

Varíola dos macacos (monkeypox): Informações para casos confirmados

Monkeypox: Information for cases

Portuguese

Para quem se destina esta folha informativa?

Esta folha informativa se destina às pessoas que foram diagnosticadas com a varíola dos macacos e que foram orientadas a se isolar em casa.

Quais são os sintomas da varíola dos macacos?

A maioria das pessoas com varíola dos macacos se recupera sem nenhum tratamento específico em algumas semanas. Os sintomas geralmente começam de 7 a 14 dias após a exposição. Isto pode acontecer depois de apenas alguns dias ou até 21 dias depois.

Os sintomas da varíola dos macacos podem incluir:

- erupções de pele, feridas ou lesões parecidas com espinhas/borbulhas, principalmente em áreas difíceis de ver, como nos órgãos genitais, ânus ou nádegas, e também no rosto, braços e pernas.
- úlceras, lesões ou feridas na boca
- as pessoas podem ter febre, dor de cabeça, dores musculares, dor nas costas, gânglios linfáticos inchados, calafrios e/ou exaustão antes do aparecimento da erupção de pele ou das lesões.

As lesões começam com uma vermelhidão lisa, que evolui para pústulas, que criam crostas e caem.

O risco de doença grave e complicações, tais como uma infecção secundária, septicemia e encefalite, é provavelmente maior em pessoas com imunocomprometimento/imunossupressão, crianças pequenas e mulheres grávidas.

Como a varíola dos macacos se espalha?

A varíola dos macacos passa de uma pessoa para outra principalmente através do contato direto pele a pele. Ela pode ser transmitida ao inspirar gotículas expiradas por uma pessoa que está com varíola dos macacos durante um contato próximo prolongado, mas isto é raro. Ela também pode ser transmitida através do contato com fluidos corporais infectados ou objetos contaminados, como roupas de cama ou roupas pessoais.

A varíola dos macacos pode ser transmitida durante o sexo. Não se sabe quanto tempo o vírus da varíola dos macacos permanece no sêmen e em outros fluidos corporais. Pessoas com varíola dos macacos não devem ter relações sexuais enquanto estiverem com a infecção. Pessoas que se recuperaram da varíola dos macacos devem usar preservativos/camisinhas (condoms) em atividades sexuais durante 12 semanas após a recuperação.

Pessoas com varíola dos macacos podem transmitir a infecção do momento em que tiverem os primeiros sintomas até todas as lesões terem formado crostas, as crostas terem caído, e uma nova camada de pele ter se formado por baixo.

Como a varíola dos macacos é tratada?

A maioria das pessoas com varíola dos macacos precisa apenas de medicamentos para dor sem receita e de líquidos para beber, e pode ser monitorada por seu clínico geral (GP) ou médico responsável. Algumas pessoas podem precisar de tratamentos de apoio, tais como medicamentos para controlar a febre ou a dor e fluidos intravenosos.

Algumas pessoas podem também precisar de tratamento para complicações, como antibióticos para uma infecção bacteriana secundária da pele.

Há medicamentos antivirais disponíveis, que podem ajudar a tratar pessoas com doença grave.

O que acontece quando sou diagnosticado com varíola dos macacos?

- As Public Health Units (Unidades de Saúde Pública), clínicas de saúde sexual, seu clínico geral (GP) ou outro médico que o atenda com regularidade e médicos de doenças infecciosas podem estar todos envolvidos nos cuidados de sua infecção por varíola dos macacos.
- Sua Public Health Unit local o entrevistará para identificar, avaliar e acompanhar quaisquer contatos que possa ter tido durante seu período infeccioso e onde pode ter contraído a infecção.
- A Public Health Unit irá acompanhar todos os contatos de alto risco (por exemplo: parceiros sexuais, cuidadores e pessoas com quem mora) e de risco médio (por exemplo: contatos sociais ou de trabalho), para lhes orientar e monitorar quaisquer sintomas de infecção por varíola dos macacos. Contatos de baixo risco geralmente não requerem nenhum acompanhamento de rotina; no entanto, isto depende do risco individual, de acordo com a avaliação de sua Public Health Unit local. Sua identidade não será divulgada para nenhum contato sem sua autorização, e ainda assim, só se for necessário para um rastreamento efetivo de contatos.

Sua saúde diária será administrada por seu clínico geral (GP) regular, por um médico de saúde sexual ou por um médico de doenças infecciosas do hospital local.

