



Doença da mão-pé-boca (DMPB)

O que é a doença da mão-pé-boca?

A doença da mão-pé-boca (DMPB) é causada por um grupo de vírus chamado enterovírus. Essa doença é mais comum em crianças com menos de 5 anos de idade, mas às vezes pode manifestar-se em adultos.

Quais são os sintomas da DMPB?

Geralmente demora de 3 a 6 dias para uma pessoa ter os sintomas de que foi infectada. Dentre os sinais e sintomas da DMPB estão:

- Febre
- Falta de apetite
- Dor de garganta
- Dor de cabeça
- Pequenas úlceras dolorosas dentro da boca, na língua, na parte interna das bochechas e gengivas (duram de 4 a 6 dias)
- Erupção ou vesículas (bolhas) na palma das mãos, dedos e na sola dos pés durante 7 a 10 dias
- As bolhas também podem aparecer nos joelhos, nos cotovelos, nas nádegas ou na região genital

Algumas pessoas podem não ter nenhum sintoma da doença, e somente sentir dor na boca ou ter uma erupção de pele. As crianças podem ficar desidratadas se tiverem dificuldade para tomar líquidos por causa das lesões dolorosas na boca.

Como as pessoas pegam a DMPB?

A DMPB pode estar presente nas fezes, nariz (muco) e garganta (cuspo, escarro) de uma pessoa infectada. Você pode pegar direta ou indiretamente, se:

- Aspirar ar contaminado com o vírus quando uma pessoa infectada espirrar ou tossir perto de você
- Tocar nas fezes de uma pessoa infectada (por ex. ao trocar uma fralda)
- Tocar no nariz (muco) e garganta (cuspo, escarro) de uma pessoa infectada e depois tocar no seus olhos, nariz ou boca
- Tocar em objetos tais como brinquedos e maçanetas de portas contaminados pelo vírus

A fase de contágio pelas pessoas infectadas é maior durante a primeira semana da doença, mas o vírus pode ficar no organismo durante várias semanas após a pessoa não ter mais sintomas. Isso significa que as pessoas infectadas ainda podem transmitir a infecção para terceiros mesmo que pareçam estar bem.

Como a DMPB é diagnosticada?

Um profissional de saúde pode diagnosticar a DMPB pelo exame das bolhas no corpo e as lesões na boca de uma pessoa com febre. Embora há exames de laboratório disponíveis, raramente são utilizados.

De que forma a DMPB é tratada?

Não há tratamento para a DMPB, mas tomar medicamentos que não precisam de receita médica pode aliviar alguns sintomas. (Crianças não devem tomar aspirina.)

- É importante estar hidratado; dê líquidos frios para a criança
- Evite alimentos apimentados ou ácidos e bebidas ácidas, pois podem fazer as lesões da boca doer mais

Como posso evitar a DMPB?

Não existe uma vacina contra a DMPB, mas você pode diminuir o risco de infecção:

- Lave as mãos com água e sabão, principalmente depois de usar o banheiro
- Descarte fraldas e artigos sujos com todo cuidado
- Use luvas ao aplicar loções ou tratamento nas bolhas/lesões
- Limpe e desinfete todos os brinquedos e áreas de troca de fraldas de uso comum (primeiro lave com água e sabão e depois com uma solução de água sanitária feita com uma colher de sopa de cloro com 4 copos de água)
- Evite contato (beijos, abraços, usar os mesmos copos) com pessoas infectadas

As crianças ou funcionários doentes devem deixar de ir à escola ou à creche?

As crianças que apresentam febre devem ficar em casa durante 24 horas depois que a febre passar sem ter tomado remédio para baixar a febre. Também devem ficar em casa as crianças que não estejam se sentindo bem o suficiente para participar de atividades. Adultos com febre ou que não se sintam bem o suficiente para prestar cuidados também devem ficar em casa.

