



SERÁ VARICELA?

O QUE É?

- É uma das doenças transmissíveis mais comuns na infância.
- É causada pelo vírus da varicela zooster, do grupo Herpesvírus.
- É caracterizada pelo aparecimento de borbulhas que provocam comichão intensa. Normalmente os primeiros locais a serem afetados são a face e o couro cabeludo, podendo atingir todas as zonas da pele.
- O aspeto mais típico é a ponta das borbulhas terem uma pequena bolha de água transparente (vesícula com “cabeça de água”), o que ajuda a distinguir a varicela de outras situações.
- As lesões na varicela não surgem todas no primeiro dia. Vão aparecendo ao longo de dois a quatro dias, ocorrendo diferentes fases de evolução.
- Surgem pequenas manchas vermelhas (máculas) que evoluem para lesões sólidas da pele, em horas, seguindo-se, durante 2-4 dias, a formação de pequenas bolhas (vesículas) que progridem para a formação de crostas.



SINTOMAS

Podem existir os seguintes sintomas:

- febre ligeira (por vezes grave no adulto);
- dor de cabeça;
- mal-estar;
- falta de apetite;
- erupção da pele.

COMO SE TRANSMITE?

A varicela transmite-se de pessoa para pessoa:

- por contacto direto, quando alguém toca nas borbulhas ou em objetos contaminados;
- por gotículas de saliva existentes no ar da pessoa com varicela, quando espirra, tosse ou fala.

QUAL O PERÍODO DE CONTÁGIO?

O período de contágio da varicela é de 1 a 2 dias antes do aparecimento das lesões até 6 dias depois (até as lesões estarem em crosta).

QUAL O PERÍODO DE INCUBAÇÃO?

O período médio de incubação é de 14 a 16 dias após exposição a varicela, variando entre 10 a 21 dias..

CUIDADOS A TER?

- Os cuidados a ter com as crianças com varicela dependem muito do seu estado geral, são sobretudo de suporte.
- As unhas devem estar curtas e limpas.
- Vestir a criança com roupas leves.
- Privilegiar banhos de água morna à criança para ajudar a acalmar a comichão.
- Se necessário pode ser prescrito um xarope anti-histamínico ou creme para a comichão.
- Em caso de febre só deve ser administrado paracetamol adequado ao peso (o ibuprofeno está contraindicado).
- No caso de conjuntivite durante a varicela, o doente deve ser observado em Oftalmologia.
- A criança deverá ficar em casa enquanto está no período de contágio, ou seja, até todas as lesões estarem em crosta (patologia de evicção escolar decreto-lei 95).
- No mês seguinte deverá proteger-se da exposição solar para não ficar com marcas na pele.



EXISTE VACINAÇÃO?

Sim. No entanto, em Portugal a vacina da varicela não está incluída no Programa Nacional de Vacinação, mas está autorizada pelo Infarmed e disponível para prescrição médica. A vacina da varicela é recomendada em adolescentes e adultos suscetíveis.

Os grupos de risco incluem:

- mulheres não imunes antes da gravidez;
- pais de crianças jovens, não imunizados;
- adultos ou crianças que contactam habitualmente com doentes imunodeprimidos;
- indivíduos não imunes em ocupações de alto risco (trabalhadores de creches e infantários, professores, profissionais de saúde).

A varicela que surge nos vacinados é habitualmente mais ligeira e observa-se uma proteção significativa contra a sobre-infecção cutânea associada a varicela nos vacinados versus nos não vacinados.

LEMBRE-SE:

Nas crianças a doença é habitualmente benigna e auto-limitada.

Embora geralmente seja uma doença benigna, a varicela pode ter complicações.

É importante vigiar os seguintes sinais de alarme sendo aconselhável observação médica:

- febre muito alta ou que dure mais de dois dias;
- lesões nas pálpebras com olho vermelho;
- recusa alimentar;
- sonolência excessiva;
- alteração do estado de consciência;
- infeção na pele.

