



**CENTRO UNIVERSITÁRIO FAMETRO
CURSO DE FISIOTERAPIA**

**KAMILA RAQUEL MATIAS DE MESQUITA
NAYANDRA NORONHA DA SILVA**

**UTILIZAÇÃO DA TERAPIA DE HIGIENE NASAL COM SOLUÇÃO SALINA
ISOTÔNICA COMO ESTRATÉGIA DE CUIDADO DA VIA AÉREA SUPERIOR:
UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA**

**FORTALEZA
2023**

KAMILA RAQUEL MATIAS DE MESQUITA
NAYANDRA NORONHA DA SILVA

UTILIZAÇÃO DA TERAPIA DE HIGIENE NASAL COM SOLUÇÃO SALINA
ISOTÔNICA COMO ESTRATÉGIA DE CUIDADO DA VIA AÉREA SUPERIOR: UMA
REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

Artigo TCC apresentado ao curso de
Fisioterapia do Centro Universitário
Fametro - UNIFAMETRO – como requisito
para a obtenção do grau de bacharel, sob
a orientação da prof.^a Dra. Natália Bitar da
Cunha Olegário.

FORTALEZA
2023

KAMILA RAQUEL MATIAS DE MESQUITA
NAYANDRA NORONHA DA SILVA

UTILIZAÇÃO DA TERAPIA DE HIGIENE NASAL COM SOLUÇÃO SALINA
ISOTÔNICA COMO ESTRATÉGIA DE CUIDADO DA VIA AÉREA SUPERIOR: UMA
REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

Artigo TCC apresentado no dia 15 de junho de 2023 como requisito para a obtenção do grau de bacharel em Fisioterapia do Centro Universitário Fametro – UNIFAMETRO - tendo sido aprovado pela banca examinadora composta pelos professores abaixo:

BANCA EXAMINADORA

Prof^o. Natália Bitar da Cunha Olegario.
Orientador – Centro Universitário Fametro – UNIFAMETRO

Prof^o. Patricia da Silva Taddeo
Avaliador - Centro Universitário Fametro – UNIFAMETRO

Prof^o. Daiarah Gomes da Costa
Avaliador - Centro Universitário Fametro – UNIFAMETRO

AGRADECIMENTOS

A Deus por nos dar saúde e força para superar as dificuldades encontradas.

A nossa orientadora Natália Bitar, pelo suporte e dedicação nas suas correções e por todo incentivo prestado.

Aos nossos amigos, que fizeram parte de nossa trajetória acadêmica, que vão continuar presentes em nossas vidas.

As nossas famílias, pelo amor, incentivo e apoio incondicional.

E a todos que direta e/ou indiretamente fizeram parte de nossa formação, o nosso muito obrigada.

UTILIZAÇÃO DA TERAPIA DE HIGIENE NASAL COM SOLUÇÃO SALINA ISOTÔNICA COMO ESTRATÉGIA DE CUIDADO DA VIA AÉREA SUPERIOR: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

Kamila Raquel Matias de Mesquita¹

Nayandra Noronha da Silva¹

Natália Bitar da Cunha Olegário²

RESUMO

O sistema respiratório é formado por ramificações importantes capazes de realizar condução de ar do meio externo até os pulmões. A higiene nasal possui benefícios, atuando desde a remoção do muco nasal até a prevenção de doenças respiratórias. Diante disto, o objetivo deste estudo foi observar a eficácia da utilização da terapia de higiene nasal com solução salina isotônica como estratégia de cuidado da via aérea superior por meio de uma revisão integrativa de literatura, onde o levantamento científico foi feito nas bases de dados SciELO, BVS e PubMed entre os meses de fevereiro a junho de 2023. Foram observados nos estudos que a lavagem nasal com solução salina apresentou efeito imediato após a primeira aplicação, com redução da carga viral 24 horas após o uso e aumento da carga viral nos pacientes que não realizaram a lavagem nasal. A aplicação da técnica tem sido bem proposta como forma de evitar que vírus habitem e se repliquem na mucosa nasal, reduzindo os sintomas e a transmissão. Os achados deste estudo apontam que a lavagem nasal é recomendada como forma de prevenção e tratamento em distúrbios nasais que acometem a via aérea superior, especialmente em processos crônicos, visto que promove a melhora do movimento ciliar, limpeza e liberação do muco, redução do tempo de doença e melhora dos sinais e sintomas.

