

A importância da higiene nasal em lactentes de 0 a 6 meses e o impacto na saúde respiratória infantil

The importance of nasal hygiene in infants aged 0 to 6 months and the impact on children's respiratory health

Michele Aparecida Ferreira Lima¹, Lindaiane Bezerra Rodrigues Dantas²

¹ Acadêmica do curso de pós graduação em Fisioterapia Pediátrica e Neonatal, Centro Universitário Dr Leão Sampaio, UNILEÃO, Juazeiro do Norte-Ce

² Doutora em química Biológica, Universidade Regional do Cariri, URCA, Crato-Ce

A higiene nasal é um processo para limpeza da cavidade nasal, onde se aplica uma solução salina por meio de diferentes métodos ou dispositivos e pode ser utilizado em diferentes faixas etárias, do recém-nascido ao idoso, cada um de acordo com suas particularidades de indicações. A higiene nasal possui benefícios a saúde respiratória dentre eles, remover crostas, descamações celulares, poluição, secreções contendo germes, como vírus, bactérias, alérgenos, ação anti-inflamatória local, hidratação e umidificação local, prevenir infecções respiratórias, facilitar a absorção de possíveis medicamentos, contribuindo para o bom funcionamento do trato respiratório superior e conseqüentemente do trato respiratório inferior.

Existem diversos dispositivos no mercado para realização da higiene nasal, os mais indicados para a população infantil de zero a seis meses são, a seringa e os sprays de jato contínuo, ainda não se tem consenso na literatura sobre a quantidade de solução salina a ser instilada na narina do lactente. Em relação a frequência da higiene nasal, a mesma poderá ser realizada duas vezes ao dia no mínimo, podendo aumentar essa frequência de acordo com a necessidade.

Ainda que a higiene nasal tenha se popularizado de alguns anos até aqui, é possível e comum encontrar resistência de alguns pais na realização da higiene nasal, os maiores obstáculos para a realização se dão pelo receio e inexperiência, oposição do lactente ao procedimento e os riscos de possíveis engasgos e desconfortos. É importante ressaltar que uma higiene nasal realizada de forma equivocada e sem uma boa orientação é mais prejudicial do que não realizar a higiene nasal.

Os lactentes possuem particularidades anatômicas e fisiológicas que os diferem da criança maior e do adulto. Possuem respiração nasal exclusiva até os seis meses de idade, a resistência da vias aéreas é maior em relação ao adulto, além da anatomia das estruturas do sistema respiratório não serem completamente maduras e desenvolvidas e ainda seu sistema imunológico incompleto, o que predispõe esses lactentes a facilidade em contrair infecções respiratórias quando este são expostos aos agente causadores. A bronquiolite por exemplo é a afecção respiratória mais comum dessa população e faixa etária.

Com a via aérea pouco desenvolvida e a respiração exclusivamente nasal, o acúmulo de muco ou secreções de via aérea superior nessa população é extremamente prejudicial, gerando obstrução ao fluxo aéreo, desconforto respiratório, dificuldade na alimentação, no sono e irritabilidade.

Manter a via aérea superior dos lactentes limpa, umidificada e hidratada é extremamente importante para a saúde respiratória destes, tendo em vista que os benefícios da higiene nasal na umidificação da mucosa, favorecendo a fisiologia, tornando a secreção mais fluida e de fácil transporte para a nasofaringe, promovendo o *clearance* nasal carreando as partículas, alérgenos e microrganismos superam os riscos. Os riscos mais relatados na realização da higiene nasal são principalmente, engasgos, devido a imaturidade da coordenação entre a respiração e deglutição dos lactentes e a falta de consenso em relação a quantidade da solução salina para essa população. Riscos de otite média aguda (OMA), onde ainda não se conseguiu comprovar se a solução causa a otite, ou a instilação da solução salina desviada pela tuba auditiva para a orelha média através da pressão gerada pela forma brusca ou não da instilação da solução salina que predispõem as OMA'S.

Realizar a higiene nasal é a conduta mais simples, conservadora e de baixo custo, eficaz se bem conduzida para o bom funcionamento do sistema respiratório, prevenção e tratamentos das infecções de vias aéreas superiores e melhora da qualidade de vida dos lactentes. Porém faz-se necessários mais estudos com relação aos riscos e perigos, como também das contraindicações da higiene nasal de forma mais clara, ainda é necessário mais pesquisas e educação em saúde sobre a higiene nasal com os profissionais da saúde e responsáveis desses lactentes, como também recrutamento e orientações para a realização de forma segura nessa população.