



**Respirar bem é  
viver bem!**

**Guia Prático  
Como fazer uma  
lavagem nasal segura!**



**Ana Karine**  
Fisioterapeuta Neonatal e Pediátrica





A lavagem nasal com soro fisiológico é um procedimento **simples, seguro e bem tolerado, inclusive por crianças.**

No entanto, é crucial prestar atenção à quantidade em mililitros a ser utilizada e à frequência ideal de acordo com cada faixa etária.





# 0 a 6 meses de idade:

- **Seringa:** 1mL por vez (pode ser repetido várias vezes em sequência).
- **Conta-gotas:** aplicar o volume de um conta-gotas por vez.
- **Spray de jato único:** 4 a 6 borrifadas em cada narina, podendo ser repetido.
- **Sprays de jato contínuo:** podem ser usados por cerca de 3 segundos (equivalente a 1mL de solução) em cada aplicação.





## 6 meses a 2 anos:

- **Seringa:** utilizar 3-20 mL de solução salina.
- **Dispositivos de jato contínuo:** utilizar por 3-10 segundos.
- **Garrafa plástica compressível:** volume variável dependendo da indicação médica e tolerância da criança.





## 2 anos a 6 anos:

- **Seringa:** utilizar 3-20 mL de solução salina.
- **Dispositivos de jato contínuo:** utilizar por 3-10 segundos.
- **Garrafa plástica compressível:** volume variável dependendo da indicação médica e tolerância da criança.





# Acima de 7 anos:

- **Seringa:** utilizar 10-20 mL de solução salina por narina.
- **Dispositivos de jato contínuo:** utilizar por 3-10 segundos.
- **Garrafinha de 120 mL:** a lavagem pode ser feita alternando-se as narinas até que a criança perceba que a cavidade nasal está limpa. Não é necessário usar todo o volume de uma só vez.
- **Garrafa de 240 mL:** pode ser usado em crianças maiores/adolescentes, semelhante à lavagem nasal realizada no adulto.





**A Frequência é a  
mesma em todas  
as idades:**

2-3 vezes ao dia,  
podendo ser alterada  
de acordo com o  
quadro do paciente.





# Atenção!!

Para qualquer dispositivo, deve-se inclinar ligeiramente o corpo para frente, para facilitar a saída da solução em direção à pia.

**Independente do dispositivo, a pressão de introdução da solução deve ser sempre suave.**

A lavagem pode ser feita **alternando-se as narinas até que a criança perceba que a cavidade nasal está limpa.**

**Não é necessário usar todo o volume de uma só vez.**





# Esses conteúdos podem ser úteis:



clique para interagir!



Ana Karine  
Fisioterapeuta Neonatal e Pediátrica