

Cuidados a ter

- Banhos diários com água morna com aveia ou bicarbonato de sódio à água *

Banho com aveia - adicionar um terço de chávena de farinha de aveia à água e esperar 15 min. até a farinha dissolver e a água do banho ficar com aspeto leitoso. Duração do banho 10 a 20 min.

Banho com bicarbonato de sódio - colocar meia chávena de bicarbonato de sódio na água do banho

- Ao enxugar a criança, faça-o de forma suave.
- Aplicar creme calmante para minimizar a comichão.
- Cortar as unhas para não provocar lesões na pele ao coçar.
- A criança deve consumir alimentos leves e moles, como sopa, purés ou frutas cozidas.
- Ingerir líquidos de forma adequada, não oferecer bebidas ácidas.
- Dar paracetamol em caso de febre e se a criança tiver muita comichão, pode tomar anti-histamínicos, de acordo com indicação médica.

Utilize o QR code para aceder e imprimir os nossos folhetos

www.ulsia.min-saude.pt/downloads/folhetos/



Unidade Local de Saúde do Litoral Alentejano, EPE
Monte do Gilbardino
7540 -230 Santiago do Cacém
Tel: +351 269 818 100
www.ulsia.min-saude.pt

Unidade de Saúde Pública Alentejo Litoral

Fonte: DGS
www.sns24.gov.pt/tema/doencas-infecciosas/varicela/



UNIDADE LOCAL DE SAÚDE
LITORAL ALENTEJANO

VARICELA

Orientação para pais e encarregados de educação



SAÚDE



SNS
SERVIÇO NACIONAL
DE SAÚDE



Unidade
de Saúde
Pública
Alentejo Litoral

O que é a Varicela?

A varicela é uma das doenças transmissíveis mais comuns na infância, sendo bastante contagiosa. É uma das doenças de evicção escolar, com período de isolamento estabelecido pela lei.

É caracterizada por bolhas ou borbulhas que provocam comichão intensa, podendo afetar toda a pele.

É uma doença infecciosa causada pelo vírus varicela zoster, do grupo Herpesvirus.

Quais são os sintomas

- Febre ligeira (por vezes grave no adulto)
- Dor de cabeça
- Mal-estar
- Falta de apetite
- Erupção da pele

Surgem pequenas manchas vermelhas (máculas) que evoluem para lesões sólidas da pele, em horas, **segundo-se, durante 3-4 dias, a formação de pequenas bolhas** (vesículas) que progridem para a formação de crostas.

Estas lesões da pele caracterizam -se também pela comichão que causam.

A erupção da pele inicia-se no tronco, passando para extremidades como couro cabeludo, axilas, boca, face, trato respiratório ou para áreas com irritação cutânea, como é o caso de queimaduras solares e dermatites da fralda.

Período de Contágio

O período de contágio da varicela é de **1 a 2 dias antes do aparecimento das lesões e até 6 dias depois.**

Período de Incubação

O período médio de incubação é de **14 a 16 dias após exposição a varicela, variando entre 10 a 21 dias.**

Existe vacinação?

SIM.

No entanto, em Portugal a vacina da varicela não está incluída no Programa Nacional de Vacinação, mas está autorizada pelo Infarmed e disponível para prescrição médica em caso de grupos de risco.

A criança deve manter-se em casa, num ambiente mais isolado e não contactar com pessoas de risco. O repouso é importante, pois esta doença causa cansaço e a criança pode ficar mais vulnerável a apanhar outras doenças.