Continue

Coceira no corpo: o que pode ser, remédios e sabonetes que ajudam a aliviarO prurido pode ser consequência de uma reação alérgica, o que causa irritação na pele; veja como acabar com a coceira. Validado por Dra. Valéria Marcondes Dermatologia CRM 50283/SP Dermatologista graduada em medicina pela Faculdade de Ciências Médicas de Santos, com residência no Hospital das Clínica... i Escrito por Susana Targino Assistente Editorial Redatora especialista em conteúdos sobre saúde, família e alimentação. Iuliia Burmistrova/GettyImages Uma leve coceira no corpo costuma ser um sinal comum e de curta duração, mas conviver com ele pode ser muito frustrante e desconfortável. Normalmente, ela é desencadeada por condições simples — como reações alérgicas causadas por cosméticos, tecidos ou produtos de limpeza, por exemplo. No entanto, se a coceira é acompanhada de vermelhidão, manchas, feridas ou outras manifestações, é importante procurar um dermatologista para entender o que está acontecendo e realizar o tratamento mais adequado. Em muitas doenças alérgicas e distúrbios de pele, a coceira no corpo é causada pela liberação de histamina — uma substância produzida pelas células que regulam a resposta imunológica. Ela é responsável por controlar as reações corporais, como alergias e inflamações. Além dela, outros ativos também desempenham um papel fundamental na coceira, como as citocinas e as proteases. O MinhaVida conversou com a dermatologista Valéria Marcondes e esclareceu abaixo algumas possíveis causas para a coceira no corpo, além de como aliviar o sintoma. A alergia é uma resposta exagerada do sistema imunológico à exposição de substâncias alérgenas no organismo — e a coceira intensa no corpo é o principal sintoma da condição. Em alguns casos, podem surgir pequenas bolhas avermelhadas, feridas na pele ou sintomas respiratórios, como tosse e espirros. Os alérgenos mais comuns incluem: Picada de inseto Tecidos irritantes Cosméticos, como cremes e sabonetes Produtos de limpeza Pelo de animais, como cachorros e gatos Ácaros e fungos em livros, roupas e estofados Como tratar: evitar o contato com o alérgeno é o primeiro passo para evitar a reação alérgica e, por consequência, diminuir a coceira. Em alguns casos, o médico pode receitar o uso de pomadas para alergia na pele ou medicamentos anti-histamínicos. Além disso, lembre-se de higienizar a região com água fria e sabão neutro. A dermatite é uma reação inflamatória da pele que pode ser resultado de diversos fatores, como condições autoimunes, infecções e alergias. Ela se manifesta especialmente através da coceira constante e intensa, e pode estar acompanhada de outras alterações de pele — como vermelhidão, descamação, bolhas e manchas. Alguns dos tipos mais comuns de dermatite são: Dermatite atópica: é uma doença crônica não-contagiosa que surge na infância e provoca crostas e erupções na pele, sendo mais comum nas dobras dos braços e na parte de trás dos joelhos Dermatite de contato: é uma reação inflamatória que ocorre devido à exposição a um componente irritante ou alérgeno, como níquel (presente em brincos e outras bijuterias), fragrâncias, cosméticos e tecidos Psoríase: é uma doença autoimune não-contagiosa caracterizada por lesões avermelhadas e descamativas, normalmente em placas nos cotovelos, joelhos, mãos ou por todo o corpo Dermatite seborreica: também conhecida como seborreia, é uma inflamação crônica na pele que causa caspas, descamação e coceira intensa — especialmente nas sobrancelhas e nos cantos do nariz. Ela também afeta o couro cabeludo e o colo. Como tratar: o tratamento de dermatite depende da causa do eczema. Em casos de dermatite de contato, deve-se manter o afastamento do agente externo causador, além do uso de pomadas para dermatite. Já nos quadros de dermatite atópica e psoríase, é necessária uma avaliação individual e acompanhamento para o controle da doença. Podem ser utilizados corticoides e imunomoduladores tópicos. No caso de dermatite seborreica, é comum o uso de shampoos anticaspa específicos ou pomadas antifúngicas, como o cetoconazol. A pele ressecada é uma das principais causas de coceira no corpo. Pode ser causada especialmente pelo uso excessivo de sabonetes, banhos muito quentes, desidratação e até o envelhecimento da pele. O uso de alguns