

Vulvovaginite: sabe o que é?

É um dos principais motivos ginecológicos da ida das meninas às urgências, mas poucos pais sabem o que é. Aprenda como pode surgir e como prevenir esta inflamação na infância.

POR CARMEN SILVA

COLABORAÇÃO



DRA. JOANA MARTINS
Médica pediatra na Maternidade Alfredo da Costa

«**D**e acordo com estudos, 94 por cento das idas às urgências das meninas por causas ginecológicas correspondem a vulvovaginites», mas «a maioria dos pais não sabe o que são, confundindo-as com infeções urinárias», referiu a médica pediatra Joana Martins, no contexto de uma conferência promovida pela marca Lactacyd. A vulvovaginite é uma inflamação na mucosa vulvar e vaginal e está frequentemente relacionada com uma higiene íntima descuidada, havendo meninas que «as têm recorrentemente por não terem os cuidados de higiene necessários», revela a especialista. «Não sendo sexualmente transmissíveis, como muitas vezes se pensa, as vulvovaginites estão associadas a uma desregulação da flora bacteriana vaginal normal. Podem igualmente ter origem bacteriana e, neste caso, as mais frequentes estão associadas a microrganismos também responsáveis por infeções respiratórias, como o *Streptococcus pneumoniae*», explica. Em alguns casos, podem ser provocadas por «infeções de parasitas intestinais, como os oxiúros, extremamente frequentes em idade pediátrica», acrescenta Joana Martins.



✱ MENINAS, POR QUE SÃO UM GRUPO DE RISCO?

Entre os 3 e os 11 anos, «como as meninas ainda não são menstruadas, não há produção de estrogénios, logo o pH na zona vulvar é mais neutro do que o das mulheres com altos níveis de estrogénios», descreve a especialista. Esta característica influencia o desenvolvimento da vulvovaginite: um pH neutro não favorece o crescimento dos lactobacilos, microrganismos presentes na zona vulvar que são importantes porque «transformam o açúcar das secreções vaginais em ácido láctico, dificultando o desenvolvimento de bactérias patogénicas», explica a especialista. Por outro lado, uma mucosa vaginal «mais fina e sem muco que a proteja», como é característico nestas idades, contribui para tornar as meninas um grupo de risco porque «o corrimento normal é um fator protetor que elas

5,5

É o pH adequado de um produto de higiene íntima para crianças. A maior parte dos produtos de higiene feminina têm um pH de 3,3, não sendo recomendados na higiene íntima da menina. Prefira estes produtos em versão líquida (os sólidos podem criar fungos ao contactar com a pele) e com dispensador ou em unidoses (mais higiénicos), recomenda Joana Martins, médica pediatra.

naturalmente não têm», evidencia Joana Martins. A própria anatomia da vulva, em que «os grandes lábios, ao serem ainda pequenos, não cobrem completamente os pequenos», leva a zona genital a ficar mais «exposta a agressões». Também os pelos púbicos «fazem uma espécie de proteção em termos de eventuais corpos estranhos». Se as meninas mais pequenas não os têm, as que estão em idade pós-pubertária já possuem e «não os devem retirar, pois a mucosa da vulva fica muito mais exposta, nem que seja por fricção», alerta a pediatra.

✱ CONHEÇA OS SINAIS

As meninas vão «queixar-se de comichão (prurido) e ardor na vulva, que se acentua com o contacto com a urina», sublinha Joana Martins, especificando que há crianças que «deixam de conseguir fazer chichi por medo da dor e chegam ao hospital com retenção urinária, tendo que ser →



3 REGRAS NO BANHO ESSENCIAIS

«Quando a criança começa a andar e consegue estar de pé no banho», segundo Joana Martins, deve haver mudanças no banho:



Dê banho uma vez por dia.



Lave o corpo com um gel de banho convencional e a área genital com um produto adequado e depois enxague normalmente.



Não use esponjas ou outros objetos similares porque ficam colonizados com bactérias e fungos e são abrasivos.



NO VERÃO HÁ MAIS CASOS

Nessa altura do ano, há um pico de vulvovaginites devido à «triade da praia: fatos de banho molhados, areia (corpos estranhos) em contacto com a vulva e a permanência exagerada dentro de água», explica Joana Martins. Para o prevenir, a médica pediatra recomenda:

✱ Mudar o fato de banho antes de sair da praia;

✱ Tentar garantir que as crianças vão secas e sem areia para casa;

✱ Usar um produto de higiene íntima adequado para crianças;

✱ Aplicar um creme barreira quando surjam pequenas irritações da pele.

posteriormente algaliadas para resolver o problema». Também poderá haver «corrimento que, em vez de branco e simples, pode ter cheiro, ser mais espesso ou ter uma coloração diferente da habitual». Por vezes, chega a ter sangue porque, «se a mucosa está inflamada e traumatizada, há transferência de sangue para

o muco, que fica rosado», salienta Joana Martins. Apesar de ser «pouco provável que avance para uma infecção gravíssima», **a vulvovaginite condiciona o bem-estar geral da criança, que deixa de conseguir estar com atenção na escola e de brincar»**. Daí a importância de levar a criança ao médico.

