

GUIA PRÁTICO

Doenças exantemáticas



GUIA COMPLETO

Conteúdos

- 03 **INTRODUÇÃO**
- 04 **VARICELA**
- 08 **SARAMPO**
- 12 **ESCARLATINA**
- 13 **RUBÉOLA**
- 13 **ERITEMA INFECCIOSO**
- 13 **ROSÉOLA (EXANTEMA SÚBITO OU SEXTA MOLÉSTIA)**
- 13 **FEBRE DA CARRAÇA (OU FEBRE ESCARONODULAR)**
- 13 **ENTEROVIROSES**



INTRODUÇÃO

Guia de doenças exantemáticas

As doenças exantemáticas são mais prevalentes em crianças até aos dois anos de idade e manifestam-se através de manchas e erupções e, por vezes, de febre ou outros sintomas.

Estas patologias são geralmente infecciosas, podendo ser virais ou bacterianas, e devem o seu nome ao exantema, isto é, à manifestação cutânea destas doenças. É a partir do exantema que se torna possível diagnosticar qual a doença em causa.

Pode considerar-se que a infeção já existe, mesmo antes de a doença se começar a manifestar na pele. Quando esta se começa a manifestar, há que ponderar alguns aspetos, tais como, se o doente:

- Esteve com outras pessoas com reações cutâneas semelhantes;
- Esteve em contacto com plantas ou animais;
- Ingeriu medicamentos a que é alérgico;
- Tem outros sintomas como febre, tosse ou olhos vermelhos;
- Tem exantema e onde e há quanto tempo se manifesta.



VARICELA

Esta é uma doença exantemática, infecciosa e contagiosa, que costuma ocorrer no período compreendido entre o fim do inverno e o início da primavera. Por norma, é uma patologia mais comum em crianças até aos 10 anos de idade.

É causada pelo vírus Varicela Zoster, do grupo Herpesvirus, e tem como principal sintoma as vesículas (bolhas) que provocam comichão e podem surgir um pouco por todo o corpo.

SINTOMAS

Antes de aparecerem as vesículas na pele, é normal observar-se pequenas manchas vermelhas (máculas) pelo corpo. Consequentemente, há lugar a um prurido intenso e constante.

Por norma, as vesículas disseminam-se da seguinte forma: tronco, extremidades, axilas, boca, face e trato respiratório. Além das vesículas e da comichão, o doente com varicela pode também sentir:

- **Febre ligeira;**
- **Dores de cabeça e abdominais;**
- **Mal-estar;**
- **Falta de apetite.**

Em casos mais graves, pode ainda haver lugar a:

- **Sonolência;**
- **Dor de cabeça intensa;**
- **Dificuldade em andar ou em respirar;**
- **Persistência de febre alta;**
- **Vómitos;**
- **Desidratação;**
- **Diminuição da diurese.**

TRATAMENTO

Para evitar o agravamento dos sintomas, é fundamental não coçar as vesículas e beber muita água, de modo a prevenir infeções e a desidratação.

Para ajudar neste processo, são ainda recomendados banhos com água tépida e com um gel antisséptico. Além disso, para aliviar o prurido, sugere-se a colocação de cremes e de loções à base de calamina, assim como o uso de roupas leves e de algodão.

Paralelamente, o médico pode recomendar a toma de anti-histamínicos, analgésicos e antipiréticos, em caso de febre. Em alguns casos, podem estar indicados anti-víricos.

PREVENÇÃO

Para evitar o contágio por varicela, há que saber como ela é transmitida:

- **Contacto com as vesículas;**
- **Contacto com objetos contaminados;**
- **Contacto com gotículas de saliva contaminadas.**

De recordar que esta doença é contagiosa, mesmo antes das vesículas surgirem na pele, e que o período de incubação desta patologia pode ir de 10 a 21 dias.

