



Micose nos pés (frieira)

Micoses são infecções provocadas pelo crescimento excessivo de fungos que atingem a pele, as unhas e os cabelos. O desenvolvimento das micoses está ligado a fatores como, sistema imunológico enfraquecido, consumo excessivo de açúcar ou alergias. Tipos de micoses bastante conhecidas são: Candidíase, Pitiríase versicolor, Onicomiose e aquela causada pelo fungo *Tricophyton*, que pode infectar varias partes do corpo, que vamos focar nessa dica de saúde!

Nos pés, as micoses também são conhecidas como frieiras, pé de atleta, e tinha. Elas podem ser transmitidas pelo contato direto com pessoas contaminadas ou através de objetos e pisos contaminados, como vestiários, chuveiros de uso coletivos, praias e piscinas.

Apesar de ser mais comum em clima quente, também podem ocorrer no inverno, com o ambiente úmido somado ao abafamento de calçados fechados. As frieiras são caracterizadas por manchas vermelhas de superfície escamosa, bordas bem nítidas e que podem até sangrar, porém o principal sintoma é a coceira. Se não tratadas, infecções bacterianas secundárias podem agravar os casos.

Prevenções incluem **enxugar bem os espaços entre os dedos dos pés**, fazer a limpeza adequada dos pisos dos banheiros, utilizar chinelos quando for usar o banheiro e não ficar com as meias úmidas e calçados fechados por longos períodos.

No tratamento das frieiras são utilizados, mais comumente, antifúngicos tópicos (locais), ou orais, dependendo do caso e da gravidade. O paciente deve procurar profissional da saúde para maiores informações

Para saber mais:

1. [Ministério da Saúde](#)
2. [Sociedade Brasileira de Dermatologia Regional de São Paulo](#)
3. [Sociedade Brasileira de Dermatologia](#)

