

Dicas de saúde pública sobre varíola símia para profissionais do sexo

30 de setembro de 2022

Visão geral

Um surto de varíola símia (monkeypox), uma doença infecciosa viral, está sendo registrado atualmente em países onde a doença não havia sido detectada antes. O risco de varíola símia não se limita a uma comunidade ou lugar. Qualquer pessoa que tenha contato próximo com uma pessoa contagiosa corre risco.

De modo geral, os surtos de varíola símia nos países recém-afetados foram identificados em comunidades de gays, bissexuais e outros homens que fazem sexo com homens e que tiveram contato sexual recente com um novo parceiro ou parceiros. Comunidades de pessoas trans e com diversidade de gênero associadas às mesmas redes sexuais também foram afetadas.

Sabemos que este surto é preocupante, principalmente para pessoas que não estão bem, seus parceiros, famílias e comunidades e pessoas cujo trabalho requer contato próximo com outros, como homens, mulheres e transgêneros profissionais do sexo. Muitos profissionais do sexo terão dificuldades financeiras se não puderem trabalhar, seja para evitar o contato próximo com clientes infectados pela varíola símia ou durante o autoisolamento devido a suspeita ou confirmação de varíola símia. Esse problema deve ser particularmente grave se não houver proteção social nem apoio financeiro disponível do governo em seu ambiente.

Algumas organizações lideradas por profissionais do sexo criaram esquemas de ajuda mútua durante a pandemia de COVID 19. Esquemas similares podem ser possíveis em seu país caso as organizações estejam começando a desenvolver fundos de resposta de emergência para crises emergentes de saúde que impeçam os profissionais do sexo de obter renda. Identificar, estabelecer e divulgar esses esquemas é essencial para criar um ambiente no qual os profissionais do sexo consigam se proteger e proteger os outros contra a transmissão.

Como utilizar este documento

Este documento, direcionado a profissionais do sexo de todos os gêneros, inclui dicas de saúde pública sobre como se proteger e proteger os outros contra a varíola símia. Ele foi elaborado para ser utilizado por profissionais do sexo, organizações lideradas por profissionais do sexo, líderes comunitários, ativistas, prestadores de serviços de saúde (principalmente profissionais que prestam serviços de saúde sexual) e organizações que trabalham para promover a saúde dos profissionais do sexo.

As informações contidas neste documento podem ser usadas como base para conversas formais e informais na comunidade, sessões informativas ou produção de informações comunitárias com o objetivo de comunicar para os profissionais do sexo formas de se proteger e proteger os outros. As informações incluídas aqui podem e devem ser adaptadas ao contexto e ao ambiente de trabalho sexual locais, a depender das necessidades da comunidade.

EM RESUMO

Pontos importantes sobre a varíola símia

A varíola símia é causada por um vírus. Os sintomas podem incluir erupção cutânea, febre ou dores no corpo, entre outros.



A varíola símia pode se espalhar por meio de toque, beijo e sexo oral, vaginal e anal.



Para se proteger e proteger os outros:

Conheça os sintomas e faça um autoexame regular

Tenha conversas abertas com contatos próximos, caso seja seguro fazê-lo

Evite contato próximo com alguém que esteja com a doença

Procure orientações de saúde e faça um teste se tiver sido exposto(a) ou se tiver sintomas

Sempre que possível, isole-se se estiver com a varíola símia

Tome a vacina se ela estiver disponível para você



Contrair a varíola símia ou ser exposto(a) a ela não é motivo de vergonha.

Qualquer pessoa pode contrair a varíola símia.

Vamos nos cuidar para juntos nos livrarmos da varíola símia.



INFORMAÇÕES DETALHADAS

O que você precisa saber sobre a varíola símia

O atual surto de varíola símia está afetando principalmente comunidades de gays, bissexuais e homens que fazem sexo com homens, por meio do contato sexual. Porém, qualquer pessoa que tenha contato sexual ou outro tipo de contato próximo com uma pessoa infectada pode contrair a varíola símia.

Sintomas

Se você for exposto(a) a uma pessoa que esteja com varíola símia, pode apresentar sintomas até 21 dias depois. Os sintomas mais comuns da varíola símia são:

- Gânglios inchados
- Erupção cutânea (lesões na pele)
- Febre
- Dor de cabeça
- Dores musculares
- Dor nas costas
- Falta de energia

As erupções cutâneas podem afetar o rosto, as palmas das mãos, as plantas dos pés, a virilha e a região genital e/ou anal. Também pode ocorrer na boca, na garganta, no ânus, no reto, na vagina ou nos olhos. O número de feridas pode variar de uma a vários milhares.

As complicações da varíola símia incluem infecções de pele ou pulmão (pneumonia), confusão e problemas oculares. Outras complicações incluem inflamação ou feridas dentro do reto que podem causar dor intensa (proctite) e dor ou dificuldade ao urinar.