Palavras-chave: Crianças, lavagem nasal, prevenção de doenças, adultos, solução salina, sinais e sintomas respiratórios.

¹Graduando do curso de Fisioterapia do Centro Universitário Fametro - UNIFAMETRO.

²Profª. Orientador do curso do curso de Fisioterapia do Centro Universitário Fametro -UNIFAMETRO.

ABSTRACT

The respiratory system is formed by important branches capable of carrying air from the external environment to the lungs. Nasal hygiene has benefits, ranging from the removal of nasal mucus to the prevention of respiratory diseases. In view of this, the objective of this study was to observe the effectiveness of using nasal hygiene therapy with isotonic saline solution as a care strategy for the upper airway through an integrative literature review, where the scientific survey was carried out in the SciELO databases, BVS and PubMed between the months of February and June 2023. It was observed in studies that nasal wash with saline solution had an immediate effect after the first application, with a reduction in viral load 24 hours after use and an increase in viral load in patients who did not perform nasal lavage. The application of the technique has been well proposed as a way to prevent viruses from living and replicating in the nasal mucosa, reducing symptoms and transmission. The findings of this study point out that nasal lavage is recommended as a form of prevention and treatment in nasal disorders that affect the upper airway, especially in chronic processes, since it promotes the improvement of ciliary movement, cleaning and release of mucus, reduction of time disease and improvement of signs and symptoms.

Key words: Children, nasal wash, prevention of diseases, adult, saline solution, respiratory signs and symptom.

1 INTRODUÇÃO

A via aérea superior é parte do sistema respiratório composta pela cavidade nasal, faringe e laringe. Segundo Sahin-Yilmanz (2011) o nariz é o principal portal de troca de ar entre o ambiente interno e externo e participa de funções vitais de condicionar o ar inspirado a uma certa temperatura de umidade relativa, possibilitando uma defesa local além de filtrar materiais particulados e gases inalados (SAHIN-YILMANZ; NACLERIO, 2011).

Dentro da cavidade nasal encontramos cílios, que revestem e filtram a passagem de micro-organismos e fatores aero alérgenos como poeira, ácaro, fungos, bactérias e vírus que são inalados. O muco, presente nas vias aéreas superiores, é responsável por reter partículas que não foram filtradas pelos cílios nasais, além de umidificar o ar que entra no sistema e impedir a chegada de agentes patológicos na via aérea inferior. Mecanismos de reflexos como a deglutição, espirro e tosse possibilitam a eliminação deste conteúdo, logo a via aérea superior possui estruturas que envolvem mecanismos de defesas que protegem o sistema respiratório (REINECKE, 2017).

Embora a via aérea nasal seja distinta da via aérea inferior, não devem ser separadas, pois as alterações no nariz implicam diretamente a via aérea inferior. Sabe-se que existem semelhanças entre os dois, como por exemplo o revestimento epitelial e a resposta imune. Conforme o autor, isto é clinicamente evidenciado em crianças com doença reativa das vias aéreas cuja condição é exacerbada por rinosinusite. A obstrução nasal total leva ao aumento da resistência pulmonar. (SAHIN-YILMANZ et al, 2011).

Diante disso, algumas estratégias de cuidados com a via aérea superior podem ser utilizadas para otimizar o funcionamento desses mecanismos de defesa. Deste modo a higiene nasal é um recurso que atua na limpeza e renovação do muco nasal presente nas vias aéreas superiores, diminuindo a inflamação da mucosa e auxiliando na prevenção de diversas doenças do sistema respiratório, além de prevenir em alguns casos a utilização de fármacos (REINECKE, 2017). Para que essa técnica seja realizada, pode ser utilizada a solução salina isotônica, aplicada através de diferentes dispositivos, como sprays, jatos e seringas. Seus benefícios,

efeitos adversos e indicações estão sendo amplamente discutidas no meio científico e pela comunidade em geral.

