



DOENÇAS MAIS COMUNS NO CARNAVAL: O QUE O FOLIÃO PODE FAZER PARA SE PREVENIR

Especialistas em saúde dão dicas para quem quer curtir a folia sem se preocupar com o dia seguinte. Intoxicação alimentar, doença do beijo, leptospirose e ISTs são as ocorrências mais comuns durante o período.

Carnaval é sinônimo de diversão, descanso e muita festa. Em Belo Horizonte e região, os blocos de rua têm conquistado o público, arrastando multidões e feito gente de todas as idades cair na folia. Para ter energia e disposição para curtir o feriado, contudo, são necessários alguns cuidados que visam manter a saúde e o bem-estar dos foliões.

Não existe uma doença específica que se manifesta no período de Carnaval. No entanto, algumas patologias possuem maior propensão de surgirem nessa época devido a alguns hábitos comuns. A aglomeração de pessoas, o calor e a pouca preocupação com a higiene e com o sexo seguro são fatores que podem contribuir para a propagação de doenças causadas por vírus e bactérias. Entre esse grupo de patologias, estão a mononucleose, popularmente conhecida como “doença do beijo”, as intoxicações alimentares, a leptospirose e as ISTs (Infecções Sexualmente Transmissíveis).

INTOXICAÇÃO ALIMENTAR: Do grupo acima, a ocorrência mais comum é a intoxicação alimentar causada, na maioria das vezes, pela má higienização e conservação dos alimentos. De acordo com o coordenador de microbiologia do Laboratório Lustosa, Hyllo Baeta, é importante ficar atento a alguns detalhes. “Muitos problemas podem ser evitados se tomados alguns cuidados, principalmente com a manipulação e a ingestão de bebidas e alimentos”, disse.

O farmacêutico bioquímico recomenda que os foliões consumam apenas água tratada (com lacre) e não usem gelo de procedência desconhecida, além de evitarem o consumo de alimentos crus ou exóticos. “Dê sempre preferência às opções cozidas, assadas ou fritas, especialmente aquelas preparadas na hora. O consumo de frutas e verduras danificadas também deve ser evitado, pois a casca funciona como uma barreira natural e protege esses alimentos de contaminação”, afirma.

MONONUCLEOSE, A DOENÇA DO BEIJO: Diferente das intoxicações alimentares, que costumam apresentar os sintomas em curto espaço de tempo após a contaminação, há outras doenças que podem levar um tempo maior para manifestar. É o caso da mononucleose, popularmente conhecida como “doença do beijo”.

Segundo a médica patologista clínica e diretora técnica do Laboratório Lustosa, Luisane Vieira, os sintomas podem surgir até dois meses após o contágio. “O período de incubação é de quatro a dez semanas após o contato com um indivíduo infectado. Ou seja, quem se infectar no Carnaval vai saber por volta da Semana Santa ou até depois”, disse.

Além disso, os próprios sintomas da doença podem contribuir para o diagnóstico incorreto. “A mononucleose é uma virose aguda, febril, mas o quadro clínico é inespecífico, quer dizer, se parece com o de outras viroses, inclusive uma gripe”, explica Luisane. Os sintomas mais comuns incluem fadiga, febre, dor de garganta (faringite e amigdalite) e ínguas inchadas no pescoço ou em outras partes do corpo. Em casos mais graves, podem ocorrer erupções cutâneas e, mais raramente, dificuldade para respirar (principalmente em crianças pequenas), dor no lado esquerdo da barriga e até mesmo sintomas neurológicos.

Ainda de acordo com Luisane, a única forma de prevenção é evitando o contato íntimo com pessoas que estejam com o vírus e tomando cuidado com tosse, espirros e talheres. “A transmissão é mais eficaz quando a pessoa está doente e com febre, mas é pouco provável que queira estar pulando Carnaval, e só 5% dos casos são transmitidos nessa fase aguda. Mas há relatos de vírus na saliva por até seis meses, ainda que em pequenas quantidades, em pessoas sem sintomas. Daí decorre o maior número de casos”, disse a médica destacando que a probabilidade de se contrair a mononucleose no Carnaval está diretamente ligada ao número de pessoas beijadas. “Logicamente, quanto mais lábios forem tocados, maior a chance de entrar em contato com alguém que tenha o vírus. Então, cabe a cada pessoa decidir se o risco vale a pena”, conclui.

