

**Figura 1 – Sinal de dificuldade respiratória**



### LEMBRE-SE:

- A maioria das infeções respiratórias agudas são causadas por vírus;
- Os vírus não são tratados com antibióticos;
- As crianças devem ficar em casa e sempre sob vigilância dos sinais de alarme durante a doença;
- A reavaliação pelo médico assistente é de extrema importância e deve ser sempre realizada;
- A exposição ao fumo do tabaco é um fator predisponente para as infeções respiratórias de repetição. Lembre-se, não fume em casa nem perto da sua criança.

Fontes:

1- [www.fisiotic.org](http://www.fisiotic.org)

2- UptoDate, Patient information: Bronchiolitis (and RSV) (The Basics)

### A QUEM PODE RECORRER:

- 1) Médico assistente;
- 2) Saúde 24 (808 24 24 24);
- 3) Consulta de Saúde Infantil no Centro de Saúde;
- 4) Serviço de Urgência Pediátrica.

### CONTACTOS

#### Agrupamento de Centros de Saúde Arco Ribeirinho

Telefone: 212059300

#### Urgência Pediátrica (Barreiro)

Telefone: 212147300, extensão 2016

#### Urgência Básica (Montijo)

Telefone: 212147300, extensão 3200

#### Centro Hospitalar Barreiro Montijo, E.P.E.

Av. Movimento das Forças Armadas | 2834-003 Barreiro

Serviço de Pediatria

Telefone: 21 214 71 34

[www.chbm.min-saude.pt](http://www.chbm.min-saude.pt)

# INFEÇÕES RESPIRATÓRIAS AGUDAS



1

## INFEÇÕES RESPIRATÓRIAS. O QUE SÃO?

As infeções respiratórias consistem em infeções de uma ou mais porções do aparelho respiratório, causadas por vírus ou bactérias. São comuns nas crianças e incluem a laringite, bronquiolite e pneumonia.

### LARINGITE

Laringite é uma infeção da laringe, frequentemente causada por **vírus**. Manifesta-se por tosse rouca (“**tosse de cão**”), **rouquidão** e por vezes **febre**. Os sintomas pioram **à noite**. Dura habitualmente de 2 a 7 dias. Não costuma ser grave, mas pode provocar dificuldade respiratória, principalmente com a agitação da criança.

### BRONQUIOLITE

Bronquiolite é uma infeção (habitualmente por **vírus**) que afeta os bronquíolos, inflamando-os e preenchendo-os com muco, o que dificulta a respiração. É mais frequente nas crianças com menos de 2 anos. Inicia-se como uma constipação. Mais tarde pode aparecer **tosse, pieira, farfalheira, dificuldade em respirar e dificuldade na alimentação**. Dura entre 3 a 7 dias, mas a tosse pode persistir 14 dias ou mais.

### PNEUMONIA

Pneumonia é uma infeção dos pulmões. Até aos 5 anos é mais frequentemente causada por vírus, mas pode ocorrer sobreinfeção bacteriana. A criança tem **febre alta, tosse produtiva** e pode ter dificuldade respiratória, “dor ao respirar”, dor abdominal ou vômitos. Atenção aos sintomas respiratórios numa criança com “**ar doente**”.

## COMO TRATAR?

Existem vários cuidados que pode ter se a sua criança tiver uma infeção respiratória aguda:

- Elevação da cabeceira da cama a 30º: colocar almofadas **por baixo do colchão** na zona da cabeceira;
- Fracionar as refeições: oferecer alimentos mais vezes ao dia mas em menor quantidade e **sem insistir**;
- Lavagem nasal com **soro fisiológico** e aspiração das secreções nasais se necessário, principalmente antes das refeições;
- Oferecer **líquidos** para prevenir a desidratação;
- **Dormir no mesmo quarto** que a criança, enquanto esta estiver doente, de modo a manter vigilância;
- Não utilizar **medicamentos não prescritos** ou para a tosse. A tosse existe para libertar as secreções que estão acumuladas nos pulmões e vias respiratórias;
- Não realizar aerossóis sem indicação médica.
- Evite o contágio, lavando as mãos com frequência.

Na **laringite**, o ar frio ajuda nos acessos de tosse. Pode colocar a criança agasalhada à janela, por exemplo. Mantenha a criança calma, a agitação pode provocar obstrução das vias aéreas.

## QUANDO RECORRER À URGÊNCIA PEDIÁTRICA:

- Idade inferior a 3 meses;
- Doença crónica de base;
- Ou presença de sinais de alarme:

## SINAIS DE ALARME

- **Sinais de dificuldade respiratória**: respiração rápida, “cavinhas” na pele e entre as costelas, por baixo das costelas ou por baixo do pescoço com a respiração (ver figura 1), balanceio da cabeça;
- Tosse continua (mais de 30 minutos);
- Mau estado geral: criança irritada ou prostrada/pouco ativa;
- Febre há mais de 3 dias;
- Febre elevada (acima de 39°C) e com pouco intervalo entre os picos febris;
- Intolerância oral aos líquidos, por vômitos ou recusa alimentar. Dificuldade ou cansaço durante a alimentação;
- Duração dos sintomas superior a 7 dias;
- Agravamento da doença.

No caso da **pneumonia ser bacteriana**, o médico irá prescrever antibiótico oral. Se a criança não o tolerar (vômitos, recusa) ou se mantiver febre 48h após o início do antibiótico, deve regressar ao serviço de urgência.

## PROCURE AJUDA IMEDIATA (112) SE A CRIANÇA:

- Começa a ficar azul ou muito pálida;
- Tem muita dificuldade em respirar, não consegue falar ou chorar;
- Apresenta sinais de cansaço por esforço excessivo a respirar;
- Começa a salivar muito, não consegue engolir ou se arqueia o pescoço para trás para respirar;
- Para de respirar.