

Informações ao paciente da BMJ

Última publicação: Jun 02, 2023

Tratamento de tosse e resfriados em crianças

Tosses e resfriados são comuns em crianças pequenas. Embora essas doenças geralmente durem apenas alguns dias, elas podem ser difíceis para as crianças e para seus pais, que querem ajudar seus filhos a se sentirem melhor. No entanto, os pais que procuram aliviar os sintomas de seus filhos com um medicamento de venda livre podem se surpreender ao encontrar poucas opções.

Muitos remédios de venda livre para tosse e resfriado que estiveram disponíveis por muitos anos agora **não são recomendados** para crianças pequenas em alguns países. No Reino Unido, por exemplo, os medicamentos que contêm os seguintes ingredientes não são recomendados para crianças com menos de 6 anos de idade:

- bromfeniramina, clorfenamina, difenidramina, doxilamina, prometazina e triprolidina (anti-histamínicos)
- dextrometorfano (um supressor de tosse)
- guaifenesina e ipecacuanha (expectorantes para ajudar a tossir o catarro)
- efedrina, oximetazolina, fenilefrina, pseudoefedrina e xilometazolina (descongestionantes para desobstruir as vias nasais).

Essas restrições decorrem, em parte, de uma revisão dos EUA sobre a segurança dos medicamentos para tosse e resfriado para crianças pequenas. O relatório encontrou vários casos preocupantes em que crianças foram gravemente prejudicadas, muitas vezes por terem recebido acidentalmente uma dose muito alta de medicamento.

Além disso, não há evidências sólidas de que os remédios para tosse para crianças façam algum bem.

Existem alguns tratamentos que são adequados para crianças menores com tosse e resfriado. No entanto, você ainda precisa tomar muito cuidado para **nunca dar mais do que a dose recomendada**.

Além disso, lembre-se de que a maioria dos resfriados e tosse desaparece por conta própria em poucos dias. Os medicamentos não curam a tosse ou o resfriado. Eles apenas ajudarão a tornar os sintomas um pouco mais brandos.

Tratamento de tosse e resfriados em crianças

- Para baixar a temperatura de uma criança, você pode usar paracetamol ou ibuprofeno, desde que não dê a ela mais do que a dose recomendada. Sempre leia os rótulos com atenção.

Nunca se deve dar aspirina a crianças com menos de 16 anos de idade. Pode causar um problema grave chamado síndrome de Reye, que afeta o cérebro e o fígado.

- Para tratar a tosse, você pode usar mel e limão misturados com um pouco de água. No entanto, **nunca** se deve dar mel a bebês com menos de 1 ano de idade, pois eles podem desenvolver uma doença rara, mas grave, chamada botulismo infantil.
- Gotas nasais de solução salina (água salgada estéril) podem ser usadas para ajudar a desentupir o nariz da criança. Essas gotas podem ser particularmente úteis para bebês que estão tendo dificuldade para se alimentar por causa de um nariz entupido.
- Você também pode ajudar a aliviar a obstrução nasal de uma criança usando compressas de vapor e descongestionantes inalatórios que você coloca nas roupas das crianças, como o mentol. Mas, em geral, não são recomendados para crianças muito pequenas, pois podem ser irritantes.
- É importante garantir que seu filho beba bastante líquido enquanto estiver doente, para que não fique desidratado. Bebidas quentes podem ajudar a acalmar a garganta.

As restrições aos medicamentos para tosse e resfriado geralmente não se aplicam a crianças mais velhas. Mas ainda é importante tomar certas precauções:

- Leia o rótulo de todos os medicamentos que você dá ao seu filho. Verifique a seção de ingredientes ativos do rótulo e a dose correta para a idade do seu filho.
- Tenha muito cuidado ao dar mais de um medicamento a uma criança. Se você usar dois medicamentos com o mesmo princípio ativo (como o paracetamol), seu filho pode tomar uma dose excessiva.
- Use apenas as colheres ou xícaras de medida que acompanham o medicamento.
- Entre em contato com um farmacêutico, médico ou outro profissional de saúde se tiver alguma dúvida sobre o uso de medicamentos para tosse ou resfriado em uma criança.

Informações do paciente da *BMJ Best Practice* de onde esta ficha é derivada e atualizada regularmente. A versão mais recente do Best Practice pode ser encontrada em bestpractice.bmj.com. Esta informação destina-se a uso por profissionais de saúde. Ela não substitui orientações médicas. É fortemente recomendado que você verifique, de maneira independente, as informações contidas neste material e, caso você tenha algum problema de saúde, consulte seu médico.

Consulte os termos de uso completos da BMJ em: bmj.com/company/legal-information. A BMJ não faz nenhuma declaração, condição, justificativa ou garantia, de maneira expressa ou implícita, de que este material é preciso, completo, atualizado ou adequado para quaisquer fins específicos.

© BMJ Publishing Group Ltd 2023. Todos os direitos reservados.