Em casos específicos, pode aconselhar-se a toma da vacina que atenua os sintomas de varicela a:

- **Mulheres não imunes à varicela antes da gravidez;**
- **Pais de crianças não imunizados;**
- **Pessoas que costumam estar com doentes imunodeprimidos;**
- **Indivíduos não imunes em atividades consideradas de alto risco.**



SARAMPO

O sarampo é uma doença exantemática vírica, que tem como principais sintomas: manchas vermelhas na pele, febre, tosse, conjuntivite e corrimento nasal. A vacina contra esta patologia faz parte do Plano Nacional de Vacinação (PNV).

Na origem desta infeção, está um vírus com genoma RNA (paramyxovirus do grupo orbivirus). Esta é uma doença contagiosa, que se transmite através de gotículas de saliva ou aerossóis contaminados, mesmo antes de haver manchas visíveis na pele. Esta patologia é mais frequente em crianças até aos 12 meses de vida.

SINTOMAS

Após uma a duas semanas de incubação, é comum surgirem sintomas como:

- **Febre;**
- **Corrimento nasal;**
- **Conjuntivite;**
- **Tosse seca;**
- **Irritação na garganta.**

Posteriormente, podem surgir pontos brancos na boca e manchas na pele (planas, vermelhas e irregulares). Por último, aparecem as manchas vermelhas no rosto e, depois, no tronco, membros e palmas e plantas dos pés. É também comum haver febre alta, fadiga e prurido.

TRATAMENTO

Para atenuar a sintomatologia associada a esta doença, recomenda-se:

- **Repousar;**
- **Tomar banhos de água tépida;**
- **Usar loções calmantes com calamina;**
- **Tomar antipiréticos e antitússicos;**
- **Tomar suplementos de vitamina A.**

PREVENÇÃO

Para evitar esta doença, há que cumprir a vacinação contra o sarampo prevista no Plano Nacional de Vacinação. A primeira dose da vacina deve ser feita aos 12 meses, enquanto a segunda dose deve ser tomada entre os cinco e os seis anos de idade.



ESCARLATINA

A escarlatina é outra doença exantemática que, neste caso, tende a atingir crianças até aos 10 anos de idade, principalmente em estações do ano como o inverno e a primavera.

Pode ser definida como um tipo de amigdalite ou de faringite, mas que se manifesta na pele por meio de erupções cutâneas ou manchas vermelhas. Geralmente, a transmissão desta doença ocorre através do contacto com gotículas respiratórias infetadas. Importa dizer que o período de contágio desta patologia vai de 10 dias a três semanas.

SINTOMAS

São vários os sintomas compatíveis com esta doença, como é o caso de:

- **Inflamação na garganta e amígdalas avermelhadas;**
- **Dores no corpo;**
- **Febre alta;**
- **Pele avermelhada;**
- **Língua rugosa;**
- **Face avermelhada, mas pálida à volta dos olhos;**
- **Calafrios;**
- **Mal-estar geral;**
- **Vómitos e náuseas;**
- **Pequenos pontos, principalmente na base do pescoço, axilas e virilhas, tronco e zona das pregas de flexão;**
- **Rubor nas pregas cutâneas;**
- **Entre outros sintomas.**

CAUSAS

A escarlatina é provocada pelo estreptococo do grupo A (β -hemolítico), o *Streptococcus pyogenes*, uma bactéria que causa a dilatação dos vasos sanguíneos da pele.

TRATAMENTO

Perante um caso de escarlatina, o médico pode recomendar a toma de antibióticos para atenuar os sintomas e a duração da doença, assim como para prevenir a sua transmissão.

Como analgésico e antipirético, pode sugerir-se a toma de paracetamol ou de ibuprofeno. Assim que a pele descame, devem ser aplicados cremes hidratantes. Paralelamente, é benéfico beber muita água e ingerir alimentos moles.

PREVENÇÃO

Para evitar esta doença, não deve estar em contacto com indivíduos infetados. Além disso, há que adotar algumas medidas e comportamentos, tais como higienizar bem e frequentemente as mãos.



RUBÉOLA

A rubéola é uma doença exantemática, típica na infância, e que tem como sintomas principais: dores nas articulações e erupção cutânea. Na sua origem, está o rubivirus rubella vírus, o qual se transmite por meio de gotículas infetadas.