medicamentos, como diuréticos e opioides, também podem contribuir para a pele ressecada e, consequentemente, a coceira. Como tratar: utilize cremes hidratantes para o corpo de acordo com o seu tipo de pele, e evite tomar banhos muito quentes ou exagerar no sabonete. O uso de umidificadores no ambiente também pode ajudar a lidar com o ressecamento, especialmente se você mora em uma região mais fria e com baixa umidade. As infecções de pele causadas por bactérias, fungos e parasitas podem causar lesões na pele — resultando em coceira intensa em várias áreas do corpo. Elas podem surgir quando há queda de imunidade ou devido a maus hábitos de higiene. Algumas das infecções mais comuns incluem: Micoses: é causada pela proliferação de fungos no organismo, normalmente devido ao consumo excessivo de açúcar, alergias ou ao sistema imunológico enfraquecido; Escabiose (sarna): é uma doença contagiosa causada por um parasita, caracterizada pela coceira intensa. A transmissão ocorre por meio do contato íntimo entre pessoas ou por meio de roupas; Herpes: é uma infecção viral contagiosa que causa bolhas na boca ou na região genital que coçam ou podem ser dolorosas. Pode ser transmitida pelo contato oral (herpes labial) ou pela relação sexual (herpes genital); Impetigo: é uma infecção bacteriana altamente contagiosa e acomete frequentemente o rosto e as extremidades da pele, formando feridas e bolhas na região; Candidíase cutânea: é causada por um fungo do gênero Candida e afeta principalmente regiões com dobra, como as axilas, a área entre os dedos e a virilha, formando lesões avermelhadas e coceira intensa. Como tratar: o tratamento é feito de acordo com o tipo de patógeno que causou a infecção. Podem ser indicados medicamentos antifúngicos (como nistatina e cetoconazol), antibióticos e antivirais. Alguns antialérgicos podem ser prescritos para aliviar a coceira. As doenças sistêmicas são aquelas que podem afetar diversos órgãos do corpo ao mesmo tempo. Elas são causadas por infecções, doenças autoimunes, fatores ambientais ou doenças genéticas. Entre as doenças que podem causar coceira no corpo, destacamos: Como tratar: o tratamento deve ser indicado por um médico de acordo com a doença sistêmica que está causando a coceira. Quadros de câncer, por exemplo, podem necessitar de cirurgia para retirada do tumor, quimioterapia e/ou radioterapia. Situações estressantes podem potencializar a sensação de coceira, de acordo com Valéria. "Em alguns casos, a pessoa coça tanto a ponto de se ferir, então é importante encerrar esse ciclo vicioso. Coça e estimula, coça e estimula. Às vezes, ela não consegue dormir e fica estressada — e as atividades do dia a dia ficam comprometidas em função desse prurido", explica. Em casos de coceira constante e intensa, acompanhada de outras manifestações, procure atendimento médico para entender o que está causando o sintoma. O tratamento, na maioria dos casos, ajuda no controle da coceira — mas algumas medidas podem ajudar a manter a pele menos irritada, como: Evite coçar ou esfregar a região que estiver coçando Utilize roupas de cama leves e evite tecidos ásperos, como a lã Não tome banhos muito quentes Aplique compressas frias na região Evite a exposição prolongada ao sol ou à umidade Mantenha a pele hidratada "Quando a pele está muito seca e você toma banhos muito quentes e esfrega o corpo com bucha e sabão, a coceira piora. O ideal é usar sabonetes líquidos não-alergênicos, além de hidratantes corporais sem perfumes ou parabenos e livres de conservantes", aponta Valéria. O recomendado é evitar sabonetes perfumados ou que contenham detergentes fortes. Dê preferência a sabonetes líquidos neutros, pois eles são hipoalergênicos e removem as impurezas da pele sem ressecar ou modificar a acidez da pele. O uso de remédios para coceira no corpo pode variar de acordo com a causa do sintoma. Como em muitos distúrbios de pele a coceira é provocada pela liberação de histamina, o médico pode receitar medicamentos antialérgicos — que bloqueiam a ação da substância e aliviam a coceira e a vermelhidão na pele. Em casos de inflamação, podem ser utilizados corticoides orais ou em forma de pomada. Já quadros de infecções podem exigir o uso de antibióticos ou antifúngicos, de acordo com a indicação médica. Mas lembre-se: a automedicação