LEPTOSPIROSE: Devido ao período chuvoso, outro cuidado que deve ser tomado é com a leptospirose, doença infecciosa causada por uma bactéria chamada leptospira, presente na urina de ratos e de outros animais. “A maneira de armazenagem e o caminho que as latinhas de cerveja ou refrigerante fazem até o ponto de venda, são, muitas vezes, desconhecidos pelo consumidor. A contaminação pode ocorrer em qualquer parte desse percurso. Além disso, para refrigerar as latas, o método mais adotado pelos ambulantes é o uso das caixas térmicas com gelo, que também podem ter sido contaminadas por roedores ou outros animais”, alerta o gerente técnico do Laboratório Lustosa, Adriano Basques.

Além de evitar o consumo de bebidas diretamente das latinhas, os foliões também devem ter cuidado com os pés. “Muitas vezes, o número de pessoas é tão grande que não dá para enxergar o chão, o que aumenta o risco de acidentes. Você pode não ver objetos cortantes, como bueiros, grades ou vidro, que podem causar um ferimento significativo. Em contato com uma área contaminada, que pode ser o próprio chão ou asfalto, ou até mesmo a enxurrada causada por uma chuva, o risco da entrada de bactérias aumenta”, frisa Basques.

Para reduzir drasticamente o risco de contágio, outras medidas preventivas simples podem ser adotadas. “Use copos descartáveis ou, se puder, leve um recipiente de casa. É mais seguro também utilizar os canudos reutilizáveis. Caso não tenha recipientes em mãos, lave as latas com água e sabão sempre que for possível. Nos pés, use calçados leves e confortáveis. Evite sandálias de solado fino e não ande descalço em hipótese nenhuma”, orienta.

A leptospirose é considerada uma doença grave, podendo levar à morte. Os sintomas mais frequentes são semelhantes a outras doenças, como gripe e dengue: febre alta, dor de cabeça, dores pelo corpo (principalmente na panturrilha), vômito, diarreia e tosse. Nas formas mais graves, a pele e os olhos podem ficar amarelados (icterícia). O tratamento é basicamente com medicamentos, com a necessidade de internação hospitalar nas situações mais graves.

ISTs (DOENÇAS SEXUALMENTE TRANSMISSÍVEIS): Entre as ISTs, uma das mais preocupantes hoje em dia é a **sífilis**. A queda no uso dos preservativos, principalmente no público jovem, é apontada como a maior causa para este aumento da incidência nos últimos anos. De acordo com o Ministério da Saúde, a sífilis adquirida teve sua notificação compulsória implantada no

Brasil em 2010, tendo sua taxa de detecção aumentada de 2 casos por 100 mil habitantes naquele ano para 42,5 casos por 100 mil habitantes em 2016.

Também chamada de Lues ou, popularmente, cancro duro, a sífilis é causada pela bactéria *Treponema pallidum*. Sua principal forma de transmissão se dá pelo contato sexual desprotegido. Não existe vacina contra a sífilis e sua infecção não confere imunidade protetora, ou seja, a pessoa pode se contaminar novamente a cada vez que tiver contato com a bactéria.

Outra IST que tem tido um grande aumento no número de casos e que vem causando preocupação é o Papiloma Vírus Humano, casualmente chamado de **HPV**. De acordo com o Centro de Prevenção e Controle de Doenças dos Estados Unidos (CDC, na sigla em inglês), 10% de todos os casos de câncer em mulheres em todo o mundo estão associados ao vírus. Já nos homens, a correspondência é de cerca de 5% de todos os casos.

O HPV é um vírus causador de verrugas genitais (ou codilomas) e que está relacionado a inúmeros casos de cânceres. Podendo ser encontrado na região da vagina, ânus, pênis, bolsa escrotal e mãos. O vírus é transmitido pelo contato da pele ou mucosa com a área infectada, o que é mais frequente durante a prática do sexo, mesmo sem penetração. Como os sintomas na maioria das vezes podem nunca aparecer ou só surgir meses ou anos após a infecção, e difícil diagnosticar quando aconteceu a transmissão.

“A vacinação é recomendada para homens e mulheres a partir dos 9 anos de idade, fase em que a resposta às vacinas é muito mais alta e quando ainda não houve contato com o vírus. Mas as pessoas mais velhas e/ou que já foram infectadas também se beneficiam, uma vez que as vacinas contêm mais de um tipo de HPV em sua formulação”, enfatiza a Responsável Técnica de Vacinas do Lustosa, Marta Moura. A realização periódica de exames preventivos e o uso de preservativos também estão entre as formas de prevenção ao vírus.