

DOENÇA MÃO-PÉ-BOCA

Este informativo fornece informações gerais sobre a doença mão-pé-boca.

O que é a doença mão-pé-boca (DMPB)?

A doença mão-pé-boca (DMPB) é uma doença viral comum que geralmente afeta bebês e crianças de até 10 anos de idade; no entanto, às vezes pode ocorrer em adolescentes e adultos. Pessoas infectadas podem não apresentar nenhum ou todos os sinais e sintomas da doença. Os sinais e sintomas incluem:

- Febre
- Falta de apetite
- Dor de garganta
- Uma leve sensação de mal-estar (indisposição)
- Lesões dolorosas na boca que começam com pontinhos avermelhados (geralmente na parte de trás da boca) que se transformam em bolhas e posteriormente em úlceras.
- Erupções cutâneas na palma das mãos ou na planta dos pés; podem aparecer também nos joelhos, cotovelos, nádegas ou região genital.

Principais fontes de transmissão

A doença da mão-pé-boca é causada por vírus pertencentes à família do Enterovírus. Esses vírus são encontrados nas secreções nasais e da garganta (muco e saliva), no fluido em bolhas e nos resíduos corporais das pessoas infectadas. Os vírus são transmitidos através do contato de pessoa a pessoa, fomentam a transmissão (contato de pessoa a objeto contaminado) e a transmissão de gotículas respiratórias (tosse, espirro e fala).

As pessoas infectadas são mais contagiosas durante a primeira semana da doença. Os vírus que causam a DMPB podem permanecer no organismo da pessoa por semanas após o desaparecimento dos sintomas. Isso significa que as pessoas infectadas ainda podem transmitir a infecção a outros, embora pareçam estar bem. Aqueles que têm a doença mão-pé-boca não devem frequentar das classes da primária (incluindo berçário), escola, pré-escola e creche até que todas as bolhas tenham secado.

Prevenção da DMPB

Não há vacina para proteção contra os vírus que causam a doença da mão-pé-boca. O risco de adquirir e espalhar o DMPB pode ser minimizado ao:

- Lavar as mãos com frequência
 - As crianças e os adultos devem lavar as mãos com frequência com água e sabão, principalmente depois de irem ao banheiro, trocar fraldas ou ao entrar em contato com secreções nasais e bucais, fezes ou líquido das bolhas.
- Evitar contato próximo com indivíduos contagiados
 - Crianças e adultos devem evitar o contato pessoal, como beijos, abraços ou compartilhar talheres ou copos com pessoas que tenham a doença mão-pé-boca.
 - As crianças com sintomas devem ficar em casa para não espalhar a doença para outras crianças do berçário ou da Primária.
- Desinfetar as superfícies de muito contato, especialmente no berçário.
 - Como parte de um programa de limpeza de rotina, desinfete as superfícies tocadas com frequência, incluindo brinquedos. Nas superfícies sujas, use produtos de limpeza geral fornecidos como parte do programa de limpeza da capela pelos membros. Para objetos sujos, inclusive brinquedos, limpe primeiro com produtos de limpeza geral, depois enxágue e deixe secar naturalmente.
 - A frequência com que cada brinquedo deve ser desinfetado individualmente é decidida pela presidência da Primária. Se um brinquedo está visivelmente sujo de fluidos corpóreos (como fezes, vômito, muco ou sangue), ele deve ser limpo imediatamente com produtos de limpeza geral, depois enxaguado e deixado que seque naturalmente.

O que fazer caso seja contraída a DMPB

Não há tratamento específico para a doença mão-pé-boca. No entanto, algumas etapas podem ser executadas para aliviar os sintomas, tais como:

- Tomar medicamentos que não precisam de prescrição, tais como tylenol ou ibuprofeno, para aliviar a dor e a febre (Aspirina *não* deve ser ministrada a crianças)
- Usar enxaguante antisséptico bucal ou sprays para anestesiar a dor na boca.
- Beber líquidos para evitar a desidratação (produtos lácteos frios são ideais; sucos e refrigerantes irritam a boca por causa do teor de ácido)
- Lavar as bolhas nas mãos ou pés regularmente com água morna e sabão, depois seque delicadamente.

RECURSOS

Centros de controle e prevenção de doenças. "Hand, Foot, and Mouth Disease (HFMD)", 2021. <https://www.cdc.gov/hand-foot-mouth/index.html>.

Saúde infantil. "Hand, Foot, and Mouth Disease", 2017. <https://kidshealth.org/en/parents/hfm.html>.

Clínica Mayo. "Hand-Foot-and-Mouth Disease", 2021. <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/hand-foot-and-mouth-disease/symptoms-causes/syc-20353035>.

Para mais informações sobre esse assunto, ligue para a Divisão de Gestão de Risco:

- 1-801-240-4049
- 1-800-453-3860, ramal 2-4049 (ligação gratuita nos Estados Unidos e no Canadá)

A IGREJA DE
JESUS CRISTO
DOS SANTOS
DOS ÚLTIMOS DIAS