pode piorar o quadro e até causar efeitos colaterais. Consulte um dermatologista. Nesses casos, a pele pode coçar e ficar amarelada, assim como a parte branca dos olhos, a urina fica escura e as fezes podem se tornar claras. Dentre as substâncias existentes na bile, algumas delas podem ser causadoras de coceira, por se acumularem e estimularem estruturas nervosas existentes na pele. Essa coceira pode ser intensa, generalizada e não controlada.Outras doenças sistêmicas que podem provocar o prurido na pele são infecções virais, como zika, catapora e dengue; HIV, como resultado de alterações autoimunes; e o próprio câncer de pele, com feridas que crescem, não cicatrizam e, por consequência, coçam.Tratamentos possíveis: é necessário atacar as causas da coceira, que devem ser identificadas pelo médico. No entanto, manter a pele sempre hidratada pode ajudar a melhorar o incômodo.Doenças psicológicasFatores como estresse e ansiedade podem potencializar a sensação de coceira, fazendo com que a pessoa danifique a pele pelo ato de coçar, produzindo ferimentos. Atenção e acompanhamento psicológico, nesses casos, são necessários, pois é possível que eles evoluam, inclusive, para um "ciclo vicioso", no qual quanto mais o indivíduo coça e danifica a pele, mais sente vontade de continuar a coçar.Muitas vezes, a coceira pode interferir na qualidade do sono e do ânimo para realizar atividades no trabalho para estudar. A coceira é uma queixa comum em consultórios de dermatologia. Você já sentiu uma vontade incontrolável de arranhar uma determinada parte da pele por conta de um incômodo? Isso é a coceira. Ela é diferente de outras sensações da pele, como dor, toque ou temperatura. Essa sensação, que também é chamada de prurido, pode ser um sinal do nosso corpo de que alguma coisa não está bem.1 Embora seja geralmente considerada um sintoma leve, a coceira pode causar desconforto significativo e se tornar problemática quando é muito intensa. No entanto, entender exatamente por que sentimos a coceira não é tão simples, porque não se trata de um processo totalmente compreendido pela ciência.1 O reflexo de coçar a região da pele que está causando algum tipo de incômodo é natural, como se estivéssemos tentando nos livrar de uma "ameaça" sobre a pele. O problema é que ao atender esse reflexo podemos acabar piorando a situação e machucando a pele. Investigar o que está por trás da sensação de coceira, portanto, é o primeiro passo para saber qual o melhor tratamento para se livrar dela.1 Vamos falar, a partir de agora, sobre algumas causas de coceira na pele e o que fazer. 1 - Alergias de pele A pele pode desenvolver uma reação alérgica a diversas substâncias. Uma delas é o níquel, presente em muitos produtos com os quais temos contato no dia a dia: celulares, joias, armações de óculos, fivelas de cinto, entre outros.2 Além do níquel, outras substâncias e produtos podem favorecer alergias de pele, como esmaltes, fragrâncias, xampus, látex e cimento.2 Se este for o seu caso, você pode desenvolver erupções cutâneas e sentir uma coceira incontrolável. O caminho é buscar a ajuda de um dermatologista para entender os causadores da alergia e parar de usar ou entrar em contato com os produtos e substâncias em questão.2 2 - Pele ressecada A barreira da pele tem como objetivo impedir a entrada de agentes nocivos, como microrganismos infecciosos, e evitar a perda de umidade. Quando essa proteção é prejudicada, o ressecamento da pele pode aumentar, levando a sintomas como coceira, vermelhidão, escamas, rachaduras e textura áspera.3 A depender do grau de ressecamento e sintomas associados, o médico dermatologista pode orientar diferentes tratamentos.3 3 - Doenças de pele Além de a coceira ser causada por agentes externos, como alergias a substâncias ou ressecamento da pele, ela pode ser a manifestação — ou sintoma — de alguma condição específica. Doenças que têm a coceira como um dos principais sintomas são:1, 2 Dermatite atópica; Dermatite de contato; Dermatite seborreica; Psoríase; Urticária; Eczema disidrótico; Sarna; Urticária dermatográfica; Entre outras. O tratamento deve ser orientado de acordo com a especificidade da condição apresentada pelo paciente. Por isso, a melhor forma de encontrar alívio para a coceira, nesses casos, é consultar um dermatologista para