Sendo assim, o presente estudo tem como objetivo analisar através de uma revisão integrativa da literatura, os efeitos da utilização da terapia de higiene nasal com solução salina isotônica como estratégia de cuidado da via aérea superior.

2 METODOLOGIA

2.1 TIPO DE ESTUDO

Tratou-se de uma revisão integrativa da literatura. A questão norteadora envolve a utilização da terapia de higiene nasal com solução salina isotônica como estratégia de cuidado da via aérea superior. Desenvolvida de acordo com a estratégia PICO (População/participantes; intervenção; comparador; outcome/desfechos), apresentado no quadro 1.

PICO	COMPONENTES	DESCRITOR	ORIGEM
População / Participante	Adultos e crianças	Adultos, crianças / Adult, children	DeCS
Intervenção	Aplicação de solução salina isotônica na higiene nasal	Solução salina, lavagem nasal / Saline solution, nasal wash	DeCS
Comparador	A não aplicação de solução salina isotônica	-	-
Outcomes / Desfechos	Prevenção de doença, melhora dos sinais e sintomas respiratórios e diminuição do tempo de doença	Sinais e sintomas respiratórios, prevenção de doenças / Respiratory sings and symptoms, prevention of diseases	DeCS

Fonte: Autoria própria, 2023.

2.2 ESTRATÉGIA DE BUSCA

A busca bibliográfica foi realizada entre os meses de fevereiro a junho de 2023 nas bases de dados PubMed (National Library of Medicine and National Institutes of Health), BVS (Biblioteca Virtual em Saúde) e diretório de revistas SciELO (Scientific Electronic Library Online). A coleta de dados ocorreu através de uma busca avançada, utilizando o operador booleano de pesquisa “AND”. Para auxílio durante a seleção de artigos foi utilizado o software/website *Rayyan* online e gratuito.

As estratégias de buscas utilizadas para as pesquisas foram compostas pelos termos: children, nasal wash, prevention of diseases, adult, saline solution e respiratory signs and symptoms. Com as combinações de palavras-chaves: Children AND Nasal wash AND Respiratory signs and symptoms, Adult AND Nasal wash AND Respiratory signs and symptoms, Nasal wash AND Prevention of diseases, Nasal wash AND Saline solution, Nasal wash AND Saline solution AND Prevention of diseases, Nasal wash AND Respiratory signs and symptoms, Saline solution AND Prevention of diseases, Nasal wash AND Saline solution AND Prevention of diseases. Consultados na Plataforma: Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e um Sistema de metadados médicos em língua inglesa Medical Subject Headings (MESHTERMS).