94% das idas às urgências das meninas por causas ginecológicas correspondem a vulvovaginites, mas «a maioria dos pais não sabe o que são, confundindo-as com infeções urinárias»

✱ DIAGNOSTICAR E TRATAR

O diagnóstico é feito «por observação», ou seja, «é boa prática médica olhar para os genitais para analisar se estão vermelhos ou se há corrimento», descreve a especialista. Porém, quando há queixa de ardor urinário, Joana Martins «também pede frequentemente análises de

urina» para despiste de infeção urinária. A história clínica é realizada para descobrir a causa da vulvovaginite e determinar o tratamento. **Quando a vulvovaginite é consequência da disrupção da flora bacteriana, deve-se «restabelecer a flora através de cuidados de higiene próprios, com um líquido de lavagem adequados ao pH**

vaginal (lavar duas vezes ao dia) e medidas de prevenção de corpos estranhos ou de outros agentes irritativos». Se for bacteriana (menos frequente), a solução, de acordo com a pediatra, poderá passar pela toma de antibióticos. Se for causada por parasitas, «além de medidas de higiene, é necessário fazer tratamento para os eliminar». Atualmente,

o preconizado é «tratar quando o parasita aparece». A médica pediatra explica que «já não se recomenda a desparasitação regular. Esta fazia sentido nos anos 70, porque o nível de saneamento em Portugal era inferior, mas hoje as crianças têm acesso a água potável e a sistemas de esgotos, por isso não é preciso desparasitar de forma sistemática e regular». ✱

{ APRENDA A PREVENIR }

FATORES DE RISCO DA VULVOVAGINITE



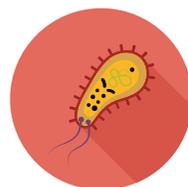
✱ Fraldas

Não deixam a pele “respirar”, tanto as descartáveis, como as de pano (para reter a urina, tem de estar dobrado e, por isso, deixa de ser um tecido respirável). O uso das fraldas pode ser especialmente problemático à noite, «havendo pais que não as mudam durante esta altura», quando «devem ser trocadas no máximo a cada seis horas», aconselha Joana Martins. A zona genital deve ser idealmente «lavada com água corrente», sem recurso a toalhetas (muitas têm substâncias que «comprometem a integridade da pele e o pH da vulva e da vagina»), mas, não sendo possível, «há quem use compressas com água micelar ou com água simples». No fim, deve ser «aplicada uma camada fina (camadas espessas incentivam o crescimento bacteriano) de um creme barreira» e fechar a fralda.



✱ Higiene após ida à casa de banho

As crianças «querem ir sozinhas, mas, enquanto os meninos não se limpam, as meninas limpam-se de trás para a frente, quando deveriam limpar-se da frente para trás». As cuecas acabam por ficar sujas, uma situação responsável pelo «desenvolvimento de complicações: nos meninos, as balanites (comprometimento da pele que cobre a glande) e, nas meninas, as vulvovaginites». A limpeza da zona genital deve ser «monitorizada por um adulto até aos 6 anos. Faz toda a diferença porque é a franja etária onde mais surge vulvovaginite».



✱ Parasitas

Os oxiúros são parasitas intestinais que «saem à noite para colocar ovos na região perianal, o que provoca muito prurido», refere a médica pediatra. Ao coçarem, as crianças transferem os microrganismos «para outros locais do corpo, nomeadamente a vulva, o que causa irritações e lesões». Além de medidas de higiene, é necessário fazer tratamento para os eliminar. A transmissão de oxiúros é feita entre pessoas por «via fecal-oral, não estando relacionada com animais de estimação, como às vezes se pensa», informa a médica pediatra.



✱ Banhos de imersão

Contribuem para que «as meninas destabilizem o pH da região genital, dificultando o crescimento da flora bacteriana protetora», avisa a especialista. O ideal é evitar banhos de imersão prolongados.



✱ Antibióticos

Matam indiscriminadamente as bactérias, deixando «a zona genital quase sem lactobacilos protetores», alerta Joana Martins. Por isso, «durante o período da toma, e até uma semana depois, deve haver o reforço da higiene da zona do períneo com um produto com um pH mais ácido para favorecer o desenvolvimento dos poucos lactobacilos que sobrevivam ao antibiótico». A ausência destes microrganismos favorece o «aparecimento de fungos, que provocam candidiases», explica Joana Martins, avisando que terão de ser tratadas com «cremes ou outros agentes tópicos antifúngicos». No inverno, «são muito frequentes as vulvovaginites secundárias aos antibióticos».



✱ Leggings

«As meninas gostam de leggings porque são confortáveis, mas no verão não devem ser usadas. É preferível optar por calções ou saias que funcionam melhor para ajudar a zona do períneo a “respirar”», informa Joana Martins. Prefira vestir a sua filha com «roupa, sobretudo a interior, 100 por cento de fibras respiráveis, como o algodão».