



# Varicela

## PREVENIR E CUIDAR

A varicela é uma doença comum na infância. Mas causa muito incómodo e pode originar complicações mais sérias. Prevenir já é possível, vacinando!

### BOLHAS & COMICHÃO

A varicela é uma infecção benigna da infância, causada por um vírus - o *varicella-zoster*. É mais frequente no Inverno e na Primavera, afectando sobretudo crianças até aos 12 anos.

Faz-se anunciar por febre ligeira, dores de cabeça, falta de apetite e mal-estar geral. Por vezes pode existir dor de estômago.

A sua manifestação típica são pequenas manchas vermelhas na pele, como uma picada de insecto: concentradas no couro cabeludo, face e tronco ou espalhadas pelo corpo. Podem atingir a boca e garganta, orelhas e órgãos genitais.

As manchas transformam-se em bolhas cheias de líquido - vesículas - que vão secando até que se forma uma crosta. Pode haver, ao mesmo tempo, dezenas de bolhas em diferentes fases: enquanto umas secam, outras irrompem, num ciclo que pode durar uma a duas semanas, até que as crostas vão caindo, em geral sem deixar cicatrizes.

Porém, as bolhas causam muita comichão e uma vontade irresistível de coçar, que deve ser contrariada pois há o risco de ferir a pele com as unhas e abrir caminho a uma infecção bacteriana.

### CONTÁGIO FÁCIL E RÁPIDO

A varicela é altamente contagiosa, disseminando-se facilmente entre irmãos ou entre colegas de escola.

O contágio acontece ao tossir, falar ou espirrar: o vírus viaja nas partículas de saliva e rapidamente se aloja num organismo saudável, infectando-o. Pode haver contágio através do contacto directo com lesões da pele.

Uma criança doente pode contagiar outras mesmo antes de se desenvolverem os primeiros sintomas. O risco de contágio inicia-se cerca de 10 dias após contacto e mantém-se até que todas as bolhas estejam cicatrizadas. Isolar e tratar a criança doente é a melhor forma de evitar o contágio.

### ALIVIAR É POSSÍVEL...

Em geral, basta deixar a varicela seguir o seu curso, adoptando alguns cuidados como:

- Repouso
- Banhos tépidos para acalmar a comichão, podendo adicionar-se à água produtos contendo amido ou aveia
- Aplicação de produtos com calamina nas manchas e bolhas, evitando tocar nos olhos
- Quando a doença se estende à boca e garganta dê alimentos moles ou líquidos e frios (sopas, iogurtes, papas), evitando alimentos ácidos e salgados
- Manter as unhas cortadas e as mãos bem limpas, para limitar o risco de infecção se a criança se coçar.

Para o tratamento da varicela é necessário o recurso a medicamentos:

- Para baixar a febre; a **aspirina** e derivados não devem ser usados, pois podem causar doença grave nas crianças
- Para o alívio da dor, sobretudo quando há bolhas no interior dos órgãos genitais
- Para o alívio da comichão
- Nos casos mais graves o médico pode indicar um antivírico com aciclovir.

### ... MAS PODE PREVENIR!

A vacina está já disponível no nosso país. Não faz parte do Programa Nacional de Vacinação, mas pode ser tomada com prescrição médica.

- Quem deve vacinar-se? Crianças entre os 12 meses e os 12 anos (uma dose) ou a partir dos 13 se não tiverem tido varicela (duas doses, com intervalo de quatro a oito semanas)
- Quem não deve vacinar-se? Pessoas com o sistema imunitário debilitado, grávidas, doentes que tomem elevadas doses de corticosteróides, doentes com cancro e pessoas alérgicas à gelatina e/ou antibiótico neomicina.

Numa pessoa que tenha sido vacinada, se houver contágio, os sintomas são mais ligeiros: formam-se menos bolhas e a recuperação é mais rápida.

### COM A AJUDA DESTA FARMÁCIA

Não há dois casos de varicela iguais: numa criança pode passar quase despercebida, noutra pode ser uma doença grave. Mas, desde que existe vacina, não há razão para correr riscos: na sua farmácia, encontra informação e aconselhamento sobre a doença, o tratamento e prevenção.

Se tem crianças em casa ou trabalha com crianças, informe-se e proteja-as. Com a ajuda do seu farmacêutico.

[www.anf.pt](http://www.anf.pt)

UTENTE:

FARMÁCIA:

TEL.: