

# Quem Ama Cuida

## Um guia para as principais doenças infantis



## Varicela (Catapora)

É uma doença infecciosa e altamente contagiosa, causada pelo vírus Varicela-Zoster, que se manifesta com maior frequência em crianças.

Em crianças, geralmente não são graves e desaparecem com alguns cuidados simples. Em adolescentes e adultos, no geral, ela se apresenta de forma mais abundante.

Transmissão: O mais comum é a contaminação pela tosse, espirro, saliva, por objetos contaminados pelo vírus ou contato com o líquido da bolha.

Sintomas: Manchas vermelhas e bolhas no corpo, mal estar, cansaço, dor de cabeça, perda de apetite, febre baixa e coceira.



### Recomendações:

- Vacine seu filho/a contra a catapora aos 15 meses de vida;
- Evite contato direto com pessoas doentes;
- Não deixe a criança coçar as lesões para evitar infecções por bactérias;
- Não arranque as crostas que se formam quando as vesículas regridem;
- Mantenha o paciente em repouso enquanto tiver febre;
- Ofereça-lhe alimentos leves e muito líquido;
- Não use ácido acetilsalicílico (AAS) e não ofereça medicamentos sem prescrição médica.

## Mão, pé e boca

A doença mão-pé-boca é uma doença contagiosa causada por um vírus que habita normalmente o sistema digestivo e que também pode causar afta na mucosa da boca.

Embora possa acometer também os adultos, ela é mais comum na infância, antes dos cinco anos de idade. O nome da doença se deve ao fato de que as lesões aparecem mais comumente em mãos, pés e boca.

Transmissão: A transmissão acontece por meio do contato das secreções respiratórias como tosse e espirro, através das feridas das mãos e pés, e pelo contato com as fezes dos pacientes infectados.

Sintomas: Aparecimento das feridas avermelhadas com partes brancas na boca e garganta; podendo aparecer no rosto, coxa, braços e tronco.

### Recomendações:

- Evite o contato muito próximo com o paciente (como abraçar e beijar);
- o doente não pode frequentar a escola até o desaparecimento dos sintomas (5 a 7 dias após o início);
- Lave as mãos antes e depois de lidar com a criança doente, ou levá-la ao banheiro;
- Como não existe ainda vacina para a doença e sua regressão é espontânea, utilize os medicamentos prescritos somente para aliviar sintomas e em casos graves;
- Ofereça alimentos pastosos, como purês e mingaus para fácil ingestão, e bebidas geladas, como sucos naturais, chás e água para evitar desidratação.

## **Pediculose**

Pediculose da cabeça é a infestação dos cabelos pelo parasita *Pediculus humanus*, conhecido popularmente como piolho.

Transmissão: O piolho é transmitido pelo contato direto ou pelo contato indireto através do compartilhamento de bonés, escovas e pentes de cabelo ou roupas contaminadas.

Sintomas: O principal é a coceira, podendo, também, apresentar pontos avermelhados. Ela é comum no couro cabeludo, podendo chegar ao pescoço e tronco. O sinal de pediculose é a presença do próprio piolho e seus ovos (lêndeas) que ficam grudados no fio do cabelo.

Recomendações: Evitar o compartilhamento de escovas e pentes de cabelo, bonés, toalhas e roupas, bem como contato com pessoas infectadas. Lavar os cabelos com shampoos e loções específicos para pediculose e alguns casos fazer uso de medicações orais prescritas. Remover com pente fino, um por um, pois só as medicações não são eficazes contra os ovos do parasita.

### **Não compartilhar!**



## **Alergias respiratórias**

Reações exageradas do sistema imunológico quando é exposto a determinadas substâncias externas que afetam o sistema respiratório.

Transmissão: Baixa umidade do ar, variações de temperatura, excesso de poeira e ácaro nos ambientes são os fatores que contribuem para o desenvolvimento das alergias respiratórias.

Sintomas: Nariz escorrendo, espirros, olhos lacrimejando e coçando, dor de cabeça e em alguns casos, dificuldade para respirar.

Algumas das doenças respiratórias: Asma, bronquite alérgica, sinusite, rinite.

Recomendações: Manter os ambientes arejados e beber bastante água, em dias mais secos manter os ambientes úmidos com o uso de umidificadores ou baldes com água.

O tratamento é diferente para cada caso alérgico, o médico especialista alergista deve diagnosticar e oferecer um tratamento que melhore a qualidade de vida do paciente e as crises.

### **Providenciar!**



## **Gastroenterite**

É uma inflamação que acontece no sistema digestivo, desde o estômago até o intestino muito comum entre as crianças, ela é muito contagiosa geralmente causada por um vírus, bactéria ou vermes.

Transmissão: Pode ser passada por espirro, cuspe ou de forma fecal-oral, ou seja, o vírus que está nas fezes de uma pessoa infectada é levado à boca de outra pessoa.

Sintomas: A criança pode ter vômitos, diarreia, cólicas abdominais, febre e falta de apetite que pode levar à desidratação. Os sintomas e saber por onde a criança passou e o que comeu, ajudam o médico a confirmar o diagnóstico.

Recomendações: Procure uma unidade de saúde para se vacinar contra o rotavírus a partir dos 2 meses. Lave as mãos e incentive as crianças a reproduzir o mesmo hábito de forma regular principalmente antes de se alimentar e após lidar com animais de estimação. Ofereça uma dieta com alimentos leves e de fácil digestão, além da ingestão de bastante líquidos. Use os medicamentos necessários caso forem prescritos.

### **Produção**

Ana Luiza Sardenberg Louzada, Beatriz Soares da Luz, Danielle Christina Desimone Acha, João Pedro Teixeira Marcos, Larissa Proença Prieto, Renata dos Santos D'Anuniação.