entender qual é o melhor tratamento de acordo com o seu diagnóstico.2 4 - Picadas de insetos As picadas de pulga geralmente ficam localizadas nos membros inferiores, como canela, tornozelos e nos pés. Elas começam a coçar imediatamente após a picada e assumem um formato arredondado, saliente e avermelhado.4 Além de pulgas, insetos como mosquitos podem picar a pele e causar coceira intensa. A prevenção, nesses casos, é aplicar repelentes na pele, vestir roupas adequadas, como calças e blusas de manga comprida, e ter um dossel que proteja a cama na hora de dormir.5 Já para tratar as picadas em casa, a orientação é simples: aplique uma bolsa de gelo na picada, para reduzir o inchaço e aliviar a coceira. Procure ajuda médica caso os sintomas piorem ou outros apareçam.5 5 - Outras doenças Se o sintoma de coceira generalizada persistir mesmo após a exclusão das condições dermatológicas ou psicológicas, é possível que essa reação esteja associada a alguma doença sistêmica. São elas:1, 2, 6 Doenças do sangue, como anemia; Diabetes; Doença renal; Doença hepática; HIV Glândula tireoide hiperativa; Colestase; Hipotireoidismo. Às vezes, em casos de pacientes com certas doenças no sangue, como linfoma de Hodgkin ou linfoma cutâneo de células T, eles podem sentir uma forte coceira na pele. Isso também pode acontecer se a pessoa tiver problemas nos rins. Em quadros como esses, a coceira pode ser realmente intensa, especialmente nas costas, braços e pernas.2 A coceira também pode ser um sinal de problemas no fígado se a pessoa tiver hepatite C, cirrose ou algum problema nos canais por onde a bile passa. Quando a coceira está ligada a problemas no fígado, ela começa nas mãos e nos pés, e depois pode se espalhar para outras partes do corpo.2 A orientação, em casos assim, é buscar atendimento do médico dermatologista para descobrir a causa e receber o devido tratamento.2 6 - Gravidez É comum as mulheres sentirem coceira na pele durante a gravidez. Isso acontece principalmente devido a mudanças nos sistemas de defesa e hormonais do corpo, que são influenciados pelo aumento dos níveis de estrogênio e por problemas no fígado, chamados de colestase intra-hepática.6 Durante a gravidez, certos tipos de coceira, como prurigo e foliculite, são mais comuns no segundo trimestre, enquanto urticária é mais frequente no terceiro trimestre. A coceira, nesses casos, atinge partes como barriga, coxas, peito, braços e nádegas.6 Para saber como proceder e receber o melhor tratamento, procure ajuda de um dermatologista. 7 - Estresse Embora seja considerada um sintoma benigno, a coceira crônica pode ter efeitos graves sobre o bem-estar e a qualidade de vida de uma pessoa. É como um ciclo vicioso: por um lado, a coceira crônica se associa ao aumento do estresse, ansiedade e outros transtornos do humor; por outro, o estresse e a ansiedade aumentam a coceira, levando a um estado de desconforto que afeta o comportamento do paciente e piora o prognóstico da doença e a qualidade de vida.8 O melhor caminho é fazer uma investigação para excluir as outras causas de coceira e avaliar se a reação de coçar a pele está associada à ansiedade. Nestes casos, vale verificar a necessidade ou não de um tratamento farmacológico para a ansiedade. Alguns estudos mostram que tratamentos direcionados para a ansiedade podem ter efeitos de redução da coceira. A recomendação principal, portanto, é procurar ajuda médica.8 8 - Alimentação Alguns alimentos podem desencadear uma resposta imunológica do organismo e a coceira se manifesta como um dos sintomas. A alergia pode ser leve ou grave, a depender de cada indivíduo.9 Em adultos, os alimentos que mais frequentemente desencadeiam reações alérgicas incluem peixe, marisco, amendoim e nozes. Já no caso de crianças, os alimentos alergênicos podem incluir ovos, leite, amendoim, nozes, soja e trigo.9 Os sintomas de alergia alimentar incluem:9 Coceira ou inchaço na boca; Vômitos, diarreia ou cólicas abdominais e dor; Urticária e eczema; Aperto na garganta e dificuldade para respirar; Queda na pressão arterial. Ao notar sintomas de alergia alimentar, você deve procurar auxílio médico para identificar quais alimentos podem desencadear esse tipo de reação e removê-los da dieta.9 Saiba mais sobre Dermatite Atópica aqui: Saúde da Pele | Cuidamos Juntos