensivo, há uma paragem no consumo ou uma redução abrupta e significativa das quantidades ingeridas. Pode revelar-se algumas horas depois ou surgir até quatro a cinco dias após esse momento e os sintomas são: taquicardia, tremores nas mãos, insónia, náuseas e vômitos, alucinações, inquietação, agitação e ansiedade. Nos casos mais graves, a situação de delirium tremens é acompanhada de febre, convulsões e confusão mental.
- **Demência:** a memória é frequentemente afetada não só pela ação do álcool como pela má nutrição, que torna frequente nos alcoólicos a carência de vitamina B1, essencial para a manutenção da capacidade de armazenar novas memórias. A destruição da memória, por causa do excesso de bebida alcoólica, pode se agravar e dura por muitos anos.
- **Psicose:** induzida pelo álcool, consiste sobretudo em alucinações e ideias delirantes (ideias falsas que resistem a toda a argumentação lógica e ao teste da realidade). Existe pessoas mais suscetíveis a sofrerem uma psicose do que outras e a durabilidade da psicose dependente de inúmeros fatores (manutenção do consumo, vulnerabilidade, história prévia de psicose, concomitância de consumos de outras substâncias, etc.).

Figura: 170 – Absinto provoca alucinações



Fonte: SUPER.ABRIL

O **alcoólatra**, ou seja, o **viciado no consumo de álcool**, terá grandes chances de desenvolver **doenças senis**, como o Alzheimer, diabetes e osteoporose, bem como outras doenças, como já acima relatado.

12.9 DIAGNÓSTICO

O diagnóstico de alcoolismo não tem relação com o tipo e quantidade da substância ingerida pela pessoa, mas sim à capacidade em controlar o consumo de bebida. Portanto, para definir uma pessoa como alcoólatra é mais significativo analisar o impacto do álcool na sua vida e se já tentou parar de beber e não conseguiu.

Figura: 171 – Clínica para Alcoolismo



Fonte: CLINICASRESTITUINDOSONHOS

Figura: 172 – Alcoolismo: como erradicar?



Fonte: EXPANSIVEL.BLOGSPOT.COM

O diagnóstico para o alcoolismo consiste em entrevista (Anamnese completa) com a pessoa e familiares, como também, se necessário com pessoas próximas, além de exame físico. De acordo com o grau de dependência e estado de saúde em que se encontra.

É difícil diagnosticar quando o alcoolismo passa a ser considerado um risco para o paciente, pois a grande maioria das pessoas que consomem álcool afirma que o fazem apenas socialmente e assim não admitem o vício. Dessa forma, há algumas perguntas que todos os consumidores de bebidas alcoólicas deveriam responder.

- Você já sentiu que deveria diminuir seu consumo de bebida?
- As pessoas já o irritaram quando criticaram sua bebida?
- Você já se sentiu mal ou culpado a respeito de sua bebida?

- Você já tomou bebida alcoólica pela manhã para começar o dia ou para se livrar de uma ressaca?

Existem várias outras que poderiam ser incluídas nessa lista, mas se a resposta para qualquer uma delas é positiva, significa que a bebida representa um problema na sua vida. Por tanto, é necessário procurar um profissional da saúde para que ele venha a julgar se a bebida é realmente um vício na sua vida e qual é o melhor tratamento.

Mesmo que todas as respostas sejam negativas, recomenda-se que o indivíduo busque a ajuda de profissionais da saúde quando ocorrem situações nas quais o álcool possa influenciar negativamente a rotina, funções acadêmicas e/ou profissionais e as relações pessoais.

Apenas um "sim" sugere um possível problema. Em qualquer dos casos, é importante ir ao médico psiquiatra para que um diagnóstico preciso seja realizado. Eles podem ajudar a determinar se você tem ou não um problema com a bebida, e, se você tiver, poderão recomendar a melhor atitude a ser tomada.

Profissionais da área de saúde fazem uma distinção clínica entre quem tem problemas com bebidas (abuso do álcool) e quem é viciado (dependência do álcool).

12.10 SÍNDROME DA ABSTINÊNCIA ALCOÓLICA

A síndrome da abstinência alcoólica consiste em um grupo de sintomas que um indivíduo apresenta quando há uma interrupção abrupta da ingestão de bebida após o consumo em excesso da mesma por um longo período de tempo.

Esta síndrome é mediada por diferentes mecanismos. O equilíbrio neuroquímico cerebral é mantido pelos neurotransmissores excitatórios e inibitórios.

As manifestações clínicas desta síndrome variam desde leve até muito grave, podendo levar à morte. Os sintomas costumam aparecer logo ao acordar, uma vez que há a diminuição da concentração de álcool na corrente sanguínea durante o sono. A severidade da sintomatologia também fica na dependência de fatores como idade, genética e, a mais importante, o grau de consumo de álcool e tempo de uso do mesmo.

Figura: 173 – O melhor tratamento para alcoolismo



Fonte: CLINICAVITTA.ORG

Dentre as manifestações clínicas estão:

- Agitação;
- Alucinações;
- Anorexia;
- Ansiedade;
- Ataques de pânico;
- Confusão;
- Catatonia;
- Tremores;
- Fraqueza;
- Excessiva sudorese;
- Alterações de humor;
- Diarreia;
- Cefaleia;
- Hipertensão;
- Insônia;
- Náuseas e vômitos;
- Palpitações;
- Taquicardia;
- Depressão;
- Convulsões
- Morte.

A pessoa que consome álcool a bastante tempo apresenta deficiência em diversos nutrientes no organismo, fato este que pode causar complicações graves durante a crise de abstinência alcoólica devendo ser orientado pela equipe medica durante o tratamento do alcoolismo.

12.11 TRATAMENTO

Diversos motivos podem levar uma pessoa a beber compulsivamente, como crise econômica, frustrações na vida afetiva, desemprego e problemas emocionais. Tais fatores podem levar uma pessoa a buscar refúgio em bebidas alcoólicas como se fossem a solução para qualquer problema.

Figura: 174 – Homem Bêbado - Pescoço vermelho segurando um cartoon de cerveja



Fonte: BR.DEPOSITPHOTOS.COM

O uso constante, descontrolado e progressivo de bebidas alcoólicas pode comprometer seriamente o bom funcionamento do organismo, levando a consequências irreversíveis. A pessoa dependente do álcool, além de prejudicar a sua própria vida, acaba afetando a sua família, amigos e colegas de trabalho.

Apesar das consequências desastrosas, o ato de beber é considerado parte fundamental do convívio social, dificultando as campanhas (por sinal muito aquém do necessário) de conscientização, por isso é tão importante incentivar a pessoa a iniciar um tratamento do alcoolismo.

Existe tratamento que podem ser feitos em casa, no CAPS, em consultório, ou em casos mais graves em hospital (quando o paciente não reconhece a sua doença e encontra-se em estado crítico). O Alcoólicos Anônimos, também, pode ser uma boa alternativa para controlar a dependência química e aprender a lidar com a doença.

Mas, para que tudo dê certo é preciso que o paciente tenha apoio familiar e de amigos e que se mantenha fiel à sua recuperação, sem voltar a ingerir álcool, por menor que seja a dose.

Figura: 175 – Clínica de alcoolismo: entenda como funciona o tratamento



Fonte: BLOG.VIVERSEMDROGA

No tratamento do alcoolismo seja de qualquer tipo é preciso que, o indivíduo esteja consciente de que o álcool é uma droga que está lhe fazendo mal, e querer mudar essa situação. Além disso, ele necessita saber que é muito difícil sair do vício por conta própria e, por isso, é aconselhada a procura pelo auxílio de especialistas (Psiquiatra e Psicólogo), que irá avaliar as possibilidades de tratamento.

O tratamento para o alcoolismo é complexo, pois envolve tanto questões orgânicas quanto psíquicas. O primeiro passo é a desintoxicação do organismo, ou seja, retirar o álcool do corpo da pessoa com segurança através do acompanhamento de profissional habilitado. A pessoa é internada e pode sofrer com a síndrome de abstinência, caracterizada por sintomas (tremores, alucinações e alterações de comportamento) que surgem quando se suspende a bebida. Durante o tratamento, o paciente também pode fazer uso de ingestão de medicamentos com a finalidade de auxiliar no controle do desejo de consumir álcool.

Como continuidade ao tratamento do alcoolismo a psicoterapia é sempre indicada, a fim de evitar recaídas e tratar a dependência psicológica ou os motivos que levaram a pessoa a fazer o uso abusivo do álcool, como fatores existenciais, por exemplo.

A terapia pode ser individual, porém é muito importante, também, a terapia em grupo para dar a motivação ao tratamento e para a recuperação.

Recaídas são muito comuns. Mas isso não significa que a pessoa fracassou ou não irá se recuperar do alcoolismo. No caso de uma recaída, é muito importante retomar o foco no objetivo e manter o apoio necessário para não voltar a beber. O envolvimento da família é fundamental nessa etapa, pois o alcoolismo é uma doença que envolve não só o dependente, mas também todos de seu convívio.

Figura: 176 – Dia do Alcoólico recuperado



Fonte: MENSAGENSCOMAMOR

Embora o alcoolismo seja uma doença tratável, **ainda não há cura**. Isto significa que, mesmo que um dependente de álcool esteja sóbrio por muito tempo, ele é suscetível a recaídas. Por isso deve-se evitar qualquer bebida alcoólica, em qualquer quantidade. "Reduzir" o consumo pode até diminuir ou retardar problemas, mas não é suficiente: a abstinência é necessária para que a recuperação seja bem-sucedida.

O Álcool é responsável, além de diversas doenças, por grande parte dos atos de violência e dos acidentes dos mais variados. Ele pode ser o gatilho para acidentes de trânsito, violência doméstica e no trabalho, crimes violentos e até suicídios.

Figura: 177 – Dia Nacional de Combate ao Alcoolismo



Fonte: CLINICAPRORIM

O alcoolismo é considerado uma doença crônica de etiologia indeterminada, tratável, com início insidioso, mostrando sintomas e sinais reconhecíveis proporcionais à sua severidade, além de ser comprovadamente porta de entrada para outras drogas.

O alcoolismo é um dos problemas mundiais de uso de drogas que mais traz custos e afeta milhares de pessoas. Com exceção do tabagismo, o alcoolismo é mais custoso para os países do que todos os problemas de consumo de droga combinados. Segundo a ONU (2018) o Brasil ocupa a terceira posição entre os países da América quando o assunto são mortes de homens causadas pelo alcoolismo.

13 TABAGISMO

O tabagismo é considerado uma doença pela Organização Mundial de Saúde (OMS) devido às alterações físicas, emocionais e comportamentais que provoca. Além disso, é uma droga que contém mais de 4.700 substâncias químicas nocivas para o organismo.

Figura: 178 – Tabaco, charuto, cigarros, cachimbos e um punhado de tabaço



Fonte: COLOURBOX.

A forma mais comum de usar o tabaco é através do cigarro, que mata metade dos seus usuários. Existem também charuto, cachimbo, rapé, narguilé e, mais recentemente, o cigarro eletrônico. Os dois primeiros aumentam o risco de desenvolver câncer na boca, faringe, laringe e esôfago.

Fumar não faz mal à saúde somente daqueles que fumam. A fumaça produzida pelo cigarro prejudica até mesmo quem não fuma e os coloca na condição de tabagismo passivo, que também aumenta o risco de câncer de pulmão, infarto e doenças respiratórias.

Figura: 179 – Fumante passivo. Ilustração do Artistan / Shutterstock.com.



Fonte: INFOESCOLA

As crianças que estão expostas no ambiente doméstico quando têm pais ou responsáveis que fumam dentro de casa, elas adoecem mais de infecções respiratórias e alergias, correm risco de morte súbita da infância e aumentam as chances de se tornarem fumantes na idade adulta. A gestante, mesmo que não fume, mas esteja exposta à fumaça, coloca em risco a gestação e a saúde do bebê.

Figura: 180 – Danos passivos ao fumo em crianças



Fonte: BABYMAGAZINE.IT

Figura: 181 – Cinco razões para não fumar durante a gravidez



Fonte: SEMPREMATERNA

13.1 CAUSAS

O tabagismo é considerado pela Organização Mundial da Saúde (OMS) a principal causa de morte evitável em todo o mundo. Ele causa dependência, primeiramente, devido a nicotina, que é a substância psicoativa presente na fumaça do cigarro. Além da dependência física causada pela nicotina ainda temos a dependência comportamental que se caracteriza pela rotina associada ao uso do tabaco criada pelo fumante.

Ao ser inalada a nicotina se liga aos receptores nicotínicos cerebrais localizados na região chamada de sistema de recompensa cerebral (SRC) que são ativados liberando a dopamina, neurotransmissor que causa sensações de prazer, satisfação, melhora da atenção, aprendizado, memória. Estes receptores são chamados alfa4beta2.

Figura: 182 – Como o cigarro vicia e por que as mulheres são as vítimas da vez



Fonte: NOTICIAS.BOL.UOL

Os efeitos da nicotina desaparecem ou diminuem após algumas horas de seu consumo e os sintomas desagradáveis, que compõem a Síndrome de Abstinência, surgem, levando ao ciclo da dependência (**se fumo me sinto bem, se não fumo me sinto mal**). O uso crônico da nicotina leva a uma dessensibilização destes receptores, que por um tempo não respondem à dose de nicotina inalada levando o fumante a aumentar o número de cigarros fumados para atingir o mesmo efeito.

13.2 SINTOMAS

Segundo o Manual Estatístico e Diagnóstico (DSM-IV) da Associação de Psiquiatria Americana (APA) os critérios diagnósticos para Dependência Química se aplicam também ao tabagismo. São eles:

- Esforços para manter o uso diário da substância (nicotina);
- Tolerância, definida por um dos dois aspectos a seguir: Uma necessidade de quantidades progressivamente maiores da substância para adquirir o efeito desejado e acentuada redução do efeito com o uso continuado da mesma quantidade de substância;
- Os sintomas da abstinência que surgem com a súbita interrupção ou acentuada redução do consumo de nicotina são: irritabilidade, inquietude, depressão, agitação, insônia, ansiedade, fome, falta de concentração, alteração do humor, queda da frequência cardíaca, aumento do apetite e/ou do peso. Esses sintomas (abstinência) produzem mal-estar clinicamente significativo, fazendo com que importantes atividades sociais, ocupacionais ou recreativas sejam abandonadas ou reduzidas em virtude do uso da substância e o indivíduo evita contato social ou situações nas quais sabidamente não poderá fumar (viagens longas ou ambientes livres de fumo);
- A substância é frequentemente consumida em maiores quantidades ou por um período mais longo do que o pretendido;
- Existe um desejo persistente ou esforços mal sucedidos no sentido de reduzir ou controlar o uso da substância;
- O uso da substância continua, apesar da consciência de ter um problema físico (doenças cardíacas, pulmonares, câncer, etc.) ou psicológico persistente ou recorrente que tende a ser causado ou exacerbado pela substância.

13.2.1 Sintomas da síndrome de abstinência do tabagismo

A Síndrome do Tabagismo varia de pessoa para pessoa, considerando o nível de dependência de cada um. Geralmente as reações são passageiras e a tendência é desaparecer em algumas semanas, no máximo um mês.

Quando o usuário de tabagismo para de fumar, pode apresentar alguns sintomas desagradáveis, pois, o fato de renúncia ao tabagismo pode causar algumas perturbações no estado físico e mental do usuário, no entanto, os sintomas não acontecem com todos os fumantes que param de fumar.

Figura: 183 – Dicas para controlar as crises de abstinência de nicotina



Fonte: ENGEMED.MED

Algumas sensações e sintomas da abstinência da nicotina são:

- Dor de cabeça;
- Irritabilidade;
- Tosse;
- Tonteira;
- Dificuldade de concentração;
- Ansiedade;
- Agressividade;
- Alteração do sono;

Além desse conjunto de reações desconfortáveis, podem, também, incluir:

- Aumento do apetite;
- Indisposição Gástrica;
- Tristeza;
- Depressão;
- Fissura.

Todos esses sintomas são sinais do restabelecimento do organismo sem as 7.000 substâncias da fumaça do cigarro. O sintoma mais intenso e difícil de se lidar, é chamada "fissura" (grande vontade de fumar), este tende a ficar mais tempo que os outros sintomas, mas cada vez que a fissura surge não dura mais que cinco minutos. Porém, ela vai reduzindo gradativamente a sua intensidade e aumentando o intervalo entre um episódio e outro.

Estudo sobre a síndrome da nicotina revela que a primeira semana sem cigarro pode ser a mais difícil sentida pelo usuário, no entanto, é importante lembrar que isso é por que o corpo está se adequando a essa nova forma de funcionar. Por mais desconfortável que seja, a síndrome de abstinência da nicotina é um sinal de que o organismo está voltando a funcionar normalmente.

Com o entendimento de que o fumante é um dependente químico da nicotina, que é uma droga que atua no cérebro estimulando de forma desordenada a liberação de substâncias responsáveis pela sensação de bem-estar e prazer, é possível compreender que ao parar de fumar haverá uma menor concentração dessas substâncias no organismo e essa mudança provocará sensações desagradáveis no corpo.

As primeiras semana sem fumar os sintomas da abstinência aparecem de forma mais acentuada e desconfortável, principalmente 24 horas após a pessoa deixar de fumar.

13.3 TRATAMENTO

Considerada uma droga bastante poderosa, a nicotina atua no sistema nervoso central como a cocaína, heroína, álcool, com uma diferença: chega ao cérebro em apenas 7 a 19 segundos, por isso, a pessoa que fuma fica dependente da nicotina. É normal, portanto, que, ao parar de fumar, os primeiros dias sem cigarros sejam os mais difíceis, porém as dificuldades tendem a ser menores a cada dia.

O tratamento do vício de nicotina é feito com medicamentos que atuam sobre a vontade de fumar, terapia de reposição nicotínica e suporte psicológico.

Figura: 184 – A luta contra o tabagismo ganha aliada através da Hipnose



Fonte: ROGERIOCASTILHO

13.3.1 - Estratégias para parar de fumar

Vários métodos podem ser utilizados para deixar de fumar, desde a parada abrupta até o suporte de produtos à base de nicotina, as chamadas terapias de reposição. "Vários fatores influenciam na escolha do método, como motivação, medos sobre parar de fumar e sintomas de ansiedade", afirma a psicóloga e especialista em tabagismo Sabrina Presman, da Associação Brasileira de Estudo do Álcool e Outras Drogas (ABEAD).

Segundo a especialista, um tratamento efetivo envolve a abordagem de três aspectos: físico, psicológico e comportamental. "Além de contornar a abstinência (físico), é preciso desvincular o cigarro de emoções como alegria ou tristeza (psicológico) e de hábitos como tomar café ou dirigir (comportamental)", diz. Só uma avaliação médica criteriosa é capaz de indicar qual o tratamento ideal para cada paciente.

O primeiro e fundamental passo para deixar de fumar é realmente querer. Apesar de todas as campanhas e informações disponíveis, a decisão é individual e tem que partir do próprio fumante. É importante saber que o momento de parar de fumar deve ser bem planejado. O fumante deve marcar uma data e optar entre deixar de forma abrupta (a pessoa fuma normalmente e, no dia escolhido, ela não fumará mais nenhum cigarro) ou gradualmente.

13.3.1.1 - Forma Abrupta (parada imediata)

Na data escolhida a pessoa não deve ter nenhum cigarro à disposição, independentemente do número de cigarros fumados diariamente. Isso diminuirá os riscos de, diante de uma forte vontade de fumar, caso o cigarro esteja disponível a pessoa acender só para dá um tragada.

Figura: 185 – Tabagismo



Fonte: ABF

13.3.1.2 - Forma Gradual

Neste forma a pessoa deve reduzir o número de cigarros, ou seja, estabelecer o número de cigarros a cada dia anterior à parada e seguir esta regra. Caso contrário, o método pode não funcionar.

Por exemplo: Um fumante de 30 cigarros por dia:

1º Dia = 30 cigarros usuais;

2º Dia = 25 cigarros;

3º Dia = 20 cigarros;

4º Dia = 15 cigarros;

5º Dia = 10 cigarros;

6º Dia = 5 cigarros;

7º Dia = Este será o dia que deixará de fuma, portanto, o **1º dia sem cigarros**.

Outro fato importante na forma gradual, que ajuda muito é retardando a hora do primeiro cigarro. Por exemplo:

1º Dia = Começa a fumar às 9 horas;

2º Dia = às 11 horas;

3º Dia = às 13 horas;

4º Dia = às 15 horas;

5º Dia = às 17 horas;

6º Dia = às 19 horas;

7º Dia = Este será o dia que deixará de fuma, portanto, o **1º dia sem cigarros**.

A estratégia gradual não deve durar mais de duas semanas, pois pode se tornar uma forma de adiar, e não de parar de fumar.

Figura: 186 – Parada gradual. Tabagismo: sete métodos ajudam a parar de fuma



Fonte: COMOPARARDEFUMAR.ORG

Após escolher a data para ser o seu primeiro dia sem cigarro, não deixe que este dia seja de sofrimento. Faça dele uma ocasião especial e procure programar algo que goste de fazer para se distrair e relaxar.

13.3.1.3 - Chicletes de Nicotina

As gomas de mascar feitas à base de nicotina devem ser utilizadas quando o paciente estiver com sintomas de abstinência ou vontade intensa de fumar.

De acordo com o cardiologista Roberto Cury, do Laboratório Pasteur, em São Paulo, os chicletes de nicotina “aos serem mastigados, liberam nicotina gradualmente, e esta é absorvida pela mucosa oral, com pico em 20 minutos”.

Figura: 187 – Mascar chiclete de nicotina



Fonte: M.MEGACURIOSO

Nesse caso, a ação da nicotina no organismo é diferente de quando é inalada com a fumaça do cigarro, pois será depositada na corrente sanguínea em doses pequenas com o objetivo de controlar o vício.

A psicóloga e especialista em tabagismo Sabrina Presman (ABEAD), diz que um fator importante para que o uso desses chicletes seja eficaz é sua técnica de utilização. "Eles não devem ser mastigados como um chiclete comum, e sim mascarados algumas vezes até que o sabor da nicotina fique aparente, e após isso deve-se depositar o chiclete entre a gengiva e a bochecha até que o gosto desapareça", afirma. "O mesmo ciclo de mastigar e depositar o chiclete deve ser repetido até que se completem 30 minutos de uso, quando ele deve ser desprezado."

O cardiologista Roberto Cury afirma que os chicletes de nicotina são contraindicados para pacientes com distúrbios da articulação temporomandibular, má oclusão ou gengivite e gestantes. "No caso das futuras mães, sabe-se que a nicotina está associada ao nascimento de bebês de baixo peso, devendo ser excluída toda a nicotina da gestação", afirma a psicóloga Sabrina.

Os efeitos colaterais podem incluir náuseas, vômito, dor abdominal, cefaleia, tosse, excesso de salivação e irritação da mucosa da orofaringe. Além disso, ingerir líquidos enquanto mascar a goma pode "lavar" a nicotina bucal, tornando o produto ineficaz.

13.3.1.4 - Pastilhas de Nicotina

Parecidas com os chicletes, as pastilhas de nicotina também liberam a substância gradativamente, devendo ser usadas em baixo na língua. "As pastilhas

exigem uma dose maior para pacientes que fumam o primeiro cigarro em menos de 30 minutos após acordar", afirma o cardiologista Roberto Cury. Por não exigir mastigação, ele pode ser usado em pacientes com distúrbios da articulação temporomandibular ou má dentição, mas as demais contraindicações são as mesmas do chiclete.

Figura: 188 – Pastilhas de nicotina



Fonte: COMOPARARDEFUMAR.ORG

"As pastilhas de nicotina podem ser usadas por até três meses e os efeitos colaterais são similares ao da goma." O ideal é que a pastilha seja movida de um lado para o outro da boca até se dissolver completamente, sendo utilizada quando o paciente sentir vontade de fumar, não excedendo a quantidade diária indicada na bula.

13.3.1.5 - Adesivos de Nicotina

Figura: 189 – Adesivos de nicotina



Fonte: COMOPARARDEFUMAR.ORG

Com o objetivo de aumentar ainda mais as taxas de abstinência ao tabaco, foram desenvolvidos os adesivos de nicotina transdérmica. "Eles devem ser usados constantemente e trocados a cada 24 horas, sem interferir nas atividades do indivíduo", explica a especialista em tabagismo Sabrina.

O cardiologista Roberto Cury afirma que eles estão indicados para todas as pessoas que querem largar o tabagismo, não possuindo nenhuma contraindicação formal, com a ressalva para gestantes. O uso dos adesivos de reposição deve ser feito durante 45 a 90 dias, sendo que a dosagem depende de quantos cigarros a pessoa fumava por dia.

Entre os efeitos colaterais estão a presença de irritações na pele, que podem impedir a continuidade do tratamento. "Efeitos colaterais mais comuns devido ao uso durante a noite são insônia e pesadelos, nestes casos o adesivo deve ser retirado antes de dormir", alerta o cardiologista.

13.3.1.6 - Spray Nasal de Nicotina

Figura: 190 – Usar spray nasal de nicotina



Fonte: M.MEGACURIOSO

O spray nasal libera uma solução aquosa com nicotina na mucosa nasal com rápida absorção e pico de 10 minutos, quando comparada ao chiclete e pastilha. Seu uso é recomendado por até três meses. Ele deve ser ministrado a uma ou duas doses por hora, sem exceder o número de cinco doses por hora ou 40 doses por dia.

"Seus efeitos colaterais mais comuns são irritação nasal e da orofaringe, rinite e lacrimejamento, sendo que 94% dos usuários apresentam algum sinal de irritação nasal nos primeiros dois dias", afirma o cardiologista Roberto Cury. No entanto, nenhum desses efeitos justifica a suspensão do tratamento. O produto pode ser usado em conjunto com outras formas de reposição, conforme indicação médica. A maioria dos pacientes usa em média 15 doses por dia, diminuindo o número de doses com o passar do tempo.

13.3.1.7 - Bupropiona

Figura: 191 – Bupropiona. Tabagismo: sete métodos ajudam a parar de fuma



Fonte: COMOPARARDEFUMAR.ORG

Drug Administration (FDA) para tratamento do tabagismo. Seu efeito no combate ao tabaco foi descoberto em estudos para verificar seus efeitos contra a depressão, nos quais os participantes declaravam diminuição do desejo de fumar.

Diferente das terapias de reposição de nicotina citadas acima, os fumantes devem iniciar o uso da bupropiona uma semana antes da abstinência. "Ela é administrada por meio de comprimidos via oral e age no sistema nervoso central, não sendo recomendado que a pessoa fume durante o tratamento", explica o cardiologista Roberto Cury.

Os efeitos colaterais mais comuns são insônia, agitação, boca seca e dor de cabeça. Os especialistas lembram que a bupropiona pode ser usada em conjunto com outras terapias de reposição, como o chiclete de nicotina, mas, independente de ser ministrada individualmente ou não, pede o acompanhamento médico.

13.3.1.8 - Cigarro Eletrônico

Figura: 192 – Cigarro eletrônico ajuda a parar de fumar?



Fonte: SETORSAUDE

A comercialização do cigarro eletrônico é proibida no Brasil. Segundo a especialista em tabagismo Sabrina Presman, o cartucho interno desses produtos contém nicotina, a mesma substância dos cigarros comuns que causa dependência, apesar de os fabricantes alegarem que a fumaça é apenas vapor d'água.

A Agência Nacional de Vigilância Sanitária afirma que não há evidências de que o dispositivo tenha alguma utilidade no processo de cessação do tabagismo. "Como se trata de um produto não regulamentado, não há como saber de fato quais são as substâncias presentes nesses cigarros nem se elas podem trazer malefícios", explica Sabrina. O cardiologista Roberto Cury afirma que existem pesquisas sobre o cigarro eletrônico que não mostraram benefício a longo prazo, mas sim problemas e dificuldades respiratórias nos usuários.

Lembre-se também que fumar cigarros de baixos teores não é uma boa alternativa. Todos os tipos de derivados do tabaco (cigarros, charutos, cachimbos, cigarros de Bali, cigarrilhas, narguilé, cigarro eletrônico, etc.) fazem mal à saúde.

