

Prevenção para hepatites A e E:

Lavar as mãos (incluindo após o uso do sanitário, trocar fraldas e antes do preparo de alimentos);

Lavar com água tratada, clorada ou fervida, os alimentos que são consumidos crus, deixando-os de molho por 30 minutos;

Cozinhar bem os alimentos antes de consumi-los, principalmente mariscos, frutos do mar e peixes;

Lavar adequadamente pratos, copos, talheres e mamadeiras;

Usar instalações sanitárias;

No caso de creches, pré-escolas, lanchonetes, restaurantes e instituições fechadas, adotar medidas rigorosas de higiene, como a desinfecção de objetos, bancadas e chão. Recomenda-se o uso de hipoclorito de sódio a 2,5% ou água sanitária;

Não tomar banho ou brincar perto de valões, riachos, chafarizes, enchentes ou próximo de onde haja esgoto;

Evitar a construção de fossas próximas a poços e nascentes de rios;

Usar preservativos e higienização das mãos, genitália, períneo e região anal antes e após as relações sexuais;

Para a hepatite A, a principal medida preventiva é a vacina.

Prevenção para hepatite B e D:

A principal medida preventiva é a vacina contra a hepatite B, que está disponível no SUS para todas as faixas etárias, e ajuda a prevenir também a hepatite D (é que a hepatite D ocorre em quem está com hepatite B);

Usar preservativo em todas as relações sexuais;

Não compartilhar objetos de uso pessoal, como lâminas de barbear e depilar, escovas de dente, material de manicure e pedicure, equipamentos para uso de drogas, confecção de tatuagem e colocação de piercings.

Prevenção para hepatite C:

Não compartilhar com outras pessoas qualquer objeto que possa ter entrado em contato com sangue (seringas, agulhas, alicates, escova de dente, etc);

Usar preservativo nas relações sexuais;

Não compartilhar objetos utilizados para o uso de drogas.