

Guia Prático

Saúde respiratória infantil

Asma

Entendendo e cuidando

O que é?

Uma inflamação crônica nas vias aéreas. A criança pode ter crises de tosse, chiado, falta de ar ou aperto no peito, especialmente à noite, durante exercícios ou após exposição a alérgenos.

Diferença entre medicamentos:

Controle (*Preventivo*):

Geralmente corticoides inalatórios.

Use todos os dias, mesmo sem sintomas.

Alívio (*Resgate*):

Broncodilatadores (ex: salbutamol).

Use apenas durante crises ou conforme orientação médica.

Cuidados essenciais:

Aplicação correta:

- Sempre use o espaçador (com máscara bem ajustada para bebês).
- Agite a bombinha antes de usar.
- Aplique um jato por vez e espere cerca de 10 segundos entre eles.

Higiene:

- Após o uso de corticoide, escove os dentes, faça bochecho ou ofereça água/gaze úmida ao bebê para evitar sapinho (candidíase).

Orientações:

- Mantenha a bombinha limpa, protegida e dentro da validade.
- Nunca compartilhe o dispositivo.

Prevenção de crises:

Ambiente:

Evite fumaça de cigarro (incluindo eletrônicos), poeira, mofo, perfumes fortes e mudanças bruscas de temperatura.

Casa:

Mantenha o ambiente ventilado, prefira limpeza com pano úmido e troque a roupa de cama com frequência.

Rotina:

Mantenha o acompanhamento médico na APS e vacinação em dia.

Bronquiolite

Cuidados no Lar

O que é?

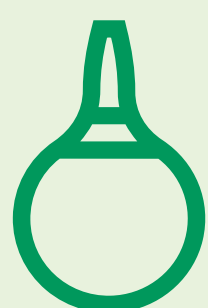
Infecção viral (geralmente pelo VSR) que afeta as vias respiratórias inferiores, mais comum em crianças menores de 2 anos.

Cuidados em casa:



Hidratação:

Ofereça líquidos com frequência e mantenha o aleitamento materno.



Nariz limpo:

Faça lavagens nasais frequentes com solução fisiológica (especialmente antes de mamar e dormir).



Conforto:

Fracione as refeições em menores quantidades e mantenha a criança em ambientes arejados e sem fumaça.



O que não fazer:

Não use antibióticos, xaropes ou bombinhas sem prescrição médica.

Prevenção:

- Lave bem as mãos, evite aglomerações e contato com pessoas gripadas.
- Higienize brinquedos frequentemente e mantenha a vacinação em dia.

Sinais de alerta

Quando buscar atendimento imediato?

Quando a criança:

- Apresentar dificuldade importante para respirar (respiração rápida, com esforço ou afundamento das costelas).
- Tiver pausas na respiração.
- Ficar com lábios ou unhas arroxeados.
- Não conseguir falar, mamar ou beber líquidos.
- Apresentar sonolência excessiva ou dificuldade para despertar.
- Não apresentar melhora após o uso da medicação de alívio.
- Apresentar sinais de desidratação (como pouco xixi) ou febre persistente.

O controle da asma e a recuperação da bronquiolite dependem de paciência e acompanhamento. **Nunca suspenda ou inicie medicamentos sem orientação médica.** Mantenha o acompanhamento médico na APS mesmo que seu filho esteja bem.

Referências:

GLOBAL INITIATIVE FOR ASTHMA (GINA). Global Strategy for Asthma Management and Prevention. [S. l.]: GINA, 2026. Disponível em: <https://ginasthma.org/>. Acesso em: 1 set. 2026.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA (SBP). Manejo da crise de asma: do lactente ao adolescente. São Paulo: SBP, 2023. (Guia Prático de Atualização). Disponível em: <https://www.sbp.com.br/>. Acesso em: 1 set. 2026.

RALSTON, S. L. et al. Clinical practice guideline: the diagnosis, management, and prevention of bronchiolitis. *Pediatrics*, [S. l.], v. 134, n. 5, p. e1474–e1502, nov. 2014. Disponível em: <https://publications.aap.org/pediatrics/article/134/5/e1474/32971/>. Acesso em: 1 set. 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Especializada à Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia, Inovação e Insumos em Saúde. Protocolo Clínico e Diretrizes Terapêuticas da Asma. Brasília: Ministério da Saúde, 2026. Disponível em: <https://www.gov.br/conitec/pt-br/midias/protocolos/2026/pcdt-da-asma>. Acesso em: 1 set. 2026.



unimedbauru.com.br

ANS Nº 36965-9