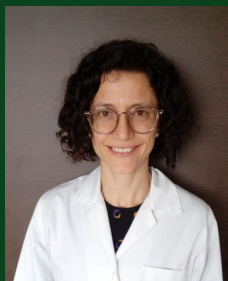


# SANGRAMENTO NASAL NA CRIANÇA



**NATÉRCIA SILVESTRE,  
OTORRINOLARINGOLOGISTA**

O SANGRAMENTO NASAL REPETIDO E AUTOLIMITADO É MUITO FREQUENTE NA CRIANÇA E PODE SER CAUSADOR DE ANSIEDADE QUER PARA A CRIANÇA, QUER PARA OS SEUS CUIDADORES



A MAIORIA DOS CASOS NÃO CORRESPONDE A NENHUM PROBLEMA GRAVE. MAIS DE 90% DAS HEMORRAGIAS NASAIS NA CRIANÇA TEM ORIGEM NOS VASOS SANGUÍNEOS DA PONTA DO NARIZ E É FACILMENTE CONTROLADA  
O QUE FAZER?

**01** Acalmar a criança

**02** Assoar o nariz para libertar os coágulos

**As dicas da pediatra...**

# 03

Inclinar a cabeça para a frente



# 04

Apertar a porção anterior do nariz, usando o polegar e o indicador como se fosse uma mola, durante 5-10 minutos seguidos, sem interrupções, para comprimir o ponto sangrante e parar a hemorragia

# 05

Colocar frio na face, por ex. gelo embrulhado num pano, e colocar por exemplo um cubo de gelo na boca que deve ser chupado como um rebuçado

# 06

Após a hemorragia parar é de esperar que se forme uma crosta dentro do nariz; deve-se desaconselhar a criança de colocar o dedo no nariz e remover essa crosta, senão é provável que a hemorragia volte a acontecer

# 07

Nas horas e dias seguintes evitar os ambientes quentes e comida muito quente

# 08

Se a hemorragia não parar, dirija-se aos cuidados de saúde mais próximos

## Não deve:

Lavar o nariz com água corrente

Levantar os braços

Inclinar a cabeça para trás

[www.alexandraluzpediatra.com](http://www.alexandraluzpediatra.com)

As dicas da pediatra...

