Campylobacter

O que é *Campylobacter*?

Campylobacter é uma bactéria (germe) que pode infectar o intestino de pessoas e animais. A doença causada por este germe (chamada "campilobacteriose") é uma das causas mais comuns de infecção intestinal nos EUA. A maioria das pessoas infectadas com *Campylobacter* não desenvolvem problemas sérios de saúde. Entretanto, em casos raros a infecção pode se alastrar para outras partes do corpo, como, por exemplo, para o sangue.

Quais são os sintomas da campilobacteriose?

Os sintomas mais comuns são diarréia (às vezes sangrenta), dor abdominal (de barriga), cansaço, febre, náusea e vômito. Estes sintomas podem ter início de um a dez dias, mas normalmente aparecem de dois a cinco dias, após a ingestão dos germes. Em pessoas com boa saúde, os sintomas geralmente duram de um a quatro dias, às vezes mais. Se tiver algum destes sintomas, consulte um médico.

Como a bactéria *Campylobacter* é transmitida?

O germe *Campylobacter* deve ser ingerido para causar a doença. Isso costuma ocorrer quando uma pessoa ingere alimento contaminado com *Campylobacter* que não tenha sido bem cozido ou pasteurizado (tratado para matar germes). Também pode ocorrer quando se bebe água contaminada. A bactéria *Campylobacter* é encontrada nas fezes de pessoas infectadas. A campilobacteriose pode ser transmitida de uma pessoa para outra se alguém infectado preparar alimentos para outras pessoas sem antes lavar bem as mãos após ir ao banheiro. A infecção às vezes se espalha em creches (*day care*) e outras instituições, porque crianças pequenas e adultos deficientes nem sempre conseguem lavar bem as mãos. As pessoas também podem infectar-se através de animais de estimação, especialmente filhotes de cães e gatos.

Quais são os tipos de alimentos com maior probabilidade de estar contaminados?

A bactéria *Campylobacter* costuma ser encontrada em produtos alimentícios crus de origem animal, tais como aves (frango, peru, etc.) e leite não-pasteurizado. Algumas pessoas são contaminadas ao comer mariscos crus. Contudo, a pasteurização ou a cocção completa matam as bactérias e tornam esses alimentos seguros para a alimentação.

A bactéria *Campylobacter* pode ser transmitida por animais?

Sim! A bactéria Campylobacter é encontrada nas fezes de animais de fazenda ou de estimação (incluindo gado, aves, cães e gatos), quer eles estejam sadios ou doentes. As bactérias também são encontradas em várias espécies de animais silvestres. Portanto, é preciso lavar bem as mãos com água e sabão após tocar em animais ou suas fezes.

Como a campilobacteriose é diagnosticada e tratada?

O médico, enfermeira ou centro de saúde deve enviar uma amostra de suas fezes para o laboratório. Em seguida, o laboratório faz a cultura de germes e os testa para ver se alguns dos germes são Campylobacter. Este teste leva vários dias para ser feito. A maioria das pessoas melhora sem nenhum tratamento, mas algumas podem ficar muito doentes. Se achar que você ou alguém da sua família contraiu esta doença, consulte um médico ou dirija-se a um centro de saúde assim que puder. As pessoas que ficam muito doentes por mais tempo do que o costume, ou cujas condições de trabalho ou

moradia sejam propícias a transmitir a infecção para outras pessoas, são geralmente tratadas com antibióticos.

Como é possível evitar a campilobacteriose?

As duas coisas mais importantes a lembrar são que o germe só consegue adoecer a pessoa se for ingerido, e que cozinhar bem os alimentos mata o germe. Tenha muito cuidado ao usar produtos alimentícios de origem animal. Siga os conselhos apresentados abaixo. Se adotá-los como hábito, poderá evitar a campilobacteriose e outras doenças.

- Lave sempre as mãos **muito bem** com água e sabão antes de comer, antes de preparar alimentos, após ir ao banheiro, após trocar fraldas, e após tocar em animais de estimação ou limpar a sujeira deles.
- Cozinhe bem todo alimento de origem animal, especialmente aves. Se a carne ou a ave ainda estiver rosa no centro, ela não está inteiramente cozida.
- Use apenas utensílios, pratos e tábuas de cortar limpos para preparar alimentos que já estejam cozidos ou que serão ingeridos crus. Todos os utensílios usados para preparar carnes, aves ou frutos do mar crus, inclusive suas mãos e a mesa ou a bancada, devem ser lavados **muito bem** antes do contato com qualquer outro alimento.
- Não coma mariscos crus ou laticínios não-pasteurizados (como, por exemplo, queijo). Não beba leite não-pasteurizado, nem coma nada feito com leite não-pasteurizado.
- Não beba água não-tratada quando for acampar ou fazer caminhadas.
- Se estiver cuidando de alguém que tenha campilobacteriose ou diarréia, esfregue bem as mãos com água e sabão em abundância após limpar o banheiro, ajudar a pessoa a usar a privada, trocar fraldas, roupas e lençóis sujos.
- Se você ou seu filho tiver diarréia persistente (com ou sem febre) ou se a diarréia for muito forte, consulte um médico ou centro de saúde.

Existem regras de saúde para pessoas com campilobacteriose?

Sim. Como a campilobacteriose é uma doença que pode ser transmitida facilmente para outras pessoas, os profissionais da saúde são obrigados por lei a relatar casos de campilobacteriose para a secretaria local da saúde.

Para proteger a população, os funcionários que trabalham no ramo alimentício e que contraírem a campilobacteriose são obrigados a se afastar do trabalho até que a diarréia desapareça, e até que o exame de laboratório realizado em uma amostra de fezes demonstre que os germes *Campylobacter* desapareceram das fezes. Os funcionários do ramo alimentício que estiverem com diarréia e que convivem com pessoas infectadas por campilobacteriose devem também comprovar ausência dos germes *Campylobacter* em suas fezes. O ramo alimentício inclui restaurantes, lanchonetes, cozinhas hospitalares, supermercados e fábricas de processamento de laticínios ou de alimentos. Esta regra aplica-se também a funcionários de escolas, programas domiciliares, creches (*day care*) e clínicas que fornecem alimentação, tratamento bucal e remédios a clientes.

Onde você pode obter mais informações?

- Com os médicos, enfermeiros ou clínicas que o atendem.
- Visitando a página dos Centers for Disease Control and Prevention (CDC): http://www.cdc.gov/nczved/divisions/dfbmd/diseases/campylobacter/
- Na secretaria local da saúde (Board of Health), listada no catálogo telefônico sob o item governo ("government").
- Na Divisão de Epidemiologia e Imunização (Division of Epidemiology and Immunization) do Departamento de Saúde Pública de Massachusetts (MDPH - Massachusetts Department of Public Health), pelo telefone (617) 983-6800.