



## O verão e a incidência de doenças de pele: causas e cuidados

A temperatura mais elevada da estação, combinada com a exposição constante ao sol, umidade, areia e piscinas, aumenta a incidência de diversas doenças de pele, entre elas as doenças fúngicas, que podem ser bastante incômodas e necessitam de tratamento!

### Doenças fúngicas da pele: principais tipos e sintomas

As infecções causadas por fungos, conhecidas como micoses, podem se manifestar superficialmente, afetando a pele, unhas, couro cabeludo ou mucosas. Essas infecções são especialmente comuns em regiões tropicais, onde o calor e a umidade criam condições ideais para sua proliferação.<sup>2,3</sup>



Infecções fúngicas afetam mais de **300 milhões de pessoas** ao redor do mundo, segundo dados do Fundo Global de Ações contra Infecções Fúngicas (GAFFI).<sup>4</sup>



### Principais doenças fúngicas superficiais da pele:<sup>2</sup>

#### Pitíriase versicolor (Pano branco):<sup>2</sup>

**Características:** muito comum entre jovens, especialmente em quem tem pele oleosa.

**Sintomas:** manchas brancas descamativas que geralmente surgem no tronco, braços, rosto e pescoço, que podem ser brancas, escuras ou avermelhadas.

#### Onicomicoses:<sup>2</sup>

**Características:** afeta as unhas dos pés e das mãos, mais comum em adultos maiores de 55 anos.

**Sintomas:** descolamento e mudança no espessamento, cor e forma da unha.

#### Candidíase:<sup>2</sup>

**Características:** infecção causada pela levedura Candida, que pode afetar pele, mucosas e unhas.

**Sintomas:** placas esbranquiçadas na mucosa oral (comum em recém-nascidos, conhecida como 'sapinho'), lesões fissuradas no canto da boca e em dobras (como inframamária, axilar e inguinal). Pode também afetar a região genital, causando vaginite nas mulheres e balanite nos homens, com coceira, manchas vermelhas e secreção vaginal esbranquiçada.

#### Tineas (Tinhas):<sup>2</sup>

**Características:** infecções causadas por fungos que se alimentam de queratina, presentes na pele, pelos e unhas. Esses fungos podem ser classificados como zoofílicos (associados a animais), geofílicos (presentes no solo) ou antropofílicos (encontrados em humanos).

**Sintomas:** manifestam-se como manchas vermelhas e escamosas, que crescem de dentro para fora, com bordas bem definidas, coceira intensa e pequenas bolhas e crostas.

### Outras doenças típicas no verão

Além das micoses, o calor e a umidade intensificam as infecções bacterianas e irritações cutâneas.<sup>5</sup> Em pacientes que já possuem doenças de pele, o verão também exige alguns cuidados, como a dermatite atópica, caracterizada por coceira e descamação, que tende a piorar com a transpiração. A dermatite de contato, por sua vez, pode ser desencadeada por cosméticos comuns no verão, como protetores solares, tatuagens de Henna e bijuterias.<sup>6</sup>

Outras condições, como a disidrose, uma erupção súbita nas mãos e pés, costuma se agravar com o aumento da sudorese nos dias mais quentes.<sup>7</sup>



### Conheça os cuidados para prevenir doenças de pele no verão

Algumas práticas simples ajudam a reduzir o risco de infecções e outros problemas dermatológicos. Confira as principais dicas de prevenção:



**Manter a pele sempre seca:**

após o banho, enxugue bem a pele, especialmente nas dobras.<sup>2</sup>



**Evitar roupas molhadas por muito tempo:**

troque imediatamente após sair da piscina ou da praia. Além disso, é recomendado evitar o contato prolongado com água e sabão.<sup>2</sup>



**Usar roupas leves:**

prefira tecidos leves e que permitam a ventilação da pele.<sup>2</sup>



**Atenção aos calçados:**

é importante evitar caminhar descalço em pisos constantemente úmidos.<sup>2</sup>



**Utilizar proteção solar:**

aplique filtro solar e proteja-se contra os efeitos nocivos do sol das 10h às 16h!<sup>1</sup>



#### Fontes

- 1- C1. SPDM Saúde. As principais doenças de pele no verão. Disponível em: <https://spdm.org.br/noticias/saude-e-bem-estar/as-principais-doencas-de-pele-no-verao/>
- 2- Sociedade Brasileira de Dermatologia. Micoses. Disponível em: <https://www.sbd.org.br/doencas/micose-2/#:~:text=O%20que%20%C3%A9%3F,para%20o%20desenvolvimento%20dos%20fungos>
- 3- Conselho Regional de Farmácia- SP. Revista do Farmacêutico. Disponível em: <https://www.crfsp.org.br/revista/459-revista-115/5356-revista-do-farmacaceutico-115-tecnica-e-pratica.html>
- 4- CDTS Fricruz. Doenças causadas por fungos: um problema brasileiro de saúde pública. Disponível em: <https://www.cdts.fiocruz.br/opiniao-de-especialistas/doencas-causadas-por-fungos-um-problema-brasileiro-de-saude-publica#:~:text=As%20doen%C3%A7as%20causadas%20por%20fungos>Action%20Fund%20for%20Fungal%20Infections>
- 5- Hcor. Calor e umidade são as principais causas para doenças de pele no verão e podem aumentar em até 50% as consultas em clínicas dermatológicas. Disponível em: <https://www.hcor.com.br/imprensa/noticias/doencas-de-pele-no-verao/>
- 6- Iamspe. Iampse faz alerta para doenças de pele típicas do verão. Disponível em: <https://www.iamspe.sp.gov.br/iamspe-faz-alerta-para-doencas-de-pele-tipicas-do-verao/>
- 7- Sociedade Brasileira de Dermatologia. Disidrose. Disponível em: <https://www.sbd.org.br/doencas/disidrose/>