O período de incubação desta doença pode ir dos 12 aos 21 dias e o contágio pode começar mesmo antes de haver manifestação de sintomas.

SINTOMAS

O sintoma mais frequente desta doença são as manchas de tom rosa claro, lisas e regulares. Estas manchas começam por surgir na face, propagando-se depois pelo pescoço, tronco, braços e pernas.

Além deste, podem surgir outros sintomas como:

- **Dores de cabeça;**
- **Mal-estar;**
- **Corrimento nasal;**
- **Tosse;**
- **Dores musculares e articulares;**
- **Conjuntivite;**
- **Gânglios linfáticos inchados.**

TRATAMENTO

Apesar de não existir um tratamento específico para a rubéola, há fármacos capazes de atenuar os seus principais sintomas. Também é fundamental beber regularmente água.

PREVENÇÃO

Para evitar ao máximo esta doença, pode ser tomada uma vacina de prevenção, a qual é combinada com a vacina contra a parotidite e contra o sarampo, as quais já estão incluídas no Programa Nacional de Vacinação.



ERITEMA INFECIOSO

O eritema infeccioso é causado pelo parvovírus B19 e costuma atingir crianças entre os cinco e os sete anos. A transmissão ocorre por via aérea, através do contacto com gotículas ou objetos contaminados. O período de incubação desta doença vai dos 4 aos 14 dias.

SINTOMAS

Os primeiros sintomas desta doença são febre baixa e mal-estar. Posteriormente, aparece uma erupção cutânea dura e simétrica sobre a face, braços, pernas e tronco. Esta erupção tem um aspeto rendilhado, com uma zona branca ao centro. O eritema costuma durar cerca de 10 dias.

PREVENÇÃO

Para prevenir a transmissão do eritema infeccioso, recomenda-se a higienização regular das mãos e a desinfeção frequente de superfícies potencialmente contaminadas.



ROSÉOLA (EXANTEMA SÚBITO OU SEXTA MOLÉSTIA)

A roséola é uma doença exantemática, também conhecida por outros nomes, como exantema súbito ou sexta moléstia. Trata-se de uma doença infecciosa, causada por um vírus da família Togaviridae.

Esta é uma patologia particularmente prevalente em crianças entre os seis e os 36 meses e que se transmite por via aérea. O período de incubação desta doença pode ir dos 14 aos 23 dias.

SINTOMAS

Entre os sintomas mais frequentes de roséola estão:

- febre baixa;
- manchas vermelhas e planas com bolhas;
- gânglios linfáticos inchados;
- dores nas articulações.



FEBRE DA CARRAÇA (OU FEBRE ESCARONODULAR)

Esta é uma patologia mais prevalente nos meses quentes e secos e, por isso, é uma doença mais recorrente no período temporal que vai de abril a setembro.

Na origem desta febre, está uma bactéria (*Rickettsia conorii*) que, geralmente, é transmitida por um animal infetado, como pode ser o caso de cães, gatos, ratos, entre outros.

SINTOMAS

Normalmente, os sintomas associados à febre da carraça surgem cerca de uma semana após ter ocorrido a picada pela carraça infetada.

A sintomatologia mais característica desta doença é:

- Febre alta;
- Dores de cabeça e musculares;
- Vômitos e perda de apetite;
- Cansaço e prostração.

Além disso, há lugar ao aparecimento de manchas e pápulas vermelhas por todo o corpo.

TRATAMENTO

A primeira medida a adotar é tentar retirar a carraça, recorrendo a uma pinça e agarrando a carraça junto à pele. Depois, deve puxá-la de uma só vez, de modo a removê-la.

Caso já tenha sido infetado, então a terapêutica passará, necessariamente, pela toma de antibiótico.



ENTEROVIROSES

As enteroviroses estão na origem de doenças altamente infecciosas e mais prevalentes nas crianças.