PP-UNP-BRA-2854 - Setembro/2024 Tua Saúde Saúde A-Z Sintomas A coceira no corpo acontece por uma irritação ou inflamação na pele, como no caso de pele ressecada, alergia ao suor ou picada de inseto. A coceira na pele também pode ser causada por infecção por fungos, vírus ou bactérias, ou ser devido a doenças psicológicas, como a ansiedade ou depressão, por exemplo, podendo afetar uma parte específica do corpo ou o corpo todo. Encontre um Dermatologista perto de você! Parceria com Buscar Médico Dependendo da sua causa, a coceira no corpo pode ser acompanhada de outros sintomas, como vermelhidão, formação de bolhas, manchas ou feridas na pele, que também podem ser formadas pelo ato frequente de coçar. Na presença de coceira no corpo, é importante sempre consultar um dermatologista, ou o clínico geral, para avaliar as características da coceira, o que pode ter causado, o local em que aparecem e se está acompanhada de outros sintomas e, dessa forma, ser diagnosticado e iniciado o tratamento mais adequado, que pode ser feito com uso de remédios antialérgicos ou uso de cremes hidratantes, por exemplo. O que pode ser a coceira no corpo Para descobrir a possível causa da sua coceira no corpo, por favor responda às seguintes questões: Esta ferramenta é apenas uma orientação para tentar identificar a possível causa da sua coceira no corpo. Não deve substituir a consulta com um dermatologista, que é o profissional mais adequado para confirmar o diagnóstico e recomendar o tratamento adequado. Causas da coceira no corpo As principais causas de coceira no corpo são: 1. Reações alérgicas As reações alérgicas podem causar coceira intensa, que pode ser acompanhada de outros sintomas como formação de pequenas bolhas vermelhas ou brancas, crostas ou feridas na pele. Veja como identificar a alergia na pele. A coceira na pele causada por reações alérgicas pode ocorrer em qualquer parte do corpo e é causada por uma irritação ou inflamação na pele, sendo as causas mais comuns: Calor ou suor excessivo; Picada de inseto; Tecidos; Cosméticos, como sabonetes, cremes e xampus; Produtos de limpeza; Pelos de animais ou plantas; Alimentos; Reação alérgica a medicamentos; Poeira ou ácaros de roupas, livros e estofados. A alergia pode surgir de forma isolada ou ocorrer frequentemente em pessoas que têm tendências a ter alergias, e os episódios podem ser leves ou graves, podendo ser necessário o tratamento com imunoalergologista. O que fazer: é recomendado que o local seja lavado com água fria abundante e sabão neutro, além de ser importante que se evite o contato com a substância, alimento ou objeto irritante. Além disso, pode-se fazer o tratamento com antialérgicos ou corticoides aplicados diretamente na pele ou tomados na forma de comprimidos, conforme orientação médica. Em casos mais graves é preciso ir a uma urgência, pois pode ser necessário uso de medicamentos injetáveis. Conte com os nossos especialistas para entender a causa dos seus sintomas. Marque sua consulta já! Parceria com agende sua consulta online Disponível em: São Paulo, Rio de Janeiro, Distrito Federal, Pernambuco, Bahia, Maranhão, Pará, Paraná, Sergipe e Ceará. 2. Pele ressecada A pele ressecada, chamada de xerose cutânea, é causada, principalmente, pelo uso excessivo de sabonetes, por banhos muito quentes e demorados, ou devido envelhecimento da pele que fica mais fina e perde a capacidade de produzir óleo e reter a hidratação natural Isso pode causar coceira constante, além de outros sintomas como irritação, descamação ou até rachaduras pele. Esse tipo de coceira é mais comum de ocorrer nas pernas, braços ou barriga. Outras causas do ressecamento da pele podem incluir uso de alguns medicamentos, como remédios para baixar o colesterol, opioides ou diuréticos, por exemplo, além de situações como desidratação, viver em regiões frias e com baixa umidade, e, até, certas doenças que podem causar alterações na queratinização da pele. O que fazer: deve-se evitar tomar banhos muito quentes, usar umidificadores no ambiente e utilizar sabonetes hipoalergênicos, além de cremes hidratantes que contenham ceramidas, ácido glicólico, vitamina E ou ureia, por exemplo. O ideal é consultar o dermatologista para que seja indicado o melhor creme hidratante de acordo com o tipo de pele. Além disso, em alguns casos, para