Como a varíola símia se espalha

O vírus monkeypox se espalha por meio do contato próximo com alguém que esteja com a varíola símia, por exemplo:

- Contato pele a pele (como toque ou sexo vaginal/anal)
- Contato boca a boca (como o beijo)
- Contato boca a pele (como sexo oral ou beijo na pele)
- Contato face a face (como falar, respirar ou cantar perto de outra pessoa)
- Tocar as mesmas roupas, roupas de cama, toalhas, objetos, aparelhos eletrônicos, superfícies ou brinquedos sexuais

As pessoas com varíola símia são contagiosas até que todas as lesões tenham formado uma crosta, as crostas tenham caído e uma nova camada de pele tenha se formado por baixo, e até que todas as feridas nos olhos e no corpo (boca, garganta, olhos, ânus, reto ou vagina) tenham cicatrizado também. Isso pode demorar várias semanas. Nesse período, recomenda-se fortemente que a pessoa se isole para proteger os outros contra a infecção.



Varíola símia e HIV

Pessoas com imunodeficiência subjacente podem ter risco de doença mais grave devido à varíola símia. Pessoas que vivem com HIV, conhecem seu status, fazem tratamento e estão bem controladas podem atingir a supressão viral.

Isso significa que seu sistema imune é menos vulnerável a outras infecções do que se não estivessem fazendo o tratamento.

Há estudos em andamento para entender melhor essas questões.

Até agora, pessoas que vivem com HIV e mantêm uma vida saudável e que tiveram varíola símia durante o surto atual não relataram resultados piores de saúde que o de outras pessoas. Se você vive com HIV e suspeita estar com varíola símia, procure a orientação de um profissional de saúde de confiança.



INFORMAÇÕES DETALHADAS

Como reduzir seu risco de varíola símia

Conheça seu risco

Atualize-se sobre o risco de varíola símia na sua área. Faça um autoexame regular de sintomas. Se você tiver erupções cutâneas ou feridas novas e incomuns, deve evitar relações sexuais ou qualquer outro tipo de contato próximo com outras pessoas (caso isso seja possível) até ser examinado(a) quanto à presença de infecções sexualmente transmissíveis (IST) e varíola símia.

Lembre-se que a erupção cutânea também pode ocorrer dentro do corpo em lugares difíceis de enxergar, como a boca, a garganta, os genitais, a vagina, o ânus ou o reto.



Tenha conversas abertas

Tenha conversas abertas, livre de julgamentos, com contatos próximos, parceiros e clientes. Se isso for seguro, apropriado e possível, troque informações de contato para que vocês possam se informar caso alguém apresente sintomas, mesmo que não tenham planos de voltar a se encontrar.



Evite o contato próximo

Caso possível, evitar o contato próximo com familiares, amigos, colegas de casa, parceiros ou clientes que tenham confirmação ou suspeita de varíola símia pode reduzir o seu risco de forma efetiva. Se um cliente tiver sintomas que poderiam ser de varíola símia, tente esperar até que ele receba o resultado de um teste antes de fazer sexo.



Faça a limpeza regularmente

Limpe as mãos regularmente com água e sabão ou desinfetante para as mãos à base de álcool. Lave roupas, roupas de cama, toalhas, objetos e superfícies com mais frequência que o habitual. Por exemplo, troque toalhas e lençóis entre clientes, se possível.

Use detergente e água acima de 60 graus Celsius. Limpe objetos, superfícies, brinquedos sexuais e aparelhos eletrônicos com mais frequência que o habitual, com água e sabão e desinfetante doméstico.



Pense em estratégias de redução de danos

Uma maneira de reduzir seu risco de varíola símia é considerar reduzir o número de parceiros sexuais, se isso for realista para você.

Atualmente, não sabemos se a varíola símia pode se espalhar por meio do sêmen, das secreções vaginais ou de outros fluidos corporais. É muito provável que o uso de um preservativo reduza seu risco ou o grau de exposição durante o sexo e ajude a proteger você e os outros contra várias outras IST. Os preservativos podem não proteger você contra a varíola símia durante o contato pele a pele, boca a pele ou boca a boca.

O uso de preservativos por até 12 semanas após uma pessoa ter se recuperado da infecção por varíola símia também ajuda a prevenir a transmissão para outras pessoas durante qualquer forma de sexo. Cobrir a pele com roupas também pode reduzir o risco ao limitar o contato pele a pele.



Se possível, vacine-se

Se a vacina estiver disponível, a OMS recomenda que pessoas com múltiplos parceiros sexuais sejam vacinadas contra a varíola símia. Isso propicia um nível extra de proteção, além das outras medidas listadas aqui. Lembre-se que as vacinas levam várias semanas para surtir efeito e que nenhuma vacina oferece 100% de proteção. É possível que você passe o vírus para outras pessoas mesmo depois de tomar a vacina.