Nos primeiros dias sem fumar, o corpo começa a se adaptar ao funcionamento normal na ausência da nicotina. Talvez seja necessário um tempo para que o organismo se acostume ao novo estilo de vida. Por isso, ele pode apresentar alguns sintomas causados por essa mudança, conhecidos como **“síndrome da abstinência”**, podendo ser dores de cabeça, formigamento das mãos e dos pés, tosse, ansiedade e, principalmente, uma vontade intensa de fumar “fissura”. Neste momento, é importante lembrar que:

Figura: 193 – Nicotina



Fonte: PT.SLIDESHARE.NET

- Nem todo mundo apresenta essas reações. Cada organismo reage à sua maneira diante de uma situação;
- Todos esses sintomas desconfortáveis desaparecem após uma ou duas semanas sem fumar;
- Essa é uma reação natural do corpo, que está voltando a funcionar sem os malefícios do cigarro e essa vitória valerá muito a pena.

Para driblar a “fissura” algumas sugestões podem ajudar: beber água gelada, mastigar canela em pau, cravo, cristais de gengibre, barra de cereais ou chiclete sem açúcar. Estes itens devem estar sempre à mão de quem está deixando de fumar.

13.3.2 - Vontade x Armadilhas

13.3.2.1 - Momentos de estresse

Procure se acalmar e entender que momentos difíceis sempre vão ocorrer e fumar não vai resolver seus problemas.

13.3.2.2 - Sentir vontade de fumar

A vontade de fumar (fissura) não dura mais que cinco minutos. Nesses momentos, para ajudar, a pessoa poderá chupar gelo, escovar os dentes, beber água gelada ou comer uma fruta. Mantenha as mãos ocupadas com um elástico, pedaço de papel, rabisque alguma coisa ou manuseie objetos pequenos. Não fique parado, converse com um amigo, faça algo diferente que distraia sua atenção.

13.3.2.3 - Exercício de relaxamento

É um ótimo recurso saudável para relaxar.

- **Respiração profunda:** respire fundo pelo nariz e vá contando até 6. Depois deixe o ar sair lentamente pela boca até esvaziar totalmente os pulmões.

- **Relaxamento muscular:** estique os braços e pernas até sentir os músculos relaxarem. Esticar o corpo ajuda a relaxar os músculos e diminuir a tensão da vontade de fumar

13.3.2.4 - Outras fontes de prazer

O cigarro não é a única fonte de prazer em sua vida, portanto, durante o processo de parada procura incluir ou retomar atividades que sejam prazerosas da sua rotina (artesanato, dança, leitura, jardinagem, yoga, etc.).

13.3.3 - Recaída

A recaída se caracteriza pelo retorno ao consumo de cigarros após parar de fumar, e não deve ser encarada como fracasso. A pessoa deve começar tudo novamente, procurando ficar mais atento ao que ocasionou a voltar do hábito de fumar. A pessoa não deve desistir, ao contrário deve-se dar novas e várias chances, até conseguir. Muitos fumantes que deixaram de fumar fizeram, em média, de 3 a 4 tentativas até parar definitivamente.

13.3.4 - Ganhar Peso

A pessoa não deve se assustar se começar a sentir muita fome e medo de engordar, pois é normal um ganho de peso, uma vez que o paladar vai melhorando e o metabolismo se normalizando. O ideal é não comer mais do que de costume, como também evitar doces e alimentos gordurosos, isso evitar o excesso de peso.

13.3.5 - Atitudes Proativas

É importante manter uma dieta equilibrada com alimentos naturais e de baixa caloria, frutas, verduras, legumes etc. Outro ponto fundamental é a prática de atividade física que ajuda no controle do peso. Beber sempre muito líquido, de preferência água e sucos naturais.

Para melhorar e facilitar nesta nova empreitada deve-se no início, evitar café e bebidas alcoólicas, pois eles estimulam a vontade de fumar. Receber apoio de familiares e amigos são grandes aliados e podem garantir o sucesso.

Figura: 194 – Tabagismo diminui, mas segue sendo fator de doenças e mortalidade



Fonte: SAUDE.RS.GOV

Proteja-se! Após parar de fumar uma simples tragada pode levar você a uma recaída. Evite o primeiro cigarro e você estará evitando todos os outros!

13.4 O QUE ACONTECE QUANDO A PESSOA PARA DE FUMAR

- **Após 20 minutos** sua pressão sanguínea e a pulsação volta ao normal;
- **Após 2 horas** não há mais nicotina no seu sangue;
- **Após 8 horas** o nível de oxigênio no sangue se normaliza;
- **Após 2 dias** seu olfato já percebe melhor os cheiros e seu paladar já degusta a comida melhor;
- **Após 3 semanas** a respiração fica mais fácil e a circulação sanguínea melhora;
- **Após 10 anos** o risco de sofrer infarto do coração será igual ao de quem nunca fumou, e o risco de desenvolver câncer de pulmão cai à metade;
- **Após 20 anos** o risco de desenvolver câncer de pulmão será quase igual ao de quem nunca fumou.

13.5 ESTATÍSTICAS X TABAGISMO

As estatísticas revelam que os fumantes comparados aos não fumantes apresentam um risco de:

- **10 vezes** maior de adoecer de câncer de pulmão;
- **5 vezes** maior de sofrer infarto;
- **5 vezes** maior de sofrer de bronquite crônica e enfisema pulmonar;
- **2 vezes** maior de sofrer derrame cerebral.

13.6 DOENÇAS X TABAGISMO

Doenças relacionadas ao tabagismo:

- Hipertensão arterial;
- Aneurismas arteriais;
- Úlcera do aparelho digestivo;
- Infecções respiratórias;
- Trombose vascular;
- Osteoporose;
- Catarata;
- Impotência sexual no homem;
- Infertilidade na mulher;
- Menopausa precoce;
- Complicações na gravidez.

Figura: 195 – Tabagismo. Doenças relacionadas com tabagismo



Fonte: EMAISGROUP

13.6.1 Doenças x Mortalidade x Tabagismo

Estudos mostram que o hábito de fumar é um fator de risco para quase **50 doenças** diferentes. O tabagismo é responsável por:

- 200 mil mortes por ano (23 pessoas por hora);
- 25% das mortes por doença coronariana (angina e infarto do miocárdio);
- 45% das mortes por infarto na faixa etária abaixo de 65 anos;
- 85% das mortes por bronquite crônica e enfisema pulmonar;
- 25% das doenças vasculares (entre elas AVC);
- 90% dos casos de câncer no pulmão;
- 30% das mortes decorrentes de outros tipos de câncer (de boca, laringe, faringe, esôfago, estômago, pâncreas, fígado, rim, bexiga, colo de útero, leucemia).

Mesmo sendo proibido fumar em ambientes fechados no Brasil, algumas pessoas ainda são fumantes passivas em casa ou no trabalho. Uma conversa com o fumante sobre os prejuízos à saúde de quem não fuma, causados pela fumaça do tabaco, é um bom começo na negociação para que ele fume somente em locais abertos.

O mais importante é saber que o fumante tem uma dependência e deixar de fumar para ele pode ser difícil.

Figura: 196 – A luta contra o tabagismo



Fonte: CLINICANATALIAAARAO

Considerado a principal causa de morte evitável pela Organização Mundial da Saúde (OMS), o tabagismo é responsável pelo desenvolvimento de aproximadamente 50 doenças, incluindo o câncer. A OMS estima que 4,9 milhões pessoas (mais de 10 mil por dia) morrem todos os anos em decorrência do cigarro, que contém cerca de 4.720 substâncias tóxicas, das quais pelo menos 70 são cancerígenas.

Figura: 197 – Tabagismo. Stop



Fonte: EMAISGROUP

O INCA desenvolve papel importante como Centro Colaborador da Organização Mundial da Saúde (OMS) para o Programa "Tabaco ou Saúde" na América Latina, cujo objetivo é estimular e apoiar políticas e atividades de controle do tabagismo nessa região, e no apoio à elaboração da Convenção para o Controle do Tabaco, idealizada pela OMS para estabelecer padrões de controle do tabagismo em todo o mundo.

Deixar de fumar é uma das decisões mais importantes na vida de um fumante e para quem convive com quem fuma. Sempre vale a pena!

Figura: 198 – Boxe de bussinesman com um cigarro

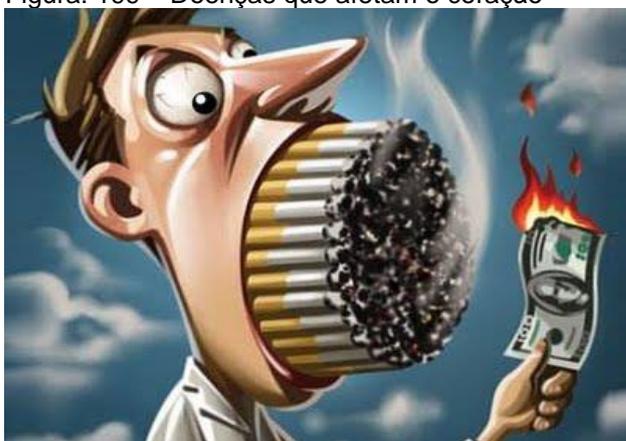


Fonte: BR.FREEPIK

Estudos indicam que ex-fumantes precisaram tentar de 3 a 4 vezes até conseguirem parar definitivamente. Isso acontece porque o tabagismo é uma dependência. Parar de fumar requer planejamento e disciplina e os benefícios à saúde e bem-estar são sentidos logo nos primeiros momentos sem cigarros. Outro fator positivo na cessação de fumar é a economia de dinheiro.

Um ex-fumante que deixar de fumar 20 cigarros ao dia pode economizar cerca de R\$150 por mês e, ao final de um ano, R\$ 1.650,00. Artigo do CRON – Centro Regional de Oncologia em 2012.

Figura: 199 – Doenças que afetam o coração



Fonte: DRFURLAN

ATIVIDADES MNEMÔNICAS

► ALCOOLISMO - Respostas as questões abaixo:

Colocando V (verdadeiro – F (Falso)

SENTENÇAS	V (VERDADEIRO)	F (FALSO)
É aconselhável comer durante a ingestão de álcool.		
O álcool dá força para o trabalho físico.		
Os primeiros efeitos do álcool são euforia e desinibição.		
A ingestão de álcool não traz nenhum prejuízo à saúde.		
O alcoolismo, também conhecido como "síndrome da dependência do álcool", é uma doença que se desenvolve após o uso repetido de álcool.		

► TABAGISMO - Respostas as questões abaixo:

1 Por que cigarros, charutos, cachimbo, fumo de rolo e rapé fazem mal à saúde?

Resposta: _____

2. Quais os derivados do tabaco mais agressivos à saúde e como agem?

Resposta: _____

3. Por que as pessoas começam e continuam a fumar?

Resposta: _____

4. Quais são as doenças causadas pelo uso do cigarro?

Resposta: _____

5. Quais são os riscos para a mulher grávida?

Resposta: _____

14 DROGAS

Drogas são substâncias, natural ou sintéticas, que ao serem introduzidas no organismo, altera as funções fisiológicas ou psicobiologias do corpo, e que são capazes de causar dependência química. Elas, também, são chamadas de entorpecentes ou narcóticos.

Figura: 200 – Audiência pública debate a drogadição



Fonte: PMERECHIM.RS.GOV

A maioria das drogas são produzidas à partir de plantas, são as conhecidas como drogas naturais, como por exemplo a maconha, que é feita com *Cannabis sativa*, e o Ópio, proveniente da flor da Papoula.

Figura: 201 – Liberação de drogas ilícitas para uso medicinal - Cannabis



Fonte: INSTITUCIONAL.ANCHIETA

Figura: 202 – A flor da papoula (*Papaver somniferum*) - Ópio



Fonte: BRASILESCOLA.UOL

Outras drogas são produzidas em laboratórios, elas são as drogas sintéticas, como o Ecstasy e o LSD.

Figura: 203 – Ecstasy - Os cientistas dizem que MDMA precisa ser estudado



Fonte: MEGACURIOSIDADES.NET

Figura: 204 – Aumenta a apreensão de LSD



Fonte: PARAIBAONLINE

Muitas vezes é passada a informação que as drogas naturais, por não terem origem sintética, são melhores ou fazem menos danos. Porém, basta lembrar que veneno de cobra, vermes e substâncias de plantas também são naturais, o que não significa que fazem bem à nossa saúde ou que não podem provocar efeitos sérios, caso sejam introduzidos em nosso organismo.

A maioria das drogas causa dependência química ou psicológica, e podem levar à morte em caso de overdose.

14.1 FARMACOLOGIA

A farmacologia é o ramo que estuda os medicamentos e as drogas. Essa área do conhecimento define que os **medicamentos são drogas usadas para fins terapêuticos e buscam, assim, ações benéficas ao organismo**. As doenças provocam alterações em processos bioquímicos no organismo do indivíduo, e a administração de medicamentos serve para restabelecer o equilíbrio desses processos.

14.2 Lei nº 11.343, de 23 de agosto de 2006

A Lei nº 11.343, de 23 de agosto de 2006, regulamentar sobre Drogas: **“Institui o Sistema Nacional de Políticas Públicas sobre Drogas - Sisnad; prescreve medidas**

para prevenção do uso indevido, atenção e reinserção social de usuários e dependentes de drogas; estabelece normas para repressão à produção não autorizada e ao tráfico ilícito de drogas; define crimes e dá outras providências.”
Presidência da República – Casa Civil.

A regulamentação ou não de determinadas drogas varia conforme a legislação de cada país. Em alguns lugares, por exemplo, a maconha é usada para fins medicinais, o que não é permitido no Brasil. No Brasil, há uma grande quantidade de drogas proibidas, mesmo que sejam para tratamento médico.

14.3 POLÊMICA DA LEGALIZAÇÃO

A legalização das drogas, seja para uso medicinal, seja para uso pessoal, é tema de discussões em todo o mundo. A venda ainda é proibida na maioria dos países, mas, em alguns lugares é permitido portar drogas para consumo pessoal.

Países como Portugal e Alemanha não consideram crime portar drogas em pequenas quantidades. Nos Estados Unidos, a política de drogas varia conforme o estado, mas a maioria já legalizou o uso recreativo ou medicinal da maconha.

No Brasil, não são permitidos venda nem porte de maconha. No entanto, nos últimos anos, as discussões sobre legalização e/ou descriminalização da droga aumentaram, influenciadas pela liberação em vários países e pelo combate ao tráfico.

Na Justiça, especialistas divergem quanto ao flagrante e na forma como o detido será enquadrado: se usuário ou traficante. Também há um movimento grande de estudiosos que defendem a legalização da droga.

14.4 NARCOTRÁFICO

O tráfico de drogas é chamado de narcotráfico. O narcotráfico é caracterizado pela venda de substâncias ilícitas, sendo portanto, uma atividade ilegal. Essa é uma atividade bem lucrativa, no entanto, como em qualquer outra atividade ilegal, o narcotráfico é responsável por um grande número de assassinatos e detenções.

Figura: 205 – Brasil e Bolívia vão fortalecer o combate ao narcotráfico na fronteira



Fonte: AGENCIASERTAO

14.5 TIPOS

Droga é um termo amplo e pode significar desde remédios a substâncias ilícitas, que provocam alteração no organismo, porém, geralmente, quando se pergunta **“O que são drogas?”**, logo o que nos vem à mente são as substâncias proibidas por lei.

No entanto, sabemos que os medicamentos (ou fármacos) também provocam mudanças fisiológicas no organismo, por isso, também são considerados como drogas, mas não são ilegais.

Dessa maneira, um analgésico ou um antiácido, frequentemente tomados para melhorar mal-estar, também são considerados drogas. Entretanto, o termo **“drogas”** é comumente utilizado para definir as substâncias ilícitas, ligadas ao tráfico e ao mundo do crime.

Figura: 206 – Ministério da Saúde suspende contratos para fabricar remédios de câncer e diabetes



Fonte: GUARANTANEWS

É possível observar que boa parte das drogas é legalizada e usada na medicina para tratar os mais variados tipos de doenças. No entanto, algumas delas geram polêmica por causar dependência. No Brasil, há uma grande quantidade de drogas proibidas, mesmo que sejam para tratamento médico. Algumas dessas substâncias são utilizadas em medicamentos (drogas lícitas), outras são proibidas em quase o mundo todo (drogas ilícitas).

As drogas são substâncias capazes de produzir alterações nas sensações físicas, psíquicas e emocionais, elas são utilizadas para diversos fins desde a antiguidade. Sendo assim, energéticos, café, refrigerantes, chocolates, dentre muitos outros alimentos, o qual contêm substâncias que podem ser consideradas drogas, pois alteram de alguma maneira as sensações de quem as ingere. Estas, porém, se ingeridas em quantidade moderada não representam nenhuma ameaça para o ser humano. Elas podem ser utilizadas para curar doenças ou obter prazer. Porém se alguém as utiliza de maneira demasiada, elas podem causar de uma leve dependência a problemas de saúde no futuro.

Figura: 207 – Tipos, efeitos e consequências das drogas para saúde



Fonte: TUASAUDE

Existe dois grandes grupos de drogas, que estão agrupadas segundo as convenções e exigências sociais. São eles: grupo das drogas lícitas e o grupo das drogas ilícitas.

14.5.1 Drogas Lícitas

Drogas lícitas são aquelas permitidas por lei, as quais são compradas praticamente de maneira livre, e seu comércio é legal. Entre as drogas lícitas estão os

medicamentos em geral (a maioria são permitidos sob prescrição médica), o álcool e o cigarro, além dos alimentos acima citados.

Figuras: Figura: 208 – Medicamentos – Figura: 209 – Bebidas Alcoólicas – Figura: 210 – Cigarro – Senado aprova projeto – Figura: 211 – Kit Festas Xodó.



Figura 208



Figura 209



Figura 210



Figura 211

Fontes: Figura: 208 – PANORAMAFARMACEUTICO – Figura: 209 – BLOG. DINVO – Figura: 210 – I9TREINAMENTOS.COM – Figura: 211 – PADARIA XODO. Montagem realizada por Glaucia de Farias.

Os medicamentos são drogas lícitas, porém o seu uso indevido ou excessivo pode provocar efeitos que vão além do tratamento de males e doenças. Cigarros e bebidas alcoólicas também são drogas, embora seu uso não seja proibido por lei, mesmo podendo provocar muitos danos ao organismo e também à sociedade. No Brasil a venda desses produtos não são proibidas por lei para maiores de 18 anos. Os alimentos como chocolate, refrigerantes, café entre outros proporciona sensação de prazer e bem-estar, porém, em excesso traz prejuízo a saúde.

14.5.2 Drogas Ilícitas

Drogas ilícitas são aquelas cuja comercialização é proibida pela justiça (por lei), estas também são conhecidas como “drogas pesadas” e causam forte dependência. Entre as principais drogas ilícitas estão: maconha, cocaína, ecstasy, crack, heroína, LSD, entre outros.

Figuras: Figura: 212 – O uso da maconha – Figura: 213 – Cocaína – Figura: 214 – Ecstasy – Figura: 215 – Crack – Figura: 216 – Heroína – Figura: 217 – O que é LSD



Figura 212

Figura 213



Figura 214

Figura 215



Figura 216

Figura 217

Fontes: Figura: 212 – JORNALDAORLA – Figura: 213 – BRASILESCOLA.UOL – Figura: 214 – DIALOGOSPOLITICOS.WORDPRESS.COM – Figura: 215 – PORTALDASGERAIS – Figura: 216 – DIARIODALAGOA.PT – Figura: 217 – SIGNIFICADOS.COM. Montagem realizada por Glucia de Farias.

Existem ainda outras substâncias que causam dependência, mas que são vendidas livremente para outros fins como a cola de sapateiro e o hypnol. Diversas outras drogas também são utilizadas da mesma maneira clandestina e são proibidas em quase todo mundo. Não é o fato de ser proibida ou não que caracteriza uma substância ou material como droga, mas sim a ação de provocar alterações fisiológicas e/ou comportamentais na pessoa.

Se essas mudanças refletem-se nos sentimentos, pensamentos e atitudes da pessoa, trata-se de uma droga psicotrópica, o que quer dizer que ela atua na parte central do sistema nervoso.

As drogas psicotrópicas apresentam três propriedades principais que são:

1. Usuário desenvolve tolerância, precisando tomar doses da droga cada vez mais elevadas para sentir seus efeitos;
2. Causa dependência;
3. Com a interrupção do uso, acontece a síndrome de abstinência (sintomas físicos e psíquicos muito desagradáveis e que dificultam a suspensão do uso da droga).

14.6 CLASSIFICAÇÕES DAS DROGAS

As drogas podem ser classificadas conforme sua origem ou de acordo com seus efeitos no organismo. A classificação de origem são: naturais, sintética e semissintética, e as de efeito são: depressoras, estimulantes ou perturbadoras.

14.6.1 Classificação de acordo com a Origem das Drogas (Naturais, Sintéticas e Semissintéticas).

14.6.1.1 - Drogas naturais

São aquelas que provocam efeitos alucinógenos de uma forma natural, sem a composição de produtos químicos, isso significa que a produção não é feita em laboratório. Esses tipos de drogas se diferem das drogas sintéticas, que são produzidas por meios químicos. São exemplos de drogas naturais:

Figura: 218 – Drogas Naturais



Fonte: BLOG102CEA.BLOGSPOT.COM

- **Maconha:** é a droga mais popular. A maconha é consumida por meio de um enrolado de papel contendo a substância. É feita a partir da planta *Cannabis sativa*. Existe a variação chamada Skunk com um teor de THC bastante elevado, bem como o Haxixe.
- **Ópio:** droga altamente viciante. O ópio é feito a partir da flor da Papoula. Os principais efeitos são: sonolência, vômitos e náuseas, além da perda de inteligência. Opiáceos: codeína, heroína, morfina, etc.

- **Psilocibina:** é uma substância encontrada em fungos e cogumelos. A psilocibina tem como principal efeito as alucinações. Também é utilizada em pesquisas sobre a enxaqueca.
- **DMT – Dimetiltriptamina:** a principal consequência do seu consumo são perturbações no sistema nervoso central. Ela é muito utilizada em rituais religiosos.
- **Cafeína:** é o estimulante mais consumido no mundo. Está no café, no refrigerante e no chocolate.
- **Cogumelos Alucinógenos:** alguns cogumelos, como o Amanita muscaria podem causar alucinações.
- **Nicotina:** é um alcaloide policíclico sendo o composto ativo do tabaco. Este é um dos alcaloides que mais preocupam pela sua capacidade de dependência e por ser uma das mais acessíveis para a população, já que boa parte do poder viciante do cigarro vem da nicotina presente no tabaco.

14.6.1.2 - Drogas sintéticas

Figura: 219 – HIPOLABOR ensina: o que é interação medicamentosa



Fonte: HIPOLABOR

São aquelas produzidas a partir de uma ou várias substâncias químicas psicoativas, que provocam alucinações por estimular ou deprimir o sistema nervoso central. Podem ser utilizadas sob as formas de injeção, comprimido ou pó, e seus efeitos variam conforme a substância. Exemplo:

- **Anfetaminas:** seu principal efeito é o estimulante. É muito utilizada no Brasil por caminhoneiros, com o objetivo de afastar o sono e poder dirigir por longos períodos.
- **Barbitúricos:** um poderoso sedativo e tranquilizante, causa grande dependência química nos seus usuários.

- **Ecstasy:** droga altamente alucinógena, causa forte ansiedade, náuseas, etc.
- **LSD:** outro poderoso alucinógeno que causa dependência psicológica.
- **Metanfetamina:** era utilizada em terapias em muitos países, mas foi banida pelo uso abusivo e consequências devastadores da droga.

14.6.1.3 - Drogas semissintéticas

Há uma junção das outras duas classificações, ou seja, drogas naturais e sintéticas. São produzidas com base em drogas naturais, mas sofrem alterações químicas em laboratório. Exemplos:

Figura: 220 – Drogas semi-sintéticas - Tipos de Drogas



Fonte: DICAS-ENFERMAGEM.BLOGSPOT

- **Heroína:** a heroína é uma das drogas mais devastadoras. Ela é altamente viciante. Causa rápido envelhecimento do usuário e forte depressão quando o efeito acaba.
- **Cocaína:** é o pó produzido a partir da folha de coca. Altamente viciante, deteriora rapidamente o organismo da pessoa, causando perda de inteligência, alucinações, ansiedade, etc.
- **Crack:** é a versão petrificada da Cocaína. Causa os mesmos efeitos da Cocaína.
- **Morfina:** é uma droga utilizada principalmente para alívio de dores em todo o mundo. Ela causa dependência química nos seus usuários.
- **Merla:** esta droga é produzida a partir da pasta de coca. É uma junção das folhas da coca com alguns produtos químicos como ácido sulfúrico, querosene, cal virgem entre outros. É ingerida pura ou misturada num cigarro normal ou num cigarro de maconha. É uma droga superperigosa causando dependência física e psíquica ao usuário, além de danos ao organismo irreparáveis.

▪ **Oxi:** conhecida também por óxido. Ela é derivada da pasta de cocaína. Esta droga é um entorpecente obtido da mistura da pasta base de cocaína com querosene, gasolina, cal virgem ou solvente usado em construções. A droga é geralmente consumida numa mistura com o cigarro comum ou com o cigarro de maconha, ou ainda fumada em cachimbos de fabricação caseira, como o crack. O nome oxi vem do fato da droga liberar uma fumaça escura ao ser usada, deixando um resíduo marrom, de cor semelhante ao da ferrugem (oxidação) nos metais.

O oxi age no sistema nervoso, proporcionando sensações variadas que dependem das características do usuário, podendo proporcionar desde prazer e alívio até angústia e paranoia. Seu uso prolongado aumenta as chances de doenças como cirrose e o acúmulo de gordura no fígado.

14.6.2 Classificação de acordo com os Efeitos das Drogas (Depressoras, estimulantes ou perturbadoras).

As drogas ativam ou desativam certos neurotransmissores do sistema nervoso central e podem atuar de três formas:

14.6.2.1 - Depressoras

Este tipo diminuem a atividade do sistema nervoso central (SNC), o que faz com que a pessoa fique mais lenta e sem coordenação motora, além de gerar distúrbios na capacidade de percepção e nas habilidades, sono, descontrole, pode causar delírios, como também, pode levar ao coma.

Figura: 221 – Drogas depressoras



Fonte: GRUPO RECUPERANDO VIDA

Um bom exemplo de droga depressora é o álcool, que diminui a transmissão dos sinais nervosos, por isso é tão perigoso dirigir alcoolizado. Também, como no caso dos inalantes, como cola de sapateiro, loló, lança-perfume e outros solventes. Na medicina é comum o uso desse tipo de droga pra tratar insônia e ansiedade, com soníferos e ansiolíticos, respectivamente.

14.6.2.2 - Estimulante

É o tipo mais comum, ela acelera (aumenta) a atividade do sistema nervoso central (SNC), aumentando a euforia e o estado de vigília. Este tipo de droga causa o aumento da adrenalina, uma sensação de alerta, o aumento dos batimentos cardíacos e podem levar até ao ataque cardíaco. Levam cerca de 15 segundos para chegarem a cérebro. Dessa forma, a pessoa fica “elétrica”, com facilidade para falar e desinibida.

Figura: 222 – Tipos de Drogas estimulantes e seus efeitos



Fonte: CASADOPAI.ORG

Apesar de seu uso ser proibido ou restrito a tratamentos médicos, é comum encontrar usuários, por vezes viciados. No grupo de drogas estimulantes estão o crack, a cocaína e o ecstasy, LSD, que têm o uso proibido. As anfetaminas também são estimulantes, mas têm utilização regulamentada para o tratamento de alguns transtornos neurológicos.

14.6.2.3 - Perturbadoras

Em princípio, este tipo causam uma sensação de bem-estar e diminuem o cansaço. No entanto, provocam também alteração na noção de tempo e espaço, além

de delírios e alucinações (drogas alucinógenas). Exemplo: maconha, ecstasy, LSD e haxixe.

Figura: 223 – 7 drogas mais perturbadoras



Fonte: FATOSDESCONHECIDOS.IG

Essas três atuações das drogas (depressoras, estimulantes e perturbadoras) geralmente não aparecem de forma isolada. Por exemplo, o álcool, de início, pode ter um efeito estimulante e, depois, tornar-se depressor.

Os efeitos fisiológicos das drogas estão associados ao metabolismo específico de cada uma, mas está comprovado que o constante uso de todas elas leva a várias doenças, além de causar a dependência.

14.7 CONSEQUÊNCIAS DO USO DE DROGAS

O uso abusivo de drogas é um problema mundial, elas destroem a vida dos usuários, a maioria deles muito jovens com uma vida inteira pela frente, dos amigos e destruindo muitas famílias.

Figura: 224 – Veja quais são os 5 principais efeitos das drogas no organismo!