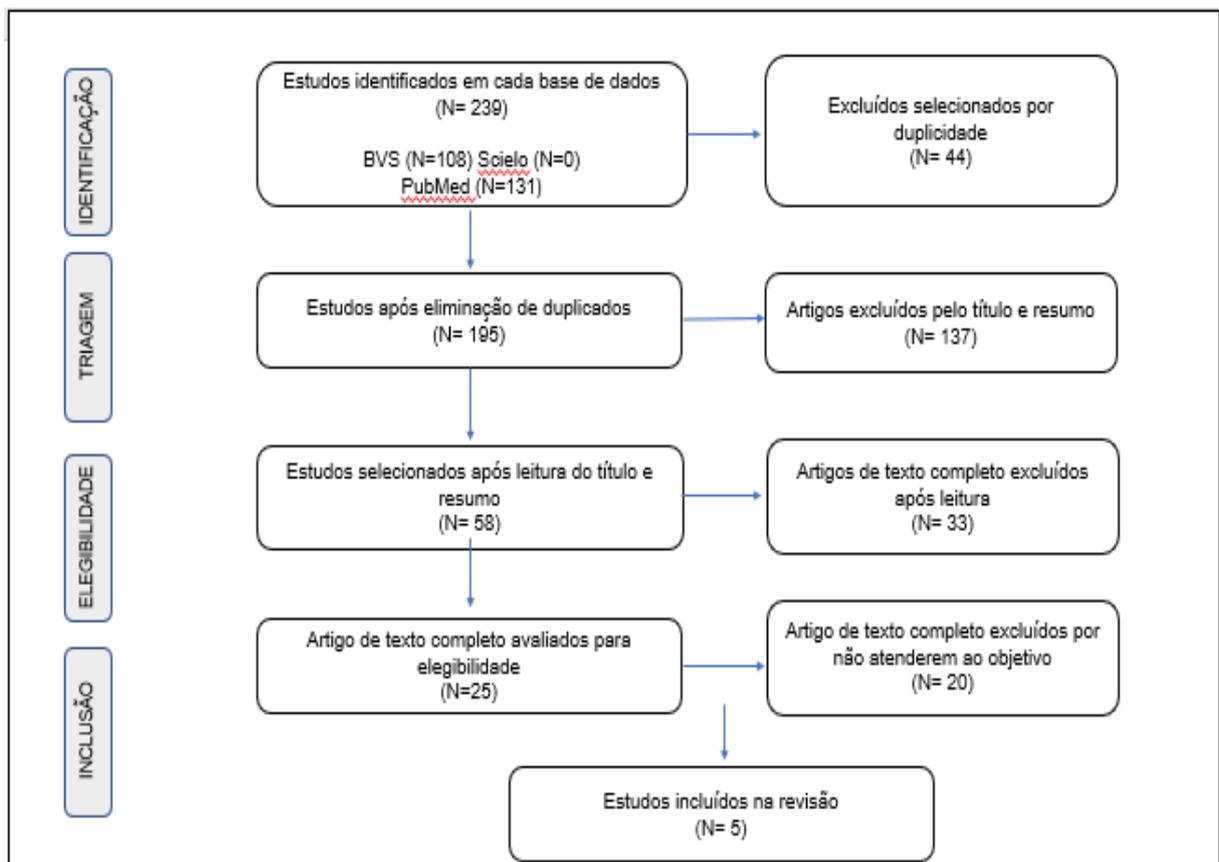
2.3 CRITÉRIOS DE ELEGIBILIDADE

Foram adotados os seguintes critérios para seleção dos artigos: ensaio clínico, estudos originais, estudos publicados em periódicos nacionais e internacionais, na língua portuguesa e inglesa e estudos que foram publicados nos últimos 10 anos. Foram critérios de exclusão: artigos duplicados, revisões da literatura, dissertações, testes e artigos não relacionados ao objetivo deste estudo.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os artigos foram selecionados através dos critérios de elegibilidade dos estudos, seguindo todos os critérios de inclusão e exclusão relatados na metodologia (Figura 1).

Figura 1- Fluxograma das fases da pesquisa.



Fonte: Autoria própria, 2023.

Foram selecionados 05 artigos, destes, 239. (Figura 2).