INFORMAÇÕES DETALHADAS

O que fazer em caso de suspeita ou confirmação de varíola símia

Contrair a varíola símia ou ser exposto(a) a ela não é motivo de vergonha. Qualquer pessoa pode contrair a varíola símia. Estereotipar, estigmatizar, culpar ou humilhar uma pessoa por causa de uma doença nunca é aceitável. O estigma torna mais difícil acabar com os surtos e pode impedir as pessoas de acessar serviços. Não deixe que o medo do julgamento impeça você de buscar atendimento de saúde de confiança e o apoio social do qual precisa se tiver possíveis sintomas de varíola símia.

Procure orientações e faça um teste

Se você tiver sintomas ou tiver tido contato próximo com alguém que esteja com varíola símia, entre em contato com um profissional de saúde para receber orientações, fazer um teste e receber cuidados médicos. Sempre que possível, isole-se enquanto espera pelo resultado do teste e evite o contato próximo com outras pessoas. Diga para o profissional de saúde que você acha que seus sintomas podem ser de varíola símia ou que foi exposto(a).



Como se recuperar da varíola símia

Se o teste for positivo para varíola símia, você precisará se isolar dos outros até que as erupções cutâneas tenham formado crostas, as crostas tenham caído e uma nova camada de pele tenha crescido por baixo. Isso ajudará a proteger as outras pessoas contra a infecção.

Seu prestador de serviços de saúde lhe dará orientações de tratamento e dirá se você deve se recuperar em casa ou no hospital. Mantenha o corpo hidratado, alimente-se bem e durma o suficiente. Use medicamentos para dor e febre, se necessário. Cuide das erupções cutâneas: evite coçar, mantenha as lesões secas e descobertas, limpe as erupções cutâneas com água esterilizada/antisséptico. enxágue as lesões da boca com água salgada, tome banho morno com bicarbonato de sódio/sal amargo (sal de Epsom) e use paracetamol para controlar a dor, se necessário.



Mantenha contato com um profissional de saúde e procure orientação imediata se a erupção cutânea se tornar mais dolorosa, mostrar sinais de estar infectada (como febre, vermelhidão ou pus), se sua febre, náusea ou vômito piorar, se você não conseguir comer ou beber, se tiver dificuldade para respirar ou se sentir tontura ou confusão mental.

Comunicação com contatos recentes

Se você teve contato próximo (incluindo sexo) com qualquer pessoa nos últimos 21 dias, considere compartilhar seu diagnóstico com essas pessoas para que elas possam prestar atenção aos sintomas e fazer o teste, se possível. É possível que os profissionais de saúde possam ajudar você a informar seus contatos anteriores de forma anônima caso não se julgue capaz de fazê-lo.



Como proteger as outras pessoas

Se você estiver com varíola símia, precisa se isolar até não estar mais contagioso(a). O profissional de saúde ajudará a decidir se você deve buscar atendimento no hospital ou tratar-se em casa. Isso vai depender da gravidade dos seus sintomas, da existência de fatores de risco que coloquem você em risco de sintomas mais graves e da sua capacidade de minimizar o risco de infecção de qualquer pessoa que more com você.

Se estiver se isolando em casa, proteja as outras pessoas que moram com você:

- Isole-se em um quarto separado
- Use um banheiro separado ou limpe-o após cada uso
- Limpe as superfícies tocadas com frequência com água e sabão e desinfetante doméstico e evite varrer/passar aspirador
- Use utensílios, toalhas, objetos, aparelhos eletrônicos e roupa de cama separados
- Lave suas próprias roupas e coloque-as em um saco plástico antes de levá-las até a máquina de lavar
- Abra janelas pela casa toda para manter o espaço bem arejado



Caso seja inevitável compartilhar o quarto com outra pessoa, evite o toque, limpe as mãos com frequência, cubra as erupções cutâneas com roupas ou curativos, use máscaras cirúrgicas bem-ajustadas e abra as janelas.

Como evitar e combater o estigma e a discriminação

Estar com varíola símia ou conhecer alguém com essa doença pode ser penoso. Se uma pessoa da sua comunidade revelar para você que está com varíola símia, reaja sem fazer juízo de valor nem suposições sobre como essa pessoa contraiu a infecção. Respeite a vontade dela de compartilhar ou não o diagnóstico da doença com outras pessoas.

Faça todo o possível para ajudar pessoas que estejam em isolamento – isso pode incluir fazer compras para elas e perguntar regularmente como estão, por exemplo. Felizmente, a maioria das pessoas se recupera totalmente em até três semanas após serem infectadas. Dar espaço para que as pessoas possam falar sobre suas preocupações e dizer como estão se sentindo também pode ajudar. Incentive-as a cuidar da saúde mental, comer bem, manter o corpo hidratado e fazer exercício, se possível.