Fonte: HOSPITALSANTAMONICA

As razões que leva uma pessoa a fazer uso abusivo de drogas são diversas, geralmente começa com uma curiosidade para saber o que são e como agem, podendo ser também para encontrar uma solução ou para fugir da realidade. Qualquer que seja o motivo, as drogas podem levar ao vício, tornando-se uma doença séria do cérebro, uma vez que, a sua estrutura e funcionamento são bastante afetados pelas drogas.

Uma das principais características do vício é a sua capacidade de mudar os hábitos e comportamento da pessoa, transformando-a em autômato genuíno para o consumo.

O uso de todo o tipo de drogas, além de provocar efeitos imediatos também pode provocar alterações para o resto da vida, como:

- Lesões provocadas pelo consumo de drogas;
- Destruição de neurônios, que diminuem a capacidade de pensar;
- Desenvolvimento de doenças psiquiátricas, como psicose, depressão ou esquizofrenia;
- Lesões no fígado, como câncer hepático;
- Mau funcionamento dos rins e dos nervos;
- Desenvolvimento de doenças contagiosas, como Aids ou Hepatite;
- Problemas do coração, como infarto;
- Isolamento social, familiar e profissional;
- Problemas econômicos (pedir dinheiro, roubar, etc.) são ações comuns.

Em suma, as drogas além de causar imenso prejuízo físico, mental e econômico podem levar à morte precoce, e até que alcançar esse objetivo destruí cada parcela da vida do usuário, tornar-se uma doença que progressivamente aprisiona a vontade e a vida do indivíduo, por isso, é importante que cada dependente seja devidamente tratado nas clínicas de recuperação para drogados. Além disso, a família também é afetada, provocando desequilíbrio devido aos comportamentos descontrolados e ao isolamento da família e da sociedade.

14.8 SÍNDROME DE ABSTINÊNCIA DE DROGAS

As pessoas que tentam abandonar as drogas podem sofrer com a Síndrome de Abstinência, que são reações do organismo à falta da droga. Esta síndrome acontece quando a pessoa está em tratamento de dependência química e renuncia ao uso da substância viciante (droga).

Figura: 225 – Quais são os sintomas da crise de abstinência?



Fonte: SAUDEMELHOR

O ato de renúncia a droga pode causar sérias perturbações ao organismo dependente, desde alterações comportamentais até sensações físicas. Alguns sintomas são:

- Sofrimento mental;
- Sofrimento físico e
- Mal-estar.

Os sintomas citados acima podem ocorrer em diversos graus de acordo com o vício adquirido, ou seja, de acordo com a droga causadora da dependência, que pode ser:

- Álcool;
- Cigarro;
- Heroína;
- Crack;
- Cocaína;
- Maconha, etc.

Os sintomas podem ser cada vez mais intensos, na medida em que o tempo de abstinência fica mais longo. O usuário pode ter convulsões, hiperatividade, tremores, insônia, alucinações visuais, táteis e auditivas, descontrole psicomotor e ansiedade.

A Síndrome pode se dividir em: SAA – **Síndrome de Abstinência Aguda** e a SAD – **Síndrome de Abstinência Demorada**.

14.8.1 - Síndrome de Abstinência Aguda (SAA)

Pode ocorrer na ausência do composto viciante entre 3 a 10 dias do último uso.

14.8.2 - Síndrome de Abstinência Demorada (SAD)

Está síndrome difere nos sintomas, que podem ser visualizados entre a sobriedade do indivíduo ocorrendo no intervalo de meses ou até anos após o uso.

Alguns sintomas provenientes da SAD são: mente confusa, problemas de coordenação motora, problema de memória, reação emocional exagerada ou apatia e distúrbio do sono ou alteração. A SAD, portanto, é a mais severa e preocupante, pois dela pode resultar danos cerebrais importantes e até mesmo recaídas.

14.9 TRATAMENTO

O tratamento de drogas, conhecido como tratamento de dependência química, é efetuado a partir do tratamento das causas biológicas, psíquicas e sociais que levaram a pessoa a desenvolver a dependência (VIVA, 2012).

Para realização desse tratamento existem exames médicos que conseguem detectar a presença de várias drogas no organismo, eles são chamados de exames toxicológicos.

Figura: 226 – Tocantins cria banco de dados de dependentes químicos



Fonte: CHICOTERRA

As drogas é um imenso arsenal químico, oferecido todos os dias, legal ou ilegalmente, para preencher o vazio da vida ou como lenitivo para a dor e o sofrimento. A tendência do ser humano é buscar alternativas que o ajudem a escapar de sensações dolorosas e desagradáveis, para algumas pessoas, a droga é uma saída.

O uso de drogas pela nossa espécie é bem antigo e, inclusive, muitas civilizações recorriam a substâncias psicoativas, encontradas em certas plantas, para serem utilizadas em rituais religiosos. Além disso, algumas drogas, como a maconha são utilizadas para o tratamento de doenças, o extrato da maconha (canabidiol) pode reduzir as convulsões epiléticas graves. No entanto, os mesmos produtos, quando ministrados em contextos e quantidades diferentes, podem provocar efeitos também diferentes. Tal fato, relacionado também ao período de uso, pode provocar diversas consequências.

Além dos prejuízos no âmbito da saúde do indivíduo, que são irreparáveis e muitas vezes incontroláveis, há um prejuízo imensurável no que diz respeito à vida social, econômica, familiar, emocional e psicológica da pessoa. A condição social do indivíduo é influente e contribui para o uso ou não das drogas, pois na maioria das vezes estas são consideradas uma fuga da realidade que essas pessoas enfrentam, e por isso se torna tão frequente o seu uso.

Um outro fator importante é a formação individual que cada um deve receber enquanto ser humano. Esse é um dos principais motivos de usuário do mundo inteiro recorrerem às drogas, principalmente o jovem, pois o fato de se sentirem sozinhos ou perdidos, sem muitas experiências de vida e sem boas referências para descobrirem que caminho querem seguir.

É importante distinguir o usuário de drogas, que vão desde os experimentadores que usam uma ou duas vezes, geralmente por curiosidade, passando pelos usuários recreativos, ocasionais, pois, sabe-se que o uso eventual não conduz necessariamente à dependência, até chegar ao toxicômano, para quem a droga é a sua única razão de viver. Essa distinção torna-se imprescindível quando intencionamos em formas especiais de abordar cada tipo de usuário de acordo com o lugar ocupado pela droga na sua vida.

Figura: 227 – La juventude y las drogas



Fonte: STEEMIT

Por esse motivo, é preciso uma campanha de conscientização constantes, além de ser extremamente necessário o atendimento de famílias, principalmente, as carentes para que elas possam ter condições de manterem-se e não caírem em doenças como a depressão que levam naturalmente ao uso das drogas.

Pesquisa mostra que em muitos casos, usuários de drogas se envolvem em crimes tais como narcotráfico e homicídios, tornam-se vítimas de violência, além de estarem sujeitos a outros perigos, como IST (Infecções sexualmente transmissíveis) e gravidez indesejável.

Ao abordarmos um usuário de drogas não devemos nos limitar a fazer desaparecer o sintoma, mas sim, permitir a este a possibilidade de reatar a imagem que faz de si e dos outros, facilitando assim que estabeleça uma relação mais saudável consigo mesmo, com o outro e com o mundo. Essa batalha não é simples nem fácil, mas é possível.

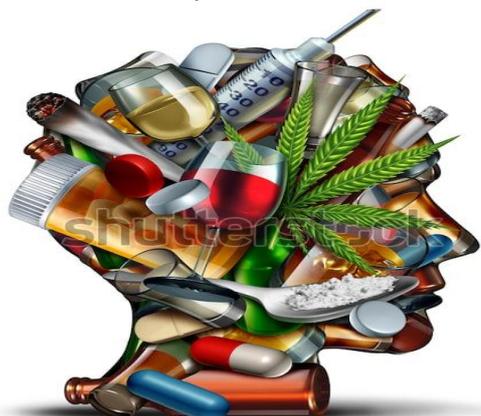
Com exceção das drogas que são utilizadas para fins medicinais, as demais em nada contribuem para o crescimento e desenvolvimento das pessoas como seres

humanos. Portanto, devemos como pais, terapeutas e educadores apoiar, orientar e ajudar o usuário de drogas, e não canalizar o problema na droga, uma vez que está na realidade representa mais um sintoma do que o obstáculo em si.

15 DEPENDÊNCIA QUÍMICA

A dependência química é definida pela 10ª edição da Classificação Internacional de Doenças (CID-10), da Organização Mundial da Saúde (OMS), como um conjunto de fenômenos comportamentais, cognitivos e fisiológicos que se desenvolvem após o uso repetido de determinada substância.

Figura: 228 – Prescrição de medicamentos como um símbolo da toxicodependência



www.shutterstock.com · 1206189505

Fonte: SHUTTERSTOCK

A dependência pode dizer respeito a uma substância psicoativa específica (fumo, álcool ou cocaína), a uma categoria de substâncias psicoativas (substâncias opiáceas) ou a um conjunto mais vasto de substâncias farmacologicamente diferentes.

15.1 CAUSAS

A dependência química é uma doença crônica e multifatorial, isso significa que diversos fatores contribuem para o seu desenvolvimento, incluindo a quantidade e frequência de uso da substância, a condição de saúde do indivíduo e fatores genéticos, psicossociais e ambientais. Muitos estudos buscam identificar

características que predispõe um indivíduo a um maior risco de desenvolver abuso ou dependência.

Figura: 229 – Os efeitos psicológicos da dependência química



Fonte: MINUTOPSILOGIA

Em relação ao álcool, por exemplo, estima-se que os fatores genéticos expliquem cerca de 50% das vulnerabilidades que levam o indivíduo a fazer uso pesado de álcool, principalmente, genes que estariam envolvidos no metabolismo do álcool e/ou na sensibilidade aos efeitos dessa substância, sendo que filhos de alcoolistas possuem quatro vezes mais riscos de desenvolverem alcoolismo, mesmo se forem criados por indivíduos não-alcoolistas. Além disso, fatores individuais e aspectos do beber fazem com que mulheres, jovens e idosos sejam mais vulneráveis aos efeitos das bebidas alcoólicas, o que o colocam em maior risco de desenvolvimento de problemas.

15.2 SINTOMAS

Alguns dos sintomas da dependência química são:

- Desejo incontrolável de usar a substância;
- Perda de controle (não conseguir parar depois de ter começado);
- Aumento da tolerância (necessidade de doses maiores para atingir o mesmo efeito obtido com doses anteriormente inferiores ou efeito cada vez menor com uma mesma dose da substância).

Sintomas de abstinência:

- Sudorese;
- Tremores;
- Ansiedade quando a pessoa está sob efeito da droga.

15.3 FATORES DE RISCO

Determinadas características ou situações podem aumentar ou diminuir a probabilidade de surgimento e/ou agravamento de problemas com o álcool e outras drogas. Essas situações são conhecidas como fatores de risco e proteção.

Figura: 230 – Dependência Química



Fonte: FEBRACT.ORG

No entanto, os fatores de risco não são necessariamente iguais a todos os indivíduos e podem variar conforme a personalidade, a fase do desenvolvimento e o ambiente em que estão inseridos. Entre eles, pode-se destacar:

15.3.1 - Fatores de risco

Genética, transtornos psiquiátricos (exemplo: transtornos de conduta), falta de monitoramento dos pais, disponibilidade do álcool.

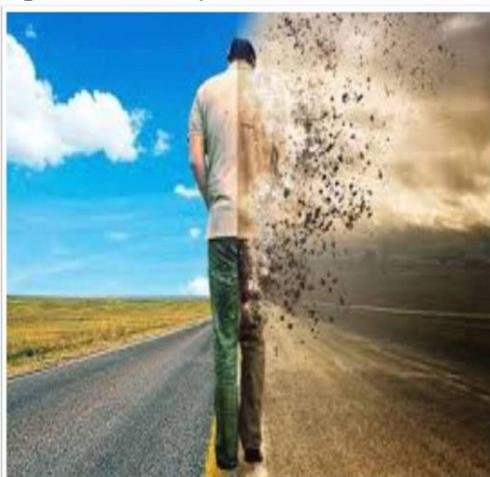
15.3.2 - Fatores protetores

Religião, controle da impulsividade, supervisão dos pais, bom desempenho acadêmico, políticas sobre drogas.

15.4 DIAGNÓSTICO

Os critérios do “Manual Estatístico e Mental de Transtornos Mentais” (4ª edição; DSM-IV), da Associação Americana de Psiquiatria, e “Classificação Internacional de Doenças” (10ª edição; CID-10), da Organização Mundial da Saúde (OMS) são os mais comumente empregados para o diagnóstico dos transtornos relacionados ao uso de substâncias.

Figura: 231 – Dependência Química



Fonte: RESETCLINICADERECUPERACAO

Variados questionários de autopreenchimento e testes sanguíneos têm sido empregados, em contexto clínico, com fins de diagnóstico, mas não podem ser considerados como substitutos de uma anamnese completa (entrevista clínica). Existem ainda alguns exames (marcadores biológicos) que são indicadores fisiológicos da exposição ou ingestão de drogas, e podem auxiliar no diagnóstico e no tratamento.

É importante também realizar um exame físico e atentar-se a sinais e sintomas que podem auxiliar na identificação do problema, como por exemplo, sintomas de abstinência, hipertensão leve e flutuante, infecções de repetição, arritmias cardíacas não explicadas, cirrose, hepatite sem causa definida, pancreatite, entre outras.

Quando o paciente é diagnosticado, é importante que além do tratamento para a dependência química, o indivíduo também tenha acompanhamento clínico e psicológico para garantir a melhora de sua saúde como um todo.

15.5 TRATAMENTO

O tipo de ajuda mais adequado para cada pessoa depende de suas características pessoais, da quantidade e padrão de uso de substâncias e se já apresenta problemas de ordem emocional, física ou interpessoal decorrentes desse uso.

Figura: 232 – O futuro das tecnologias de retirada de drogas psiquiátricas



Fonte: JORNALGGN

Cada dependente químico estabelece uma relação diferente com a droga e apresenta necessidades diferentes. Isso acontece porque a dependência química resulta da interação de vários aspectos da vida do indivíduo (biológico, psicológico e social).

Desse modo, as intervenções devem ser diferenciadas para cada indivíduo e devem considerar todos os aspectos envolvidos. Não existe, portanto, um tratamento único para a dependência química. Na maior parte dos casos as técnicas usadas precisam ser constantemente reavaliadas durante o tratamento e adaptadas ao momento do usuário.

Como a dependência química é uma doença que interfere em todos os aspectos da vida da pessoa, o tratamento deve ser planejado buscando-se não somente interromper o uso da droga, mas visando a reinserção da pessoa em novas

atividades sociais, profissionais, familiares e a prevenção de recaídas. Por esse motivo, demanda uma abordagem multidisciplinar por uma equipe composta ao menos por médicos psiquiatra e clínico, psicólogos, enfermeiros, terapeutas ocupacionais, assistentes sociais, entre outros profissionais.

Figura: 233 – Clínica de recuperação para dependentes químicos



Fonte: CLINICASRESTITUINDOSONHOS

15.6 PREVENÇÃO

Quando diagnosticada, a dependência química deve contar com acompanhamento a médio-longo prazo para assegurar o sucesso do tratamento, que varia de acordo com a progressão e gravidade da doença.

Não existe um modelo ideal e único de programa, e sim diferentes possibilidades de abordar as questões da dependência. O que se percebe é que terão mais sucesso as ações que contemplam abordagens multidisciplinares.

Figura: 234 – A pessoa deixa de ser usuária, mas a dependência química persiste



Fonte: BLOG.CLINICAQUINTINO

Em relação à prevenção de novas recaídas, sugere-se que o paciente mantenha sempre o acompanhamento com profissionais especializados e que avaliem a proposta terapêutica para verificar a necessidade de ajustes sempre que necessário, como também, participar de sessões de psicoterapia (principalmente com abordagem comportamental), uma vez que está pode oferecer estratégias para que o indivíduo consiga lidar com situações de alto risco ou forte desejo de consumir a substância, além de maneiras de evitar e prevenir recaídas.

ATIVIDADES MNEMÔNICAS

► DROGAS - Respostas as questões abaixo:

1. O que são Drogas?

Resposta: _____

2. O que são Drogas Lícitas?

Resposta: _____

3. O que são Drogas Ilícitas

Resposta: _____

4. Quais as principais drogas ilícitas mais conhecidas?

Resposta: _____

5. Os usuários de drogas são pessoas de classe social mesmos favorecida?

Resposta: _____

► DEPENDÊNCIA QUÍMICA - Respostas as questões abaixo:

1. O que é dependência química?

Resposta: _____

2. Dependência química tem cura?

Resposta: _____

3. Porque a pessoa não consegue parar sozinha?

Resposta: _____

4. Por que uma pessoa se torna dependente e outra não?

Resposta: _____

5. Quais as consequências na família em entre amigos:

Resposta: _____

MÓDULO 4 - DOENÇAS E AVALIAÇÃO DE TODOS OS MÓDULOS

16 SEQUELAS TRAUMÁTICAS – FÍSICAS

Segundo Martinez (1990) a discussão sobre a prevenção de traumas deveria começar com uma definição do termo trauma. Existem uma ampla variedade das causas de um trauma o que ocasiona inicialmente grande obstáculo para o estudo em questão de sua prevenção. Ela exemplifica um exemplo de um quadril fraturado devido à queda de uma pessoa idosa e o que teria de comum com um ferimento de arma de fogo auto infligido à cabeça de um jovem? Todas são causas de um trauma, então desde colisões de veículos, ferimentos por arma branca e suicídios e até mesmo afogamentos, possuem um fator em comum: a transferência de energia.

Figura: 235 – Tratamento fisioterapêutico de trauma raquimedular



Fonte: BLOGFISIOTERAPIA

Hoje em dia é definido como um acontecimento nocivo que decorre da liberação de formas específicas de energia ou de barreiras físicas ao fluxo normal de energia.

Em Prehospital Trauma life Supporte - PHTLS/NAEMT em Atendimento pré-hospitalar ao traumatizado (2011 p. 19-20) normalmente essa energia existe em cinco formas físicas: mecânica, química, térmica, por irradiação ou elétrica.

- A **energia mecânica** é a energia que um objeto contém quando está em movimento. A mais comum causa de lesões, ela é transferida durante uma colisão

de veículos, por exemplo, do veículo a um motorista sem cinto de segurança que colide com o para-brisa.

- A **energia química** é a resultante da interação de uma substância química com o tecido humano exposto. Por exemplo, a energia química ocorre quando uma criança curiosa ingere amônia encontrada em um armário destrancado na cozinha.
- A **energia térmica** é a energia associada a altas temperaturas e ao calor. A energia térmica, por exemplo, causa traumas quando um cozinheiro borrifa combustível fluido em carvão que esteja queimando em uma churrasqueira ao ar livre, e é atingido na face.
- A **energia por radiação** consiste em qualquer onda eletromagnética que trafega em raios (como os raios X) e não possui massa. Ela produz queimaduras solares na pele de adolescentes à procura de um bronzeado dourado no verão.
- A **energia elétrica** é resultante da movimentação de elétrons entre dois pontos. Está associada à lesão direta e à lesão térmica; por exemplo, ela destrói a pele, os nervos e os vasos sanguíneos.

Em resumo segundo Centro de Ensino e Treinamento em Saúde – CETS (2019) trauma é definido como uma forma de descrever lesões causadas por uma força externa devido a acidentes, violência ou autoagressão caracterizado por mecanismos de lesão que incluem: trauma penetrante, trauma contuso ou sua combinação.

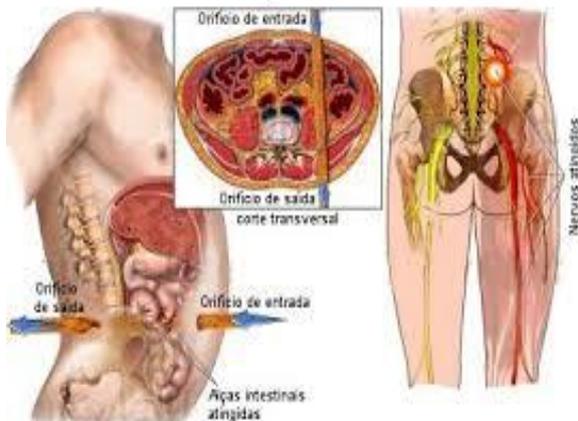
Conforme as definições apresentadas em questão de traumas, serão abordados alguns traumas comuns e como agir em situações de emergência em: Traumas no abdome, entorse, distensão, luxações, contusão, lesões gerais na pele, fraturas, choque elétrico, queimaduras, insolação e intermação.

16.1 TRAUMAS NO ABDOME

De acordo Van (2016) o abdome pode lesionar por vários tipos de trauma sendo assim a lesão pode ser confinada ao abdome ou ser acompanhada de trauma grave, multissistêmico. Assim a natureza e a gravidade das lesões abdominais podem variar de acordo com o mecanismo e as forças envolvidas, portanto, generalizações sobre mortalidade e necessidade de intervenção cirúrgica. Desta forma, as lesões costumam ser classificadas pelo tipo de estrutura danificada:

Figura: 236 – Traumas de Abdome

Trauma Abdominal Penetrante com Lesão de Visceras



Fonte: SAUDEDIRETA

- Parede abdominal;
- Órgão sólido (fígado, baço, pâncreas, rins);
- Viscera oca (estômago, intestino delgado, cólon, ureteres, bexiga);
- Vascularidade.

Traumas abdominais também são tipicamente categorizados pelo mecanismo da lesão:

- Fechado
- Penetrante

16.1.1 Trauma fechado

Pode estar relacionado a um golpe direto (por exemplo: chute), impacto de algum objeto (por exemplo: queda sobre o guidão da bicicleta) ou desaceleração repentina (por exemplo: cair do alto, acidente de trânsito). O baço é o órgão mais comumente afetado, seguido do fígado e das vísceras ocas (tipicamente o intestino delgado).

16.1.2 Trauma penetrantes

As lesões penetrantes podem ou não perfurar o peritônio e, caso o façam, podem não afetar nenhum órgão. É menos provável que as lesões por arma branca

danifiquem as estruturas intra-abdominais do que lesões por arma de fogo; nos dois casos, qualquer estrutura pode ser comprometida. As lesões penetrantes na parte inferior do tórax podem atravessar o diafragma e danificar estruturas abdominais.

Senac Nacional (2014) os ferimentos profundos no abdome costumam ser graves, já que algum órgão pode ter sido atingido. Dependendo da perfuração da parede abdominal, partes de algum órgão (intestino, por exemplo) podem vir para o exterior. Nesses casos, não tende de forma alguma coloca-las no lugar. Assim sendo, as partes expostas deverão ser cobertas com panos limpos e umedecidos com água e mantidos úmidos.

Nunca cobrir os órgãos expostos com matérias aderentes (papel toalha, papel higiênico, algodão), deixarão resíduos difíceis de remover.

16.2 FERIMENTOS COM PRESENÇA DE OBJETO ENCRAVADO

Quando o ferimento for causado por faca, canivete, lasca de madeira, vidro etc., e algum objeto ficar encravado, a princípio ele não deverá ser retirado, pois poderá provocar hemorragia grave ou lesão de nervos e músculos próximos à região afetada.

Figura: 237 – Ferimento for causado por faca, canivete, lasca de madeira



Fonte: BOOKS.GOOGLE

O objeto encravado só poderá ser retirado em casos que: nas bochechas, atrapalhando as vias aéreas; no tórax, o qual impedirá a alguém de executar as compressões torácicas para atender numa parada cardíaca; ou no caso de impedir o controle de hemorragia naquele local.

No caso de ferimentos com presença de objetos encravados, deverá deixar o objeto no lugar; fazer um curativo volumoso para estabilizar o objeto e encaminhar imediatamente a pessoa a um serviço de emergência. Caso o objeto encravado for

muito longo poderá ser cortado tendo o cuidado de não o movimentar. Em ferimentos por arma de fogo, se houver hemorragia deve-se procurar estancar por meio de compressão, e encaminhar ao pronto socorro. (SENAC, 2014, p 45 - 46)

16.3 ENTORSE

Os ossos do esqueleto humano estão unidos uns aos outros pelos músculos e as superfícies de contato são mantidas por meio dos ligamentos. Quando ocorre um movimento brusco, pode ocorrer um estiramento e até ruptura dos ligamentos, o que chamamos de entorse.

Figura: 238 – Entorse de tornozelo



Fonte: ORTOPEDIACIDADEJARDIM

No caso de entorse a pessoa sente uma dor intensa na articulação afetada, depois apresenta edema (inchação); se houver rompimento de vasos sanguíneos, a pele da região pode imediatamente apresentar manchas arroxeadas. Se no caso o local afetado apareça mancha escura 24 ou 48 horas após o acidente, pode ter havido fratura; procure atendimento médico de imediato. As entorses mais comuns são as de punho, de joelho e de pé.

Os procedimentos a qualquer entorse:

- Colocar gelo ou compressa frias no local, antes protegendo a parte afetada com um pano limpo ou uma gaze, para evitar queimaduras na pele de frio.
- Imobilizar a articulação afetada por meio do enfaixamento, usando ataduras ou lenços. A imobilização também pode ser a mesma que se faz no caso de fraturas fechada.

Após a mobilização deverá se encaminhar para atendimento médico. É importante lembrar que durante algum tempo não deverá usar a articulação machucada. Proceder aplicação de gelo ou de compressas frias no local, com o cuidado de proteger a pele nos dias seguintes do acidente. A recuperação se dará geralmente em uma semana. Isso se não houver outras complicações, como derrame interno, ruptura de ligamentos ou mesmo fraturas. (SENAC, 2014, p 48 - 49)

16.4 DISTENSÃO

Oliveira, Silva e Martuchi (2013, p. 166). No local do acidente, é difícil diferenciar entorse de distensão. Nesse caso os primeiros socorros para ambas as lesões são muito semelhantes.

Figura: 239 – Distensão muscular



Fonte: ESPACORAFAH

Distensão é uma lesão ocasionada pelo estiramento muscular ao redor de uma articulação. Nesse caso não é relacionada com ligamento; pode haver ou não edema. Nesse caso a pessoa apresenta dor, mobilidade e força prejudicadas na extremidade afetada.

16.5 LUXAÇÕES

Na luxação as superfícies articulares deixam de se tocar de forma permanente. É comum ocorrer junto com a luxação uma fratura.

Figura: 240 – Luxação no cotovelo



Fonte: DRTHIAGOSTORTI

Principais sinais e sintomas de luxação:

- Dor;
- Deformação no nível da articulação;
- Impossibilidade de movimentos;
- Aparecimento de hematoma.

Nesse caso deverá imobilizar a articulação sem tentar colocá-la no lugar. Esse tipo de imobilização é da mesma forma que na fratura fechada. E encaminhar-se imediatamente para atendimento médico. (SENAC, 2014, p. 50).

No atendimento pré-hospitalar não é importante diferenciar o tipo exato de lesão. Durante a avaliação o objetivo é detectar o problema e imobilizar, da maneira correta, a extremidade afetada, diminuir a dor e evitar lesões posteriores assim como sequelas.

16.6 LESÕES MUSCULOESQUELÉTICAS

Figura: 241 – Lesões musculoesqueléticas



Fonte: IREDO

As lesões musculoesqueléticas são dolorosas e de aparência dramática o que dificulta o atendimento; porém não ocorre risco de morte iminente e com isso são as últimas lesões a serem abordadas no ambiente pré-hospitalar, somente após a estabilização. (OLIVEIRA, SILVA E MARTUCHI, 2013, p. 167).

Conforme ainda Oliveira, Silva e Martuchi (2013, p. 167 - 168) avaliação das extremidades é verificação de perfusão, sensibilidade e movimentação, verificando possíveis lesões de vasos sanguíneos ou nervos.

- **Perfusão/circulação:** é realizado por meio da palpação de um pulso distal ao local da lesão e reenchimento capilar se por acaso não houver pulso presente na extremidade lesionada, pode ser que haja lesão de rede vascular, provavelmente arterial; nesse caso a pessoa deverá ser removida o mais breve possível para local de tratamento definitivo. O alinhamento da fratura por profissional não capacitado não está indicado em ambiente pré-hospitalar.
- **Sensibilidade:** é realizado uma avaliação tocando-se levemente os dedos das mãos ou pés. Se por acaso não sentir o toque, provavelmente há comprometimento de nervos.
- **Movimentação:** nessa avaliação é solicitado a pessoa que aperte a mão do socorrista. Se a lesão for nas pernas, solicitar a pessoa que mova os pés contra a mão do socorrista.

