



Educação
em Saúde

VOL. 166

PUBLICAÇÃO
AUTORIZADA



Cartilha de recomendações

Como fazer a lavagem nasal?

Orientações para familiares
de pacientes pediátricos

HOSPITAL DE
CLÍNICAS
PORTO ALEGRE RS



MATERIAIS NECESSÁRIOS



Seringa



Soro fisiológico

OU



Solução salina caseira

Para fazer a **SOLUÇÃO SALINA CASEIRA**:



1 litro de água filtrada e fervida



1 colher de sopa rasa (9g) de sal de cozinha

Misturar 1 litro da água em temperatura ambiente ou morna (precisa ser filtrada e fervida antes) com 9g (1 colher de sopa rasa) de sal de cozinha.

- Pode ser guardada na geladeira por até 7 dias.
- Sempre deve retirar a quantidade que será usada e deixar fora da geladeira até ficar em temperatura ambiente antes de utilizar.

Sabia que a lavagem nasal varia conforme a idade? Confira como fazer!

CRIANÇAS DE 0 A 6 MESES

Em caso de pouca secreção:

Material: seringa de 1 mL.

Como: com o bebê deitado de barriga para cima e com cabeceira elevada, virar o rosto do bebê para o lado e aplicar soro em uma seringa de no máximo 1 mL na narina de cima, após fazer o mesmo para o outro lado. Podendo repetir mais uma vez se necessário ou utilizar o sugador nasal logo depois.

Quando: sempre que o bebê apresentar barulho de nariz entupido.

Em caso de muita secreção:

Material: seringa de 1 mL, 3 mL ou 5 mL.

Como: com o bebê sentado no colo, apoiado em você e cabeça levemente inclinada para frente, aplicar soro em uma seringa de 1 a 5 mL em cada narina, com quantidade suficiente para que o líquido saia pela outra narina. Utilize o sugador nasal para aspirar logo depois.

Quando: se a criança estiver com barulho de nariz entupido, gripada, com quadro de infecção viral ou bacteriana.

CRIANÇAS DE 6 MESES A 2 ANOS

Material: seringa com tamanho de acordo com a idade.

Sugestão:

- Até 9 meses - 1 mL por mês de idade da criança (ex: 5 meses = 5 mL)
- A partir de 10 meses - 10 mL

Como: com a criança sentada, apoiar as costas e a cabeça dela no seu peito e inclinar para frente. Com a seringa, aplicar o soro em uma narina e depois na outra. Repetir quantas vezes forem necessárias até parar de sair secreção. Utilize o sugador nasal para aspirar logo depois.

CRIANÇAS A PARTIR DE 2 ANOS

Material: seringa de 10mL.

Como: com a criança sentada, posicionar com o corpo um pouco para frente e a cabeça inclinada (lado do nariz que vai receber o soro para cima) e pedir que ela abra a boca ou fale “KAKAKAKA” durante a lavagem. Ao final, peça para a criança assoar o nariz ou utilize o sugador nasal logo após.

Como utilizar: coloque a ponta do sugador na narina da criança e sugue pelo bocal devagar. Após uso, limpe com água e sabão e deixe secar.



OBSERVAÇÕES IMPORTANTES SOBRE COMO FAZER

- Dar preferência à lavagem antes das mamadas/alimentação e antes de dormir. Evitar a aplicação após as mamadas/alimentação pelo risco de choro e vômito.
- Posicionar a seringa de maneira que encaixe bem na narina.
- Direcionar o líquido para o “fundo” e reto no nariz.
- Empurrar lentamente a parte móvel da seringa, com pressão suave e contínua, sem aplicar força.
- A sensação de desconforto ou dor nos ouvidos indica que está sendo usada muita pressão para apertar a seringa durante a lavagem. Nesse caso, interrompa a lavagem e revise a técnica.

INDICAÇÕES

**Obstrução nasal
(nariz trancado/entupido
por secreção)**



Coriza/nariz escorrendo

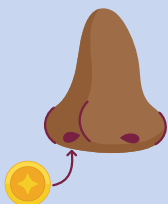
**Secreção amarela ou
esverdeada no nariz**

**Crianças que usam
ventilação não
invasiva ou oxigênio**



***É necessário que a criança tenha tosse forte**

CONTRAINDICAÇÕES



**Suspeita de que a
criança tenha colocado
algum objeto no nariz**

Fraturas no rosto



EM CASO DE DÚVIDAS:

Durante a internação: solicitar ajuda da equipe de Fisioterapia ou de Enfermagem.

Em casa: procure orientações na Unidade Básica de Saúde do seu território.



HOSPITAL DE
CLÍNICAS
PORTO ALEGRE RS

**SERVIÇO DE FISIOTERAPIA E
SERVIÇO DE OTORRINOLARINGOLOGIA**

Rua Ramiro Barcelos, 2350
Largo Eduardo z. Faraco
Porto Alegre/RS 90035-903
Fone 51 3359 8000
www.hcpa.edu.br