Figura 2- Características dos estudos elegíveis

AUTORES / ANO	AMOSTRA / POPULAÇÃO	INTERVENÇÃO	RESULTADOS
<p>PANTAZOPOU LOS et al. (2022)</p>	<p>50 pacientes maiores de 18 anos.</p>	<p>Os pacientes foram randomizados em dois grupos, um utilizando solução salina normal e outro de controle (sem tratamento). No grupo solução salina normal, a lavagem nasofaríngea foi realizada a cada 4 horas por um período de 16 horas.</p>	<p>No grupo de solução salina normal, os valores médios de Ct (Cycle threshold) aumentaram significativamente 24 horas após a medição da linha de base indicando um declínio na carga viral nasofaríngea SARS-CoV-2 em 8,9%. Uma diminuição significativa nos valores médios de Ct foi observada no grupo controle, indicando um aumento na carga viral em 9,7%. A diferença entre os dois grupos 24 horas após admissão e lavagem nasofaríngea foi de 3,09 ciclos.</p>
<p>LIN et al. (2017)</p>	<p>50 pacientes com suspeita de rinite alérgica, entre 18 e 75 anos.</p>	<p>Sintoma de tosse foi avaliado por um escore - Leicester Cough Questionnaire.</p> <p>A rinite alérgica foi avaliada por meio da escala visual analógica (VAS) e do Mini Juniper Rhinoconjuntivitis Quality of Life Questionnaire (MiniRQLQ).</p>	<p>As pontuações do Questionário de Tosse de Leicester, e o limiar de tosse com capsaicina melhoraram estatisticamente após NSNPI, mas não mudaram após FPNS. Houve mudanças estatisticamente significativas nas avaliações do MiniRQLQ e dos mediadores no NLF do grupo NSNPI. Mudanças foram encontradas nas avaliações de VAS, MiniRQLQ e a principal proteína básica no NLF do grupo FPNS. Além disso, as avaliações de VAS e de todos os mediadores foram mais reduzidas no grupo FPNS em comparação com as do grupo NSNPI.</p>

<p>MARCHISIO et al. (2014)</p>	<p>900 pediatras de cuidado primário do Serviço Nacional de Saúde.</p>	<p>Foi utilizado um questionário anônimo por meio de um e-mail com cerca de 17 perguntas sobre o uso de NSI.</p>	<p>A maioria dos pediatras da atenção primária indicou a solução isotônica como solução preferencial e apenas 7,8% recomendaram soluções hipertônicas. Os métodos de administração mais frequentemente recomendados foram sprays nasais, seguidos pelo uso de seringa de bulbo. Quanto ao volume de solução, sugeriram 5–20 mL por narina independentemente da idade, ajustaram o volume com base na idade e não prescreveram mais de 2,5 mL por narina.</p>
<p>SLAPAK et al. (2018)</p>	<p>401 crianças de 8 ambulatorios pediátricos diferentes, com idades entre 6 e 10 anos.</p>	<p>Os pacientes foram randomizados e receberam tratamento incluindo antipiréticos, descongestionantes nasais, mucolíticos e antibióticos sem solução salina e esses mesmos tratamentos com solução salina. Foram observados por um total de 12 semanas.</p>	<p>Os pacientes do grupo de solução salina alcançaram pontos finais primários nos parâmetros secreção nasal e obstrução. Durante a fase de prevenção os pacientes do grupo de solução salina apresentaram pontuações significativamente mais baixas em dor de garganta, tosse, obstrução nasal e secreção. Um número significativamente menor de crianças no grupo de solução salina estava usando antipiréticos, descongestionantes nasais, mucolíticos e anti-infecciosos sistêmicos. Durante o mesmo período, as crianças do grupo da solução salina tiveram menos dias de doença, faltas escolares e complicações.</p>

<p>SHOSEYOV et al. (2013)</p>	<p>34 crianças entre 3 e 16 anos, com tosse crônica há pelo menos 4 meses.</p>	<p>Os pacientes foram divididos em dois grupos por idade e gravidade da doença. Os pacientes de um grupo instilaram 10 gotas de SH três vezes ao dia, e os pacientes do segundo grupo instilaram 10 gotas de NS três vezes ao dia durante 4 semanas.</p>	<p>O grupo de tratamento com SH relatou um aumento na secreção nasal clara durante as primeiras 2 semanas, e todos, exceto um, tiveram completa ausência de secreção na 3 semana de tratamento. A maioria melhorou a tosse, secreção nasal e os escores de radiologia sinusal. Os 15 pacientes que foram tratados com NS não relataram nenhuma melhora significativa em suas tosses e não tiveram nenhuma mudança em seus escores radiológicos ao final do estudo. No entanto, observou-se melhora significativa no escore de secreção nasal, pois as secreções nasais desapareceram ou se tornou claro na maioria dos pacientes.</p>
--------------------------------------	--	--	---