16.7 CONTUSÃO

Na contusão a pele continua intacta somente haverá lesões de vasos sanguíneos o que ocasionará dor, edema e alterações da coloração da epiderme. Ocorrerá extravasamento de sangue internamente. Isso com o passar do tempo o organismo, reabsorverá o sangue extravasado. (OLIVEIRA, SILVA E MARTUCHI, 2013, p. 185).

SENAC (2014, p. 40) nesse caso os primeiros socorros será:

- Manter em repouso a parte contundida;

- Aplicar compressa fria ou saco de gelo até que a dor melhore e a inchação se estabilize. É importante antes proteger a parte afetada com um pano limpo ou uma gaze, para evitar queimaduras na pele.

Figura: 242 – Contusão



Fonte: H9J

16.8 LESÕES GERAIS NA PELE

Pinheiro (2018) sendo a pele o maior órgão do nosso corpo e é nossa principal arma de defesa contra germes. Desempenhando como um escudo protetor que impede o contato dos micróbios do ambiente com nosso meio interno. Sendo ela colonizada por bilhões de bactérias que ocasionaria potencialmente doenças não ficamos doentes porque não conseguem entrar no nosso corpo. A pele nos protege.

Figura: 243 – Lesões de pele



Fonte: TRATAMENTOESTETICO

A questão é quando essa proteção é rompida; nos casos de feridas e lesões. Com isso nesse momento estabelece uma porta de entrada para germes externos que poderão infeccionar.

As feridas podem ser classificadas de acordo com o mecanismo de lesão em:

- **Incisas ou cortantes:** são aquelas causadas por faca, bisturi, lâmina, etc.
- **Perfurante:** ocasionada por objetos pontiagudos como pregos e alfinetes.
- **Escoriação:** ocorre quando a lesão é na superfície da pele, quando caímos e arrastamos o joelho ou qualquer outra parte no chão.
- **Laceração:** é quando ocorre uma escoriação mais profunda e que acomete o tecido subcutâneo.
- **Contusas:** essa são lesões traumáticas de grande força que lesão os tecidos abaixo da pele. Exemplo um soco ou trauma na cabeça. Ocasionalmente ocasionando equimoses (manchas roxas ao redor da lesão).
- **Queimaduras:** o nome já diz tudo.

Santos e Volpato (2015, p. 326) classificou as feridas de acordo com o conteúdo microbiano em:

- **Limpas:** produzidas em ambientes cirúrgico, desde que não haja sido aberto sistemas contaminados o que acarretará contato com sistema digestório, respiratório ou geniturinário;
- **Potencialmente contaminada:** seria contaminação grosseira, como as ocasionadas por faca de cozinha. Na ferida operatória, associa-se aos sistemas digestório, respiratório e geniturinário;
- **Contaminadas:** nesse caso a ferida terá contato com a terra, fezes ou ocorrida em tempo superior a 6 horas, sem sinal de infecção;
- **Infectada:** local com intensa reação inflamatória e microrganismos que podem produzir exsudato purulento ou odor fétido.

Segundo Pinheiro (2018) procedimentos após lesão:

- Antes de manusear qualquer lesão, lavar as mãos com água e sabão, ou álcool gel se disponível.
- Em pequenos cortes, perfurações superficiais e escoriações poderão ser tratadas com apenas limpeza local. Na maioria das vezes água e sabão neutro são suficientes. Outra opção seria a irrigação com soro fisiológico, limpar a ferida até

não se encontrar nenhum sinal de sujeira ou corpo estranho como terra, grama, etc.

- Em lesões mais profundas e cortes mais extensos deverão ser avaliados por um médico se haverá necessidade de realizar sutura com pontos; mas de qualquer forma a limpeza primária deverá ser feita com água corrente ou soro fisiológico. Observando presença de corpo estranho na ferida deverá se direcionar ao um médico.
- Nas queimaduras leves sem rompimento da pele, a limpeza é feita com água e sabão de modo suave. As bolhas não deverão ser estouradas. Não utilize manteiga, margarina ou qualquer outra substância não esterilizada. No caso de queimaduras mais graves devem ser avaliadas por médicos.
- Não utilize qualquer substância desinfetantes o que poderá atrapalhar no processo de cicatrização. Água e sabão são suficientes para a maioria das lesões pequenas. Não utilize álcool ou iodo em feridas abertas. Algumas substâncias podem irritar a lesão e piorar a inflamação.
- Manter a ferida sempre limpa. Procure proteja-la com um curativo, principalmente se forem em locais como mãos e pés que entram em contato com áreas contaminadas com frequência.
- As escoriações ou lesões úmidas, sendo cobertas, deverá realizar somente com curativos não aderente para evitar que a ferida grude e cause nova lesão quando for retirado. Não use fita adesiva diretamente na lesão.
- Caso a lesão está sangrando, utilize um pano limpo, gaze ou compressas para comprimir. Na ocorrência de sangramento intenso ou em jato comprima o local, procure logo um médico.
- Não lamba e nunca deixe que animais como cães ou gatos lambam as feridas, pois suas salivas existem milhões de bactérias o que pode ocasionar infecções graves.
- Nas mordidas de animais ou humano, procure saber o estado vacinal do animal. São feridas que infeccionam com muita facilidade. A **raiva não tem cura** e a mortalidade é de quase 100%.
- No caso de após a lesão algumas horas surgirem qualquer sinal de infecção, como edema, uma área de vermelhidão, febre ou saída de pus é necessário atendimento médico, mesmo se a lesão for pequena.

- Se no caso não for vacinado ou tiver tomado a última dose há menos de 10 anos, procure um hospital para tomar a vacina contra tétano, inclusive em casos de mordidas e queimaduras.
- Sendo diabético ou imunossuprimido, há necessidade de atenção às lesões. Na dúvida, consulte um médico. No caso de uma ferida que não cicatriza depois de todos cuidados, procure atendimento, isto pode ser sinal de diabetes mellitus ou alguma outra doença.

Normalmente as pessoas passam por situações em que tiveram lesões e machucados na pele e que não deram muita atenção, e muitas vezes nada aconteceu. As pequenas lesões são negligenciadas pelas pessoas devido à baixa frequência de complicações. Lembrando que mesmo lesões pequenas e aparentemente inocentes podem complicar.

16.9 FRATURAS

SENAC (2014, p. 50 - 52) nesse tipo de lesão ocorre quando há quebra de um osso. Devido à dificuldade em identificar uma fratura o que é recomendável é que em situações de entorse e luxação sejam atendidas como possíveis fraturas.

A fratura pode ser fechada (interna) ou aberta (exposta).

Figura: 244 – Fraturas. Diferença entre fratura, entorse e luxação



Fonte: BRASILESCOLA.UOL

16.9.1 Fratura Fechada

No caso da **fratura fechada** é quando não há rompimento da pele.

Sinais e sintomas de uma fratura:

- Dor intensa;
- Deformação do local afetado, se comparado com a parte normal do corpo;
- Incapacidade ou limitação de movimento;
- Edema (inchação) no local afetado;
- Cor arroxeada no edema se ocorrer rompimento de vasos e acúmulo de sangue sob a pele (hematoma);
- Crepitação, ou seja, sensação de um ruído provocado pelo atrito entre as partes fraturadas do osso, quando se toca o local afetado.

16.9.2 Fratura Aberta

Na **fratura aberta ou exposta** é quando o osso perfura a pele. Nesse caso proteja o ferimento com gaze ou um pano limpo antes de qualquer outro procedimento, para impedir o contato de impurezas que favoreçam uma infecção.

Depois de coberto o local afetado, procure um socorro médico, é importante nesse caso a palpação do pulso abaixo da fratura. A providência seguinte é a imobilização.

Procedimentos para imobilizar uma fratura:

- Não tente colocar o osso “no lugar”. Movimente-o o menos possível e mantenha-o na posição natural, sem causar desconforto para a vítima.
- Se encontrar resistência no membro fraturado, imobilize-o na posição em que se encontra.
- Improvise talas com o material disponível no momento (revista, caixa de papelão, madeira, galhos de árvore, guarda-chuva, jornal dobrado etc.). O comprimento das talas deve ultrapassar as articulações acima e abaixo do local da fratura e sustentar o membro atingido.

- Envolver as talas com panos ou qualquer outro material macio a fim de não ferir a pele.
- Amarre as talas com tiras de pano em torno do membro fraturado. Não amarre no local da fratura.

Para imobilizar uma perna será necessário utilizar duas talas longas, que deverão atingir o joelho e o tornozelo, de modo a impedir qualquer movimento dessas articulações.

A pessoa com a perna fratura não deverá caminhar. Se for necessário transportá-la, improvise uma maca e solicite a ajuda de alguém para carregá-la. No caso de imobilização de braços ou pernas sempre deixe os dedos visíveis, de modo a verificar qualquer alteração. No caso estiverem inchados, roxos ou dormentes, as tiras que amarram as talas devem ser afrouxadas.

Em alguns casos, como na fratura de antebraço, por exemplo, deve-se providenciar uma tpoia. As tpoias poderão ser feitas com qualquer material maleável, como pano, ou faixas. No caso das faixas são de materiais descartáveis, utilizadas juntamente com as talas para proporcionar imobilização de extremidades; poderão ser usadas isoladamente para estancar hemorragias externas. (OLIVEIRA, SILVA E MARTUCHI, 2013, p. 171).

16.9.3 Fraturas Especiais

SENAC (2014, p. 54) existem casos que exigem cuidados especiais. São as fraturas de coluna, costela, bacia (pelve óssea) e fêmur.

Sinais e sintomas

- **Fratura de coluna:** dor no local, perda de sensibilidade, formigamento e perda de movimento dos membros (braços ou pernas).
- **Fratura de costelas:** respiração difícil, dor a cada movimento respiratório.
- **Fratura de bacia (pelve óssea) ou de fêmur:** dor no local, dificuldade para movimentar-se e para ficar de pé.

Se houver suspeita de uma dessas fraturas deve-se:

- Manter a pessoa imóvel e agasalhada.
- Observar a respiração e verificar o pulso ou os sinais de circulação.
- Fazer compressões torácicas e ventilação boca a boca, se considerar necessário.
- Evitar mexer na posição da pessoa e providenciar o rápido transporte para um hospital ou pronto-socorro.

Se houver suspeita de lesão na coluna cervical, é importante que a pessoa seja removida deitada e com o pescoço imobilizado.

É importante que antes e depois de imobilizar, verificar se há pulso na artéria (essa verificação deve ser feita na extremidade da parte atingida do corpo).

Conforme Oliveira, Silva e Martuchi (2013, p.168) o fêmur é um osso grande, envolvido por grandes grupos musculares, com vascularização extensa. Caso ocorra uma fratura de fêmur, mesmo sendo fechada, pode implicar em uma perda considerável de sangue. Um adulto pode perder, em média, 1 litro de sangue em uma fratura femural; associando a outros traumas, pode levar a um choque hemorrágico importante. O tratamento inicial seria imobilização precoce que terá como objetivo estabilizar a fratura e conter o sangramento.

16.10 CHOQUE ELÉTRICO

Figura: 245 – Choque elétrico



Fonte: CERRP

O corpo humano poderá funcionar como um condutor elétrico, isso é, quando o choque elétrico passa pelo corpo; ocasionando desde um pequeno desconforto até uma fibrilação cardíaca, o que poderá até levar a morte.

Isso varia de acordo com a intensidade de volts da corrente elétrica. Os efeitos dessa descarga dependerão em grande parte da intensidade do choque e da velocidade do atendimento.

O Primeiro procedimento é cortar a corrente elétrica, desligando a fonte de eletricidade (tirando o aparelho da tomada ou desligando o interruptor, etc.) ou afastando a pessoa do objeto. Nunca deverá entrar em contato direto com a vítima, a empurre com alguma coisa que esteja seca e que não seja condutora de eletricidade, madeira ou borracha são os mais aconselháveis, nunca deverá utilizar alguma coisa de metal. Verifique se a pessoa está respirando e com batimentos cardíacos. (PORTAL DA EDUCAÇÃO, 2019).

SENAC (2014, p. 72) procedimentos para atender um evento de choque elétrico:

- Deite a pessoa e flexione a cabeça dela para trás, de modo a facilitar a respiração.
- Se constatar parada cardiorrespiratória, aja imediatamente, aplicando compressões torácicas.
- Caso esteja respirando normalmente e com batimentos cardíacos, verifique se ocorreu alguma queimadura, cuidando delas de acordo com o grau de extensão que tenha atingido. Logo após da prestação dos primeiros socorros, providenciar assistência médica imediata.

É importante não deixar que ninguém se aproxime da pessoa eletrocutada, nem tente ajuda-la antes de a corrente elétrica ser desligada (a distância mínima é de quatro metros); só depois disso é que deverá prestar socorro.

Em Saúde Melhor (2019) não devemos dar água assim que a pessoa for retirada da fonte de corrente, isso porque poderá se afogar com a pessoa desacordada ou a água poderá ir direto para os pulmões se o choque afetou órgãos internos.

16.11 QUEIMADURAS

Minha Vida (2019) Queimaduras são feridas traumáticas que na maioria das vezes são causadas por agente térmicos, químicos, elétricos ou radioativos. São fatores que atuam nos tecidos de revestimento do corpo humano, o que determinará uma destruição parcial ou total da pele e seus anexos, podendo atingir camadas mais

profundas, como tecido subcutâneo, músculos, tendões e ossos. Elas são classificadas conforme com sua profundidade e tamanho, sendo normalmente mensurada pelo percentual da superfície corporal acometida.

Figura: 246 – Queimaduras.



Fonte: DIARIODEBIOLOGIA

Os tipos de queimaduras são térmicas, químicas, elétricas ou radioativas – até mesmo animais (água viva por exemplo):

16.11.1 Queimaduras térmicas

- São provocadas por fontes de calor como o fogo, líquidos ferventes, vapores, objetos quentes, queimadura de sol, exposição ao frio intenso.

16.11.2 Queimaduras químicas

- São provocadas por substâncias químicas em contato com a pele ou mesmo através das roupas.

16.11.3 Queimaduras por eletricidade

- São provocadas por descargas elétricas.

Além disso, as queimaduras também podem ser divididas de acordo com a profundidade da lesão causada por uma queimadura:

- **Queimaduras de 1º grau:** chamada também de queimaduras superficial; aquelas que envolvem apenas a epiderme camada mais superficial da pele. Geralmente os

sintomas são: dor intensa e vermelhidão local ao toque há palidez na pele. Normalmente melhoram no intervalo de 3 a 6 dias, podendo descamar e não deixa sequelas.

- **Queimaduras de 2º grau:** conforme Sociedade Brasileira de Queimaduras, há duas classificações para esse tipo como: 2º grau superficial e 2º grau profundo. Na **queimadura de 2º grau superficial** é quando envolve a epiderme e a porção mais superficial da derme. Os sintomas são os mesmos da queimadura de 1º grau, a qual aparecerá bolhas e com característica úmida. Nesse caso a cura é mais demorada podendo levar até 3 semanas e não costuma deixar cicatriz. Com relação as **queimaduras de 2º grau profundas** ocorrem toda a derme, sendo semelhantes às queimaduras de 3º grau. Nesse caso haverá risco de destruição das terminações nervosas da pele; esse tipo de queimadura é considerado bem mais grave e bem mais dolorosa que o primeiro grau. Esse tipo de queimadura as glândulas sudoríparas e os folículos capilares poderão ser destruídos, sendo assim a pele ficará seca e perca de seus pelos. Nesse tipo de queimadura a cicatrização demorará mais que 3 semanas e costuma deixar cicatrizes.
- **Queimaduras de 3º grau:** são bem mais profundas a qual acometem toda a derme e atinge tecidos subcutâneos e ocorrerá destruição total de nervos, folículos pilosos, glândulas sudoríparas e capilares sanguíneas, e poderá até atingir músculos e estruturas ósseas. A característica dessa queimadura é com lesões esbranquiçadas/acinzentadas, secas, indolores e deformantes. Não curarão sem apoio cirúrgico, necessitará de enxertos de pele

AS PRINCIPAIS CAUSAS:

- Líquidos superaquecidos;
- Combustível;
- Fogo;
- Superfície superaquecida;
- Eletricidade;
- Agentes químicos;
- Agentes radioativos;
- Radiação solar;

- Frio;
- Fogos de artifícios.

PRIMEIROS SOCORROS - Queimadura

Havendo acidentes envolvendo queimaduras o primeiro procedimento deve ser interromper o agente causador da queimadura.

Nos casos de queimaduras leves deverá lavar o local atingido com água corrente em temperatura ambiente, de preferência por tempo suficiente até que a área queimada seja resfriada. É importante também buscar auxílio de um profissional de saúde no posto de atendimento mais próximo, para que sejam tomadas as providências necessárias para o sucesso da recuperação e para evitar o agravamento da lesão. Se não houver um posto de saúde próximo acionar os serviços de socorro do SAMU e do Corpo de Bombeiros ou procura uma emergência hospitalar. No caso de queimaduras de 2º e 3º graus procure uma ajuda médica.

O que **não fazer** após sofrer uma queimadura?

- Tocar a queimadura com as mãos;
- Furar as bolhas;
- Tentar descolar tecidos grudados na pele queimada;
- Retirar corpos estranhos ou graxa do local queimado;
- Não colocar manteiga, pó de café, creme dental ou qualquer outra substância que não seja água sobre a pele.

16.12 INSOLAÇÃO

De acordo com o Ministério da Saúde (2019) insolação é provocada pela exposição excessiva ao sol e ao calor intenso. Acontece quando o corpo ultrapassa 40º C, fazendo com que o mecanismo de transpiração falhe e o corpo não consegue se resfriar. Esse quadro de insolação merece especial atenção por causa do aumento rápido da temperatura corporal, a pessoa acaba perdendo muita água, sais e nutrientes importantes para manutenção do equilíbrio do organismo.

SENAC (2014, p. 67) a pessoa pode cair desacordada, mantendo presentes, porém, a pulsação e a respiração. Outros sinais e sintomas de insolação:

Figura: 247 – Insolação. Acessos de ... Calor



Fonte: LOTTOGAZZETTA.IT

- Tontura;
- Enjoo;
- Dor de cabeça;
- Pele seca e quente;
- Rosto avermelhado;
- Febre alta;
- Pulso rápido e respiração difícil.

Esses sinais não são comuns aparecerem todos ao mesmo tempo. Na realidade em geral só se observa alguns deles.

Como lidar em casos de insolação, enquanto se aguarda atendimento médico:

- Colocar a pessoa na sombra;
- Aplicar compressas frias sobre sua cabeça;
- Envolver seu corpo em toalhas molhadas com água fria, para baixar a temperatura;
- Dar água para beber, caso esteja consciente.

O ideal é deixar que a temperatura diminua bem lentamente, para não ocorrer um colapso, o que normalmente ocorre com quedas bruscas de temperatura.

Figura: 248 – Fique alerta: Insolação, queimaduras e desidratação



Fonte: EXTRA.GLOBO

16.13 INTERMAÇÃO

Fazão (2019) intermação é uma condição semelhante à insolação, porém essa é bem mais grave e pode levar à morte. Nela ocorre um aumento da temperatura corporal e pelo mau resfriamento do corpo, por incapacidade de se resfriar adequadamente.

SENAC (2014, p. 68) nesse caso ocorre pela ação do calor em ambientes com temperatura muito alta, onde está em funcionamento fornos, fogões, caldeiras, forjas, fundições etc.

Figura: 249 – Os risco de ser um “atleta de verão”



Fonte: OSAOGONCALO

Sinais e sintomas de intermação:

- Cansaço;
- Náuseas;
- Calafrios;
- Respiração superficial;
- Palidez ou tonalidade azulada no rosto;
- Temperatura corporal elevada;
- Pele úmida e fria;
- Diminuição da pressão arterial.

Nesse caso a pessoa deverá:

- Retirar a pessoa do ambiente fechado e leva-la para um local mais fresco e arejado;
- Deitar a pessoa com a cabeça mais baixa que o resto do corpo;
- Retirar-lhe as roupas e envolver o corpo em lençol úmido;
- Encaminhá-la imediatamente para atendimento médico.

Para se evitar intermação é importante que as pessoas que trabalham em lugares quentes e fechados não devem permanecer por longos períodos no ambiente e precisam ingerir muito líquido e alimentos que contenham sal.

Figura: 250 – Exposição ao calor

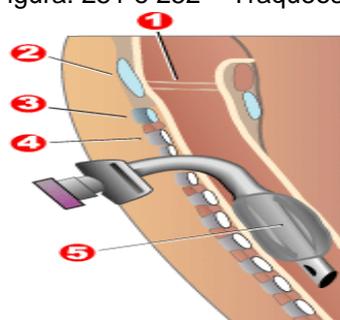


Fonte: MAFERENGENHARIA

17 TRAQUEOSTOMIA

A traqueostomia é um procedimento cirúrgico que consiste em fazer uma abertura na parede da traqueia, a fim de facilitar a entrada de oxigênio quando o ar está obstruído. Essa abertura é feita por meio de um tubo de metal ou plástico (cânula).

Figura: 251 e 252 – Traqueostomia



Traqueostomia

completada:

- 1 Cordas vocais;
2. Cartilagem tireoide;
3. Cartilagem cricóide;
4. Cartilagem traqueais;
5. Balão.



Fonte: PT.WIKIPEDIA.ORG

O procedimento é indicado em casos onde é necessária a desobstrução das vias respiratórias (como em pacientes com tumor na laringe):

- Após cirurgias extensas na boca e garganta;
- Após muitos dias com um tubo na traqueia na UTI;
- Após traumas na face muito violentos com fraturas múltiplas, etc.);
- Após parada respiratória ou cardíaca e insuficiência respiratória grave.

A traqueostomia pode ser permanente ou temporária, dependendo de cada caso.

É comum que pacientes e familiares fiquem em dúvidas quando o médico indica a necessidade de se realizar a traqueostomia. O procedimento é necessário sempre que se precisa reverter uma obstrução das vias respiratórias e quando não é possível tratar por outros meios mais simples. Além disso, a traqueostomia contribui na retirada de secreções que se alojam no pulmão, mantendo a ventilação mecânica por um longo período e substituindo a utilização de tubos que seriam inseridos dentro da traqueia. Com isso, possibilita maior segurança aos pacientes, protegendo-os de aspirações e

engasgos. Uma das vantagens é que pode permanecer por um período longo. (BORBA, 2019).

O procedimento para criar a traqueostomia é simples: o pescoço do paciente é limpo e coberto e logo são feitas incisões para expor os anéis cartilagosos que formam a parede externa da traqueia. O nome para esta cirurgia é traqueostomia. (WIKIPÉDIA, 2017).

Figura: 253 – Traqueostomia – Como é feita



Fonte: MEDIFOCO

Figura: 254 – Traqueostomia O que é



Fonte: SAUDEBUSINESS365

A traqueostomia pode ser definitiva (quando o paciente necessita de ventilação permanente) ou temporária, ou seja, ela pode ser revertida. Tudo depende de sua durabilidade, das condições da pele que está em torno da incisão (corte) e das condições físicas da pessoa. Assim que o paciente retorna a respirar normalmente e saudavelmente, a cânula é retirada.

Quando a traqueostomia não é mais necessária é feita a decanulação, que consiste em trocar as cânulas por uma menor, sucessivas vezes, até que o paciente consiga ficar sem nenhum tubo e o orifício onde foi feito o corte feche normalmente. O tempo de recuperação desta retirada pode levar de 5 a 30 dias e a fala se normaliza dias após a retirada da cânula.

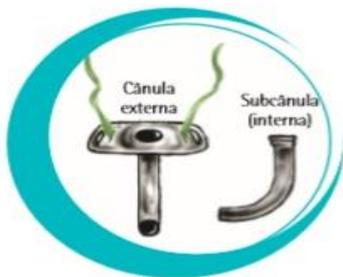
No caso de que haja alguma dificuldade ao se retirar a cânula, como, por exemplo, obstrução da via respiratória acima da traqueia, deslocamento da parede da traqueia, edema na mucosa, intolerância ao aumento do ar, entre outras, a traqueostomia deve ser mantida até que o problema se solucione ou, em alguns casos raros, se tornar definitiva. (BORBA, 2019).

17.1 ORIENTAÇÕES SOBRE A TRAQUEOSTOMIA

Orientações à pessoa traqueostomizada de acordo com o INCA (2017): Em alguns tipos de câncer há uma presença de um caroço na garganta o que poderá dificultar a chegada de ar aos pulmões. Esse caroço aparece devido ao tumor que se localiza na laringe, assim é necessário fazer a chamada traqueostomia, que é a abertura da traqueia para a colocação de um tubo por onde o ar passará a circular, sem interrupções.

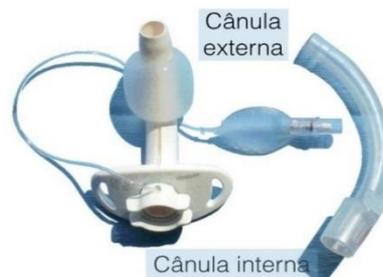
As partes que compõem a cânula de traqueostomia de metal dividem-se em cânula e subcânula. É importante mantê-las sempre limpas e livres de obstruções, para evitar bloqueios à entrada de ar, acúmulo de secreções e mau cheiro.

Figura: 255 – Traqueostomia - Cânula



Fonte: INCA.GOV

Figura: 256 – Traqueostomia - Cânula



Fonte: PORTALAMIGODOIDOSO

Para manter a pele e a cânula de traqueostomia limpas e livres de infecções, você precisa seguir as seguintes orientações:

Figura: 257 – Traqueostomia - Orientações



Fonte: INCA.GOV

1. Lave bem as mãos;
2. Retire a subcânula;
3. Lave a subcânula com água corrente, escovando-a por dentro para retirar toda secreção acumulada;
4. Seque bem a subcânula;
5. Recoloque a subcânula dentro da cânula que está em seu pescoço;
6. Limpe bem a pele ao redor da cânula. Faça a limpeza no seu pescoço utilizando uma toalha limpa, sabonete e água corrente;
7. Troque as gazes que estão entre a sua pele e a cânula de traqueostomia;
8. Coloque duas gazes dobradas entre o tubo traqueal e a pele de seu pescoço;
9. Lave as mãos novamente. Realize este cuidado cinco vezes ao dia ou sempre que necessário.

OBS.: Nunca retire o conjunto de cânula. Caso o conjunto saia, procure imediatamente a emergência do hospital.

17.1.1 - Cuidado com o Cadarço

- Trocar o cadarço que prende a cânula ao redor do pescoço sempre que estiver sujo.
- Para sua segurança, primeiro coloque o cadarço limpo, amarre-o com dois nós e depois retire o sujo.
- Não deixe o cadarço frouxo, a cânula pode sair em caso de tosse, por exemplo.

Figura: 258 – Traqueostomia – Cuidado com o Cadarço



Fonte: INCA.GOV

17.1.2 - Protetor de cânula de traqueostomia

É recomendado o uso do protetor da cânula para evitar poeira e insetos. O acessório é usado ao redor do pescoço cobrindo a cânula.

Figura: 259 – Traqueostomia – Protetor de Cânula



Fonte: INCA.GOV

É comum ter tosse após a traqueostomia. Isto se deve às partículas de poeira que entram pelo orifício da traqueostomia e são eliminadas pela tosse. Muitas vezes, a subcânula pode sair durante acessos de tosse. Caso isso aconteça, lave-a com água e sabão e recolque-a dentro da cânula.

Procure fazer nebulizações para evitar o ressecamento nas vias respiratórias. As nebulizações deverão ser realizadas somente com soro fisiológico ou conforme prescrição médica. Faça-as três vezes ao dia e sempre que necessário. Durante a nebulização, coloque a máscara do nebulizador no pescoço em direção à cânula de traqueostomia.

17.1.3 - Aprendendo a se comunicar

Ter uma traqueostomia significa aprender novas maneiras de se comunicar com os outros. O enfermeiro e o fonoaudiólogo o ajudarão a aprender novas formas de falar.

17.1.3.1 - Caso você possa falar

Quando é realizada a traqueostomia, mesmo com a colocação da cânula, você continua com suas cordas vocais. Portanto, ainda poderá usá-las para falar. Nesse

caso, quando for falar, cubra a saída da cânula de traqueostomia com o dedo, como mostra a figura abaixo.

Figura: 260 – Traqueostomia - Falar



Fonte: INCA.GOV

17.1.3.2 - Caso você não possa falar

Caso você não possa falar, combine alguns gestos com familiares e amigos. Use, também, expressões faciais, como um sorriso, por exemplo. Carregue sempre uma caneta e um bloco para se comunicar.