Habitualmente, a transmissão destes vírus acontece devido ao consumo de alimentos e/ou água contaminados ou ao contacto com pessoas ou superfícies contaminadas. No entanto, estes vírus também podem ser transmitidos através de gotículas dispersas no ar.

SINTOMAS

Apesar de estarem na origem de patologias distintas, as enteroviroses costumam ter como principais sintomas:

- Dor de cabeça;
- Febre;
- Vômitos;
- Dor de garganta;
- Feridas na pele e na boca.



ALGUMAS DOENÇAS CAUSADAS PELAS ENTEROVIROSES

Entre as doenças exantemáticas provocadas pelas enteroviroses estão:

- **Poliomielite:** caracterizada por paralisia de membros, alteração da coordenação motora, dores nas articulações e atrofia muscular;
- **Síndrome mão-pé-boca:** caracterizada por febre, diarreia, vômitos, surgimento de bolhas nas mãos e nos pés e aftas na boca;
- **Herpangina:** caracterizada pela existência de feridas dentro e fora da boca e garganta vermelha e irritada;
- **Meningite viral:** caracterizada por febre, dores de cabeça, rigidez do pescoço e sensibilidade à luz;
- **Encefalite:** caracterizada por uma inflamação no cérebro;
- **Conjuntivite hemorrágica:** caracterizada por inflamação nos olhos e pequena hemorragia ocular.

TRATAMENTO

O tratamento deste género de infeções passa pelo alívio da sintomatologia e pelo controlo da gravidade dos sintomas, de modo a avaliar a necessidade de outras intervenções terapêuticas, nomeadamente no caso do enterovírus atingir a corrente sanguínea.

Agora que já sabe o que são doenças exantemáticas e a sua forma de transmissão, não deixe de reforçar alguns cuidados básicos de higiene, como a lavagem frequente das mãos, já que na maioria dos casos, o contágio ocorre através de gotículas e do contacto com objetos ou superfícies contaminadas.

Pela diversidade de doenças exantemáticas existentes, nunca é demais reforçar como é importante consultar um médico, de modo a obter um diagnóstico preciso e rigoroso da patologia em questão e da melhor forma de abordar a terapêutica.



FONTES

(Consultadas a 11.10.2022)

[Medicare. Varicela: como se transmite?](#)

[Medicare. Sarampo.](#)

[Medicare. Rubéola.](#)

[Medicare. Saiba tudo sobre a escarlatina.](#)

[Serviço Nacional de Saúde. Eritema infeccioso.](#)

[Serviço Nacional de Saúde. Roséola.](#)

SUGESTÕES

Contribua com sugestões de melhoria através do nosso [Formulário Online](#)

AVISO: Este Guia Prático é um espaço meramente informativo. A Medicare recomenda sempre a consulta de um profissional de saúde para diagnóstico ou tratamento, não devendo nunca este documento ser considerado substituto de diagnóstico médico.

FICHA TÉCNICA

COORDENAÇÃO EDITORIAL

Vânia Dias

AUTORA

Teresa Santos

REVISÃO DE MÉDICA CONVIDADA

Dra. Ana Torre

DESIGN

Wace Studio

DEPARTAMENTO DE MARKETING MEDICARE

Paginação e revisão das normas gráficas da marca

MEDICARE

Sede social

Rua Rodrigues Sampaio nº 103

1150-279 Lisboa

Apoio ao cliente: 219 441 113

Email: info@medicare.pt

Site: medicare.pt/mais-saude/

EDIÇÃO

Wace Studio

Novembro de 2022

A Medicare não é uma entidade prestadora de serviços de saúde sendo os mesmos prestados a nível nacional por parceiros especializados. Medicare é uma marca registada da MED&CR – Serviços de Gestão de Cartões de Saúde, Unipessoal, Lda., pessoa coletiva 513 361 715, que gere planos de saúde que disponibilizam o acesso a uma rede exclusiva de parceiros especializados na prestação de cuidados de saúde.

**TEMOS
O PLANO
CERTO
PARA SI.**

PARA MAIS INFORMAÇÕES

219 441 113

info@medicare.pt

medicare.pt