

TOSSE E RESPIRAÇÃO

CLUBE
correr ou
esperar...
DR. ODILIO CORRÊA

O QUE OBSERVAR QUANDO SEU FILHO ESTÁ TOSSINDO?

A tosse é um sintoma muito comum na infância e geralmente está relacionada a infecções virais, como gripes e resfriados. Na maioria das vezes, faz parte da defesa do organismo e melhora sozinha. Mas é importante observar alguns sinais, pois a tosse pode estar associada a outras condições e, em alguns casos, exigir avaliação médica.

Veja o que você precisa observar:



TIPO DE TOSSE

É seca ou com catarro? A tosse é leve, moderada ou intensa? Parece pior em algum horário do dia ou em determinadas situações (como à noite ou durante a atividade física)?



CARACTERÍSTICAS DO CATARRO

Se houver catarro, observe a cor (transparente, amarelado ou esverdeado) e a quantidade. Catarro mais espesso ou com mudança de cor pode indicar uma infecção que precisa de avaliação médica.



RESPIRAÇÃO

Está respirando tranquilamente? Observe se há respiração mais rápida, esforço para respirar, uso da musculatura do pescoço ou do abdômen, gemência ou dificuldade para falar/mamar, de acordo com a idade.



CORIZA

A tosse está associada a nariz entupido ou escorrendo? A coriza pode ser um sinal de virose e, às vezes, contribui para a tosse, principalmente à noite.



SINAIS GERAIS

Além da tosse, seu filho está com febre, dor no peito, cansaço, falta de apetite ou prostração? O estado geral da criança é um dado importante.



SONO E ATIVIDADES

A tosse está atrapalhando o sono? Seu filho está conseguindo brincar, se alimentar e realizar as atividades do dia a dia?



EVOLUÇÃO

Quando a tosse começou? Está melhorando, piorando ou se mantendo igual? Surgiram novos sintomas com o passar dos dias?



LEMBRETE: Observe sempre o conjunto. Não é apenas a tosse, mas a forma como seu filho está respirando e o estado geral que orienta a melhor conduta.

TOSSE E RESPIRAÇÃO

CLUBE
correr ou
esperar...
DR. OGLIO OSCAR

O QUE OBSERVAR QUANDO SEU FILHO ESTÁ TOSSINDO?

SEMÁFORO DA TOSSE E RESPIRAÇÃO



POSSO OBSERVAR EM CASA

Se a criança:

- Está com tosse leve, seca ou com pouco catarro.
- Está respirando tranquilamente, sem esforço.
- Está ativa, brincando e se alimentando bem.
- Não apresenta febre ou está apenas com febre baixa.
- O sono está preservado.
- Não há chiado no peito.
- Os sintomas são leves e estão estáveis, sem piora.



O que fazer: manter o ambiente arejado, oferecer líquidos, higiene nasal quando necessário, observar o comportamento e acompanhar a evolução dos sintomas.



ENTRE EM CONTATO COM O PEDIATRA

Se a criança:

- A tosse está mais intensa ou persistente (por vários dias).
- Aumentou a quantidade de catarro.
- Está apresentando febre que persiste ou volta.
- Surgiu chiado no peito.
- Está com dificuldade para se alimentar ou está com menos apetite.
- O sono está prejudicado pela tosse.
- Apresenta dor no peito, cansaço ou falta de ar leve.
- Você percebe que o quadro não está melhorando ou está piorando.



O que fazer: procurar avaliação médica, principalmente se a criança estiver piorando ou se algo no comportamento estiver preocupando você.



PROCURE ATENDIMENTO IMEDIATO

Se a criança apresentar:

- Dificuldade para respirar ou esforço respiratório (respiração muito rápida, uso da musculatura do pescoço ou do abdômen, gemência).
- Chiado intenso ou crise de falta de ar.
- Lábios ou extremidades arroxeadas.
- Dificuldade para falar, mamar ou se alimentar.
- Sonolência importante, desorientação ou dificuldade para despertar.
- Dor intensa no peito.
- Piora rápida do estado geral.



O que fazer: procurar pronto atendimento imediatamente.

MATERIAL EDUCATIVO. NÃO SUBSTITUI AVALIAÇÃO MÉDICA.