Figura: 261 – Traqueostomia – Não falar



Fonte: INCA.GOV

17.1.4 - Comer usando cânula de traqueostomia

Você pode comer qualquer tipo de alimento. Oriente-se com um nutricionista no ambulatório.

Figura: 262 – Traqueostomia – Comida



Fonte: INCA.GOV

Segue alguns conselhos sobre comer com a traqueostomia

- Mantenha-se sentado, quando estiver se alimentando;
- Procure comer devagar, mastigue bem antes de engolir;
- Beba muita água. Ela ajudará na sua hidratação;
- Caso ocorra a saída de comida pelo orifício da cânula de traqueostomia, interrompa a alimentação e procure o setor de emergência do hospital;
- Corte a comida em pedaços pequenos para facilitar o ato de mastigar e engolir;
- A alimentação ocorre de forma normal (pela boca), pois o tubo digestivo continua funcionando. O que foi alterado foi a passagem de ar.

18 COMBATE A AUTOMEDICAÇÃO

A origem dos medicamento vem desde a pré-história, com o uso de recursos naturais (plantas e ervas) com o propósito de tratar doenças. Hoje em dia continuam

sendo utilizados os recursos naturais, porém, grande parte dos medicamentos são feitos de produtos químicos, que são elaborados pela engenharia genética (método através do qual as células das bactérias ou bolores são alteradas para produzir medicamentos).

Figura: 263 – Os riscos da automedicação



Fonte: NWFISIOTERAPIA

É comum as pessoas usar as palavras remédio e medicamento como se fossem sinônimos, no entanto, existe uma grande diferença entre elas, para melhor compreensão, faremos uma pequena explanação:

18.1 MEDICAMENTOS

São produtos feitos pelas indústrias farmacêuticas ou por farmácias de manipulação, tendo como objetivos prevenir, tratar ou aliviar sintomas e doenças.

Figura: 264 – Remédios para doenças do coração



Fonte: NOTÍCIAS.R7

Portanto, é um produto desenvolvido por indústria farmacêutica e cumpriu todas as exigências legais definidas por órgãos regulatórios (no Brasil é a ANVISA – Agência Nacional de Vigilância Sanitária), seguindo um rigoroso padrão de qualidade. Os efeitos dos medicamentos são conhecidos e foram comprovados cientificamente através de vários testes.

Sendo assim, podemos concluir que medicamentos devem ser usados apenas quando se sabe a ação que se espera com aquele uso, uma vez que é bastante específico, como também, sobre orientação médica.

18.2 REMÉDIO

São métodos ou cuidados terapêuticos que ajudam a aliviar desconfortos, mas que não passaram por etapas que um medicamento, normalmente, passa para ser liberado.

Figura: 265 – 10 Plantas medicinais que podem ser cultivadas no seu jardim



Fonte: BIOSOM

- **O REMÉDIO PODE SER:**

- Uma planta medicinal que ajuda a combater certos sintomas;
- Bombons (balas) de gengibre que diminuem a dor de garganta;
- Um banho quente para aliviar tensões, etc.

É importante perceber que todo medicamento é um remédio, porém um remédio nem sempre é um medicamento.

Nos tempos atuais os remédios e os medicamentos fazem parte do nosso dia-a-dia de maneira tão natural, pois eles são utilizados para o tratamento das doenças, para aliviar os sintomas e até salvar vidas.

18.3 AUTOMEDICAÇÃO

A automedicação caracteriza-se pela prática de tomar medicamentos, sem a devida avaliação do médico. A pessoa tende a se medicar por conta própria ou por indicação de familiares, amigos ou até mesmo de conhecidos. Esta atitude, geralmente, está associada à intenção, da pessoa com problemas de saúde, em aliviar algum sintoma.

Figura: 266 – Automedicação



Fonte: PORTALBONFINOPOLIS

Precisamos nos policiar para evitar essa prática tão comum entre as pessoas, pois, mesmo sabendo que é errado muitos ainda continuam praticando essa atitude.

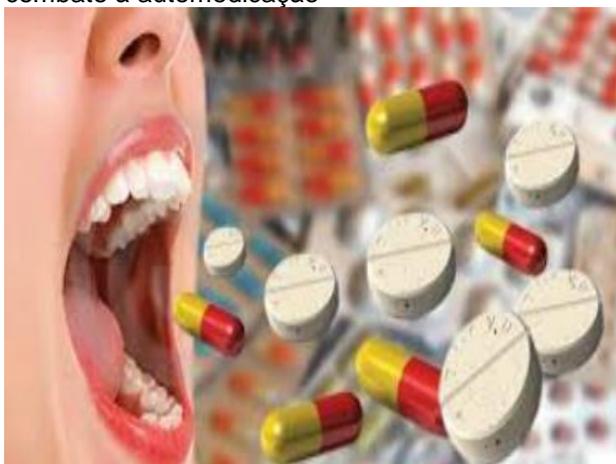
É bastante comum ter em casa um estoque de comprimidos e pílulas para amenizar as dores mais diversas. No entanto, o alívio dos sintomas após a automedicação nem sempre significa que houve um tratamento adequado, e muito menos que o problema foi resolvido, pois a prática pode estar mascarando problemas mais sérios.

Devemos ter consciência que o simples ato de tomar medicamentos sem recomendação médica pode ser mais prejudicial à saúde do que se imagina. Medicamentos é um assunto muito sério. O uso incorreto é bastante perigoso e traz vários riscos para a saúde. O perigo da automedicação vai além do agravamento da doença, uma vez que, o uso inadequado por causar até a morte.

18.4 CAUSAS

Existem algumas causas que provoca a automedicação, podemos dizer que a mais comum ou principal seria talvez relacionada a um aspecto cultural, em que tomar remédio por conta própria ou por indicação de pessoas conhecidas, sem a necessidade de ir ao médico, alivia a dor de imediato.

Figura: 267 – Cuidados farmacêuticos auxiliam no combate à automedicação



Fonte: ABOUTFARMA

Podemos cita outras:

- Dificuldade para marcar consultas médicas;
- Precariedade do sistema de saúde;
- Venda livre de medicamentos;
- Variedade de produtos fabricados pela indústria farmacêutica;
- Falta de fiscalização na venda de medicamentos prescritos;
- Livre acesso à informações sobre doenças por meio da internet.

18.5 FATORES DE RISCO

Existem alguns fatores que pode ocasionar risco a saúde, entre eles está o amplo uso de medicamentos sem orientação médica, quase sempre acompanhado do desconhecimento dos malefícios que pode causar. Os fatores econômicos, políticos e culturais, também, têm contribuído para o crescimento e a difusão da automedicação no mundo, tornando-a um problema de saúde pública.

Figura: 268 – Cresce automedicação durante a estação do inverno



Fonte: PANORAMAFARMACEUTICO

É importante que a população saiba que todos medicamentos (remédios) têm efeitos benéficos e adversos, podendo gerar muito problemas na saúde. Eles podem ser classificados como:

- **Leves** como coceira e vermelhidão;
- **Moderados** como inchaço e erupções na pele;
- **Graves** como o choque anafilático, sonolência, diminuição de reflexos, arritmias, dependência.

A falta de acesso aos meios de saúde, atendimentos com qualidade e propagandas de medicamentos de venda livre influenciam a procura de formas alternativas de tratamento e uma delas é a utilização de medicamentos sem a orientação de um profissional habilitado.

18.6 TIPOS DE USO IRRACIONAL

A automedicação é apenas um dos tipos de uso irracional de medicamentos. Dentre as outras formas estão:

- Uso abusivo de medicamentos (polimedicação);
- Uso excessivo por via de administração inadequada (injetável ao invés de oral);
- Uso do medicamento como forma exclusiva de cura para doenças;
- Uso inadequado de antimicrobianos, tanto em doses incorretas quanto em infecções não-bacterianas;
- Prescrição em desacordo com as normas clínicas.

18.7 CONSEQUÊNCIAS

Não é somente o fato de tomar o remédio sem recomendação médica que pode trazer riscos à saúde. Doses em excesso, administração inadequada e uso para fins não indicados também trazem consequências perigosas.

A forma incorreta da utilização de medicamentos contribuir para a dificuldade e atraso no diagnóstico de determinadas doenças, inclusive acarretando no agravamento de uma doença, uma vez que a utilização inadequada pode esconder determinados sintomas.

Figura: 269 – Automedicação: entenda os riscos e saiba como evitar intoxicações



Fonte: DROGARIALIVIERO

O uso incorreto de certos remédios como anti-inflamatórios e antibióticos, principalmente em doses elevadas, pode gerar disfunções como hemorragia digestiva e sangramentos diversos, insuficiência renal e hepatite medicamentosa.

Outros riscos relacionados são:

- **Interação Medicamentosa:** a combinação de medicamentos pode anular ou potencializar o efeito do outro. Por esse motivo, é tão importante seguir as orientações médicas e ler as informações contidas no campo “**interação medicamentosa**”, presente na bula do remédio.
- **Resistência de Microrganismos:** o uso abusivo de antibióticos pode aumentar a resistência de microrganismos, comprometendo a eficácia do tratamento.

- **Intoxicação:** os analgésicos, anti-inflamatórios e antitérmicos são os maiores causadores de intoxicação pelo uso de medicamentos. O problema pode surgir quando há uma superdosagem na ingestão do remédio, resultando em reações alérgicas. Em quadros graves de intoxicação, podendo levar até a morte. Se o remédio for antibiótico, a atenção deve ser redobrada. “O uso abusivo de antibióticos pode facilitar o aumento da resistência de microrganismos, o que compromete a eficácia dos tratamentos, podendo ser necessário o consumo de medicamentos cada vez mais fortes e tóxicos para tratar infecções relativamente simples.
- **Dependência:** o alívio imediato da dor após o uso de alguns medicamentos pode tornar-se um vício, fazendo com que a pessoa não viva mais sem o remédio. O problema está no fato de que a ingestão recorrente pode fazer com que a substância não tenha mais efeito no organismo ao longo do tempo. Além disso, o abuso de medicamentos pode gerar complicações bem mais sérias à saúde. Nota-se que a dependência é maior, principalmente, quando os remédios são sedativos (para dormir) ou remédios controlados para a dor (derivados de morfina). O uso de forma abusiva em doses tóxicas, desses medicamentos pode induzir ao coma e até risco de morte.

18.8 REMÉDIOS MAIS USADOS

Entre os medicamentos mais utilizados na automedicação são os anti-inflamatórios e os analgésicos, especialmente aqueles que aliviam dores de cabeça, dores musculares e de coluna, estão também, os remédios que combatem os sintomas de má digestão gripes e resfriados.

Alguns medicamentos comumente utilizados são:

- Aspirina
- Dorflex
- Neosaldina
- Paracetamol
- Tylenol
- Sal de frutas

18.9 IMPORTÂNCIA DE LER A BULA

A maioria das pessoas, normalmente, não tem o hábito de lê a bula dos seus medicamentos e quando leem muitos não entendem o que as informações querem dizer.

Figura: 270 – 9 coisas que você precisa saber sobre a bula e remédio



Fonte: BEMSAUDAVEL.BLOG

A bula serve para que a pessoa (usuário / paciente) tenha informações e orientações sobre o medicamento que precisa utilizar. Isso possibilita o uso seguro e o tratamento eficaz.

É na bula que estão contidas as informações relevantes a respeito do medicamento: indicação, posologia, reações, precauções e interações medicamentosas. Por meio dela, a pessoa (paciente) tem acesso à todas as possibilidades de ocorrência do medicamento, podendo assim evitar possíveis complicações.

Para facilitar o acesso à informação, a ANVISA disponibiliza diversas bulas por meio de um bulário eletrônico. Além disso, na página de cada medicamento dentro do Consulta Remédios, a bula pode ser encontrada de maneira organizada e de fácil compreensão.

18.10 COMO GUARDAR OS MEDICAMENTOS

Para conseguir o efeito desejado, os medicamentos devem ser armazenados e transportados da forma correta e usados com orientação médica e farmacêutica.

A exposição excessiva ao calor ou umidade pode alterar as estruturas físico-químicas do medicamento e assim, comprometer sua eficácia e segurança. Por esse motivo, eles sempre devem ser mantidos em locais frescos, secos e protegidos da luz.

Figura: 271 – Como guardar os medicamentos em casa?



Fonte: CANTINHOFARMACEUTICOBLOGSP

Manter o medicamento em sua embalagem original também é uma forma boa de conservá-lo. Evite guardar os medicamentos com produtos de limpeza, perfumaria e alimentos.

Fique atento às instruções de armazenamento nas embalagens ou na bula. E lembre-se sempre de manter os medicamentos fora do alcance das crianças e animais, em gavetas ou armários trancados, ou mesmo em prateleiras mais altas.

18.11 PROFISSIONAL RESPONSÁVEL

O farmacêutico é o profissional responsável em medicamentos e pode orientar a pessoa em relação à prescrição médica recebida, bem como tirar dúvidas, que porventura tenha ficado quando da consulta ambulatorial ou internação hospitalar. A presença desse profissional é obrigatória em qualquer farmácia.

Figura: 272 – Farmacêuticos podem orientar pacientes para evitar automedicação



Fonte: CRFPR.ORG

ATIVIDADES MNEMÔNICAS

► SEQUELAS TRAUMÁTICAS – FÍSICAS - Respostas as questões abaixo:

1. O que é trauma.

Resposta: _____

2. Quais são as energias envolvidas num trauma?

Resposta: _____

3. O que seria um trauma no abdome?

Resposta: _____

4. No caso de ferimentos com presença de objeto encravado qual é o procedimento deve ser tomado?

Resposta: _____

5. Explique o que é entorse e principais primeiros socorros?

Resposta: _____

► TRAQUEOSTOMIA - Respostas as questões abaixo:

1. O que é traqueostomia?

Resposta: _____

2. Quais as indicações para realizar a traqueostomia?

Resposta: _____

3. Quais são os principais cuidados com a traqueostomia?

Resposta: _____

4. Quais são os riscos da traqueostomia?

Resposta: _____

5. O que é cânula?

Resposta: _____

► **COMBATE A AUTOMEDICAÇÃO - Respostas as questões abaixo:**

Colocando V (verdadeiro) F (falso)

Sentenças	V (VERDADEIRO)	F (FALSO)
O farmacêutico é o profissional responsável em medicamentos e pode orientar a pessoa em relação à prescrição médica recebida.		
Usar antibióticos sem necessidade pode tornar as bactérias resistentes.		
Os medicamentos podem ser guardado em qualquer lugar.		
Misturar medicamentos é perigoso.		
A automedicação pode trazer consequências graves à saúde como reações alérgicas e dependência.		

AVALIAÇÃO - REVALIDANDO CONHECIMENTOS – FASE 3
– TODOS OS MÓDULOS

Figura 273 – 10 Melhores Técnicas de Estudo.



Fonte: ACADEMIAWASHINGTON

ATIVIDADES MNEMÔNICAS

Questões dos Conteúdos estudados na Apostila – Saúde Fase 3

RESFRIADO

1. O resfriado tem cura?

Resposta: _____

GRIPE

2. A gripe pode matar?

Resposta: _____

MOSQUITO AEDES AEGYPTI

3. Como é o tratamento de uma pessoa infectada pelo Mosquito Aedes Aegypti?

Resposta: _____

DENGUE

4. A Dengue é uma virose comum?

Resposta: _____

ZIKA VÍRUS

5. Como a infecção do Zika Vírus é diagnosticada?

Resposta: _____

FEBRE CHIKUNGUNYA

6. Existem grupos de maior risco para ter Febre Chikungunya?

Resposta: _____

IST

7. As infecções IST podem causar a Morte?

Resposta: _____

TIPOS DE IST

8. As ISTs (DST) tem cura?

Resposta: _____

HEPATITE

9. Quem teve Hepatite pode engravidar?

Resposta: _____

HIV

10. O HIV tem cura?

Resposta: _____

AIDS

11. AIDS e HIV são a mesma coisa?

Resposta: _____

ALCOOLISMO

12. O que é Alcoolismo

Resposta: _____

TABAGISMO

13. Como o Tabagismo passivo afeta a saúde?

Resposta: _____

DROGAS

14. As Drogas naturais são menos perigosas do que as Drogas Químicas?

Resposta: _____

DEPENDÊNCIA

15. Existe um tratamento eficaz para abandonar as drogas?

Resposta: _____

SEQUELAS TRAUMÁTICAS - FÍSICAS

16. O que é Insolação?

Resposta: _____

TRAQUEOSTOMIA

17. O que é traqueostomia?

Resposta: _____

AGRADECIMENTO

Em nome do Elo Social, agradecemos-lhes pelo empenho e dedicação com que atuaram na construção deste material, contribuindo significativamente para o crescimento pessoal e profissional de cada cidadão que fizer uso dele para fazer deste país, um país melhor.

Cordial Abraço a todos!

Adriane Giovannoni Souza

Coordenadora departamento didático.

EQUIPE ELO SOCIAL



COORDENAÇÃO PEDAGÓGICA – GRUPO DIDÁTICO

Adriane Giovannoni Souza

Pedagoga - UCBRJ/MBA Gestão Estratégica de Pessoas Fac. Bagozzi.

Diretora de Educação – Seccional - Paraná.

Diretora do Eixo Saúde



Glucia de Farias Cavalcanti – Graduação em Psicologia – UNICAP – Universidade Católica de Pernambuco.

Especialização em: Psicologia Organizacional e do Trabalho – UNICAP; Avaliação Psicológica e Psicóloga Perita Examinador do Trânsito – UPE-PE; Política sobre Drogas e Redução de Danos – FG-PE.

Técnica de Saúde Mental; participação da implantação do NASF e Grupos Terapêuticos em Jaboatão dos Guararapes; Preceptora da FPS - PE; Consultora da GEAZITEC Empresarial com treinamento de gestores e colaboradores objetivando o desenvolvimento do Ser Humano.

Diretora de Psicologia – Seccional Recife – PE.



COLABORAÇÃO

Mario Sérgio Dias Nogueira

Enfermeiro – Pós Gestão Ambiental –
Universidade de Barra Mansa/PE
Diretor de Saúde – Regional Glória de
Goitá - Pernambuco



COLABORAÇÃO

Dulcinea Reis de Oliveira

Psicóloga – UNIPAULISTANA - SP
Diretora Seccional Leste - São Paulo



**CORREÇÃO
ORTOGRÁFICA**

Irene kozera

Assistente Social – PUC -
PR.
Diretora Regional Ponta
Grossa – Paraná.



**CORREÇÃO
ORTOGRÁFICA**

Eliane Percegon

Assistente Social – PUC -
PR
Diretora Regional Ponta
Grossa – Paraná.



DESIGNER GRÁFICO

Robertyman Fleury

Administrador e
Pedagogo
Diretor Estadual de
Educação - Distrito
Federal.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

12.SENADO.LEG. **Projetos concedem pensão vitalícia para crianças com microcefalia causada pelo vírus Zika.** Disponível em: <https://www12.senado.leg.br/noticias/materias/2018/07/17/projetos-concedem-pensao-vitalicia-para-criancas-com-microcefalia-causada-pelo-virus-zika>. Acesso em: 06 fev.2020.

AAFP. **Alcohol Withdrawal Syndrome.** Disponível em: <https://www.aafp.org/afp/2004/0315/p1443.html>. Acesso em: 20 de agos.2019.

ABF. **Tabagismo.** Disponível em: <https://www.abf.com.br/tabagismo/>. Acesso em: 18 fev.2020.

ABOUTFARMA. **Cuidados farmacêuticos auxiliam no combate à automedicação.** Disponível em: <https://www.aboutfarma.com.br/secaodesktop/saude/277/cuidados-farmaceuticos-auxiliam-no-combate-a-automedicacao>. Acesso em: 23 fev.2020.

ACADEMIAWASHINGTON. **10 Melhores Técnicas de Estudo.** Disponível em: <http://academiawashington.com.br/10-melhores-tecnicas-de-estudo/>. Acesso em: 23 fev.2020.

AGENCIASERTAO. **Brasil e Bolívia vão fortalecer o combate ao narcotráfico na fronteira.** Disponível em: <https://agenciasertao.com/2019/09/16/brasil-e-bolivia-vaofortalecer-o-combate-ao-narcotrafico-na-fronteira/>. Acesso em: 19 fev.2020.

AGENDACAPITAL. **Estudos mostram que microcefalia pode comprometer a visão de bebês de modo irreversível.** Disponível em: <http://agendacapital.com.br/estudos-mostram-que-microcefalia-pode-comprometer-visao-de-bebes-de-modo-irreversivel/>. Acesso em: 06 fev.2020.

AIDS.GOV. **Hepatite B.** Disponível em: <http://www.aids.gov.br/pt-br/publico-geral/hv/o-que-sao-hepatites/hepatite-b>. Acesso em: 30 abr.2019.

AIDS.GOV. **Hepatite E.** Disponível em: <http://www.aids.gov.br/pt-br/publico-geral/hv/o-que-sao-hepatites/hepatite-e>. Acesso em: 28 jun.2019.

AIDS.GOV. **O que é HIV.** Disponível em: <http://www.aids.gov.br/pt-br/publico-geral/o-que-e-hiv>. Acesso em: 10 jul.2019.

ALAGOASALERTA. **Ministério da Saúde autoriza uso de antirretroviral para prevenção do HIV.** Disponível em: <https://alagoasalerta.com.br/noticias/saude/ministerio-da-saude-autoriza-uso-de-antirretroviral-para-prevencao-do-hiv>. Acesso em: 10 fev.2020.

ALCOOLATRAS. **Sintomas do Alcoolismo.** Disponível em: <https://alcoholatras.com/sintomas-do-alcoolismo/>. Acesso em: 17 fev.2020.

ALEXAMORIM73.BLOGSPOT. **Hepatite 2.** Disponível em: <http://alexamorim73.blogspot.com/2013/06/hepatites-2.html>. Acesso em: 11 fev.2020.

ALIANCACOM. **Aliança homenageia mães de bebês com microcefalia.** Disponível em: <http://aliancacom.com.br/alianca-homenageia-maes-bebes-microcefalia/>. Acesso em: 06 fev.2020.

ALONSO, L. G. et al. **Alcoolismo, uma proposta de atuação.** Curitiba: Curso Básico de Saúde da Família, 1997.

ALTOASTRAL. **Dengue: sintomas – tratamento - como prevenir.** Disponível em: <https://www.altoastral.com.br/dengue-sintomas-tratamento-como-prevenir/>. Acesso em: 06 fev.2020.

ALTOASTRAL. **Perguntas e respostas sobre DSTs.** Disponível em: <https://www.altoastral.com.br/perguntas-respostas-dsts/>. Acesso em: 30 abr.2019.

Amabis, José Mariano. **Fundamentos da Biologia Moderna.** Volume único/ José Mariano Amabis / Gilberto Rodrigues Martho – 4 ed. – São Paulo. Moderna, 2006.

AMAZONASNOTICIAS. **Saiba como denunciar discriminação contra pessoas com HIV e AIDS.** Disponível em: <https://amazonasnoticias.com.br/saiba-como-denunciar-discriminacao-contrapessoas-com-hiv-e-aids/>. Acesso em: 13 fev.2020.

AMMOR.ORG. **AIDS: a doença das incertezas.** Disponível em: <https://www.ammor.org.br/aids-a-doenca-das-incertezas/>. Acesso em: 13 fev.2020.

ANASPS. **Novo medicamento será destinado a crianças portadoras de HIV.** Publicado em 19/12/2017. Disponível em: <https://www.anasps.org.br/novo-medicamento-sera-destinado-a-criancas-portadoras-de-hiv/>. Acesso em: 12 fev.2020.

ANTENAAFM. **Brasil tem 34% dos casos de coinfeção de tuberculose e HIV do mundo.** Disponível em: <https://www.antenaafm.com.br/noticias/brasil-tem-34-dos-casos-de-coinfeccao-de-tuberculose-e-hiv-do-mundo>. Acesso em: 13 fev.2020.

AQUINO, D. S. da. **Por que o uso racional de medicamentos deve ser uma prioridade?** Ciência & Saúde Coletiva, v.13, p.733–736, 2008.

ARRAIS, P. S. D.; BRITO, L. L.; BARRETO, M. L.; COELHO, H. L. L. **Prevalência e fatores determinantes do consumo de medicamentos no Município de Fortaleza, Ceará, Brasil.** Caderno de Saúde Pública, Rio de Janeiro, v.21, n.6, p.1737-1746, nov./dez. 2005.

ASAUDEEMPAUTA. **Os tipos de dengue e as variações de vírus que provocam a dengue.** Disponível em: <https://www.asaudeempauta.com/2016/05/os-tipos-de-dengue-e-as-variacoes-de-virus-que-provocam-a-dengue.html>. Acesso em: 04 fev.2020.

Atendimento pré-hospitalar ao traumatizado. PHTLS/NAEMT; [tradução Renata Scavone...et al.]. – 7 ed. – Rio de Janeiro: Elsevier, 2011.

ATIVOSAÚDE. **Tricomoniase.** Disponível em: <https://www.ativosaude.com/saude-sexual/tricomoniase/>. Acesso em: 15 mai.2019.

BABYMAGAZINE.IT. **Danni – fumo – passivo – bambini.** Disponível em: <https://www.babymagazine.it/danni-fumo-passivo-bambini/>. Acesso em: 18 fev.2020.

BAHIANOTICIAS. **Hepatite B causa mais de meio milhão de mortes ao ano no mundo.** Disponível em: <https://www.bahianoticias.com.br/saude/noticia/12154-hepatite-b-causa-mais-de-meio-milhao-de-mortes-ao-ano-no-mundo.html>. Acesso em: 10 fev.2020.

BARRETOS.SP.GOV. **Prefeitura organiza plantão especial durante o carnaval para pacientes de dengue.** Disponível em: <https://www.barretos.sp.gov.br/noticias/11718/Prefeitura+organiza+plantao+especial+durante+o+carnaval+para+pacientes+de+dengue>. Acesso em: 04 fev.2020.

BEMSAUDEL.BLOG. **Bula de remédio.** Disponível em: <http://www.bemsaudel.blog.br/bula-de-remedio/>. Acesso em: 23 fev.2020.

BESTPRACTICE. **Visão geral de infecções sexualmente transmissíveis.** Disponível em: <https://bestpractice.bmj.com/topics/pt-br/46>. Acesso em: 16 abr.2019.

BIOEMFOCO. **IST - infecções saúde.** Disponível em: <http://bioemfoco.com.br/noticia/ist-infeccoes-saude/>. Acesso em: 03 mai.2019.

BIOLODIATHAMILA3G.BLOGSPOT. **Como é a transmissão do vírus do Mosquito Aedes Aegypti.** Disponível em: <http://biolodiathamila3g.blogspot.com/>. Acesso em: 04 fev.2020.

BIOMEDICOSEMBUSCADASAUDE.BLOGSPOT. **Hepatite: Diagnóstico.** Disponível em: <http://biomedicosembuscadasaude.blogspot.com/2012/>. Acesso em: 11 fev.2020.

BIOSOM. **10 Plantas medicinais que podem ser cultivadas no seu jardim.** Disponível em: <https://biosom.com.br/blog/bem-estar/10-plantas-medicinais-que-podem-ser-cultivadas-no-seu-jardim/>. Acesso em: 23 fev.2020.

BIOSOM. **DST – Doenças Sexualmente Transmissíveis.** Disponível em: <https://biosom.com.br/blog/saude/dst-doencas-sexualmente-transmissiveis/>. Acesso em: 10 fev.2020.

BIOSOM. **Hepatite B.** Disponível em: <https://biosom.com.br/blog/saude/hepatite-b/>. Acesso em: 11 fev.2020.

BLOG.CIADACONSULTA. **AIDS.** Disponível em: <https://blog.ciadaconsulta.com.br/aids/>. Acesso em: 13 fev.2020.

BLOG.CLINICAQUINTINO. **A pessoa deixa de ser usuária, mas a dependência química persiste.** Disponível em: <https://blog.clinicaquintino.com.br/2016/08/10/a-pessoa-deixa-de-ser-usuaria-mas-a-dependencia-quimica-persiste/>. Acesso em: 20 fev.2020.

BLOG.MAXIEDUCA. **Diferença – tipos – Hepatite.** Disponível em: <https://blog.maxieduca.com.br/diferenca-tipos-hepatite/>. Acesso em: 11 fev.2020.

BLOG.SAUDE.GOV. **Entenda os riscos da gripe para cada grupo prioritário.** Disponível em: <http://www.blog.saude.gov.br/index.php/saudeemdia/30675-entenda-os-riscos-da-gripe-para-cada-grupo-prioritario>. Acesso em: 03 fev.2020.

