



# Varíola dos macacos: folha de informação para contactos de nível 2

## Introdução

Esta folha foi-lhe entregue porque teve contacto com uma pessoa com a varíola dos macacos. O risco de contrair esta infeção é muito reduzido mas, como teve contacto com uma pessoa infetada, é possível que esteja infetado(a). Para ajudar a limitar a propagação da varíola dos macacos e para proteger as outras pessoas com quem tenha contacto, é importante que comunique quaisquer sintomas que surjam nos 21 dias seguintes ao seu último contacto com a pessoa com a varíola dos macacos.

Se apresentar sintomas, deve telefonar para o NHS 111 ou para a sua [clínica de saúde sexual](#) para conselhos clínicos e uma avaliação.

## O que é a varíola dos macacos?

A varíola dos macacos é uma doença rara causada por uma infeção do vírus Monkeypox. Ocorre com mais frequência na África central e ocidental, mas tem havido um aumento recente de casos no Reino Unido, bem como em outras partes do mundo onde não tinha sido detetada antes.

A infeção entre pessoas ocorre principalmente através do contacto direto com as lesões causadas pela varíola dos macacos (incluindo durante o contacto sexual, beijos, abraços ou dar as mãos) ou contacto próximo através de partículas com o vírus Monkeypox. Mais raramente, a infeção também pode ocorrer através de objetos contaminados, como roupa, roupa de cama (lençóis e toalhas) e mobília com tecido. Os sintomas podem levar entre 5 e 21 dias a surgir, após o contacto com uma pessoa com a varíola dos macacos.

A varíola dos macacos normalmente causa uma doença ligeira que passa sem tratamento e a maior parte das pessoas recupera dentro de algumas semanas. Contudo, certas pessoas podem adoecer com gravidade, nomeadamente crianças pequenas, grávidas e pessoas com um sistema imunitário comprometido.

Uma vez que o vírus Monkeypox se encontra relacionado com o vírus que causa a varíola, as vacinas concebidas para a varíola também proporcionam alguma proteção

contra a varíola dos macacos. Por conseguinte, estas vacinas podem ser administradas a pessoas que tenham tido contacto próximo com uma pessoa com a varíola dos macacos, para prevenir ou reduzir a gravidade da infeção.

## Que medidas devo tomar?

As seguintes medidas são importantes para a sua saúde e segurança, bem como a da sua família ou de qualquer outra pessoa com quem tenha contacto, mesmo que tenham um baixo nível de risco. Estas medidas vão garantir que, caso tenha a varíola dos macacos, isso será identificado rapidamente e ajudará a reduzir a propagação da infeção aos outros.

Deve cumprir as seguintes medidas durante 21 dias a contar do seu último contacto com a pessoa infetada com a varíola dos macacos:

- contactar o NHS 111 ou a sua [clínica de saúde sexual](#) se tiver febre ou qualquer um dos sintomas indicados abaixo
- não tenha contacto sexual ou íntimo, nem outras atividades que envolvam contacto pele a pele com as outras pessoas
- as viagens internacionais são desaconselhadas Deve estar ciente de que o seu seguro de viagem poderá não ser válido se tiver sido aconselhado(a) a não viajar durante este período
- se necessitar de cuidados de saúde ou dentários, fale com os funcionários do seu centro de saúde ou dentista sobre isso antes de se deslocar lá em pessoa. Informe-os de que teve contacto com uma pessoa com a varíola dos macacos

Poderá ser-lhe oferecida a vacina da varíola numa clínica para ajudar a prevenir ou reduzir a gravidade da infeção.

## Quais os sintomas a que devo estar atento(a)?

A doença começa frequentemente com:

- febre
- dores de cabeça
- dores musculares
- dores nas costas
- os gânglios linfáticos inchados
- calafrios
- exaustão

Dentro de 1 a 5 dias do início da febre, poderá surgir uma erupção cutânea, começando frequentemente no rosto, na virilha ou nas mãos e espalhando-se de seguida para outras partes do corpo. Começa com borbulhas salientes, que se transformam em pequenas bolhas cheias de líquido (lesões). Estas bolhas acabam por formar crostas que caem

posteriormente. As pessoas com a varíola dos macacos são infecciosas a partir do momento em que os sintomas surgem, até as erupções cutâneas terem formado crostas e estas terem caído, tendo-se formado uma nova camada de pele por debaixo das mesmas. Isto pode levar várias semanas.

É importante verificar regularmente se tem lesões, porque certas pessoas podem ter uma doença mais ligeira só com algumas lesões cutâneas e sem qualquer outro sintoma.

