Virose mão-pé-boca: sintomas, como evitar e como tratar?

9 A 12 MESES

ARTIGO

SET 23, 2024

5MINS

Quais os sintomas da virose mão-pé-boca, os cuidados para evitá-la e também o que fazer para tratá-la. Acesse!

A **virose mão-pé-boca** é uma doença contagiosa, que atinge o sistema digestivo, causada pelo vírus Coxsackie da família dos enterovírus.

Essa enfermidade é muito comum quando o clima começa a esfriar, nas estações do

Outono e do Inverno, mas apesar de contagiosa, quando diagnosticada ainda no início, não oferece riscos à criança e desaparece espontaneamente após cerca de 10 dias.

Para te ajudar a entender melhor essa virose em bebês e crianças, preparamos um guia com as informações necessárias. Vamos falar sobre os sintomas dessa virose, como acontece a transmissão, o diagnóstico e o tratamento da doença e muito mais. Confira!

O que é a virose mão-pé-boca?

Uma **infecção viral comum**, principalmente em crianças menores de cinco anos de idade, a virose mão-pé-boca é causada pelo vírus Coxsackie. Resultando em erupções cutâneas dolorosas que aparecem nas mãos, pés e boca, a doença costuma causar desconforto e dificuldade para comer e beber.

Ainda que seja mais frequente em crianças, a doença também pode afetar adultos com sintomas semelhantes.

Essa virose é transmitida pelo contato direto com secreções respiratórias, saliva ou fluidos das lesões, favorecendo a disseminação em ambientes fechados e de convívio coletivo, como creches e escolas.

Causas da virose

Como já destacamos, a virose mão-pé-boca é uma doença viral causada pelo vírus Coxsackie, através do contato direto com indivíduos infectados, suas secreções, fezes ou objetos contaminados.

Sendo mais comum nos períodos de outono e inverno, a doença tem uma incidência maior em crianças de até cinco anos de idade, mas pode ser identificada também em adultos, com sintomas geralmente mais brandos.

Quais os sintomas?

Febre alta é um dos principais sintomas dessa virose nos bebês e, nesse caso específico, cerca de 3 a 5 dias depois começam a surgir pequenas bolinhas com líquido nos pés, mãos e boca (daí o nome dado à doença).

Com a evolução da doença, as bolhas estouram e podem causar bastante incômodo nos bebês e crianças, principalmente na região da boca - fazendo com que a criança perca o apetite.

A criança também pode apresentar mal-estar, diarreia, vômitos e gânglios aumentados. O incômodo na região bucal pode causar aumento da salivação e dificuldades para engolir.

Como manter os sintomas sob controle em casa?

Algumas dicas para controlar os sintomas da virose mão-pé-boca em casa que destacamos, incluem práticas como o foco na hidratação e alimentação.

Envolver o paciente no consumo de líquidos e alimentos pastosos, como purês e sopas, pode facilitar a ingestão, superando a dificuldade criada pelas lesões orais ao comer.

Nesse caso, a utilização de analgésicos, sob orientação médica, também pode ser um bom aliado para o desconforto.

Como acontece a transmissão?

A principal forma de transmitir a virose mão-pé-boca é a via fecal-oral e pelo contato direto entre as pessoas contaminadas.

O vírus responsável pela virose geralmente é excretado nas fezes, sendo assim, se a pessoa não realizar a higiene adequada após usar o banheiro, ela pode contaminar superfícies, alimentos e objetos.

Também acontece por meio do contato direto, quando a pessoa contaminada compartilha fluidos corporais que favorecem a transmissão da doença.

Importante destacar que, mesmo após quatro semanas depois da recuperação, o vírus pode continuar sendo eliminado pelas fezes, causando a transmissão da doença mesmo por pessoas aparentemente saudáveis e recuperadas.

Como evitar a virose mão-pé-boca?

O contágio e transmissão da doença é via oral e/ou fecal, através de secreções, como tosse e espirro.

No caso das crianças, a troca de brinquedos e até mesmo contato com as fezes pode ser o fator transmissor. Como em épocas mais frias ocorre uma maior aglomeração de crianças, há uma maior taxa de contaminação.

Para evitar a contaminação, é importante que não se tenha contato com crianças infectadas. Em caso de irmãos, o melhor é ficar de olho e evitar o contato muito próximo, incluindo abraços e beijos. Também tomar cuidado com a troca de brinquedos em parquinhos e evitar o contato direto da criança nos fraldários públicos.

Quantos dias de isolamento para mão-pé-boca?

Mesmo apresentando sintomas leves, é muito importante manter as crianças

contaminadas pela viroses isoladas do convívio social, pelo seu caráter altamente infeccioso.

A doença costuma persistir por um período de 7 a 10 dias, sendo altamente contagiosa principalmente em ambientes fechados como escolas e creches, onde a interação social é intensa.

Como é feito o diagnóstico?

Para confirmar o diagnóstico correto da virose mão-pé-boca é essencial realizar exames clínicos avaliando os sintomas, a aparência das lesões e a localização delas, acompanhando também sinais como febre, mal-estar, dor de garganta e lesões nas mãos, pés e boca.

Em casos onde é necessário detectar os anticorpos para o vírus causador da virose, a sorologia pode ser solicitada, para ajudar a confirmar a presença da infecção.

O exame de fezes também pode ajudar a identificar a presença do vírus em casos mais complexos.

Qual o tratamento para a virose mão-pé-boca?

Além de não ter vacina, essa virose não cria imunidade após o primeiro caso, ou seja, a criança pode ser infectada mais de uma vez.

Devido aos sintomas apresentados, as crianças precisam sempre se manter bem hidratadas, alimentadas e permanecer em repouso.

Lembramos que o diagnóstico e tratamento corretos devem ser orientados pelo pediatra que acompanha o seu filho. Para isso, além da análise clínica, o médico pode solicitar exames laboratoriais de fezes e sangue.

As dicas não substituem a necessidade de uma consulta médica. Não deixe de consultar um profissional da saúde para obter orientações individualizadas.

Aproveite para saber mais sobre doenças respiratórias em crianças, seus sintomas, tratamentos e prevenção.

Conclusão

Neste texto, nós conhecemos mais informações sobre a virose mão-pé-boca, uma infecção viral comum, com maior incidência entre crianças com menos de 5 anos.

Caracterizada por gerar erupções cutâneas dolorosas que aparecem nas mãos, pés e

boca, essa virose bastante contagiosa é transmitida pelo contato direto com secreções respiratórias, saliva ou fluidos das lesões, facilitando sua disseminação em ambientes onde crianças convivem, como creches e escolas.

Aparecendo de forma mais comum durante os meses de outono e inverno, essa virose também pode ser encontrada em adultos, com sintomas geralmente mais brandos.

Em todos os casos dessa doença, é fundamental adotar medidas de higiene adequadas, como a lavagem frequente das mãos, para reduzir o risco de infecção e prevenir surtos, protegendo principalmente a saúde das crianças.