

# LIMPANDO O NARIZ DAS CRIANÇAS

É muito importante saber como limpar o nariz das crianças. A limpeza nasal adequada pode prevenir doenças respiratórias e ajudar no tratamento das rinites ou sinusites. A orientação do seu médico é o primeiro passo para iniciar a limpeza.

## Removendo as secreções

- ▶ Crianças menores (ou lactentes), ou aquelas que ainda não sabem como assoar o nariz: deve-se fazer a higienização nasal com soro e, com cuidado, usar uma haste de algodão para retirar as secreções da parte mais externa das narinas. Nunca introduzir profundamente a haste.
- ▶ Crianças Maiores: Peça seu filho para assoar levemente o nariz. Em caso de obstrução nasal, não se deve assoar o nariz com força.

## ATENÇÃO

O hábito de assoar fortemente o nariz poderá promover o envio de secreções para as cavidades paranasais (seios da face) e/ou ouvidos.

## Lavando o nariz das crianças

- ▶ Promover um ambiente tranquilo;
- ▶ Explicar para a criança a importância da limpeza do nariz e como ela será feita;
- ▶ Aquecer o soro fisiológico ou similares até a temperatura corporal;
  - pode-se friccionar o vidro entre as mãos ou colocá-lo na axila para aquecer o conteúdo;
  - quando aquecer em banho-maria, avaliar a temperatura no dorso da mão;

### CONTA-GOTAS - SERINGA

- ▶ Inclinar a cabeça da criança para trás;
- ▶ Não introduzir o conta-gotas ou seringa no recipiente do soro. Use um pequeno copo;
- ▶ Injetar a dosagem prescrita do soro de uma só vez, para promover a limpeza das fossas nasais.

### SPRAY NASAL

- ▶ Deixar a criança sentada, com o queixo para baixo;
- ▶ O spray usado dessa maneira, alcança a região mais posterior do nariz.
- ▶ Pode-se repetir o procedimento até completar a limpeza adequada das fossas nasais.

### CUIDADOS COM O SORO FISIOLÓGICO:

- armazenar em geladeira
- renovar a cada 2 ou 3 dias

AO PERSISTIREM OS SINTOMAS, O MÉDICO DEVERÁ SER CONSULTADO.



www.iapo.org.br  
IAPO Copyright © 2005