Legenda: NSNPI = irrigação nasofaríngea com solução salina normal; FPNS= spray nasal de propionato de fluticasona; NSI= irrigação salina nasal; SH= solução salina hipertônica; NS= solução salina normal; NLF= fluido de lavagem nasal; RA= rinite alérgica, PNDS= síndrome do gotejamento pós-nasal; CC= tosse crônica

Embora exista escassez de estudos na literatura sobre a temática, a maioria confirma que há um impacto positivo no uso da terapia de higiene nasal no que diz respeito a melhora dos sinais e sintomas respiratórios, podendo a técnica ser utilizada de forma solo ou combinada com outras abordagens, como por exemplo gargarejos orais com soluções salinas. A região nasal é um local dominante para instalação de vírus, logo estratégias ou métodos que diminuam a carga viral pode reduzir a transmissão e até taxas de mortalidade de pacientes expostos a vírus.

Pantazopoulos et al. (2022), em seu estudo verificaram o efeito da lavagem nasal com soro fisiológico 0,9% na carga viral nasofaríngea em pacientes hospitalizados com pneumonia advinda do COVID-19, concluindo que a lavagem nasal com solução salina apresenta efeito imediato após a primeira aplicação, com redução da carga viral nasofaríngea de Sars-Cov-2 24 horas após o uso. Em contrapartida verificou-se aumento da carga viral nos pacientes que não realizaram a lavagem nasal, ressaltando que a coleta da amostra foi realizada pelo Swab nasofaríngeo, método padrão ouro para detecção de vírus.

Neste mesmo estudo, foi pontuado que os pacientes do grupo de utilização da solução salina isotônica apresentaram em maior quantidade indivíduos com teste negativo para Covid-19 ao longo do acompanhamento em comparação com o grupo que não fez a lavagem nasal.

Reforçando as informações anteriores, Singh et al (2020), expõe que a rápida transmissão do vírus Sars-Cov-2 culminou em uma pandemia por longo tempo, com isso é necessário ênfase em estudos que confirme com o máximo de detalhes a eficiência de estratégias como forma de prevenção. E a técnica de lavagem nasofaríngea de forma a evitar que vírus habitem e se repliquem na mucosa nasal, tem sido bem proposta como útil para reduzir sintomas e transmissão. Este mesmo autor, em sua revisão da literatura encontrou estudos que mostraram melhoria na prevenção e tratamento de infecções do trato respiratório superior, e que gargarejos com solução salina hipertônica e lavagem nasal podem ser úteis na prevenção e no cuidado de pacientes com COVID-19.

Ainda em relação a evidência de melhora dos sinais e sintomas respiratórios, Lin et al (2017) analisou se a irrigação nasofaríngea com solução salina normal (NSNPI) melhora a tosse crônica associada à rinite alérgica (RA), os autores pontuaram que para a melhora da tosse crônica deverá ser tratada a rinite alérgica antes e que a irrigação nasal tem sido usada como terapia adjuvante no tratamento

da RA, no entanto o ato de irrigar apenas lava a cavidade nasal e os seios nasais. Já o autor Principi e Esposito (2017), menciona que os mecanismos pelos quais a irrigação nasal (IN) funciona ainda não são conhecidos, porém a maioria dos estudiosos acredita ser um intervenção mecânica que propicia à limpeza direta da mucosa nasal, independentemente de como a solução utilizada para lavagem nasal é composta, logo o muco que reveste a cavidade nasal pode ser amolecido e expulso, em contrapartida outros dados do estudo indicam que a composição da solução pode influenciar alguns aspectos da atividade da IN.