aliviar a coceira de forma imediata, o médico pode receitar remédios antialérgicos, como loratadina ou dexclorfeniramina, por exemplo. Confira a receita de um ótimo hidratante caseiro para a pele extra ressecada. Leia também: Doenças de pele que coçam: 17 causas (e o que fazer) tuasaude.com/doencas-de-pele-que-cocam 3. Dermatites A dermatite é uma doença inflamatória da pele, geralmente de causa genética ou autoimune, em que há um processo alérgico crônico, que causa coceira constante e intensa, e pode estar acompanhada de outras alterações da pele. Algumas das formas mais comuns de dermatite incluem: Dermatite atópica: mais comum nas dobras dos braços e joelhos em crianças, podendo, também, aparecer nas bochechas e junto às orelhas dos bebês, ou no pescoço, mãos e pés dos adultos, e estar acompanhada de vermelhidão, descamação ou inchaço na pele; Dermatite seborreica: causa vermelhidão ou descamação da pele, especialmente no couro cabeludo, e regiões oleosas da pele como os lados do nariz, orelhas, barba, pálpebras e peito, causando coceira, manchas e descamação da pele; Dermatite de contato: provoca intensa coceira acompanhada de bolhas e vermelhidão, inchaço e descamação, em locais da pele que estiveram em contato direto com uma substância irritante, como uma bijuteria ou cosmético, por exemplo; Dermatite herpetiforme: causa uma reação inflamatória que causa intensa coceira nas costas, couro cabeludo, glúteos, cotovelos e joelhos, acompanhada de pequenas bolhas na pele, sendo mais comum em pessoas com intolerância ao glúten ou doença celíaca; Psoríase: é uma doença crônica da pele que causa inflamação e intensa multiplicação das células da camada mais superficial da pele, provocando manchas vermelhas e ressecadas, que causam coceira, sensação de queimação ou dor; Dermatite por mariposa ou dermatite por Hylesia: acontece devido à liberação de cerdas pela mariposa da espécie Hylesia, que penetram profundamente a pele e podem permanecer durante dias a semanas, levando ao desenvolvimento de sintomas como coceira intensa na pele e vermelhidão local. Nesse tipo de dermatite, a coceira acontece principalmente à noite, já que essa mariposa possui hábito noturno, havendo liberação das suas cerdas durante o voo, não sendo necessário contato direto com a mariposa para resultar nos sintomas. Outros exemplos mais raros de alterações da pele, que causam coceira, incluem as dermatites luminar ou bolhosa, além de outras doenças dermatológicas como penfigoide bolhoso, a micose fungoide e o líquen plano, por exemplo. Confira mais detalhes sobre os principais tipos de dermatite. O que fazer: deve-se consultar o dermatologista para avaliação das características das lesões e, assim, seja orientado tratamento de acordo com cada tipo de dermatite, o que pode incluir cremes hidratantes à base de ureia, remédios corticoides ou antialérgicos, por exemplo. 4. Infecções na pele As infecções na pele podem ser causadas por fungos, bactérias ou parasitas, causando lesões e reações inflamatórias, e surgimento de coceira na pele, podendo ocorrer em diferentes partes do corpo, de acordo com o tipo de microrganismo que causou a infecção. Algumas das infecções mais comuns são: Micoses de pele: causa coceira, vermelhidão e descamação na pele, e pode atingir qualquer região do corpo, que surge devido a infecções por fungo, como no caso da Tinha, Onicomicose, Intertrigo e Pitiríase Versicolor; Candidíase cutânea: causada por uma infecção pelo fungo Candida, provocando o surgimento de coceira na pele, lesões avermelhadas e úmidas, mais comuns nas dobras do corpo, como debaixo dos seios, virilhas, axilas, unhas ou entre os dedos, apesar de poder surgir em qualquer local do corpo; Escabiose: também conhecida como sarna, esta doença é causada pelo ácaro Sarcoptes scabiei, que causa uma coceira intensa e caroços avermelhados, e é bastante contagiosa; Herpes: a infecção pelo vírus da herpes causa vermelhidão e pequenas bolhas, que podem causar coceira ou ser dolorosas, sendo comuns nos lábios e na região genital; Impetigo: infecção na pele causada por bactérias que provocam o surgimento de pequenas feridas que contém pus e formam crostas. Estas infecções podem ser transmitidas de uma pessoa para a outra, e costumam surgir devido aos maus hábitos de higiene ou quando há queda da imunidade. O que fazer: o tratamento deve ser orientado pelo médico de acordo com o tipo de microrganismo que causou a infecção, podendo ser indicado o uso de remédios antifúngicos, como nistatina ou cetoconazol, antibióticos, como neomicina ou gentamicina, soluções de permetrina ou ivermectina para escabiose, e antivirais, como aciclovir, para herpes. A coceira também pode ser aliviada com antialérgicos receitados pelo médico. 