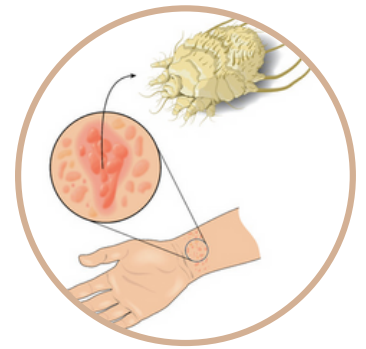


# SARNA OU ESCABIOSE

## O QUE É?

A sarna é uma doença contagiosa provocada por um ácaro microscópico.

Esta infeção é frequente, encontra-se em todo o mundo e pode afetar qualquer pessoa.



“ SINTO UMA COMICHÃO INSUPORTÁVEL, SOBRETUDO À NOITE E COM O CALOR ”

É habitual sentir um prurido intenso, sobretudo à noite, e mais frequente entre os dedos das mãos e dos pés, pulsos, cotovelos, abdómen, coxas, zona genital e dobras (axilas, debaixo das mamas, entre os glúteos, etc.). Poderiam aparecer pequenos sulcos lineares entre os dedos ou nos pulsos ou outro tipo de lesões na pele.

## COMO SE CONTAGIA?

Este ácaro não salta nem voa. Qualquer pessoa pode contagiar-se, quer por contacto pele com pele durante pelo menos 15-20 minutos, quer por contacto com os seus objetos pessoais (roupa, toalhas, roupa da cama...).

Após o contacto, podem passar entre 2 e 6 semanas até começarem os sintomas (prurido). Durante este período sem sintomas, também se pode contagiar.

Fora da pele, o ácaro sobrevive de 4 a 7 dias, dependendo da temperatura e da humidade.

Em geral, não é uma doença grave; contudo, para que se resolva completamente, é necessário seguir de forma rigorosa as indicações dos profissionais da saúde.

O contágio entre conviventes ou parceiros sexuais é frequente.

## QUAL É O TRATAMENTO?

Dependendo de cada situação, o tratamento poderá ser diferente.

Deve-se tratar tanto a pessoa contagiada como todos os seus contactos estreitos.

Contactos estreitos: conviventes (incluindo pessoas que trabalhem na casa, visitas habituais da casa...) ou pessoas com quem tenha tido contacto de pele estreito (parceiros, pessoas cuidadoras...) nas 4-6 semanas prévias ao início dos sintomas.

Vigiar se aparecem lesões na pele 4 semanas após o tratamento


Todos os conviventes devem realizar o tratamento **AO MESMO TEMPO**, tenham prurido ou não.

Se os contactos não realizarem o tratamento, é muito frequente que haja **novos contágios**, inclusive em pessoas que já se trataram.

# TRATAMENTO PESSOAL

## ENXOFRE A 6%, COM VASELINA

Há que aplicar esta pomada durante 3 noites seguidas e repetir uma semana depois.

- 1 Tomar duche com água fria/tépida à tarde/noite e esperar 1h para aplicar o creme. É necessário para regular a temperatura corporal e ter o corpo bem seco.
- 2 Cortar as unhas das mãos e dos pés. 
- 3 Aplicar o crema por **TUDO O CORPO**, exceto a cara e o couro cabeludo. Começar pela mandíbula e ir para baixo. Insistir nas seguintes zonas:
  - Por trás das orelhas
  - Genitais
  - Por baixo das unhas das mãos e dos pés
  - Espaços entre os dedos
  - Tornozelos
  - Entre os glúteos

As indicações podem variar, siga as indicações do seu médico/a.

Pedir ajuda a outra pessoa para zonas onde não se consiga chegar sozinho.

**MENORES DE 3 ANOS OU PESSOAS ACAMADAS:**  
 Se houver lesões, aplicar também na cara e no couro cabeludo, evitando a zona em redor dos olhos e da boca.

- 4 Não lavar as mãos depois de aplicar o creme e manter
- 5 Manter o creme **24 HORAS** no corpo.

DIA 1	DIA 2	DIA 3	DIA 4
TARDE/NOITE: duche + enxofre com vaselina	DE MANHÃ: mudança de roupa + limpeza da roupa e da casa (folha 3) TARDE/NOITE: duche + enxofre com vaselina	TARDE/NOITE: duche + enxofre com vaselina	TARDE/NOITE: duche + creme hidratante
DIA 8	DIA 9	DIA 10	DIA 11
TARDE/NOITE: duche + enxofre com vaselina	DE MANHÃ: mudança de roupa + limpeza da roupa e da casa (folha 3) TARDE/NOITE: duche + enxofre com vaselina	TARDE/NOITE: duche + enxofre com vaselina	TARDE/NOITE: duche + creme hidratante

## IVERMECTINA

Por vezes, o seu médico/a também pode recomendar o uso de ivermectina oral, só ou combinada com o enxofre com vaselina.

Deve-se tomar uma dose (em uma ou várias pastilhas no mesmo momento), de preferência ao jantar, estando em jejum 2 horas antes e depois, e repetir passado uma semana. A pauta pode variar, siga as indicações do seu médico/a.

**CUIDADOS DA PELE**  
 O prurido pode persistir até 2-4 semanas depois de ter realizado o tratamento. Deve-se aplicar creme hidratante diariamente entre os tratamentos. O seu médico/a pode recomendar medicação para atenuar estes sintomas.

## CUIDADOS EM MINHA CASA

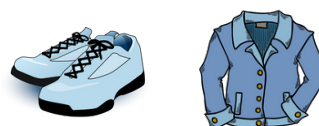
### TRATAMENTO DA ROUPA



Na manhã seguinte após o tratamento pessoal, tratar a roupa usada nos 3-4 dias prévios (toalhas, lençóis, vestuário...):

- Lavar na máquina a 60°C durante 10 minutos a roupa que se possa lavar desta forma sem que se estrague ou utilizar o secador num ciclo quente de 20 minutos.
- Resto da roupa delicada ou que não se possa lavar a altas temperaturas: introduzi-la num saco de plástico e mantê-lo fechado durante 7 dias.

NO DIA A SEGUIR AO TRATAMENTO DEVEM USAR-SE PEÇAS QUE NÃO SE TENHAM USADO RECENTEMENTE



### MOBILIÁRIO



Estofos que tenham estado em contacto direto com a pele (sofás, bancos do automóvel, coxins, almofadas, peluches...): passar o aspirador ou evitar o contacto durante os 7 dias posteriores ao início do tratamento.

NÃO tratar:  
talheres,  
pratos,  
utensílios de  
cozinha,  
cortinas,  
superfícies...

NÃO ESTÁ DEMONSTRADA A UTILIDADE DE INSETICIDAS

### AMBIENTE ESCOLAR/LABORAL

A sarna deixa de ser contagiosa 12 horas após o tratamento.

Pode ir normalmente depois de ter realizado a 1ª aplicação do tratamento (se for aplicado à noite, no dia seguinte). Em caso de surto (lares ou âmbito escolar), poderiam indicar-se outro tipo de medidas.

Após o tratamento, evitar novos contactos com pessoas com sarna não tratada do círculo social ou familiar para evitar novos contágios.