Conforme, Principi e Esposito (2017), a composição e a forma que as secreções nasais se comportam tem correlação com a tonicidade da solução usada, associando-se a uma redução imediata e significativa dos antígenos microbianos e a um declínio relacionado da carga microbiana. De forma oposta, as soluções hipertônicas têm capacidade de influenciar valores referentes às concentrações de antígenos microbianos. Bastier et al (2015) afirma que a composição de íons e o pH influenciam sim na depuração do mucociliar e no trofismo do epitélio. Estes afirmam que a água do mar é menos rica em íons de sódio e mais rica em bicarbonatos, potássio, cálcio e magnésio do que a solução salina normal isotônica. Sendo assim, pH alcalino e concentração elevada de cálcio melhoram o movimento ciliar, enquanto os bicarbonatos diminuem a viscosidade da secreção, o potássio e o magnésio atuam promovendo a cicatrização e limitam a inflamação local. Assim, a irrigação nasal pode ser eficaz de uma forma multifatorial.

Conforme afirmações anteriormente citadas, a IN com maior volume e baixa pressão utilizando água do mar não diluída parecia ser o protocolo mais eficaz do período, pois mesmo a literatura escassa e sem ideias claras sobre as várias soluções e suas formas de administração, era claro que a composição da solução de irrigação era uma questão importante, já que pacientes com sintomatologia crônica relataram melhora com o banho de mar e alguns estudos sugeriram que soluções de irrigação retiradas de mares específicos proporcionam melhor funcionalidade.

Lin et al (2017) e Principi e Esposito (2017), apontam, ainda, que a irrigação nasal pode eliminar mediadores inflamatórios (prostaglandinas, leucotrienos e histamina) e antígenos que desencadeiam reações alérgicas, assim contribuindo

para resolução da rinite alérgica (RA) e infecções do trato respiratório superior (IVAS).

Algumas orientações foram dadas pelos autores dos estudos, Pantazopoulos et al (2022), instruiu que os pacientes da amostra enchessem uma seringa com 10ml de solução salina, em pé e aproximado de uma pia, mantendo a cabeça reta e apontando o bocal em direção a parte de trás da cabeça e injetassem toda a solução, repetindo o processo na outra narina e informou que caso ocorresse de a solução entrar na boca eles teriam que expelir e depois assoar o nariz novamente. Já Shoseyov et al (2013), preferiu a instilação das gotas ao invés do spray nasal, com o intuito de evitar a inalação da solução. O autor orientou que os candidatos injetassem as gotas rapidamente na narina e ficassem na posição sentada ou em pé, com a cabeça para trás, permitindo que a secreção fluísse para baixo do nariz, sem que o paciente respirasse.

Quanto aos mecanismos de administração na terapia de higiene nasal, Bastier et al (2015) relata que não há um consenso sobre os meios de irrigação considerados mais eficazes. Por isso torna-se necessário mais estudos com foco em testagem de dispositivos para a administração de soluções. Ambos os autores, Bastier et al (2015) e Principi e Esposito (2017), concordam que o uso de duchas com maior volume e baixa pressão dentro da cavidade nasal geram maiores benefícios, pois otimizam a distribuição da solução e gera maior capacidade de limpeza, conseqüentemente tornando a técnica mais eficaz. No entanto, Principi e Esposito (2017), abordou um ponto de grande relevância na aplicabilidade, o autor ressalta que na população o uso de seringa como forma de administração é bem mais pertinente, contudo esse meio acaba não sendo interessante pois este dispositivo não permite uma boa conexão com a narina, implicando diretamente na eficácia da técnica, além de que a força que o aplicador coloca ao pressionar o dispositivo pode ser diferente, em alguns casos muito forte gerando um incômodo, ocasionando uma aplicação ineficiente.