5. Doenças sistêmicas Existem diversas doenças sistêmicas, que podem atingir diversos órgãos ou todo o corpo, e causar coceira na pele. Algumas doenças sistêmicas que podem causar coceira no corpo, são: Infecções virais, como Dengue, Zika ou catapora; Doenças nos rins, como insuficiência renal crônica; Neuropatias, causadas por diabetes, AVC ou esclerose múltipla, por exemplo; Doenças endócrinas, como hipertireoidismo, diabetes ou mastocitose; HIV, tanto devido à infecções da pele, como por alterações imunes que podem surgir; Doenças hematológicas, como anemia ou policitemia vera; Câncer, como linfoma de pele. Estas doenças podem causar coceira com frequência e intensidade diferentes em cada pessoa. O que fazer: nestes casos,o tratamento deve ser indicado pelo médico de acordo com a doença principal que pode estar causando a coceira no corpo. Em alguns casos, o médico pode indicar o uso de remédios antialérgicos, como a hidroxizina, para aliviar a coceira. 6. Lúpus O lúpus é um tipo de doença autoimune que se caracteriza pela produção de anticorpos em excesso, podendo causar sintomas como irritação, vermelhidão e coceira na pele e nos casos mais graves, pode atingir outros órgãos como o pulmão e provocar dor no peito e falta de ar. O que fazer: o lúpus não tem cura, mas os sintomas podem ser controlados através de pomadas e medicamentos com corticoides ou imunossupressores indicados pelo médico reumatologista. Veja como é feito o tratamento para lúpus. 7. Problemas no fígado e na vesícula Alguns problemas no fígado e na vesícula biliar provocam a redução na produção e no fluxo da bile, que é um líquido produzido nestes órgãos responsável pela absorção de gorduras, e isto pode acontecer por obstrução nas vias biliares e nos canais do fígado. Desta forma, com o acúmulo de bile no corpo os níveis de bilirrubina, que é um componente da bile, ficam muito aumentados provocando sintomas como pele e olhos amarelados e coceira na pele, que é mais intensa durante a noite e pode ser mais localizada nas solas dos pés e na palma da mão. A colestase gravídica é uma doença hepática que pode surgir durante a gravidez, que tem essas características, podendo ser necessária a realização de ressonância magnética ou ultrassonografia para confirmar o diagnóstico. O que fazer: depois de confirmado o diagnóstico da doença que causa o problema no fígado ou vesícula, o médico poderá receitar medicamentos para estimular a produção de ácidos biliares que ajudam a equilibrar os níveis de gordura na bile. Nestes casos, também é importante evitar o consumo de álcool e bebidas com cafeína, assim como deve-se ser feita uma dieta balanceada, pobre em gorduras. 8. Doenças psicológicas A coceira de origem psicológica, também chamada de prurido psicogênico, é diagnosticada pelo médico quando não se consegue encontrar a causa da coceira mesmo após investigação médica detalhada e demorada, com exames e avaliações físicas. Este tipo de coceira pode surgir nos casos de depressão, transtorno bipolar, ansiedade, distúrbio obsessivo-compulsivo, distúrbios alimentares, dependência de drogas de abuso ou distúrbios da personalidade, por exemplo. Algumas vezes, a coceira é tão intensa que pode causar lesões na pele. O que fazer: deve-se fazer o tratamento indicado pelo médico de acordo com a causa da coceira na pele, após confirmação de que não se trata de uma doença dermatológica ou sistêmica. Desta forma, o psiquiatra pode indicar psicoterapia ou tratar a doença de base, com o uso de ansiolíticos ou antidepressivos, por exemplo. 