

**Autor:** Maria Inês Ruela, Helena Faustino

**Última atualização:** 2018/07/15

**Palavras-chave:** Infecção da pele, Pé de atleta, Micose, tinea pedis

## Resumo

O pé de atleta é uma infecção que ocorre na pele dos pés, provocada por fungos dermatófitos (micose), sendo uma das micoses mais frequentes a nível mundial. O contágio dá-se em ambientes quentes e húmidos e através de pessoas infectadas.

Caracteriza-se, na generalidade, por pele gretada, ferida, comichão e mau odor. Frequentemente, as pessoas com pé de atleta têm outras micoses noutras localizações.

Esta infecção responde bem a tratamentos tópicos, aplicados directamente na pele dos pés, havendo várias estratégias para prevenir novas infecções. Na maioria dos casos, o prognóstico é muito favorável, se cumpridas todas as medidas recomendadas.

## Pé de atleta

O Pé de atleta é uma infecção na pele dos pés ou dedos dos pés, provocada por fungos dermatófitos (micose), sendo chamada, clinicamente, de *tinea pedis*. Os fungos mais frequentemente implicados são *Trichophyton rubrum*, *Trichophyton mentagrophytes* e *Epidermophyton floccosum*.

Afecta adolescentes e adultos, raramente antes da puberdade, e é mais frequente nos homens do que nas mulheres. É uma das micoses mais frequentes a nível mundial. Pensa-se que 70% da população desenvolve *tinea pedis* pelo menos uma vez na vida.

## Quais os sintomas?

Esta infecção caracteriza-se por pele húmida, esbranquiçada, ferida, com fissuras entre os dedos dos pés e pele seca, descamativa e gretada na planta e zonas laterais dos pés.

Esta micose causa muita comichão e, por vezes, mau odor.

Pessoas com pé de atleta podem, frequentemente, ter outras infecções fúngicas nas palmas das mãos, nas unhas, nas virilhas e noutras dobras da pele.

## Como posso ter esta infecção?

Pode transmitir-se através de pessoas infectadas, sendo muito contagioso. Estes fungos desenvolvem-se em ambientes quentes e húmidos, como nos sapatos e meias, balneários, chuveiros e zonas próximas de piscinas.

## Como é tratado o pé de atleta?

---

Esta infecção responde bem a tratamentos com anti-fúngicos tópicos, aplicados diretamente sobre a área infectada, em creme, spray ou pó cutâneo.

Habitualmente, é necessário prolongar o tratamento durante cerca de 4 semanas. É muito importante completar o tempo recomendado de tratamento, mesmo que os sintomas entretanto desapareçam.

Em casos graves ou prolongados, poderá ser necessário tratamento com anti-fúngicos por via oral.

## Como posso prevenir?

---

A *tinea pedis* tende a reincidir. Para prevenir uma potencial recidiva, é importante aplicar estas medidas higiénicas complementares:

- **Evitar partilhar calçado**, roupas, lençóis e toalhas não lavadas;
- **Trocar a roupa interior e as meias**, pelo menos, uma vez por dia;
- **Opte por meias de algodão**, seda ou lã em vez de fibras sintéticas;
- A pele dos pés **deve ser lavada e bem seca** no final de cada banho, principalmente entre os dedos;
- **Usar sempre chinelos ou sandálias** nas piscinas, balneários, chuveiros públicos, etc;
- É aconselhado usar-se **pó de talco**, aplicado nos pés e no calçado, no caso de sudação excessiva, e deve preferir-se calçado aberto, quando possível.

## Qual o prognóstico?

---

Na maioria dos casos, a infecção cura, se cumpridas todas as medidas recomendadas.

## Conclusão

---

O pé de atleta é uma micose muito comum, contagiosa e com sintomas muito desagradáveis. É de extrema importância um tratamento correcto e uma prevenção adequada para um prognóstico favorável.

## Referências recomendadas

---

- [Goldstein, A, Goldstein, B. Patient education: Ringworm \(including athlete's foot and jock itch\) \(Beyond the Basics\). UptoDate; 2018](#)
- [Robbins, C, Elewski, B. Tinea Pedis: Background, Pathophysiology, Epidemiology. Medscape; 2018](#)
- [Pé de atleta \(Tinea pedis\). Manual MSD](#)

**[Voltar à página inicial](#) [Tem alguma dúvida? Fale conosco](#) \*\*\*\***

[Maria Inês Ruela](#) • [Helena Faustino](#)