Singh et al (2020) e King et al (2015) pontuam em seus estudos que uma das principais desvantagens da técnica seria o desconforto do procedimento. Entretanto Singh et al (2020) ressalta que a técnica pode ser preditor para transmissão de vírus através do equipamento utilizado e o local onde o procedimento é realizado, logo após, o autor apresenta a solução para evitar que vírus se manifestem e sejam fonte de transmissão, evidenciando a importância de

manter o local limpo após o procedimento. Já no estudo de Lin et al (2017), foi observado que pacientes com dor de garganta apresentaram faringite, considerada leve e logo solucionada. Pantazopoulos et al (2022), em seu estudo não observaram grandes efeitos adversos no que se tratava de irritação nasal, dor, rinorréia, otalgia ou sangramento nasal. Porém dois pacientes que utilizaram solução salina normal retrataram uma leve irritação nasal e três pacientes do grupo controle que não utilizaram solução salina foram admitidos na UTI ou vieram a óbito.

Este estudo torna-se relevante pois o quantitativo de artigos encontrados na literatura ainda é pequeno, dentre estas revisões da literatura que não abordam análise de todos os tópicos importantes para evidenciar a eficácia da técnica, assim como orientações para adequada execução da técnica para higiene nasal, analisados neste estudo.

Foi observado a dificuldade metodológica neste estudo, visto que existe escassez de artigos que abordam sobre a importância da utilização da terapia de higiene nasal com solução salina isotônica e sobre os efeitos que a aplicação da técnica pode gerar na melhora clínica dos pacientes.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os estudos selecionados sugerem que a lavagem nasal é recomendada como forma de prevenção e tratamento em patologias que competem distúrbios nasais e acometimentos das vias aéreas superior, especialmente em processos crônicos, visto que promove a melhora do movimento ciliar, propiciando a limpeza e liberação do muco, reduzindo o tempo de doença, melhora dos sinais e sintomas respiratórios ocorrendo conseqüentemente a diminuição de mediadores inflamatórios.

Importante ressaltar que a postura e posição do indivíduo na hora da aplicação da técnica pode ocorrer de formas diferenciadas, podendo influenciar na eficácia da técnica, além de gerar possíveis desconfortos.

REFERÊNCIAS

BASTIER, PI. Nasal irrigation: From empiricism to evidence-based medicine. A review **European Annals of Otorhinolaryngology Head and Neck diseases**, France, v.132, p. 281-285, novembro de 2015.

KING, D. Saline nasal irrigation for acute upper respiratory tract infections. **Cochrane Database of Systematic Reviews**, v.4, abril de 2015.

LIN, L. Normal saline solution nasal-pharyngeal irrigation improves chronic cough associated with allergic rhinitis. **Am J Rhinol Allergy**, v. 31, n.2, p. 96-104, março de 2017.

MARCHISIO, P. Nasal saline irrigation in preschool children: a survey of attitudes and prescribing habits of primary care pediatricians working in northern Italy. **Italian Journal of Pediatrics**, Italy, v.40, n.47, maio de 2014.

PANTAZOPOULOS, I. Nasopharyngeal Wash with Normal Saline Decreases SARS-CoV-2 Viral Load: A Randomized Pilot Controlled Trial. **Canadian Respiratory Journal**, v.2022, setembro de 2022.

PRINCIPI, N. Nasal Irrigation: An Imprecisely Defined Medical Procedure. **Int J Environ Res Public Health**, v.14, n.5, p.516, maio de 2017.

REINECKE, Natalia. Sistema Respiratório 2/6: Vias aéreas superiores. **Youtube**, julho de 2017.

SAHIN-YILMAZ, A. Anatomy and physiology of the upper airway. **Proc Am Thorac Soc**, v.8, n.1, p.31-9, março de 2011.

SHOSEYOV, D. Treatment with hypertonic saline versus normal saline nasal wash of pediatric chronic sinusitis. **J Allergy Clin Immunol**, v.101, n.5. p. 602-5, maio de 2013.

SINGH, S. Nasopharyngeal wash in preventing and treating upper respiratory tract infections: Could it prevent COVID-19?. **Lung India**, v.37, n.3, p. 246-251, maio de 2020.

SLAPAK, I. Efficacy of isotonic nasal wash (seawater) in the treatment and prevention of rhinitis in children. **Arch Otolaryngol Head Neck Surg**, v.134, n.1, p. 67-74, janeiro de 2018.