BLOG.SAUDE.GOV. **Perguntas e respostas sobre AIDS e HIV.** Disponível em: <http://www.blog.saude.gov.br/index.php/promocao-da-saude/53676-perguntas-e-respostas-sobre-aids-e-hiv>. Acesso em: 28 agos.2019.

BLOG.SAUDE.GOV. **Perguntas e Respostas Sobre Chikungunya.** Disponível em: <http://www.blog.saude.gov.br/index.php/570-destaques/34432-perguntas-e-respostas-sobre-chikungunya>. Acesso em: 15 abr.2019.

BLOG.SAUDE.GOV. **Sintomas da febre que podem ser confundidos com dengue.** Disponível em: <http://www.blog.saude.gov.br/index.php/combate-ao-aedes/50994-sintomas-da-febre-q-podem-ser-confundidos-com-dengue>. Acesso em: 04 fev.2020.

BLOG.VIVERSEMDROGA. **Clínica de alcoolismo: entenda como funciona o tratamento.** Disponível em: <https://blog.viversemdroga.com.br/clinica-de-alcoolismo-entenda-como-funciona-o-tratamento/>. Acesso em: 17 fev.2020.

BLOG102CEA.BLOGSPOT. **Tipos de drogas.** Disponível em: <http://blog102cea.blogspot.com/2016/04/tipos-de-drogas.html>. Acesso em: 19 fev.2020.

BLOGDARESENHAGERAL. **Chikungunya.** Disponível em: <http://www.blogdaresenhageral.com.br/tag/chikungunya/>. Acesso em: 04 fev. 2020.

BLOGFISIOTERAPIA. **Trauma Raquimedular.** Disponível em: <https://blogfisioterapia.com.br/trauma-raquimedular/>. Acesso em: 21 fev.2020.

BOACONSULTA. **Mitos e verdades do exame Papanicolau.** Disponível em: <https://www.boaconsulta.com/blog/mitos-e-verdades-do-exame-papanicolau/>. Acesso em: 10 fev.2020.

BOOKS.GOOGLE. **Fermento for causado por faca, canivete, lasca de madeira.** Disponível em: <https://books.google.com.br/books?id=pSOsDwAAQBAJ&pg=PT57&lpg=PT57&dq=ferimento+for+causado+por+faca,+canivete,+lasca+de+madeira&source=bl&ots=DxluHjmLtl&sig=ACfU3U3d238rN6gT-zjcmq7LtRHB77sENA&hl=pt-BR&sa=X&ved=2ahUKEwi7rpGg1OXnAhUVJ7kGHccOAx0Q6AEwAAnoECAoQAQ#v=onepage&q=ferimento%20for%20causado%20por%20faca%20canivete%20lasca%20de%20madeira&f=false>. Acesso em: 21 fev.2020.

BORTOLETTO, M. E.; BOCHNER, R. **Impacto dos medicamentos nas intoxicações humanas no Brasil.** Caderno de Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 15, n. 4, p. 859-869, out./dez. 1999.

BR.BLASTINGNEWS. **Cuidado: você pode estar com HIV sem saber. Veja os sintomas.** Disponível em: <https://br.blastingnews.com/ciencia-saude/2017/11/cuidado-voce-pode-estar-com-hiv-sem-saber-veja-os-sintomas-002163127.html>. Acesso em: 12 fev.2020.

BR.DEPOSITPHOTOS. **Proteção contra o mosquito Aedes Aegypti. Homem dormindo na cama debaixo do mosquito.** Disponível em: <https://br.depositphotos.com/143878327/stock-video-man-sleeping-in-bed-under.html>. Acesso em: 05 fev.2020.

BR.DEPOSITPHOTOS. **Stock illustration red neck holding a beer.** Disponível em: <https://br.depositphotos.com/23385302/stock-illustration-red-neck-holding-a-beer.html>. Acesso em: 17 fev.2020.

BR.DEPOSITPHOTOS. **Stock photo partial view doctor using tourniquet.** Disponível em: <https://br.depositphotos.com/266802468/stock-photo-partial-view-doctor-using-tourniquet.html>. Acesso em: 04 fev.2020.

BR.FREEPIK. **Boxe de bussinesman com um cigarro.** Disponível em: https://br.freepik.com/vetores-premium/boxe-de-bussinesman-com-um-cigarro_3319990.htm. Acesso em: 18 fev.2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Normas e procedimentos na abordagem do alcoolismo.** Brasília: Ministério da Saúde, 1990.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Política Nacional de Medicamentos.** Brasília: Ministério da Saúde; 2001.

BRASILESCOLA. ARAGUAIA, Mariana. **Cancro Mole.** Disponível em: <https://brasilescola.uol.com.br/doencas/cancro-mole.htm>. Acesso em 25 abr.2019.

BRASILESCOLA. **Ciclo de vida do Aedes aegypti.** Disponível em: <https://brasilescola.uol.com.br/animais/ciclo-vida-aedes-aegypti.htm>. Acesso em: 10 fev.2020.

BRASILESCOLA. **Cocaína.** Disponível em: <https://brasilescola.uol.com.br/drogas/cocaina.htm>. Acesso em: 19 fev.2020.

BRASILESCOLA. **Constituição química e efeitos da morfina.** Disponível em: <https://brasilescola.uol.com.br/quimica/constituicao-quimica-efeitos-morfina.htm>. Acesso em: 19 fev.2020.

BRASILESCOLA. **Diferença entre fratura, entorse e luxação.** Disponível em: <https://brasilescola.uol.com.br/biologia/diferenca-entre-fratura-entorse-luxacao.htm>. Acesso em 21 fev.2020.

BRASILESCOLA. SANTOS, Vanessa Sardinha dos. **10 formas de prevenir-se de gripes e resfriados.** Disponível em: <https://brasilescola.uol.com.br/saude-na-escola/10-formas-prevenir-se-gripes-resfriados.htm>. Acesso em: 09 abr.2019.

BRASILESCOLA. SANTOS. Vanessa Sardinha dos. **Dicas para se prevenir da gripe H1N1 - Gripe A.** Disponível em: <https://brasilescola.uol.com.br/doencas/dicas-para-se-prevenir-gripe-h1n1-gripe-a.htm>. Acesso em: 09 abr.2019.

BRASILESCOLAR. **Drogas.** Disponível em: <https://brasilescola.uol.com.br/drogas>. Acesso em: 14 de jun.2019.

BVSMS.SAUDE. **Protocolo Clínico e Diretrizes Terapêuticas para Atenção Integral às Pessoas com Infecções Sexualmente Transmissíveis.** Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/protocolo_clinico_diretrizes_terapeutica_atencao_integral_pessoas_infecoes_sexualmente_transmissiveis.pdf. Acesso em: 23 abr.2019.

BVSMS.SAUDE.GOV. **Gripe e resfriado.** Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/dicas-em-saude/2074-gripe-e-resfriado>. Acesso em: 08 abr.2019.

BVSMS.SAUDE.GOV. **Guia de Vigilância em Saúde.** 4 ed. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_vigilancia_saude_4ed.pdf. Acesso em: 11 abr.2019.

CANTINHOFARMACEUTICO.BLOGSPOT. **Como guardar os medicamentos em casa?** Disponível em: <http://cantinhofarmaceutico.blogspot.com/2017/04/como-guardar-os-medicamentos-em-casa.html>. Acesso em: 23 fev.2020.

CAPRICHIO.ABRIL. **O que é Clamídia.** Disponível em: <https://capricho.abril.com.br/vida-real/o-que-e-clamidia/>. Acesso em: 10 fev.2020.

CASADOPAI.ORG. **Tipos de Drogas estimulantes e seus efeitos.** Disponível em: http://casadopai.org/sos-quimica//read-blog/94_tipos-de-drogas-estimulantes-e-seus-efeitos.html. Acesso em: 19 fev.2020.

CAXIAS.RS.GOV. **Secretaria da Saúde oferece testes rápidos para diagnóstico do HIV na Praça Dante Alighieri.** Disponível em: <https://caxias.rs.gov.br/noticias/2018/11/secretaria-da-saude-oferece-testes-rapidos-para-diagnostico-do-hiv-na-praca-dante-alighieri>. Acesso em: 12 fev.2020.

CEARAMIRIMNOTICIAS. **Vírus da Gripe matou seis no RN.** Disponível em: <https://cearamirimnoticias.com.br/virus-da-gripe-matou-seis-no-rn/>. Acesso em: 03 fev.2020.

CEDIP. **Zika Vírus.** Disponível em: <http://cedip.com.br/zika-virus/>. Acesso em: 06 fev.2020.

CEMP. **O que é a Dependência Química? Tipos de drogas, efeitos e tratamentos.** Disponível em: http://www.cemp.com.br/arquivos/98752_66.pdf. Acesso em: 14 jan.2020.

CENTROSOCIALCOMUNITARIODOBALBO.BLOGSPOT. **Febre Chikungunya, sintomas e prevenção.** Disponível em: <http://centrosocialcomunitariodobalbo.blogspot.com/2014/11/febre-chikungunya-sintomas-e-prevencao.html>. Acesso em: 05 fev.2020.

CERRP. **Choque elétrico: cuidados para se evitar e saber lidar com ele.** Disponível em: <http://cerrp.com.br/noticias/45/choque-eletrico-cuidados-para-se-evitar-e-saber-lidar-com-ele>. Acesso em: 21 fev.2020.

CETS. **O que é Trauma?** Disponível em: <https://cets.com.br/blog/o-que-e-trauma/>. Acesso em: 02 abr.2019.

CHICOTERRA. **Tocantins cria banco de dados de dependentes químicos.** Disponível em: <https://chicoterra.com/2019/08/14/tocantins-cria-banco-de-dados-de-dependentes-quimicos/>. Acesso em: 19 fev.2020.

CLINHARMONIA. **Dezembro vermelho conscientiza sobre tratamento e prevenção ao HIV/Aids.** Disponível em: <https://clinharmonia.com.br/dezembro-vermelho-conscientiza-sobre-tratamento-e-prevencao-ao-hiv-aids/>. Acesso em: 10 fev.2020.

Clínica Médica: dos sinais e sintomas ao diagnóstico e tratamento / [editores] Euclides Furtado de Albuquerque Cavalcanti, Herlon Saraiva Martins. **Doenças Sexualmente Transmissíveis** – Seção 13 – Capítulo 177 – pg. 1557 – 1573. – Barueri, SP: Manole, 2007.

Clínica Médica: dos sinais e sintomas ao diagnóstico e tratamento / [editores] Euclides Furtado de Albuquerque Cavalcanti, Herlon Saraiva Martins. **Hepatites Agudas e Crônicas** – Seção 4 – Capítulo 59 – pg. 519 – 530. – Barueri, SP: Manole, 2007.

Clínica Médica: dos sinais e sintomas ao diagnóstico e tratamento / [editores] Euclides Furtado de Albuquerque Cavalcanti, Herlon Saraiva Martins. **Tabagismo** – Seção 17 – Capítulo 212 – pg. 1840 – 1846. – Barueri, SP: Manole, 2007.

Clínica Médica: dos sinais e sintomas ao diagnóstico e tratamento / [editores] Euclides Furtado de Albuquerque Cavalcanti, Herlon Saraiva Martins. **Abuso e Dependência de Substâncias Psicoativas** – Seção 9 – Capítulo 120 – pg. 1050 – 1064. – Barueri, SP: Manole, 2007.

CLINICANATALIAAARAO. **A luta contra o tabagismo.** Disponível em: <http://www.clinicanataliaaarao.com.br/a-luta-contra-o-tabagismo/>. Acesso em: 18 fev.2020.

CLINICAPRORIM. **Dia Nacional de Combate ao Alcoolismo.** Disponível em: <http://www.clinicaprорim.com.br/noticias/2019/02/dia-nacional-de-combate-ao-alcoolismo/>. Acesso em: 17 fev.2020.

CLINICASRESTITUINDOSONHOS. **Clínica de recuperação para dependentes químicos.** Disponível em: <https://clnicasrestituindosonhos.com.br/>. Acesso em: 20 fev.2020.

CLINICASRESTITUINDOSONHOS. **Clínica para Alcoolismo.** Disponível em: <https://clnicasrestituindosonhos.com.br/clinica-para-alcoolismo/>. Acesso em: 17 fev.2020.

CLINICAVITTA. **O melhor tratamento para alcoolismo.** Disponível em: <https://www.clinicavitta.org/blog/o-melhor-tratamento-para-alcoolismo/>. Acesso em: 17 fev.2020.

CLIQUEDIARIO. **Ações de combate à proliferação do Aedes aegypti continuam nesta semana em Macaé.** Disponível em: <https://cliquediario.com.br/cidades/acoes-de-combate-a-proliferacao-do-aedes-aegypti-continuem-nesta-semana-em-macaee>. Acesso em: 04 fev.2020.

COLNIZAMTNOTICIAS. **SUS terá teste rápido para AIDS feito com fluido oral.** Disponível em: <https://colnizamtnoticias.com.br/artigo/sus-ter%C3%A1-teste-r%C3%A1pido-para-aids-feito-com-fluido-oral>. Acesso em: 13 fev.2020.

COLOURBOX. **Tobacco – cigar – cigarettes – pipes – and – a – handfull – of – tobacco.** Disponível em: <https://www.colourbox.com/image/tobacco-cigar-cigarettes-pipes-and-a-handfull-of-tobacco-image-3434085>. Acesso em: 18 fev.2020.

COMOPARARDEFUMAR.ORG. **Tabagismo: sete métodos ajudam a parar de fuma.** Disponível em: <https://comoparardefumar.org/tabagismo-sete-metodos-ajudam-a-parar-de-fumar/>. Acesso em: 18 fev.2020.

CORREIODACIDADEONLINE. **Hepatite: saiba como pega – vírus - quais são os sintomas e tratamentos.** Disponível em: <http://correiodacidadeonline.com.br/hepatite-saiba-pega-virus-quais-sao-os-sintomas-tratamentos/>. Acesso em: 11 fev.2020.

COTRIBA. **Cotriba promove campanha de vacinação contra gripe.** Disponível em: <http://www.cotriba.com.br/cotriba-promove-campanha-de-vacinacao-contragripe/>. Acesso em: 03 fev.2020.

CRFPR.ORG. **Farmacêuticos podem orientar pacientes para evitar automedicação.** Disponível em: <https://www.crfpr.org.br/noticia/visualizar/id/5544>. Acesso em: 23 fev.2020.

CRIACIONISMO. **Carne de porco pode transmitir Hepatite.** Disponível em: <http://www.criacionismo.com.br/2010/08/carne-de-porco-pode-transmitir-hepatite.html>. Acesso em: 11 fev.2020.

CRR.MEDICINA.UFMG. **Quais tipos de tratamento.** Disponível em: <https://crr.medicina.ufmg.br/saber-sobre/quais-tipos-de-tratamento>. Acesso em: 15 agos.2019.

CUIDATEPLUS.MARCA. **Prevenir infecções de transmissão sexual em verão.** Disponível em: <https://cuidateplus.marca.com/bienestar/2017/08/07/prevenir-infecciones-transmission-sexual-verano-143921.html>. Acesso em: 11 fev.2020.

DENGUE.ORG. **Tudo sobre a Dengue.** Disponível em: <https://www.dengue.org.br/>. Acesso em: 10 abr.2019.

DENGUE.PR.GOV. **Dengue mata. Mude sua atitude.** Disponível em: <http://www.dengue.pr.gov.br/modules/conteudo/conteudo.php?conteudo=5>. Acesso em: 11 abr.2019.

DENGUE.PR.GOV. **Dengue Mata. Slide.** Disponível em: <http://www.dengue.pr.gov.br/>. Acesso em: 10 abr.2019.

DESENTUPIDORASAOJOSEDOSPINHAIIS. **Dengue mitos e verdades - desentupidora São José dos Pinhais.** Disponível em: <https://www.desentupidorasaojosedospinhais.com/dengue-mitos-e-verdades-desentupidora-sao-jose-dos-pinhais/>. Acesso em: 04 fev.2020.

DIALOGOSPOLITICOS.WORDPRESS. **Ecstasy: Que droga é essa? Quais os seus tipos, efeitos e reações: Saiba agora.** Disponível em: <https://dialogospoliticos.wordpress.com/2013/04/26/ecstasy-que-droga-e-essa-quais-os-seus-tipos-efeitos-e-reacoes-saiba-agora/>. Acesso em: 19 fev.2020.

DIARIODALAGOA.PT. **Heroína – Droga.** Disponível em: <https://diariodalagoa.pt/arquivo/11190/heroina-droga>. Acesso em: 19 fev.2020.

DIARIODAREGIAO. **Preservativo continua sendo a melhor forma para evitar uma IST.** Disponível em: https://www.diariodaregiao.com.br/conteudo/2020/02/vida_e_estilo/saude_e_beleza/1183430-preservativo-continua-sendo-a-melhor-forma-para-evitar-uma-ist.html. Acesso em: 10 fev.2020.

DIARIDEBIOLOGIA. **Queimadura: o que fazer – como cuidar – curativo.** Disponível em: <https://diaridebiologia.com/2018/05/queimadura-o-que-fazer-como-cuidar-curativo/>. Acesso em: 21 fev.2020.

DICAS-ENFERMAGEM.BLOGSPOT. **Tipos de Drogas – conceito e classificação.** Disponível em: <http://dicas-enfermagem.blogspot.com/2010/09/tipos-de-drogas-conceito-classificacao.html>. Acesso em: 19 fev.2020.

DICAVIDA. **Hepatite Auto Imune.** Disponível em: <https://www.dicavida.com.br/hepative-auto-imune/>. Acesso em: 11 fev.2020.

DINVO. **Conheça os 6 melhores sites para comprar bebidas alcoólicas online.** Disponível em: <https://www.dinvo.com.br/blog/compras/conheca-os-6-melhores-sites-para-comprar-bebidas-alcoolicas-online/>. Acesso em: 19 fev.2020.

DISTRANGENTES.BLOGSPOT. **IST's –Infecções Sexualmente Transmissíveis.** Disponível em: <http://distrangentes.blogspot.com/2017/03/ists-infecoes-sexualmente.html>. Acesso em: 10 fev.2020.

DIVERSIDADE.BLOGSDAGAZETAWEB. **Os 18 sintomas da AID que muitos ignoram.** Disponível em: <http://diversidade.blogsdagazetaweb.com/2017/02/05/os-18-sintomas-da-aids-que-muitos-ignoram/>. Acesso em: 13 fev.2020.

DOUTORJA. **Como saber se eu estou com resfriado ou com sinusite.** Disponível em: <https://www.doutorja.com.br/blog/como-saber-se-eu-estou-com-resfriado-ou-com-sinusite>. Acesso em: 03 fev.2020.

DRAKEILLAFREITAS. **Cancro Mole ou Cancroide.** Disponível em: <https://www.drakeillafreitas.com.br/cancro-mole-ou-cancroide/>. Acesso em: 10 fev.2020.

DRAKEILLAFREITAS. **Doença Inflamatória Pélvica.** Disponível em: <https://www.drakeillafreitas.com.br/doenca-inflamatoria-pelvica/>. Acesso em: 10 fev.2020.

DRAUZIOVARELLA. **As mil faces do HIV. Artigo.** Disponível em: <https://drauziovarella.uol.com.br/drauzio/artigos/as-mil-faces-do-hiv-artigo/>. Acesso em: 10 jan.2020.

DRAUZIOVARELLA. **Candidíase.** Disponível em: <https://drauziovarella.uol.com.br/doencas-e-sintomas/candidiase/>. Acesso em: 23 abr.2019.

DRAUZIOVARELLA. **Clamídia.** Disponível em: <https://drauziovarella.uol.com.br/doencas-e-sintomas/clamidia/>. Acesso em: 22 abr.2019.

DRAUZIOVARELLA. **Febre Chikungunya.** Disponível em: <https://drauziovarella.uol.com.br/doencas-e-sintomas/febre-chikungunya/>. Acesso em: 28 nov.2019.

DRAUZIOVARELLA. **Hepatite C.** Disponível em: <https://drauziovarella.uol.com.br/doencas-e-sintomas/hepatite-c/>. Acesso em: 23 abr.2019.

DRAUZIOVARELLA. **HPV - Papilomavírus Humano.** Disponível em: <https://drauziovarella.uol.com.br/doencas-e-sintomas/hpv-papilomavirus-humano/>. Acesso em: 26 abr.2019.

DRAUZIOVARELLA. **HTLV - Vírus Linfotrópico da célula humana.** Disponível em: <https://drauziovarella.uol.com.br/doencas-e-sintomas/htlv-virus-linfotropico-da-celula-humana/>. Acesso em: 25 abr.2019.

DRAUZIOVARELLA. **Zika Vírus.** Disponível em: <https://drauziovarella.uol.com.br/doencas-e-sintomas/zika-virus/>. Acesso em: 28 nov.2019.

DREAMSTIME. **Stock-video-footage-hepatitis-d-doctor-checking-disease-lab-blank-showing-blood-sample-tube-hepatitis-d-doctor-checking-disease-lab-blank-video.** Disponível em: <https://www.dreamstime.com/stock-video-footage-hepatitis-d-doctor-checking-disease-lab-blank-showing-blood-sample-tube-hepatitis-d-doctor-checking-disease-lab-blank-video146342078>. Acesso em: 11 fev.2020.

DRFURLAN. **Artigos – Tabagismo.** Disponível em: <http://drfurlan.com.br/artigos.php?artigo=9&Tabagismo>. Acesso em: 18 fev.2020.

DROGARIALIVIERO. **Entenda os riscos da automedicação.** Disponível em: <https://www.drogarialiviero.com.br/blog/entenda-os-riscos-da-automedicacao/>. Acesso em: 23 fev.2020.

DROGARIAMONTEIRO. **Governo lança campanha de conscientização sobre o uso da camisinha.** Disponível em: <https://www.drogariamonteiro.com.br/blog-headlines/governo-lanca-campanha-de-conscientizacao-sobre-o-uso-da-camisinha>. Acesso em: 12 fev.2020.

DRTHIAGOSTORTI. **Luxação no cotovelo. Dr. Thiago Storti.** Disponível em: <http://drthiagostorti.com.br/luxacao-do-cotovelo-dr-thiago-storti.html>. Acesso em: 21 fev.2020.

DSSUL.BLOGSPOT. **Nova descoberta faz caminhada contra a dengue.** Disponível em: <https://dssul.blogspot.com/2013/05/nova-descoberta-faz-caminhada-contra.html>. Acesso em: 04 fev.2020.

DSTAIDSUNIFAL.BLOGSPOT. **Perguntas sobre HPV – inimigo oculto da.** Disponível em: <http://dstaidsunifal.blogspot.com/2014/03/perguntas-sobre-hpv-inimigo-oculto-da.html>. Acesso em: 10 fev.2020.

EDUCAÇÃO.UOL. **DSTs – Conheça as principais doenças sexualmente transmissíveis.** Disponível em: <https://educacao.uol.com.br/disciplinas/biologia/dsts-conheca-as-principais-doencas-sexualmente-transmissiveis.htm>. Acesso em: 03 abr.2019.

EINSTEIN. **Parar de forma abrupta é mais eficiente.** Disponível em: <https://www.einstein.br/noticias/noticia/parar-de-forma-abrupta-e-mais-eficiente>. Acesso em: 14 agos.2019.

EMAISGROUP. **Tabagismo.** Disponível em: <http://emaigroup.com/2019/06/05/tabagismo/>. Acesso em: 18 fev.2020.

EN.WIKIPEDIA. **Alcohol Withdrawal Syndrome.** Disponível em: https://en.wikipedia.org/wiki/Alcohol_withdrawal_syndrome. Acesso em: 20 agos.2019.

ENGEMED.MED. **Dicas para controlar as crises de abstinência de nicotina.** Disponível em: <http://www.engemed.med.br/2018/06/14/dicas-para-controlar-as-crisis-de-abstinencia-de-nicotina/>. Acesso em: 18 fev.2020.

ESCOLAKIDS. **Doenças transmitidas pelo Aedes Aegypti.** Disponível em: <https://escolakids.uol.com.br/ciencias/doencas-transmitidas-pelo-aedes-aegypti.htm>. Acesso em: 04 fev.2020.

ESPAORAFAH. **Distensão muscular.** Disponível em: <https://espacorafah.com.br/distensao-muscular/>. Acesso em: 21 fev.2020.

ESTUDOPRATICO. **Como é feito o tratamento da AIDS?** Disponível em: <https://www.estudopratico.com.br/como-e-feito-o-tratamento-da-aids/>. Acesso em: 13 fev.2020.

EXPANSIVEL.BLOGSPOT. **Alcoolismo: por que é tão difícil.** Disponível em: <https://expansivel.blogspot.com/2018/09/alcoolismo-por-que-e-tao-dificil.html>. Acesso em: 17 fev.2020.

EXTRA.GLOBO. **Saiba se proteger do calor – evitar riscos de insolação desidratação micoses – intoxicação alimentar.** Disponível em: <https://extra.globo.com/noticias/saude-e-ciencia/saiba-se-protoger-do-calor-evitar-riscos-de-insolacao-desidratacao-micoses-intoxicacao-alimentar-10815139.html>. Acesso em: 21 fev.2020.

F5.FOLHA.UOL. **O que é Síndrome de Guillain Barré – Doença que acomete rochelle em segundo sol.** Disponível em: <https://f5.folha.uol.com.br/viva-bem/2018/09/o-que-e-a-sindrome-de-guillain-barre-doenca-que-acomete-rochelle-em-segundo-sol.shtml>. Acesso em: 06 fev.2020.

FAPEAM.AM.GOV. **Dengue - zika - chikungunya.** Disponível em: <http://www.fapeam.am.gov.br/dengue-zika-chikungunya/>. Acesso em: 04 fev. 2020.

FARMACEUTICODIGITAL. **Hepatites Virais.** Disponível em: <https://farmaceuticodigital.com/2017/07/hepatites-virais.html>. Acesso em: 11 fev.2020.

FATECGUARATINGUETA.EDU. **Prevenção da dengue.** Disponível em: <http://www.fatecguaratingueta.edu.br/cipa/prevencao-da-dengue/>. Acesso em: 04 fev.2020.

FATOSDESCONHECIDOS. **7 drogas mais perturbadoras que você nem tinha ideia que existem.** Disponível em: <https://fatosdesconhecidos.ig.com.br/7-drogas-mais-perturbadoras-que-voce-nem-tinha-ideia-que-existem/>. Acesso em: 19 fev.2020.

FEBRACT.ORG. **Dependência química e avaliação neurológica2** Disponível em: <http://febract.org.br/portal/dependencia-quimica-e-avaliacao-neurológica2/>. Acesso em: 20 fev.2020.

FEBRASGO. **Número de Infecções Sexualmente Transmissíveis – IST – aumenta.** Disponível em: <https://www.febrasgo.org.br/pt/noticias/item/565-numero-de-infecoes-sexualmente-transmissiveis-ist-aumenta>. Acesso em: 03 mai.2019.

FERNANDES, L.C. **Caracterização e análise da farmácia caseira ou estoque domiciliar de medicamentos.** Dissertação (Mestrado). Porto Alegre: Faculdade de Farmácia, UFRGS, 2000.

FILHO, A. I. de L.; UCHOA, E.; GUERRA, H. L.; FIRMO, J. O. A.; LIMA-COSTA, M. F. **Prevalência e fatores associados à automedicação: resultados do Bambuí.** Revista Saúde Pública, v.36, n.1, p.55-62, 2002.

FIOCRUZ. **Zika: sintomas, transmissão e prevenção.** Disponível em: <https://www.bio.fiocruz.br/index.php/br/zika-sintomas-transmissao-e-prevencao>. Acesso em: 14 abr.2019.

FOJASSIDA. **Dia Mundial da SIDA 2017.** Feita pequena alteração por Glaucia de Farias. Disponível em: <http://www.fojassida.org/2017/11/21/dia-mundial-da-sida-2017/>. Acesso em: 13 fev.2020.

G1. GLOBO. **Diagnóstico sobre Aedes aegypti é realizado em Manaus.** Disponível em: <http://g1.globo.com/am/amazonas/noticia/2017/01/diagnostico-sobre-aedes-aegypti-e-realizado-em-manaus.html>. Acesso em: 15 abr.2019.

GARCAONLINE. **HIV: aumento de casos exige novas formas de conscientização.** Disponível em: <https://garcaonline.com.br/2019/03/hiv-aumento-de-casos-exige-novas-formas-de-conscientizacao>. Acesso em: 12 fev.2020.