Para quem devo ligar se meus sintomas piorarem, ou se eu estiver preocupado com minha saúde

Se estiver com dor ou desconforto, ou se estiver preocupado com os sintomas que possa ter, deve contatar seu clínico geral (GP), o médico de saúde sexual ou o médico de doenças infecciosas do hospital local para atendimento imediato.

O médico responsável por seus cuidados diários lhe dirá para quem deve ligar se precisar de ajuda nos fins de semana ou fora do horário de atendimento.

Em casos de emergência, ligue imediatamente para o Triple Zero (000). Por favor, avise os médicos e outros funcionários da saúde que foi diagnosticado com varíola dos macacos. Use máscara cirúrgica se for ao clínico geral (GP), ao hospital ou na ambulância.

O que é isolamento? O que preciso fazer?

Isolamento é uma medida eficaz para reduzir a propagação da doença. Isolamento significa ficar em sua casa ou acomodação e permanecer separado dos outros. Você deve seguir estas orientações até ser clinicamente liberado por sua Public Health Unit local.

Se estiver com varíola dos macacos e **estiver isolado em casa** durante o período infeccioso, deve:

- trabalhar em casa, pois isto reduzirá seu contato com outras pessoas. Se não puder fazer isto, talvez possa ir ao local de trabalho em certas circunstâncias. O comparecimento ao trabalho deve ser discutido com sua Public Health Unit local, considerando cuidadosamente o tipo e a natureza de seu trabalho, o número e a localização das lesões, e o meio de transporte para ir e voltar do trabalho.
- não sair de casa, exceto para atividades essenciais em locais não muito movimentados, tais como consulta médica de acompanhamento, compra de remédios ou mantimentos, ou para fazer exercícios sozinho ao ar livre. Se precisar sair de casa, use máscara cirúrgica, cubra quaisquer lesões expostas e evite contato próximo com outras pessoas. Evite transporte público se suas lesões não puderem ser cobertas completamente.
- * não visitar locais de alto risco (por exemplo: estabelecimentos de saúde, creches ou lares para idosos), a não ser que esteja procurando atendimento médico de urgência. Adie quaisquer consultas de rotina até que seu período de isolamento termine.
- não receber nenhuma visita em sua casa.
- abster-se de atividade sexual com outras pessoas, e continuar usando camisinhas/preservativos por 12 semanas após ter se recuperado.
- dormir em um quarto separado das outras pessoas em sua casa.
- não ter contato físico com outras pessoas, e manter uma distância mínima de 1,5 m.
- ** evitar qualquer contato com pessoas com um potencial alto risco de infecção (inclusive bebês, idosos, pessoas imunocomprometidas/imunossuprimidas, e mulheres grávidas).
- manter boa higiene das mãos e respiratória. Usar máscara cirúrgica quando estiver em espaços compartilhados, cobrir as lesões na pele e lavar as mãos com frequência, usando água e sabão, ou usar um higienizador de mãos à base de álcool.
- limpar com frequência superfícies que são muito tocadas, tais como maçanetas de portas e interruptores de luz, usando desinfetante. Para orientações sobre como limpar e desinfetar sua casa enquanto estiver isolado, por favor, veja as [Clinical Excellence Commission Household Cleaning and Disinfection Information – Monkeypox](#) (Informações sobre Limpeza e Desinfecção de Casa da Comissão de Excelência Clínica – Varíola dos macacos).
- não compartilhar roupas pessoais, roupas de cama, toalhas, nem louças e talheres sem lavar. Se alguém tiver que tocar nestes itens, deve usar luvas e máscara cirúrgica.
- evitar contato com animais, principalmente cães e roedores (por exemplo: hamsters, gerbos, ratos e porquinhos da índia), devido ao risco de transmissão humano-animal.
- não doar sangue, células, tecidos, leite materno, sêmen nem órgãos enquanto estiver em isolamento e pelo menos durante 12 semanas após ter sido liberado do isolamento.

Se tiver qualquer preocupação sobre isto, deve conversar com sua Public Health Unit local, no número **1300 066 055**.

* Se trabalha em um ambiente de alto risco, como estabelecimentos de saúde, creches ou cuidados para idosos ou deficientes, não deve ir ao trabalho durante um período total de 21 dias.

