



# CSB360<sup>®</sup>

NEWSLETTER DA CASA DE SAÚDE DA BOAVISTA



## EXISTEM UNS PEIXES QUE PICAM OS PÉS...



Por Dr<sup>a</sup>. Ana Cristina Freitas  
Clínica Pediátrica  
da Casa de Saúde da Boavista

Quem nunca ouviu falar do peixe-aranha? Escondido na areia do mar pode picar qualquer pé descalço e indefeso que por ali passe. Vamos saber o que fazer quando isto acontece?

### Quem é o peixe-aranha?

Peixe-aranha é o nome comum para várias espécies de peixes da família Trachinidae, entre as quais está o peixe-aranha-menor (o mais frequente em Portugal). São peixes alongados, de cor acastanhada, com uma pequena barbatana dorsal preta com espinhos que libertam uma toxina. Enterram-se na areia, ficando apenas com os olhos de fora, enquanto aguardam a próxima presa. Apenas tencionam atacar pequenos peixes e crustáceos, mas na época balnear acabam por picar os pés dos banhistas que inadvertidamente os pisam. Menos frequentemente, picam a mão ou a nádega de crianças que bricam na água durante a maré baixa.

### Quais os sintomas da picada por este peixe?

Inicialmente apenas se sente uma pequena picada, como se pisássemos uma concha partida ou uma pedra mais afiada. Em 2 a 3 minutos começa a doer, cada vez mais, até se tornar difícil de suportar. O local da picada pode ficar inchado e vermelho.

### O que devemos fazer?

Começamos por sair da água com calma, tentando mexer o menos possível o local picado. Já sentados na areia seca, devemos espremer a picada para extrair o máximo da toxina injetada pelos espinhos do peixe. Se sangrar, melhor. E finalmente, vamos aproveitar o ponto fraco da toxina que é ser facilmente destruída pelo calor.

### **Como aplicar calor no local da picada?**

Devemos atuar rapidamente, logo nos primeiros 30 minutos. O ideal seria submergir o local picado em água tão quente quanto suportável, durante 20 a 30 minutos, com o cuidado de não queimar. Água a 40°C estaria bem, mas não é fácil obtê-la na praia, em pleno verão. É então que pomos em prática o plano B: encontrar um fumador, pedir para acender um cigarro em brasa e aproximá-lo do local da picada, repetindo o procedimento 3 a 4 vezes. Mas sem tocar na pele, para evitar queimaduras. Agora sim, a dor começa a aliviar! Na ausência de fumadores próximos, caminhar sobre a areia quente fazendo pressão sobre a zona picada, apesar de inicialmente doloroso, acaba por resultar.

### **O espículo do peixe-aranha ficou na ferida?**

Por vezes um dos espinhos parte-se no momento da picada e fica cravado na ferida. Após as primeiras medidas para aliviar a dor, devemos inspecionar a zona picada. Não é preciso ter pressa porque o espículo, desde que separado do peixe, não liberta mais toxina. Se este for visível na ferida, deve ser retirado. Caso contrário, não se deve abrir a ferida. Lavar e desinfetar é sempre recomendado.

E o “spray milagroso” (spray de cloreto de etilo) que todos os nadadores-salvadores têm?

Fuja desse spray! O spray de cloreto de etilo arrefece a área onde é aplicado e parece aliviar a dor. Mas é um falso alívio. O problema persiste porque a toxina fica “presa” nos vasos sanguíneos arrefecidos da zona afetada. Quando o efeito do frio passa, os vasos dilatam, a toxina é libertada e a dor regressa de forma intensa, alastrando ao longo do membro.

### **Devemos ir ao médico após a picada?**

Apesar de muito dolorosas, a maioria das picadas de peixe-aranha não é perigosa e a dor começa a diminuir em algumas horas, mesmo sem tratamento. Geralmente no dia seguinte, já não passa de uma má recordação. Se for preciso, a administração de ibuprofeno oral funciona como analgésico e diminui o inchaço. Na maioria dos casos não é preciso ir ao médico. Tonturas, náuseas, vômitos, dores de cabeça, febre, convulsões e dificuldade a respirar, assim como dor na virilha e a perna vermelha, pálida ou inchada se a picada foi no pé, ou as mesmas alterações na axila e no braço se picada foi na mão, são sinais de gravidade que devem motivar observação médica.

### **“Se apanho esse peixe... nem sei que lhe faça!”**

E que tal caldeirada de peixe-aranha? Fica delicioso! É o que os pescadores fazem a estes peixes quando os apanham nas suas redes: retiram-nos cautelosamente, com muito cuidado cortam-lhes a barbatana que tem os espinhos e zás... tacho com eles! O melhor mesmo é deixar a preparação para quem sabe pois, mesmo depois de morto, o peixe-aranha continua a libertar o veneno através dos seus espinhos.

### **Continuação de boa praia e bons banhos!**