GAUCHAZH.CLICRBS. **HIV: como a ciência ajuda a combater preconceitos.** Disponível em: <https://gauchazh.clicrbs.com.br/saude/vida/noticia/2019/10/hiv-como-a-ciencia-ajuda-a-combater-preconceitos-ck1uwlf8p06xp01r28ri07exc.html>. Acesso em: 12 fev.2020.

GAZETADOPOVO. **Vacina da gripe de 2018 - confira os mitos e verdades.** Disponível em: <https://www.gazetadopovo.com.br/viver-bem/saude-e-bem-estar/vacina-da-gripe-2018-confira-os-mitos-e-verdades/>. Acesso em: 03 fev. 2020.

GETTYIMAGES. **Mother and child sleeping behind mosquito net - Imagem royalty free.** Disponível em: <https://www.gettyimages.com.br/detail/foto/mother-and-child-sleeping-behind-mosquito-net-imagem-royalty-free/153328317>. Acesso em: 06 fev.2020.

GINECO. **DSTs.** Disponível em: <https://www.gineco.com.br/saude-feminina/doencas-femininas/dsts/>. Acesso em: 20 jan.2020.

GRIFFITH, E. **O tratamento do alcoolismo: um guia pra profissionais da saúde.** Porto Alegre: Artes Médicas, 1999, 918 p.

GRUPOOPINIAO. **Secretaria de Saúde intensifica a oferta de testes rápidos para diagnóstico de HIV.** Disponível em: <http://grupoopiniao.com.br/secretaria-de-saude-intensifica-a-oferta-de-testes-rapidos-para-diagnostico-de-hiv/>. Acesso em: 13 fev.2020.

GRUPORECOMEÇO. **Abstinência Alcoólica.** Disponível em: <https://gruporecomeco.com.br/abstinencia-alcoolica/>. Acesso em: 20 agos.2019.

GRUPORECUPERANDOVIDA. **Drogas depressoras: o que são e quais os tipos?** Disponível em: <https://www.gruporecuperandovida.com.br/drogas-depressoras-o-que-sao-e-quais-os-tipos/>. Acesso em: 19 fev.2020.

GUARANTANEWS. **Notícia. Ministério da Saúde suspende contratos para fabricar remédios de câncer e diabetes.** Disponível em: <https://www.guarantanews.com.br/noticia-8274-ministerio-da-saude-suspende-contratos-para-fabricar-remedios-de-cancer-e-diabetes.html>. Acesso em: 19 fev.2020.

GUIA DA FARMÁCIA. **Aprovada vacina contra gripe exclusiva para idosos.** Disponível em: <https://guiadafarmacia.com.br/aprovada-vacina-contra-gripe-exclusiva-para-idosos/>. Acesso em: 03 fev.2020.

GUIADAFARMÁCIA. **Automedicação é tema de pesquisa do Conselho Federal de Farmácia que revela que um quarto da população brasileira se automedica todos os dias.** Disponível em: <https://guiadafarmacia.com.br/automedicacao-e-tema-de-pesquisa-do-conselho-federal-de-farmacia-que-revela-que-um-quarto-da-populacao-brasileira-se-automedica-todos-os-dias/>. Acesso em: 27 jan.2020.

H9J. **Saiba como diferenciar os principais tipos de lesões.** Disponível em: <https://www.h9j.com.br/suasaude/Paginas/Saiba-como-diferenciar-os-principais-tipos-de-lesoes.aspx>. Acesso em: 21 fev.2020.

HABLANDODESALUD. **Como se contagia la clamídia – quot.** Disponível em: <https://hablandodesalud.net/salud-general/como-se-contagia-la-clamidia-quot>. Acesso em: 10 fev.2020.

HEPCENTRO. **Hepatite Autoimune.** Disponível em: http://www.hepcentro.com.br/hepatite_autoimune.htm. Acesso em: 28 jun.2019.

HINDUSTANTIMES. **Most-people-who-have-hepatitis-do-not-know-they-are-infected-doctors/story-YcXYOxDhz6VudqYYxe2TNM.** Disponível em: <https://www.hindustantimes.com/mumbai-news/most-people-who-have-hepatitis-do-not-know-they-are-infected-doctors/story-YcXYOxDhz6VudqYYxe2TNM.html>. Acesso em: 11 fev.2020.

HIPOLABOR. **HIPOLABOR ensina: o que é interação medicamentosa.** Disponível em: <https://www.hipolabor.com.br/blog/hipolabor-ensina-o-que-e-interacao-medicamentosa/>. Acesso em: 19 fev.2020.

HOSPITALSANTALUCIA. **Hepatite.** Disponível em: <https://www.hospitalsantalucia.com.br/blog/8/hepatite>. Acesso em: 11 fev.2020.

HOSPITALSANTAMONICA. **Veja quais são os 5 principais efeitos das drogas no organismo.** Disponível em: <https://hospitalsantamonica.com.br/veja-quais-sao-os-5-principais-efeitos-das-drogas-no-organismo/>. Acesso em: 19 fev.2020.

I9TREINAMENTOS. **Senado aprova projeto que proíbe exposição de cigarros em locais de venda.** Disponível em: <https://www.i9treinamentos.com/senado-aprova-projeto-que-proibe-exposicao-de-cigarros-em-locais-de-venda/>. Acesso em: 19 fev.2020.

ILHEUS.NET. **HTLV se espalha pela Bahia.** Disponível em: <https://www.ilheus.net/2019/10/htlv-se-espalha-pela-bahia.html>. Acesso em: 10 fev.2020.

INCA.GOV. **Traqueostomias.** Disponível em: <https://www.inca.gov.br/sites/ufu.sti.inca.local/files//media/document//traqueostomias-2017-web.pdf>. Acesso em: 14 abr.2019.

INDEPENDENTE. **Testes rápidos de Hepatite B e C, Sífilis e HIV serão realizados na quinta-feira em Lajeado.** Disponível em: <https://independente.com.br/testes-rapidos-de-hepatite-b-e-c-sifilis-e-hiv-serao-realizados-na-quinta-feira-em-lajeado/>. Acesso em: 13 fev.2020.

INFOESCOLA. **Clima subtropical.** Disponível em: <https://www.infoescola.com/geografia/clima-subtropical/>. Acesso em: 04 fev.2020.

INFOESCOLA. **Drogas.** Disponível em: <https://www.infoescola.com/drogas/>. Acesso em: 14 de jun.2019.

INFOESCOLA. **Fumante passivo.** Disponível em: <https://www.infoescola.com/drogas/fumante-passivo/>. Acesso em: 18 fev.2020.

INSTITUCIONAL.ANCHIETA. **Liberação de drogas ilícitas para uso medicinal: benefícios não compensam riscos.** Disponível em: <https://institucional.anchieta.br/liberacao-de-drogas-ilicitas-para-uso-medicinal-beneficios-nao-compensam-riscos/>. Acesso em: 19 fev.2020.

IREDO. **Lesões musculoesqueléticas.** Disponível em: <http://www.iredo.com.br/site/tag/lesoes-musculoesqueleticas/>. Acesso em: 21 fev.2020.

JANIOQUADROS. **Jânio Quadros Saúde alerta risco para dengue - zika e chikungunya.** Disponível em: <https://janioquadros.com/janio-quadros-saude-alerta-risco-para-dengue-zika-e-chikungunya/>. Acesso em: 04 fev.2020.

JCARLAMARTINS.BLOGSPOT. **Alcoolismo.** Disponível em: <http://jcarlamartins.blogspot.com/2017/06/alcoolismo.html>. Acesso em: 17 fev.2020.

JORNALDAORLA. **O uso da maconha.** Disponível em: <http://www.jornaldaorla.com.br/noticias/20790-o-uso-da-maconha/>. Acesso em: 19 fev.2020.

JORNALGGN. **O futuro das tecnologias de retirada de drogas psiquiátricas: relatório da pesquisa disponível.** Disponível em: <https://jornalgggn.com.br/entenda/o-futuro-das-tecnologias-de-retirada-de-drogas-psiQUIIATRICAS-relatorio-da-pesquisa-disponivel/>. Acesso em: 20 fev.2020.

JORNALSEMANARIO. **Hepatite: número de infectados cresce nos últimos anos.** Disponível em: <https://jornalsemanario.com.br/hepatite-numero-de-infectados-cresce-nos-ultimos-anos/>. Acesso em: 11 fev.2020.

LABORATORIOSAOLUIS. **SBPC/ML faz alerta para importância do diagnóstico de Hepatite.** Disponível em: <https://laboratoriosaoluis.com.br/2018/2018/08/21/sbpc-ml-faz-alerta-para-importancia-do-diagnostico-de-hepatite/>. Acesso em: 11 fev.2020.

LADOALADOPELAVIDA. **Tabagismo: o que é – doenças autoadquiridas.** Disponível em: <https://www.ladoaladopelavida.org.br/tabagismo-o-que-e-doencas-autoadquiridas>. Acesso em: 14 ago.2019.

LEFORTE. **Dengue.** Disponível em: <https://www.leforte.com.br/dengue/>. Acesso em: 04 fev.2020.

LEFORTE. **Vacina gripe.** Disponível em: <https://www.leforte.com.br/vacina-protecao-contra-a-gripe/vacina-gripe/>. Acesso em: 03 fev.2020.

Leonel [et al.]. Carla, **Medicina: mitos e verdades.** 4. ed. – São Paulo: Editora CIP, 640 p. 2000.

LOTTOGAZZETTA.IT. **Colpi-di-calore.** Disponível em: <https://www.lottogazzetta.it/colpi-di-calore/>. Acesso em: 21 fev.2020.

M.INFOFALUS. **Noticia – Problemas Salud delicados te resistes - consultar médico.** Disponível em: <https://m.infosalus.com/asistencia/noticia-problemas-salud-delicados-te-resistes-consultar-medico-20150822072933.html>. Acesso em: 10 fev.2020.

M.MEGACURIOSO. **13 dicas eficientes para quem quer parar de fumar.** Disponível em: <https://m.megacurioso.com.br/saude-e-beleza/98476-13-dicas-eficientes-para-quem-quer-parar-de-fumar.htm>. Acesso em: 18 fev.2020.

MAFERENGENHARIA. **Exposição ao calor.** Disponível em: <http://maferengenharia.com.br/exposicao-ao-calor/>. Acesso em: 21 fev.2020.

MALACRIASOLUCOES. **Mala de risadas. Enxuga Litro – Parte 1.** Disponível em: <https://malacriasolucoes.com.br/mala-de-risadas/enxuga-litro/parte-1/>. Acesso em: 17 fev.2020.

Martinez R: **Injury control: a primer for physicians.** Ann Emerg Med19:1, 1990.

MBIGUCCI. **Sempre é hora de combater a Dengue.** Disponível em: <http://www.mbigucci.com.br/blog/sempre-e-hora-de-combater-a-dengue/>. Acesso em: 04 fev.2020.

MDEMULHER.ABRIL. **Dengue saiba tudo sobre a doença e proteja sua saúde.** Disponível em: <https://mdemulher.abril.com.br/saude/dengue-saiba-tudo-sobre-a-doenca-e-proteja-sua-saude/>. Acesso em: 04 fev.2020.

MDSAÚDE. **Diferenças gripe e resfriado.** Disponível em: <https://www.mdsaude.com/doencas-infecciosas/diferencas-gripe-resfriado/>. Acesso em: 03 fev.2020.

MDSAÚDE. **Febre Chikungunya.** Disponível em: <https://www.mdsaude.com/doencas-infecciosas/febre-chikungunya/>. Acesso em: 30 out.2019.

MDSAÚDE. **Tratamento de feridas e machucados.** Disponível em: <https://www.mdsaude.com/2009/01/tratamento-de-feridas-e-machucados.html>. Acesso em: 03 abr.2019.

Medicina Interna de Ambulatório. Filgueira, Norma Arteiro ... [et al.]. **Infecções de Vias Aéreas Superiores** – Seção III – Capítulo 34 – pg. 349 – 353. Rio de Janeiro. MedBook, 2012.

Medicina Interna de Ambulatório. Filgueira, Norma Arteiro ... [et al.]. **Infecções Broncopulmonares** – Seção III – Capítulo 35 – pg. 360 – 366. Rio de Janeiro. MedBook, 2012.

Medicina Interna de Ambulatório. Filgueira, Norma Arteiro ... [et al.]. **Doenças Sexualmente Transmissíveis** – Seção III – Capítulo 60 – pg. 641 – 657. Rio de Janeiro. MedBook, 2012.

Medicina Interna de Ambulatório. Filgueira, Norma Arteiro ... [et al.]. **Infecções pelo Vírus Herpes** – Seção III – Capítulo 70 – pg. 756 – 767. Rio de Janeiro. MedBook, 2012.

Medicina Interna de Ambulatório. Filgueira, Norma Arteiro ... [et al.]. **Hepatites Virais** – Seção III – Capítulo 71 – pg. 768 – 793. Rio de Janeiro. MedBook, 2012.

Medicina Interna de Ambulatório. Filgueira, Norma Arteiro ... [et al.]. **Alteração de Enzimas Hepáticas** – Seção IV – Capítulo 78 – pg. 871 – 880. Rio de Janeiro. MedBook, 2012.

Medicina Interna de Ambulatório. Filgueira, Norma Arteiro ... [et al.]. **Infecção pelo HIV** – Seção III – Capítulo 72 – pg. 795 – 809. Rio de Janeiro. MedBook, 2012.

Medicina Interna de Ambulatório. Filgueira, Norma Arteiro ... [et al.]. **Álcool: Tratamento do Abuso, Dependência e Síndrome de Abstinência** – Seção V – Capítulo 88 – pg. 971 – 983. Rio de Janeiro. MedBook, 2012.

Medicina Interna de Ambulatório. Filgueira, Norma Arteiro ... [et al.]. **Tabagismo e Cessação do Tabagismo** – Seção V – Capítulo 89 – pg. 985 – 990. Rio de Janeiro. MedBook, 2012.

Medicina Interna de Ambulatório. Filgueira, Norma Arteiro ... [et al.]. **Transtorno Decorrentes do Uso de Drogas Psicoativas** – Seção V – Capítulo 90 – pg. 991 – 998. Rio de Janeiro. MedBook, 2012.

MEDIFOCO. **Traqueostomia: O que é? – Como Fazer? – Complicações.** Disponível em: <https://medifoco.com.br/traqueostomia-o-que-e-como-fazer-complicacoes/>. Acesso em: 22 fev.2020.

MEDSIMPLES. **O que é AIDS.** Disponível em: <https://medsimples.com/o-que-e-aids/>. Acesso em: 13 fev.2020.

MEGACURIOSIDADES. **MDMA – cientistas – estudo.** Disponível em: <https://megacuriosidades.net/mdma-cientistas-estudo/>. Acesso em: 19 fev.2020.

MENSAGENSCOMAMOR. **Dia do Alcoólico recuperado.** Disponível em: <https://www.mensagenscomamor.com/dia-do-alcoolico-recuperado>. Acesso em: 17 fev.2020.

MINHAVIDA. **AIDS.** Disponível em: <https://www.minhavidacom.br/saude/temas/aids>. Acesso em: 28 agos.2019.

MINHAVIDA. Borba. Marcus. **Traqueostomia.** Disponível em: <https://www.minhavidacom.br/saude/tudo-sobre/32941-traqueostomia>. Acesso em: 14 abr.2019.

MINHAVIDA. **Chikungunya.** Disponível em: <https://www.minhavidacom.br/saude/temas/chikungunya>. Acesso em: 30 out.2019.

MINHAVIDA. **Dengue, Zika vírus e Chikungunya: conheça as diferenças e semelhanças.** Disponível em: <https://www.minhavidacom.br/saude/materias/20445-dengue-zika-virus-e-chikungunya-conheca-as-diferencas-e-semelhancas>. Acesso em: 10 abr.2019.

MINHAVIDA. **Dengue.** Disponível em: <https://www.minhavidacom.br/saude/temas/dengue>. Acesso em: 10 abr.2019.

MINHAVIDA. **Dependência química.** Disponível em: <https://www.minhavidacom.br/saude/temas/dependencia-quimica>. Acesso em: 16 agos.2019.

MINHAVIDA. **Doença hepática alcoólica.** Disponível em: <https://www.minhavidacom.br/saude/temas/doenca-hepatica-alcoolica>. Acesso em: 20 abr.2019.

MINHAVIDA. **DST – IST: conheça 15 doenças sexualmente transmissíveis.** Disponível em: <https://www.minhavidade.com.br/saude/materias/20481-dst-ist-conheca-15-doencas-sexualmente-transmissiveis>. Acesso em: 20 jan.2020.

MINHAVIDA. **Hepatite autoimune.** Disponível em: <https://www.minhavidade.com.br/saude/temas/hepatite-autoimune>. Acesso em: 20 abr.2019.

MINHAVIDA. **Hepatite C.** Disponível em: <https://www.minhavidade.com.br/saude/temas/hepatite-c>. Acesso em: 20 abr.2019.

MINHAVIDA. **Hepatite.** Disponível em: <https://www.minhavidade.com.br/saude/temas/hepatite>. Acesso em: 20 abr.2019.

MINHAVIDA. **HIV.** Disponível em: <https://www.minhavidade.com.br/saude/temas/hiv>. Acesso em: 06 mai.2019.

MINHAVIDA. **Queimaduras.** Disponível em: <https://www.minhavidade.com.br/saude/temas/queimaduras>. Acesso em: 03 abr.2019.

MINHAVIDA. **Resfriado.** Disponível em: <https://www.minhavidade.com.br/saude/temas/resfriado>. Acesso em: 08 abr.2019.

MINHAVIDA. Sakabe. Sumire, **Quais as complicações da gripe se não tratada corretamente.** Disponível em: <https://www.minhavidade.com.br/saude/materias/18836-quais-as-complicacoes-da-gripe-se-nao-tratada-corretamente>. Acesso em: 09 abr.2019.

MINHAVIDA. **Tabagismo.** Disponível em: <https://www.minhavidade.com.br/saude/temas/tabagismo>. Acesso em: 14 agos.2019.

MINHAVIDA. **Tabagismo: sete métodos ajudam a parar de fumar.** Disponível em: <https://www.minhavidade.com.br/saude/galerias/16395-tabagismo-sete-metodos-ajudam-a-parar-de-fumar>. Acesso em: 20 jan.2020.

MINHAVIDA. **Trocomoníase.** Disponível em: <https://www.minhavidade.com.br/saude/temas/tricomoniase>. Acesso em: 06 mai.2019.

MINHAVIDA. **Zika Vírus.** Disponível em: <https://www.minhavidade.com.br/saude/temas/zika-virus>. Acesso em: 14 agos.2019.

MINUTOPSICOLOGIA. **Os efeitos psicológicos da dependência química.** Disponível em: <http://www.minutopsicologia.com.br/postagens/2015/10/24/os-efeitos-psicologicos-da-dependencia-quimica/>. Acesso em: 20 fev.2020.

MINUTOSAUDAVEL. **Aedes aegypti – Mosquito.** Disponível em: <https://minutosaudavel.com.br/aedes-aegypti/#mosquito>. Acesso em: 06 agos.2019.

MINUTOSAUDAVEL. **Aedes Aegypti.** Disponível em: <https://minutosaudavel.com.br/aedes-aegypti/>. Acesso em: 02 agos.2019.

MINUTOSAUDAVEL. **O que é automedicação: causas e quais são as consequências?** Disponível em: <https://minutosaudavel.com.br/o-que-e-automedicacao-causas-e-quais-sao-as-consequencias/>. Acesso em: 16 agos.2019.

MINUTOSAUDÁVEL. **O que é Hepatite – alcoólica, etc., sintomas, é contagiosa? Tem cura?** Disponível em: <https://minutosaudavel.com.br/o-que-e-hepatite-alcoolica-etc-sintomas-e-contagiosa-tem-cura/>. Acesso em: 27 jan.2020.

MOSQUITO.SAUDE.ES.GOV. **Aedes Aegypti.** Disponível em: <https://mosquito.saude.es.gov.br/aedes-aedypti>. Acesso em: 09 abr.2019.

MOSQUITO.SAUDE.ES.GOV. **MITOS e Verdade - Aedes Aegypti.** Disponível em: <https://mosquito.saude.es.gov.br/mitos-e-verdades-aesdes-aegypti>. Acesso em: 09 abr.2019.

MOSQUITO.SAUDE.ES.GOV. **O Mosquito.** Disponível em: <https://mosquito.saude.es.gov.br/o-mosquito>. Acesso em: 08 abr.2019.

MSDMANUALS. **Causas da hepatite.** Disponível em: <https://www.msmanuals.com/pt-br/profissional/distúrbios-hepáticos-e-biliares/hepatite/causas-da-hepatite>. Acesso em: 30 nov.2019.

MSDMANUALS. **Infecção por citomegalovírus – CMV.** Disponível em: <https://www.msmanuals.com/pt-br/casa/infecções/infecções-por-herpesvírus/infecções-por-citomegalovírus-cmv>. Acesso em: 06 mai.2019.

MSDMANUALS. **Linfomas não Hodgkin.** Disponível em: <https://www.msmanuals.com/pt-pt/casa/distúrbios-do-sangue/linfomas/linfomas-não-hodgkin>. Acesso em: 13 fev.2020.

MSDMANUALS. **Visão geral do trauma abdominal.** Disponível em: <https://www.msmanuals.com/pt-br/profissional/lesões-intoxicação/trauma-abdominal/visão-geral-do-trauma-abdominal>. Acesso em: 02 abr.2019.

MUNDOEDUCACAO. **Diferenças entre gripe e resfriado.** Disponível em: <https://mundoeducacao.bol.uol.com.br/doencas/diferencas-entre-gripe-resfriado.htm>. Acesso em: 03 fev.2020.

MUNDOEDUCAÇÃO. **Exercícios sobre diferenças entre dengue – chikungunya - zika.** Disponível em: <https://exercicios.mundoeducacao.bol.uol.com.br/exercicios-biologia/exercicios-sobre-diferencas-entre-dengue-chikungunya-zika.htm>. Acesso em: 15 abr.2019.

Neves DP. **A produção de conhecimentos sobre o consumo de bebidas alcoólicas. Análise de levantamento bibliográfico.** Niterói: Universidade Federal Fluminense; 2001.

NEWS.UN.ORG. **Mais de 6 milhões de usuários de drogas injetáveis têm Hepatite C.** Disponível em: <https://news.un.org/pt/story/2015/07/1519221-mais-de-6-milhoes-de-usuarios-de-drogas-injetaveis-tem-hepatite-c>. Acesso em: 11 fev.2020.

NEWSLAB. **Lúpus Eritematoso Sistêmico.** Disponível em: <https://newslab.com.br/lupus-eritematoso-sistemico/3/>. Acesso em: 06 fev.2020.

NONNABUKA.WORDPRESS. **Alcoolismo é doença! Merece respeito e tratamento digno.** Disponível em: <https://nonnabuka.wordpress.com/2012/08/16/alcoolismo-e-doenca-merece-respeito-e-tratamento-digno/>. Acesso em: 17 fev.2020.

NOTICIADAKI. **Alerta: jovem pega AIDS ao fazer as unhas.** Disponível em: <http://www.noticiadaki.com.br/noticia/2014/11/19/alerta-jovem-pega-aids-ao-fazer-as-unhas.html>. Acesso em: 13 fev.2020.

NOTICIAS.BOL. **Como o cigarro vicia e por que as mulheres estão morrendo mais.** Disponível em: <https://noticias.bol.uol.com.br/ultimas-noticias/ciencia/2018/08/29/como-o-cigarro-vicia-e-por-que-as-mulheres-estao-morrendo-mais.htm>. Acesso em: 18 fev.2020.

NOTICIAS.R7. **Ele uniu ainda mais a nossa família, diz mãe de criança de 7 anos com microcefalia.** Disponível em: <https://noticias.r7.com/saude/ele-uniu-ainda-mais-a-nossa-familia-diz-mae-de-crianca-de-7-anos-com-microcefalia-02122015>. Acesso em: 06 fev.2020.

NOTICIAS.R7. **Remédios para doenças do coração foram os mais vendidos em 2016.** Disponível em: <https://noticias.r7.com/saude/remedios-para-doencas-do-coracao-foram-os-mais-vendidos-em-2016-14122017>. Acesso em: 23 fev.2020.

NOTICIAS.R7. **Sintomas da dengue quais são e como tratar e prevenir a doença.** Disponível em: <https://noticias.r7.com/hora-7/segredos-do-mundo/sintomas-da-dengue-quais-sao-e-como-tratar-e-prevenir-a-doenca-25062019>. Acesso em: 04 fev.2020.

NWFISIOTERAPIA. **Os riscos da automedicação.** Disponível em: <http://nwfisioterapia.com/pt/os-riscos-da-automedicacao/>. Acesso em: 23 fev.2020.

OBSERVATORIODATV. **Dezembro vermelho: relembre personalidades que morreram em decorrência da AIDS.** Disponível em: <https://observatoriodatv.bol.uol.com.br/noticias/2016/12/dezembro-vermelho-relembre-personalidades-que-morreram-em-decorrencia-da-aids>. Acesso em: 13 fev.2020.

OBSERVATORIOMATURIDADE. **Gripe.** Disponível em: <https://observatoriomaturidade.com.br/2019/01/30/gripe/>. Acesso em: 03 fev.2020.

OLIVEIRA, Antonio Claudio de; Silva, Evandro de Sena e Martuchi, Sergio Dias. **Manual do Socorrista** – São Paulo: Martinari, 2013. 304 p.

OPAS. **O que é Sarcoma de Kaposi, sintomas, tratamento, coça? Tem Cura?** Disponível em: <https://opas.org.br/o-que-e-sarcoma-de-kaposi-sintomas-tratamento-coca-tem-cura/>. Acesso em: 13 fev.2020.

OPAS. **O que é Soropositivo? Conheça as causas e tratamentos.** Disponível em: <https://opas.org.br/o-que-e-soropositivo-conheca-as-causas-e-tratamentos/>. Acesso em: 12 fev.2020.

OPAS. **Resfriado: Sintomas, Tratamento, Prevenção, Transmissão e Remédios.** Disponível em: <https://www.opas.org.br/resfriado-sintomas-tratamento-prevencao-transmissao-e-remedios/>. Acesso em: 09 abr.2019.

ORTOPEDIACIDADEJARDIM. **Entorse de tornozelo.** Disponível em: <https://www.ortopediacidadejardim.com/tornozelo/entorse-de-tornozelo/>. Acesso em: 21 fev.2020.

OSAOGONCALO. **Os risco de ser um “atleta de verão”.** Disponível em: <https://www.osaogoncalo.com.br/saude/12233/os-riscos-de-ser-um-atleta-de-verao>. Acesso em: 21 fev.2020.

OTOVIDA. **Gripe no verão cuidados e como tratar.** Disponível em: <https://otovida.com.br/gripe-no-verao-cuidados-e-como-tratar/>. Acesso em: 03 fev.2020.

PADARIAXODO. **Kit Festas.** Disponível em: <https://www.padariaxodo.com.br/kit-festas.html>. Acesso em: 19 fev.2020.

PAHO.ORG. **Perguntas e respostas sobre o vírus Zika e suas consequências.** Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5292:perguntas-e-respostas-sobre-o-virus-zika-e-suas-consequencias&Itemid=882. Acesso em: 14 abr.2019.

PANORAMAFARMACEUTICO. **Cresce automedicação durante a estação do inverno.** Disponível em: <https://panoramafarmaceutico.com.br/2019/07/02/cresce-automedicacao-durante-a-estacao-do-inverno/>. Acesso em: 23 fev.2020.

PANORAMAFARMACEUTICO. **Uso racional de medicamentos em crianças com câncer.** Disponível em: <https://panoramafarmaceutico.com.br/2018/05/30/uso-racional-de-medicamentos-em-criancas-com-cancer/>. Acesso em: 19 fev.2020.

PARAIBAONLINE. **Aumenta a apreensão de LSD e ecstasy em Campina Grande.** Disponível em: <https://paraibaonline.com.br/2019/10/aumenta-a-apreensao-de-lsd-e-ecstasy-em-campina-grande/>. Acesso em: 19 fev.2020.

PEDIATRIASEMSTRESS.NET. **Vacina contra dengue.** Disponível em: <https://pediatriasemstress.net/2016/11/06/vacina-contradengue/>. Acesso em: 04 fev.2020.

PEDROPITANGA. **Saúde: você sabe quais são os sintomas de contágio do HIV?** Disponível em: <https://www.pedropitanga.com.br/saude-voce-sabe-quais-sao-os-sintomas-de-contagio-do-hiv/>. Acesso em: 13 fev.2020.