## Se adoecer dentro de 21 dias do contacto com uma pessoa com a varíola dos macacos

Se adoecer com febre acima de 38°C ou qualquer um dos sintomas indicados acima, deve telefonar para o NHS 111 ou para a sua [clínica de saúde sexual](#) para conselhos clínicos e uma avaliação, para lhe poderem marcar um teste. Deve informá-los de que teve contacto com uma pessoa com a varíola dos macacos. Não visite a clínica até ter feito uma marcação.

Deve-se isolar em casa (ver abaixo) enquanto aguarda pelos resultados da avaliação e/ou os resultados do seu teste. Se testar negativo, não terá de continuar em isolamento. Contudo, se lhe surgirem subseqüentemente mais sintomas (por exemplo, uma erupção cutânea, temperatura elevada, gânglios linfáticos inchados) dentro de 21 dias, deve-se isolar novamente e contactar o seu provedor de cuidados de saúde para fazer uma nova avaliação.

Se testar negativo à varíola dos macacos e os seus sintomas não desaparecerem, deve contactar o seu médico de família (GP) ou o NHS 111, porque os seus sintomas poderão ter outra causa.

É importante que comunique quaisquer sintomas dentro de 21 dias, mesmo que sejam ligeiros, e especialmente quaisquer sinais de uma erupção cutânea (mesmo que sejam só uma ou duas borbulhas). As pessoas com varíola dos macacos podem ser infecciosas para os outros assim que os sintomas surgem, por isso é importante comunicar qualquer sintoma ao seu profissional de saúde, para poder ser avaliado(a) rápida e adequadamente e o risco de contágio da varíola dos macacos à sua família e amigos poderá ser reduzido .

Poderá ter-lhe sido oferecida a vacina da varíola, para prevenir ou reduzir a gravidade da infeção. Contudo, a vacina não é 100% eficaz e poderá mesmo assim vir a ter sintomas (embora, provavelmente, mais ligeiros). Deve continuar a comunicar quaisquer sintomas que lhe surjam, mesmo que ligeiros, ao seu profissional de saúde, porque continua a poder transmitir a varíola dos macacos aos outros.

O tratamento para a varíola dos macacos destina-se, principalmente, a aliviar os sintomas. Normalmente, a doença é ligeira e a maior parte das pessoas com varíola dos macacos recupera dentro de algumas semanas sem tratamento.

## Como se deve isolar em segurança

Se desenvolver sintomas da varíola dos macacos, siga as recomendações abaixo enquanto aguarda pelo resultado da sua avaliação ou teste:

- deve-se isolar em casa. Isto significa não ir trabalhar, à escola, a áreas públicas ou a quaisquer encontros sociais. Poderá ter direito a [apoio financeiro](#) se não puder trabalhar
- deve limitar o contacto com os outros no seu agregado e dormir num quarto separado, se possível
- deve evitar o contacto íntimo ou sexual com terceiros
- é especialmente importante que evite o contacto próximo com crianças pequenas, grávidas e pessoas imunocomprometidas, porque poderão ter um nível de risco mais elevado de adoecer com gravidade
- não partilhe objetos como roupa de cama, toalhas, panos de banho, escovas dos dentes ou lâminas de barbear
- não partilhe comida e bebida e copos, talheres e louça
- não convide pessoas ou receba visitas sociais, tais como amigos e família, para o(a) visitar em sua casa
- só deve sair de casa para propósitos essenciais, como emergências, consultas médicas de emergência ou problemas de saúde e bem-estar urgentes
- quaisquer tratamentos médicos ou dentários que não sejam essenciais devem ser adiados. Deve discutir qualquer tratamento que seja necessário com o seu profissional de saúde

Se necessitar de viajar para um propósito essencial, deverá caminhar, ir de bicicleta ou conduzir você mesmo. Se isso não for possível, poderá ser levado de carro por um membro do seu agregado (desde que esse membro não esteja grávida nem esteja imunocomprometido) e deve usar uma máscara cirúrgica bem colocada sobre o rosto ou uma cobertura facial com duas camadas dentro do carro. Se não tiver o seu transporte privado, pode utilizar os transportes públicos, mas deve evitar os períodos com muito movimento, cobrir eventuais lesões com roupa (por exemplo, lenços ou pensos) e utilizar uma cobertura facial.

Se for diagnosticado(a) com uma infeção de varíola dos macacos, será aconselhado(a) a seguir as [orientações para as pessoas infetadas em isolamento domiciliar](#).

## Mais informações sobre a varíola dos macacos

Página Web da UKHSA: <https://www.gov.uk/guidance/monkeypox>

Folha informativa na OMS: <http://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/monkeypox>