9. COVID-19 Apesar de ser raro, a COVID-19 pode causar o surgimento de lesões vermelhas, ou roxas, parecidas com urticária, e que também podem também causar coceiras na pele de algumas pessoas. Essas manchas e coceiras podem surgir em diferentes partes do corpo, como pernas, braços e mãos, e geralmente são causadas por uma reação do sistema imunológico para combater o vírus SARS-CoV-2, podendo durar entre 5 e 14 dias. O que fazer: é importante passar por uma consulta com um médico, para avaliar as possíveis causas das lesões e indicar o tratamento mais adequado, que pode incluir o uso de anti-histamínicos, imunossupressores e corticoides, para o tratamento de urticária, ou paracetamol, para os casos de COVID-19, por exemplo. O que causa coceira na gravidez Durante a gravidez, as alterações hormonais, que são normais na gestação, podem deixar a pele mais seca, o que pode provocar coceira. Além disso, existem alguns problemas de pele que podem surgir ou piorar neste período, como o prurido gestacional, causado por alteração das vias biliares, ou outras dermatoses como urticárias, dermatose papular ou penfigoide gestacional, por exemplo. Assim, caso a coceira seja persistente, é recomendado consultar com o obstetra ou dermatologista, para avaliar as possíveis causas e indicar o tratamento mais adequado. Veja no vídeo a seguir outras causas da coceira no corpo e como é o tratamento: Coordenador da Dermatologia do Hospital Caxias D'Or e dermatologista do Hospital Glória D'Or, com CRM 1004115-RJ. 90% dos leitores acham este conteúdo útil (721 avaliações nos últimos 12 meses) Bibliografia LUDWIG, Martha W.B. et al. Localização da lesão e níveis de stress em pacientes dermatológicos. Estudos de Psicologia. Vol.25, n.3. 343-352, 2008 BIBLIOTECA VIRTUAL EM SAÚDE. Psoríase. Disponível em: < . Acesso em 20 fev 2020 MINISTÉRIO DA SAÚDE. Lúpus: causas, sintomas, diagnóstico, tratamento e prevenção. Disponível em: < . Acesso em 20 fev 2020 ROSMANINHO, Isabel; MOREIRA, Ana; SILVA, José P. M. Dermatite de contacto: revisão da literatura. Rev Port Imunoalergologia. Vol.24, n.4. 197-209, 2016 SOCIEDADE BRASILEIRA DE HEPATOLOGIA. Prurido nas doenças do fígado. Disponível em: < . Acesso em 20 fev 2020 MINISTÉRIO DA SAÚDE. Protocolo Clínico e Diretrizes Terapêuticas da Colangite Biliar Primária. Disponível em: < . Acesso em 20 fev 2020 CALADO, Gisela; LOUREIRO, Graça et al. Stress e doença alérgica: Mecanismos subjacentes. Rev Port Imunoalergologia. Vol.20, n.1. 9-21, 2012 BRAS, Susana; AMARO, Cristina; CARDOSO, Jorge. Prurido crônico. Revista da SPDV 72(4) 2014;. Vol.72, n.4. 1-19, 2014 ANTUNES, Adriana A. et al. Guia prático de atualização em dermatite atópica - Parte I: etiopatogenia, clínica e diagnóstico. Arq Asma Alerg Imunol. Vol.1, n.2. 131-156, 2017 SEIRAFIANPOUR, Farnoosh et al. Cutaneous manifestations and considerations in COVID-19 pandemic: A systematic review. Dermatologic Therapy - Wiley Online Library. 2020 VISCONTI, ALESSIA et al. Diagnostic value of cutaneous manifestation of SARS-CoV-2 infection. British Journal of Dermatology. Vol.184. 5.ed; 880-887, 2021 SOCIEDADE BRASILEIRA DE DERMATOLGIA. Prurido epidêmico no Recife: causa desvendada. 2021. Disponível em: < . Acesso em 09 dez 2021 BUTEAU, A.; REICHENBERG, J. Psychogenic Pruritus and Its Management. Dermatol Clin. 36. 3; 309-314, 2018 BUTEAU, A.; REICHENBERG, J. Psychogenic Pruritus and Its Management. Dermatol Clin. 36. 3; 309-314, 2018 COMBS, S. A.; et al. Pruritus in Kidney Disease. Semin Nephrol. 35. 4; 383-91, 2015 MONIAGA, C. S.; et al. Mechanisms and Management of Itch in Dry Skin. Acta Derm Venereol. 100. 2; adv00024, 2020 COMBS, S. A.; et al. Pruritus in Kidney Disease. Semin Nephrol. 35. 4; 383-91, 2015 MONIAGA, C. S.; et al. Mechanisms and Management of Itch in Dry Skin. Acta Derm Venereol. 100. 2; adv00024, 2020 MISERY, L.; et al. Neuropathic pruritus. Nat Rev Neurol. 10. 7; 408-16, 2014 MISERY, L.; et al. Neuropathic pruritus. Nat Rev Neurol. 10. 7; 408-16, 2014 DE VLOO, C.; NEVENS, F. Cholestatic pruritus : an update. Acta Gastroenterol Belg. 82. 1; 75-82, 2019 WEISSHAAR, E.; et al. European S2k Guideline on Chronic Pruritus. Acta Derm Venereol. 99. 5; 469-506, 2019 DE VLOO, C.; NEVENS, F. Cholestatic pruritus : an update. Acta Gastroenterol Belg. 82. 1; 75-82, 2019 WEISSHAAR, E.; et al. European S2k Guideline on Chronic Pruritus. Acta Derm Venereol. 99. 5; 469-506, 2019 BERGER, T. G.; SHIVE, M.; HARPER, G. M. Pruritus in the older patient: a clinical review. JAMA. 310. 22; 2443-50, 2013 BECHTEL, M. A. Pruritus in Pregnancy and Its Management. Dermatol Clin. 36. 3; 259-265, 2018