# Dia Mundial de Luta Contra as Hepatites Virais: medidas simples podem te proteger

**Date :** 28-07-2014

A hepatite é uma inflamação grave do fígado, podendo ser causada por vírus, uso de alguns remédios, álcool e outras drogas, além de doenças autoimunes, metabólicas e genéticas. No Brasil, as hepatites virais mais comuns são as causadas pelos vírus A, B e C. Existem, ainda, os vírus D e E, esse último mais frequente na África e na Ásia.

Por ser uma doença muitas vezes silenciosa, milhões de pessoas só percebem que têm algum tipo de hepatite quando ela começa a se manifestar de forma mais grave, como uma cirrose ou câncer de fígado. E neste 28 de julho, Dia Mundial de Luta Contra as Hepatites Virais, a Prefeitura de Vitória da Conquista relacionou algumas dicas simples que podem proteger manicures/pedicures, depiladoras e clientes contra o vírus*. Confira:

- Lave bem as mãos com água e sabão líquido, antes e depois de atender cada cliente;
- Use luvas descartáveis para cada cliente. Use-as apenas uma vez e troque-as ao terminar o atendimento;
- Use materiais descartáveis: lixa para unhas e pés, palitos, protetores de plástico para cubas e bacias. Despreze os materiais descartáveis em recipientes resistentes à perfuração e com tampa;
- Use toalhas individuais para cada cliente. As toalhas descartáveis devem ser desprezadas após o uso. As de tecido devem ser lavadas e embaladas em saco plástico individual e guardadas em local limpo, seco e arejado até serem usadas novamente. Retire a toalha da embalagem plástica na frente do cliente;
- Esterilize seus instrumentos em autoclaves ou estufas: a esterilização é o processo que elimina todos os tipos de vírus, bactérias e fungos;
- Utilizando uma luva de borracha, lave bacias e cubas com água e sabão líquido ou detergente após o término do atendimento de cada cliente;
- Mantenha os móveis limpos. A desinfecção do mobiliário deve ser feita com álcool 70%, após o atendimento de cada cliente;
- O ideal é que cada pessoa tenha seu kit. Estimule os clientes a levarem seus próprios instrumentos;
- Na depilação, para evitar a contaminação com sangue ou secreções, devem-se utilizar espátulas descartáveis, separar a cera em outro recipiente e, ao fim, jogar tudo no lixo;
- No ato de desencravar os pelos ou retirar as sobrancelhas, recomenda-se que a pinça seja esterilizada, ou seja, do próprio cliente.

** Com informações do site www.aids.gov.br*