PENSANDOSANEADAMENTE.BLOGSPOT. **Métodos de prevenção da Zika.** Disponível em: <http://pensandosaneadamente.blogspot.com/2016/03/metodos-de-prevencao-da-zika.html>. Acesso em: 06 fev.2020.

PFIZER. **Dengue: Fique atento aos sintomas e saiba como se prevenir.** Disponível em: <https://www.pfizer.com.br/noticias/dengue-fique-atento-aos-sintomas-e-saiba-como-se-prevenir>. Acesso em: 10 jul.2019.

PLENAMENTE. **O que é a Dependência Química? Tipos de drogas, efeitos e tratamento.** Disponível em: <http://www.plenamente.com.br/artigo.php?FhIdArtigo=190>. Acesso em: 16 agos.2019.

PMERECHIM.RS.GOV. **Audiência pública debate a drogadição.** Disponível em: <https://www.pmerechim.rs.gov.br/noticia/14057/26-11-2019/audiencia-publica-debate-a-drogadicao>. Acesso em: 19 fev.2020.

PONTOBIOLOGIA. **Como a dengue é transmitida.** Disponível em: <https://pontobiologia.com.br/como-a-dengue-e-transmitida/>. Acesso em: 04 fev.2020.

PORTAL.FIOCRUZ. **Como é o ciclo de vida do mosquito Aedes aegypti.** Disponível em: <https://portal.fiocruz.br/pergunta/como-e-o-ciclo-de-vida-do-mosquito-aedes-aegypti>. Acesso em: 10 abr.2019.

PORTAL.FIOCRUZ. **Como ocorre a transmissão do vírus Zika?** Disponível em: <https://portal.fiocruz.br/pergunta/como-ocorre-transmissao-do-virus-zika>. Acesso em: 14 jun.2019.

PORTAL.FIOCRUZ. **O que é Chikungunya?** Disponível em: <https://portal.fiocruz.br/pergunta/o-que-e-chikungunya>. Acesso em: 14 abr.2019.

PORTAL.SAUDE.PE. **SES alerta para prevenção das arboviroses e SCZ.** Disponível em: <http://portal.saude.pe.gov.br/noticias/secretaria-executiva-de-vigilancia-em-saude/ses-alerta-para-prevencao-das-arboviroses-e-scz>. Acesso em: 06 fev.2020.

PORTAL.SBMT.ORG. **Chikungunya: número de casos continuam a crescer no País.** Disponível em: <https://www.sbmt.org.br/portal/chikungunya-numero-de-casos-continuam-crescer-no-pais/>. Acesso em: 05 fev.2020.

PORTALMIGODOIDOSO. **Traqueostomia: Quando é necessária? Como é feita? Ela pode ser revertida? Como Funciona?** Disponível em: <http://portalamigodoidoso.com.br/2017/10/22/traqueostomia-quando-e-necessaria-como-e-feita-ela-pode-ser-revertida-como-funciona/>. Acesso em: 22 fev.2020.

PORTALBONFINOPOLIS. **Arquivo - Automedicação.** Disponível em: <https://www.portalbonfinopolis.com.br/arquivos/2927>. Acesso em: 23 fev.2020.

PORTALDASGERAIS. **Crack - Um homem de 23 anos, suspeito de tráfico de drogas, mastigou pedras de crack para tentar escapar da ação da polícia militar - PM.** Disponível em: <http://portaldasgerais.com.br/um-homem-de-23-anos-suspeito-de-traffic-de-drogas-mastigou-pedras-de-crack-para-tentar-escapar-da-acao-da-policia-militar-pm/>. Acesso em: 19 fev.2020.

PORTALDOHOLANDA. **Campanha contra AIDS tem foco na ampliação de testes para diagnóstico.** Disponível em: <https://www.portaldoholanda.com.br/aids/campanha-contra-aids-tem-foco-na-ampliacao-de-testes-para-diagnostico>. Acesso em: 13 fev.2020.

PORTALEDUCAÇÃO. **Como fazer os primeiros socorros da vítima de choque elétrico.** Disponível em: <https://www.portaleducacao.com.br/conteudo/artigos/direito/como-fazer-os-primeiros-socorros-da-vitima-de-choque-eletrico/50089>. Acesso em: 03 abr.2019.

PORTALMS.SAUDE. **Insolação.** Disponível em: <http://portalms.saude.gov.br/saude-de-a-z/insolacao>. Acesso em: 03 abr.2019.

PORTALMS.SAUDE.GOV. **Gripe.** Disponível em: <http://portalms.saude.gov.br/saude-de-a-z/gripe>. Acesso em: 09 abr.2019.

PORTUGUES.CDC.GOV. **Tratamento do Zika Vírus.** Disponível em: <https://portugues.cdc.gov/zika/symptoms/treatment.html>. Acesso em: 06 fev.2020.

POUPAFARMA. **Lavar as mãos.** Disponível em: <https://poupafarma.com.br/lavar-as-maos/>. Acesso em: 03 fev.2020.

PRAGASEEVENTOS. **Diagnóstico Febre Chikungunya.** Disponível em: <https://www.pragaseeventos.com.br/saude-publica/diagnostico-febre-chikungunya/>. Acesso em: 05 fev.2020.

PROGASTROJOINVILLE. **Hepatite Alcoólica.** Disponível em: http://www.progastrojoinville.com.br/enciclopedia/hepatite_alcoolica. Acesso em: 11 fev.2020.

PSICOLOGOETERAPIA. **Alcoolismo - Psicólogo.** Disponível em: <https://www.psicologoeterapia.com.br/blog/alcoolismo-psicologo/>. Acesso em: 17 fev.2020.

PSIQUIATRAPORTOALEGRE.MED. **Tratamento para Alcoolismo.** Disponível em: <https://www.psiquiaportoalegre.med.br/tratamento-para-alcoolismo/>. Acesso em: 17 fev.2020.

PT.SLIDESHARE. **Citomegalovirus.** Disponível em: <https://pt.slideshare.net/andreamorales73/citomegalovirus-54070280?ref=&smtNoRedir=1>. Acesso em: 10 fev.2020.

PT.SLIDESHARE.NET. **Nicotina.** Disponível em: <https://pt.slideshare.net/KaryVanini/nicotina-1>. Acesso em: 18 fev.2020.

PT.WIKIPEDIA. **Dengue.** Disponível em: <https://pt.wikipedia.org/wiki/Dengue>. Acesso em: 30 set.2019.

PT.WIKIPEDIA. **Hepatite C.** Disponível em: https://pt.wikipedia.org/wiki/Hepatite_C. Acesso em: 20 agos.2019.

PT.WIKIPÉDIA. **Traqueostomia.** Disponível em: <https://pt.wikipedia.org/wiki/Traqueostomia>. Acesso em: 14 abr.2019.

PT.WIKIPÉDIA. **Vírus da imunodeficiência humana.** Disponível em: https://pt.wikipedia.org/wiki/Vírus-da-imunodeficiên_humana. Acesso em: 29 abr.2019.

PT.WIKIPEDIA.ORG. **Ficheiro: Sintomas da Microcefalia.png.** Disponível em: https://pt.wikipedia.org/wiki/Ficheiro:Sintomas_da_Microcefalia.png. Acesso em: 06 fev.2020.

PT.WIKIPEDIA.ORG. **Lei seca nos Estados Unidos.** Disponível em: https://pt.wikipedia.org/wiki/Lei_seca_nos_Estados_Unidos. Acesso em: 17 fev.2020.

PUBLISAUDE. **Papilomavirus – Humano – HPV.** Disponível em: <https://www.publisaude.com.br/papilomavirus-humano-hpv/>. Acesso em: 10 fev.2020.

QUESAUDE. **Gonorreia.** Disponível em: <https://quesaude.com.br/gonorreia/>. Acesso em: 10 fev.2020.

RADIOPOPULARSANLUIS. **Linfogranuloma venéreo, la nueva enfermedad sexual que tiene en alerta a los expertos.** Disponível em: <https://www.radiopopularsanluis.com.ar/salud/2019/3/7/linfogranuloma-venereo-la-nueva-enfermedad-sexual-que-tiene-en-alerta-los-expertos-32608.html>. Acesso em: 10 fev.2020.

RAYMUNDO, M.; NAPPO, S. A.; OLIVEIRA, L. G.; SANCHEZ, Z. M.; CARLINI, E. A. **Triexifenidila: caracterização de seu consumo abusivo por um grupo de usuários na cidade de São Paulo.** Revista de Psiquiatria Clínica, São Paulo, v. 30, n. 6, p. 207-217, 2003.

REDACAONLINE. **Tema de redação. O problema do alcoolismo na sociedade brasileira.** Disponível em: <https://redacaonline.com.br/blog/tema-de-redacao-o-problema-do-alcoolismo-na-sociedade-brasileira/>. Acesso em: 17 fev.2020.

REDENOTICIAES. **Vigilância ambiental intensifica bloqueio de mosquito da dengue.** Disponível em: <http://redenoticias.com/vigilancia-ambiental-intensifica-bloqueio-de-mosquito-da-dengue/>. Acesso em: 04 fev.2020.

REMEDIOSNATURAISCASEIROS. **Resfriado tratamento caseiro**. Disponível em: <https://remediosnaturaiscaseiros.com/resfriado-tratamento-caseiro/>. Acesso em: 03 fev.2020.

RESETCLINICADERECUPERACAO. **Dependência Química – uma doença crônica e tratável**. Publicado em 12/06/2018. Disponível em: <http://www.resetclinicaderecuperacao.com.br/blog/dependente-quimico/dependencia-quimica-uma-doenca-cronica-e-tratavel/54>. Acesso em: 20 fev.2020.

REVISTACRESCER.GLOBO. **Chá para gripe funciona mesmo**. Disponível em: <https://revistacrescer.globo.com/Crianças/Saude/noticia/2018/09/cha-para-gripe-funciona-mesmo.html>. Acesso em: 03 fev.2020.

REVISTAGALILEU.GLOBO. **É desenvolvido tratamento igualmente eficaz, porém mais barato contra o HIV**. Disponível em: <https://revistagalileu.globo.com/Ciencia/Saude/noticia/2015/06/e-desenvolvido-tratamento-igualmente-eficaz-porem-mais-barato-contr-o-hiv.html>. Acesso em: 10 fev.2020.

RICHET. **Saiba por que a nomenclatura de DST mudou para IST**. Disponível em: <https://www.richet.com.br/clientes/novidades/saiba-por-que-a-nomenclatura-de-dst-mudou-para-ist/>. Acesso em: 10 fev.2020.

RIOPAE. **Novembro Azul: Porque os homens não gostam de ir ao médico?** Disponível em: <https://riopae.com.br/blog/2018/11/06/novembro-azul-porque-os-homens-nao-gostam-de-ir-ao-medico/>. Acesso em: 12 fev.2020.

ROGERIOCASTILHO. **A luta contra o tabagismo ganha aliada através da Hipnose**. Disponível em: <https://www.rogeriocastilho.com.br/a-luta-contr-o-tabagismo-ganha-aliada-atraves-da-hipnose/>. Acesso em: 18 fev.2020.

SALUTEMPLUS. **Sífilis: você sabe o que é e como a doença se manifesta**. Disponível em: <https://www.salutemplus.com.br/blog/post/188/sifilis-voce-sabe-o-que-e-e-como-a-doenca-se-manifesta>. Acesso em: 10 fev.2020.

SANTARITADOSAPUCAI.PORTALDACIDADE. **Dengue secretaria de Saúde confirma dois casos em Santa Rita do Sapucaí**. Disponível em: <https://santaritadosapucaiportal dacidade.com/noticias/saude/dengue-secretaria-de-saude-confirma-dois-casos-em-santa-rita-do-sapucaí>. Acesso em: 04 fev.2020.

SANTOS, Vanda Cristina dos; Volpato, Andrea C. Bressane. **Técnicas Básicas de Enfermagem**. 4. Ed. – São Paulo: Martinari, 2015. 480 p.

SAUDE.ABRIL. **15 perguntas e respostas sobre o Zika Vírus**. Disponível em: <https://saude.abril.com.br/bem-estar/15-perguntas-e-respostas-sobre-o-zika-virus/>. Acesso em: 14 abr.2019.

SAUDE.ABRIL. **O que é a Dengue?** Disponível em: <https://saude.abril.com.br/medicina/o-que-e-a-dengue/>. Acesso em: 13 abr.2019.

SAUDE.ABRIL. **Quais são as complicações do Chikungunya?** Disponível em: <https://saude.abril.com.br/medicina/quais-sao-as-complicacoes-do-chikungunya/>. Acesso em: 14 abr.2019.

SAUDE.ABRIL. **Qual a diferença entre gripe e resfriado.** Disponível em: <https://saude.abril.com.br/medicina/qual-a-diferenca-entre-gripe-e-resfriado/>. Acesso em: 03 fev.2020.

SAUDE.DF.GOV. **Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST).** Disponível em: <http://www.saude.df.gov.br/ist/>. Acesso em: 10 fev.2020.

SAUDE.GOV. **Aedes Aegypti.** Disponível em: <https://www.saude.gov.br/saude-de-a-z/aedes-aegypti>. Acesso em: 08 abr.2019.

SAUDE.GOV. **Dengue.** Disponível em: <https://www.saude.gov.br/saude-de-a-z/dengue>. Acesso em: 27 agos.2019.

SAUDE.GOV. **Guillain Barré.** Disponível em: <https://www.saude.gov.br/saude-de-a-z/guillain-barre>. Acesso em: 06 fev.2020.

SAUDE.GOV. **Hepatite.** Disponível em: <https://www.saude.gov.br/saude-de-a-z/hepatite>. Acesso em: 27 jan.2020.

SAUDE.GOV. **Infecções sexualmente transmissíveis – IST.** Disponível em: <https://www.saude.gov.br/saude-de-a-z/infecoes-sexualmente-transmissiveis-ist>. Acesso em: 29 abr.2019.

SAUDE.GOV. **Lúpus.** Disponível em: <https://www.saude.gov.br/saude-de-a-z/lupus>. Acesso em: 06 fev.2020.

SAUDE.GOV. **Microcefalia.** Disponível em: <https://www.saude.gov.br/saude-de-a-z/microcefalia>. Acesso em: 06 fev.2020.

SAUDE.GOV. **Saúde de a z/combate ao Aedes.** Disponível em: <https://www.saude.gov.br/saude-de-a-z/combate-ao-aedes>. Acesso em: 04 fev. 2020.

SAUDE.GOV. **Saúde de a z/dengue.** Disponível em: <https://www.saude.gov.br/saude-de-a-z/dengue>. Acesso em: 04 fev.2020.

SAUDE.MG. **ISTs - Infecções Sexualmente Transmissíveis.** Disponível em: <https://www.saude.mg.gov.br/ist>. Acesso em: 07 mai.2019.

SAUDE.RS.GOV. **Tabagismo diminui, mas segue sendo fator de doenças e mortalidade.** Disponível em: <https://saude.rs.gov.br/tabagismo-diminui-mas-segue-sendo-fator-de-doencas-e-mortalidade>. Acesso em: 18 fev.2020.

SAUDEBRASIL. **15 motivos para deixar de fumar.** Disponível em: <http://saudebrasil.saude.gov.br/eu-quero-parar-de-fumar/15-motivos-para-deixar-de-fumar>. Acesso em: 20 jan.2020.

SAUDEBUSINESS365. **Traqueostomia: como funciona.** Disponível em: <https://www.saudebusiness365.com.br/traqueostomia-como-funciona/>. Acesso em: 22 fev.2020.

SAUEDIRETA. **CAP 16 Trauma de Abdome.** Disponível em: http://www.saudedireta.com.br/docsupload/1332281789cap_16_trauma_abdome.pdf. Acesso em: 21 fev.2020.

SAUDEMAIS-MG. **Testes rápidos são importantes para o diagnóstico precoce da dengue.** Disponível em: <http://www.saudemais-mg.com.br/testes-rapidos-sao-importantes-para-o-diagnostico-precoce-da-dengue/>. Acesso em: 04 fev.2020.

SAUDEMELHOR. **Caso de choques elétricos: você não deve fazer.** Disponível em: <https://www.saudemelhor.com/caso-choques-eletricos-voce-nao-deve-fazer/>. Acesso em: 03 abr.2019.

SAUDEMELHOR. **Quais sintomas da crise de abstinência.** Disponível em: <https://www.saudemelhor.com/quais-sintomas-crise-abstinencia/>. Acesso em: 19 fev.2020.

SAUDEMELHOR. **Quanto tempo período contágio gripe.** Disponível em: <https://www.saudemelhor.com/quanto-tempo-periodo-contagio-gripe/>. Acesso em: 03 fev.2020.

SAUDICAS. **Hepatite D.** Disponível em: <http://www.saudicas.com.br/hepatite-d/>. Acesso em: 11 fev.2020.

SAUDICAS. **Resfriado.** Disponível em: <http://www.saudicas.com.br/resfriado/>. Acesso em: 03 fev.2020.

SBIM.ORG. Ballalai, Isabella; Kfourir, Renato; Cunha, Juarez. **NT. Influenza.** Disponível em: <https://sbim.org.br/images/files/nt-influenza-170329.pdf>. Acesso em: 09 abr.2019.

SCIELO. **Consenso sobre a Síndrome de Abstinência do Álcool (SAA) e o seu tratamento.** Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-4446200000200006. Acesso em: 30 jan.2020.

SEGREDOSDOMUNDO.R7. **Tosse seca.** Disponível em: <https://segredosdomundo.r7.com/tosse-seca/>. Acesso em: 03 fev.2020.

SELECOES. **14 dicas para combater tosse e espirro.** Disponível em: <https://www.selecoes.com.br/saude/14-dicas-para-combater-tosse-e-espirro/>. Acesso em: 03 fev.2020.

SEMPREMATERNA. **Cinco razões para não fumar durante a gravidez.** Disponível em: <http://www.semprematerna.com.br/cinco-razoes-para-nao-fumar-durante-a-gravidez/>. Acesso em: 18 fev.2020.

SENAC. DN. **Primeiros socorros: Como agir em situações de emergência.** 3 ed. rev. Atual. 10 reimpr. José Márcio da Silva Silveira; Mercilda Bartmann; Paulo Bruno. Rio de Janeiro: Senac Nacional, 2014.

SETORSAUDE. **Aprovado novo tratamento para Hepatite C no Brasil.** Disponível em: <https://setorsaude.com.br/aprovado-novo-tratamento-para-hepatite-c-no-brasil/>. Acesso em: 11 fev.2020.

SETORSAUDE. **Cigarro eletrônico ajuda a parar de fumar?** Disponível em: <https://setorsaude.com.br/cigarro-eletronico-ajuda-a-parar-de-fumar/>. Acesso em: 18 fev.2020.

SHUTTERSTOCK. **Concept – drug – addiction – substance – dependence – junkie.** Disponível em: <https://www.shutterstock.com/ko/image-illustration/concept-drug-addiction-substance-dependence-junkie-1206189505>. Acesso em: 20 fev.2020.

SIGNIFICADOS. **LSD.** Disponível em: <https://www.significados.com.br/lsd/>. Acesso em: 19 fev.2020.

SIMNOTICIAS. **Lavar as mãos pode prevenir até 10 doenças.** Disponível em: <https://www.simnoticias.com.br/lavar-as-maos-pode-prevenir-ate-10-doencas/>. Acesso em: 03 fev.2020.

SIMPLIFICA.EFACIL. **5 drinks sem álcool para quem não bebe.** Disponível em: <https://simplifica.efacil.com.br/cozinha/receitas/5-drinks-sem-alcool-para-quem-nao-bebe/>. Acesso em: 17 fev.2020.

SINTOMASDADENGUE.NET. **Dengue tratamento.** Disponível em: <https://www.sintomasdadengue.net/dengue-tratamento/>. Acesso em: 04 fev.2020.

SLIDEPLAYER. **Arboviroses Dengue, Chikungunya e Zika.** Disponível em: <https://slideplayer.com.br/slide/10196993/>. Acesso em: 05 fev.2020.

SONOTICIABOA. **A vacina contra alcoolismo vem aí.** Disponível em: <https://www.sonoticiaboa.com.br/2011/01/07/a-vacina-contr-a-alcoolismo-vem-ai/>. Acesso em: 17 fev.2020.

SPARVOLISAUDE.WORDPRESS. **Hepatite A – Prevenção e tratamento.** Disponível em: <https://sparvolisaude.wordpress.com/2012/11/02/hepatite-a-prevencao-e-tratamento/>. Acesso em: 11 fev.2020.

SPP.PT. **IST.** Disponível em: http://www.spp.pt/UserFiles/file/Seccao_Medicina_Adolescente/IST%20SPMA.pdf. Acesso em: 07 mai.2019.

STEEMIT. **La juventude y las drogas.** Disponível em: <https://steemit.com/religion/@pisael/la-juventud-y-las-drogas>. Acesso em: 19 fev.2020.

SUPER.ABRIL. **9 perguntas curiosas sobre camisinha e outros métodos contraceptivos.** Disponível em: <https://super.abril.com.br/comportamento/9-perguntas-curiosas-sobre-camisinha-e-cia/>. Acesso em: 10 fev.2020.

SUPER.ABRIL. **Absinto provoca alucinações.** Disponível em: <https://super.abril.com.br/ciencia/absinto-provoca-alucinacoes/>. Acesso em: 17 fev.2020.

SUPER.ABRIL. **De onde veio o Zika? Estudo traça caminho do vírus até o Brasil.** Disponível em: <https://super.abril.com.br/ciencia/de-onde-veio-o-zika-estudo-traca-caminho-do-virus-ate-o-brasil/>. Acesso em: 06 fev.2020.

SUPER.ABRIL. **Dez mil anos de Pileque – A história da bebida.** Disponível em: <https://super.abril.com.br/saude/dez-mil-anos-de-pileque-a-historia-da-bebida/>. Acesso em: 17 fev.2020.

Swartzberg. John Edward, 1945 – **O guia completo da saúde.** John Edward Swartzberg & Sheldon Margen. p. cm. São Paulo: Grupo Saúde E Vida, 2003.

TN.COM.AR. **Hepatitis E de roedores: descubren el primer caso en humanos de este peligroso virus que ataca a las ratas.** Disponível em: https://tn.com.ar/salud/lo-ultimo/hepatitis-e-de-roedores-descubren-el-primer-caso-en-humanos-de-este-peligroso-virus-que-ataca-las_901748. Acesso em: 11 fev.2020.

TRATAMENTOESTETICO. **Lesões de pele, que surgem durante nossa vida.** Disponível em: <https://tratamentoestetico.com.br/lesoes-de-pele-que-surgem-durante-nossa-vida/>. Acesso em: 21 fev.2020.

TRIBUNADOCEARA. **Saiba como o Aedes Aegypti consegue transmitir 3 tipos de doenças.** Disponível em: <https://tribunadoceara.com.br/noticias/saude/saiba-como-o-aedes-aegypti-consegue-transmitir-3-tipos-de-doencas/>. Acesso em: 04 fev.2020.

TRIBUNADONORTE. **Febre Chikungunya já mata mais que Dengue e Zika.** Disponível em: <http://www.tribunadonorte.com.br/noticia/febre-chikungunya-ja-mata-mais-que-dengue-e-zika/368255>. Acesso em: 05 fev.2020.

TRIBUNAPR. **Jovem convive com HIV desde 5 anos de idade.** Disponível em: <https://www.tribunapr.com.br/cacadores-de-noticias/alto-da-gloria/jovem-convive-com-hiv-desde-5-anos-de-idade/>. Acesso em: 13 fev.2020.

TST.JUS. **Auxiliar de enfermagem contaminada pelo vírus HIV – receberá indenização por dano moral.** Disponível em: http://www.tst.jus.br/noticias/-/asset_publisher/89Dk/content/auxiliar-de-enfermagem-contaminada-pelo-virus-hiv-recebera-indenizacao-por-dano-moral. Acesso em: 13 fev.2020.

TUASAÚDE. **Como saber se está com zika vírus.** Disponível em: <https://www.tuasaude.com/como-saber-se-esta-com-zika-virus/>. Acesso em: 06 fev.2020.

TUASAÚDE. **Efeitos das drogas.** Disponível em: <https://www.tuasaude.com/efeitos-das-drogas/>. Acesso em: 19 fev.2020.

TUASAÚDE. **Febre de Chikungunya.** Disponível em: <https://www.tuasaude.com/febre-de-chikungunya/>. Acesso em: 05 fev.2020.

TUASAÚDE. Frazão. Dr. Arthur. **Intermação.** Disponível em: <https://www.tuasaude.com/intermacao/>. Acesso em: 03 abr.2019.

TUASAÚDE. **Hepatite Alcoólica.** Disponível em: <https://www.tuasaude.com/hepatite-alcoolica/>. Acesso em: 17 fev.2020.

TUASAÚDE. **Hepatite Medicamentosa.** Disponível em: <https://www.tuasaude.com/hepatite-medicamentosa/>. Acesso em: 11 fev.2020.

TUASAÚDE. **Sintomas de candidíase.** Disponível em: <https://www.tuasaude.com/sintomas-de-candidiase/>. Acesso em: 10 fev.2020.

TUASAÚDE. **Tratamento para drogados.** Disponível em: <https://www.tuasaude.com/tratamento-para-drogados/>. Acesso em: 30 de jan.2020.

TUASAÚDE. **Tratamento para Hepatite.** Disponível em: <https://www.tuasaude.com/tratamento-para-hepatite/>. Acesso em: 27 jan.2020.

UAUCANCE. **Herpes – Transmissão e cuidados.** Disponível em: <http://www.uaucance.com.br/herpes-transmissao-e-cuidados/>. Acesso em: 10 fev.2020.

UNASUS. **Você sabe diferenciar as hepatites A, B, C, D e E?** Disponível em: <https://www.unasus.gov.br/noticia/voce-sabe-diferenciar-hepatites-b-c-d-e-e>. Acesso em: 28 jun.2019.

UNODC. **Tratamento da dependência de drogas: da coerção à coesão.** Disponível em: <https://www.unodc.org/lpo-brazil/pt/frontpage/2013/04/08-treating-drug-dependence-from-coercion-to-cohesion.html>. Acesso em: 16 agos.2019.

VEJA.ABRIL. **Hepatite: o número de infecções não para de crescer.** Disponível em: <https://veja.abril.com.br/saude/hepatite-o-numero-de-infecoes-nao-para-de-crescer/>. Acesso em: 11 fev.2020.

VEJA.ABRIL. **Sexo e AIDS: passivos correm mais risco de transmissão do HIV.** Disponível em: <https://veja.abril.com.br/blog/letra-de-medico/sexo-e-aids-passivos-correm-mais-risco-de-transmissao-do-hiv/>. Acesso em: 13 fev.2020.

VEJASP.ABRIL. **Álcool em gel substitui a água com sabão para limpar as mãos.** Disponível em: <https://vejasp.abril.com.br/blog/saude/alcool-em-gel-substitui-a-agua-com-sabao-para-limpar-as-maos/>. Acesso em: 03 fev.2020.

VERYWELLMIND. **Alcohol and hormones.** Disponível em: <https://www.verywellmind.com/alcohol-and-hormones-66570>. Acesso em 04 fev.2020.

VIDAEACÃO. **10 perguntas e respostas sobre o vírus HIV e Aids.** Disponível em: <https://www.vidaeacao.com.br/10-perguntas-e-respostas-sobre-o-virus-hiv-e-a-aids/>. Acesso em: 30 agos.2019.

VIX. **Falso negativo e falso positivo para exame de HIV – O que é?** Disponível em: https://www.vix.com/pt/bdm/saude/falso-negativo-e-falso-positivo-para-exame-de-hiv-o-que-e?utm_source=next_article. Acesso em: 12 fev.2020.

VIX. **Sua gripe forte pode ser na verdade tuberculose - 5 passos para diferenciar.** Disponível em: https://www.vix.com/pt/saude/566595/sua-gripe-forte-pode-ser-na-verdade-tuberculose-5-passos-para-diferenciar?utm_source=next_article. Acesso em: 03 fev.2020.

WIKIWAND. **Dengue.** Disponível em: <https://www.wikiwand.com/pt/Dengue>. Acesso em: 04 fev.2020.

WSCOM. **Governo lança edital para projetos de assistência e prevenção do HIV/aids/hepati.** Disponível em: <https://wscom.com.br/governo-lanca-edital-para-projetos-de-assistencia-e-prevencao-do-hiv-aids-hepati/>. Acesso em: 13 fev.2020.