



# HEPATITE C

## O QUE É

É uma infeção causada pelo vírus da hepatite C (VHC). Este vírus provoca a inflamação do fígado (hepatite). Cerca de uma em cada quatro pessoas cura espontaneamente a infeção. As outras pessoas evoluem para hepatite C crónica. Seis em cada dez pessoas com hepatite C crónica, com o tempo, desenvolvem problemas no fígado: nódulos fibrosos (cirrose) ou cancro.

## COMO SE MANIFESTA

Oito em cada dez pessoas não tem sintomas. O tempo médio entre a transmissão da infeção até ao aparecimento dos primeiros sintomas é de 2 a 24 semanas. Os sintomas não são específicos e podem incluir febre, fadiga, perda de apetite, náusea, vómito, dor abdominal, fezes acinzentadas ou brancas, dor articular, urina escura, pele ou olhos amarelados (icterícia).

## COMO SE TRANSMITE

O VHC transmite-se sobretudo no contato com sangue. Contudo, durante a fase inicial, nas primeiras 24 semanas, também se pode transmitir por contato com esperma, muco retal e fluído nasal.

O VHC sobrevive fora do organismo até 3 semanas mantendo a capacidade de transmitir a infeção.

As práticas que podem transmitir o VHC são:

- ter sexo anal sem o uso de preservativo;
- ter sexo em grupo sem uso do preservativo durante a penetração ou não ter usado um preservativo novo na mudança de parceiro;
- ter práticas de fisting (inserção da mão além do nó dos dedos no ânus ou vagina) sem luva ou não ter usado luva nova na mudança de parceiro;
- ter partilhado o boião de lubrificante durante práticas de sexo anal em grupo e fisting;
- ter partilhado material para lavagem retal interna (douching, enema, clister ou cuca);
- ter partilhado material para inalar drogas (inclui tubo, nota ou a garrafa de poppers, se encostada à narina);
- ter partilhado material no consumo de substâncias por via injetada (inclui frasco de esteroides);
- ter partilhado material (cachimbos, por exemplo) para fumar drogas que criam cortes ou queimaduras nos lábios (crack ou metanfetamina, por exemplo);
- ter feito piercings ou tatuagens onde houvesse partilha de material;
- ter recebido transfusões de sangue ou órgãos ou ter sido submetido a cirurgias em Portugal antes de 1992;
- estar a fazer hemodiálise de longa duração;
- ter contacto de sangue com sangue em contexto de trabalho.

Em Portugal as dádivas de sangue e/ou órgãos depois de 1992 não transmitem o VHC porque todas as pessoas que fazem dádivas são rastreadas. A hemodiálise e cirurgias não transmitem o VHC, dado que em Portugal o material usado é esterilizado e de uso único.

## COMO SE DIAGNOSTICA

O teste rápido pesquisa anticorpos (defesas) numa pequena amostra de sangue. Todas as pessoas infetadas têm anticorpos ao fim de 24 semanas, antes disso podem não ter em quantidade suficiente para ser detetado no teste rápido. O resultado não reativo indica que não houve infeção há mais de 24 semanas. O resultado reativo indica que houve contacto com o VHC, mas não distingue a infeção antiga/ tratada/ curada espontaneamente de uma infeção atual/por tratar. As análises que confirmam a infeção atual/ por tratar são a pesquisa do vírus no sangue.

## COMO SE TRATA

Uma em cada quatro pessoas adultas infetadas resolve a infeção sem tratamento. O tratamento da infeção é feito com medicamentos antivirais, com duração entre 8 a 16 semanas e com poucos ou nenhuns efeitos secundários. A percentagem de cura é superior a 97%. O tratamento e cuidados de saúde das pessoas com hepatite C são gratuitos no Serviço Nacional de Saúde.

## COMO SE PREVINE

**Não partilhar material de consumo:** as pessoas que usam drogas, usam material de uso único, impedindo a partilha de material contaminado com o vírus.

**Não partilhar material de uso pessoal que possa conter sangue:** as lâminas de barbear e escovas de dentes podem conter sangue e devem ser de uso pessoal. Não partilhar boião de lubrificante ou brinquedos sexuais sem preservativo durante as práticas de sexo em grupo.

**Preservativo:** usar o preservativo no pénis e brinquedos sexuais durante a penetração vaginal ou anal. Caso haja práticas de sexo em grupo, usar um preservativo novo na mudança de parceiro/a. Uma vez que o VHC pode ser transmitido no contacto de esperma ou muco retal com o sangue, está recomendado usar o preservativo durante as práticas de sexo anal.

**Luvas:** usar luvas durante as práticas de fisting. Caso haja práticas de sexo em grupo, usar luva nova na mudança de parceiro/a.

**Teste regular:** o rastreio regular pode resultar na deteção e no tratamento precoces, prevenindo a transmissão da infeção. Está recomendado o rastreio para a hepatite C quando ocorram situações de maior risco e a cada 3-6 meses dependendo da avaliação individual do risco e em caso de consumo ativo de drogas por via inalada/ injetada ou trabalho sexual.

Revisto pela Coordenação de Saúde do GAT em 05/2026. A informação deste folheto não pretende substituir a orientação dada por profissionais de saúde sobre escolhas de prevenção, diagnóstico e tratamento.

PROMOTORES



ISPUP

PARCEIROS - GAT

AHF EUROPE



APOIO - GAT