** Se não puder evitar contato próximo com pessoas da sua casa que têm um risco maior de infecção, deve contatar sua Public Health Unit local. Eles terão que ajudá-lo a encontrar uma acomodação alternativa, onde você possa se isolar com segurança até que o período de 21 dias termine.

E se eu tiver um cuidador?

Se recebe cuidados de um cuidador, ele deve usar máscara cirúrgica, luvas, roupão descartável à prova de fluidos e proteção para os olhos enquanto estiver cuidando de você durante seu período de isolamento, para evitar a propagação da doença.

Por favor, contate sua Public Health Unit local, no número 1300 066 055, se precisar de orientações ou suporte.

Vacinação

No momento, se você foi diagnosticado com a varíola dos macacos, não precisa de vacinação. Pesquisas anteriores com casos infectados com vírus semelhantes sugerem uma imunidade de longo prazo após a infecção; no entanto, ainda não temos um entendimento claro sobre isto com o vírus da varíola dos macacos – inclusive em relação ao nível de proteção e ao período de proteção, caso haja alguma. Portanto, é importante tomar os cuidados necessários para se proteger e evitar uma reinfecção.

Quando posso sair do isolamento?

Se você for um **caso suspeito**, deve isolar-se até receber um resultado negativo de teste de laboratório.

Se você for um **caso confirmado ou provável**, deve isolar-se e seguir as recomendações nesta folha informativa até que todas as lesões tenham formado crostas, as crostas tenham caído e uma nova camada de pele tenha se formado por baixo.

O médico responsável pelos seus cuidados e os médicos de doenças infecciosas locais irão rever seu caso e seus sintomas, e avisá-lo quando poderá parar de se isolar.

O que acontece quando meu isolamento terminar?

Você deve limpar e desinfetar com cuidado sua casa quando sair do isolamento. Atenção especial deve ser dada aos itens e superfícies que estiveram em contato direto com sua pele.

O vírus da varíola dos macacos pode sobreviver em roupas de cama, toalhas, roupas pessoais e em superfícies do ambiente, inclusive superfícies de tecido, como sofás, almofadas e camas. É importante limpar e desinfetar quaisquer áreas onde você passou algum tempo durante o período infeccioso, inclusive veículos.

Recomendações sobre como limpar e desinfetar sua casa ao final do seu isolamento podem ser encontradas nas [Clinical Excellence Commission Household Cleaning and Disinfection Information – Monkeypox](#).

Não se sabe quanto tempo o vírus da varíola dos macacos continua presente no sêmen e em outros fluidos corporais. Você deve usar camisinhas/preservativos em atividades sexuais durante 12 semanas após se recuperar da varíola dos macacos. Esta é uma precaução para reduzir o risco de transmitir a infecção para parceiros sexuais.

Quando seu isolamento tiver terminado, você pode voltar ao trabalho ou à escola, e retomar suas atividades sociais.

Que suporte está disponível enquanto eu estiver em isolamento?

Ficar em casa por um período prolongado pode ser difícil, frustrante e solitário. É importante que se lembre de cuidar tanto da sua mente quanto do seu corpo, e de procurar suporte, se precisar. Mantenha contato com a família e os amigos por telefone ou mídia social.

Ajuda e suporte estão disponíveis se você precisar, ligando para:

- [ACON's support services](#) – Oferece uma série de serviços de aconselhamento gratuitos e acessíveis para adultos LGBTQ+ em NSW – (02) 9206 2000
- [QLife](#) – Um serviço de aconselhamento nacional anônimo por telefone e online fornecido por membros da comunidade LGBTQ+ – 1800 184 527
- NSW Mental Health Line – 1800 011 511
- Beyond Blue helpline – 1800 512 348
- Lifeline – 13 11 14
- O NSW Health juntou-se ao [Sonder](#) para oferecer um serviço de bem-estar pessoal gratuito, disponível para ajudar a lhe oferecer suporte. O aplicativo oferece acesso multilíngue confidencial 24/7 por bate-papo (chat) e telefone a uma série de serviços de suporte ao bem-estar e à saúde mental. Baixe o [Sonder app](#) e digite o código HERE2HELP.

Mais informações

Por favor, consulte a [NSW Health Monkeypox fact sheet](#) (Folha informativa sobre a varíola dos macacos do Departamento de Saúde de NSW) para mais informações. Você pode também ligar para sua Public Health Unit local, no número 1300 066 055.

Para ajuda gratuita em sua língua, ligue para o Serviço de Tradutores e Intérpretes, no número 13 14 50.