



Rinites e sinusites: 10 mitos e verdades sobre as doenças respiratórias que causam desconforto às crianças

Nariz escorrendo, olhos lacrimejando, obstruções nasais que dificultam respiração e sono e redução do olfato, capaz de interferir no paladar e na alimentação das crianças. Esses são alguns dos sintomas comuns das rinites e sinusites, doenças respiratórias capazes de tirar a paz dos pequenos e o sono dos pais.

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), 25% da população mundial sofre de doenças respiratórias. Para chamar a atenção para essas patologias, a Dra. Renata Christofe Garrafa, otorrinolaringologista do Hospital Paulista, respondeu algumas questões que podem ajudar a desvendar mitos e verdades sobre rinites e sinusites, especialmente em crianças.

1 – Rinites e sinusites são a mesma coisa?

Mito. Rinites são caracterizadas por inflamação da mucosa do nariz, ao passo que as sinusites decorrem da inflamação da mucosa dos seios da face. Na maioria dos casos, temos acometimento dos seios da face e do nariz, que seriam as rinossinusites.

2 – É possível distinguir em casa as alergias respiratórias? Como podemos diferenciá-las de resfriados comuns?

Verdade. Ainda que bem semelhantes, as rinites alérgicas e os resfriados comuns possuem algumas diferenças. Ambos apresentam congestão nasal, secreção nasal clara e espirros. Porém, as causas alérgicas podem ser acompanhadas de sintomas como coceira no nariz, garganta e olhos. Já os resfriados comuns apresentam, com frequência, febre, indisposição, dor muscular e falta de apetite. Quando não for possível diferenciá-las, é importante consultar um médico.

3 – As rinites e sinusites só atacam durante o tempo seco?

Mito. O tempo seco pode ser um agravante para pessoas que sofrem de rinite, mas não é condição essencial para sua manifestação. Quando as rinites e as rinossinusites são de etiologia infecciosa (virais e bacterianas), por exemplo, elas dependem da exposição ao agente causador e não ao clima. Além disso, as rinites também podem decorrer de alergia a fatores ambientais, como ácaros, fungos, pólenes e pelos de animais, entre outros. Nessas situações, sempre que o indivíduo tiver contato com o alérgeno, manifestará uma crise de rinite. Existem, ainda, fatores anatômicos que predisõem as crises de rinossinusites, como hipertrofia de adenoide, desvios de septo, presença de pólipos nasais e alterações dentárias.

4 – Umidificadores de ambientes e inalações caseiras podem ajudar a controlar essas alergias?

Verdade e mito. Os umidificadores são aliados nos casos de tempo seco, porém podem se tornar vilões caso elevem a umidade do ambiente a ponto de favorecer a proliferação de fungos. Já as inalações promovem conforto para os sintomas, mas a lavagem nasal com soro fisiológico é superior no controle dos quadros da via aérea alta.

5 – Existe predisposição genética para alergias?

Verdade. A alergia é uma doença que possui diversos mecanismos causais e, entre eles, existe a predisposição genética. Segundo a Associação Brasileira de Alergia e Imunologia (Asbai), uma criança com pais alérgicos tem de 50% a 70% mais chances de desenvolver uma doença respiratória, inclusive rinite alérgica. No Brasil, um estudo do International Study of Asthma and Allergies in Childhood (ISAAC) mostrou frequência média de 12,5% de rinite entre crianças de 6 e 7 anos e de cerca de 20% em adolescentes com idades de 13 a 14 anos. A incidência progride até a adolescência, fase da vida em que pode afetar até 25% da população.

6 – Puxando para o tema Covid-19, o uso de máscaras é prejudicial às crianças que sofrem das “ites”?

Mito. As máscaras não têm capacidade de piorar a rinite. O que acontece é que crianças em crise de rinite podem ter dificuldades para usar a máscara. Por isso, a doença deve ser acompanhada por um especialista, para que seja tratada ou ao menos controlada.

7 – Mesmo em crianças pequenas, quando o diagnóstico pode ser feito precocemente, rinites e sinusites não têm cura? Apenas com tratamento é possível controlá-las?

Mito e verdade. Depende da etiologia da doença. Existem diferentes tipos e causas de rinites e rinossinusites. Quando provém de causas infecciosas e anatômicas, por exemplo, existem tratamentos medicamentosos e cirúrgicos capazes de curá-la. Entretanto, existem subgrupos crônicos onde não conseguimos eliminar a doença de vez, mas podemos diminuir seus sintomas e melhorar a qualidade de vida do paciente. São exemplos destas situações as rinites alérgicas e as rinossinusites crônicas com polipose nasal.

8 – Receitas caseiras, como chás, infusões e uso de óleos essenciais, podem curar rinites e sinusites?

Mito. Apenas após avaliação médica, onde se é identificada a causa das rinites e rinossinusites, é que um tratamento adequado pode ser proposto.

9 – A rinite pode evoluir para sinusite?

Verdade. As rinites, quando exacerbadas, podem evoluir para rinossinusites. Nessas ocasiões, existem

tratamentos medicamentosos capazes de auxiliar na resolução do problema.

10 – Usar descongestionantes nasais pode ajudar a recuperar o olfato das crianças que sofrem com os “ites”?

Mito. Descongestionantes nasais melhoram a recuperação do olfato de forma parcial. O uso indiscriminado destes medicamentos, por um período superior a 7 ou 10 dias, pode provocar lesões na mucosa, gerando dependência e riscos cardiovasculares, como taquicardia e angina.

Sobre o Hospital Paulista de Otorrinolaringologia

Fundado em 1974, o Hospital Paulista de Otorrinolaringologia, possui mais de 40 anos de tradição no atendimento especializado em ouvido, nariz e garganta e durante sua trajetória, ampliou sua competência para outros segmentos, com destaque para Fonoaudiologia, Alergia Respiratória e Imunologia, Distúrbios do Sono, procedimentos para Cirurgia Cérvico-Facial, bem como Buco Maxilo Facial.

Em localização privilegiada, a 300 metros da estação Hospital São Paulo (linha 5-Lilás) e a 800 metros da estação Santa Cruz (linha 1-Azul/linha 5-Lilás), possui 42 leitos, UTI (Unidade de Terapia Intensiva) e 10 salas cirúrgicas, realizando em média, mensalmente, 500 cirurgias, 7.500 consultas no ambulatório e pronto-socorro e, aproximadamente, 1.500 exames especializados.

Referência em seu segmento e com alta resolutividade, conta com um completo Centro de Medicina Diagnóstica em Otorrinolaringologia, assim como um Ambulatório de Olfato e Paladar, especializado no diagnóstico e tratamento de pacientes com perda total ou parcial dos sentidos. Dispõe de profissionais de alta capacidade oferecendo excelentes condições de suporte especializado 24 horas por dia.

[Read More](#)
