



ESPASMO DO CHORO

O espasmo do choro é uma entidade frequente, que afeta aproximadamente 5% das crianças saudáveis. O primeiro episódio surge, habitualmente, entre os 6 e os 18 meses, mas pode estender-se até aos 6 anos. Embora benignos, estes episódios podem ser assustadores para os cuidadores, pelo que é essencial compreender o que são e como se deve agir.

O que é?

É um episódio que ocorre durante o choro em que a criança, de forma súbita e involuntária, sustém a respiração com conseqüente alteração da cor da pele (fica roxa ou branca) e do tónus muscular (o corpo fica mole ou duro). Por vezes pode ocorrer perda transitória da consciência e, em situações mais raras, uma convulsão. Habitualmente, o episódio é breve e autolimitado, ou seja, a criança desperta espontaneamente em menos de 1 minuto, recuperando a respiração normal e regressando progressivamente à sua atividade habitual. A frequência dos episódios é variável, desde 1 vez por ano a vários episódios num só dia.

Qual a causa?

Tipicamente o episódio é despoletado por emoções negativas como o medo, a raiva, a frustração ou a sensação de dor.

Em cerca de um terço das crianças com espasmo do choro existe história familiar, o que sugere uma predisposição genética.

Mais recentemente a anemia por deficiência de ferro tem sido associada aos espasmos do choro em algumas crianças.

Como é feito o diagnóstico?

O diagnóstico é clínico, baseado numa história muito típica com um exame médico normal. Habitualmente não são necessários exames complementares para o diagnóstico, estando estes reservados para esclarecimento de episódios muito exuberantes ou em que a história suscita dúvidas.

Em crianças com espasmos do choro em que são identificados fatores de risco para anemia por deficiência em ferro, pode estar recomendada a realização de análises de rastreio no médico assistente.

Como atuar perante um episódio de espasmo do choro?

- Apesar de ser assustador, é fundamental manter a calma.
- Deve deitar a criança de lado, num local seguro onde não se magoe.
- Verifique a presença de objetos ou comida na boca da criança para garantir que não se está a engasgar.
- Não abane a criança.
- Não atire água nem coloque objetos ou a mão na boca da criança.
- Controle o tempo.



- Se não houver um fator desencadeante (ex: choro, susto, dor), se o episódio for prolongado (duração superior a 1 minuto) ou houver dificuldade em acordar a criança, ligue 112.

Como agir depois do espasmo do choro?

- Após o episódio deve lidar normalmente com a criança.
- Caso o espasmo do choro tenha ocorrido após uma chamada de atenção, deve evitar ceder ao comportamento da criança. Deverá conversar calmamente acerca do que motivou o episódio, validando as suas emoções, ajudando a resolver o problema, clarificando as regras e limites impostos e os motivos dos mesmos.
- Não se deve deixar de educar com receio de novos episódios.

Qual o tratamento?

Não está indicado qualquer tipo de medicação para tratar ou prevenir os episódios. Nas crianças com espasmos do choro que apresentam anemia por deficiência de ferro, a suplementação com ferro está indicada uma vez que parece reduzir a frequência e a intensidade dos episódios.

Qual o prognóstico?

A frequência dos espasmos de choro diminui com a idade, com tendência a desaparecer espontaneamente com o tempo, sendo raros em crianças acima dos 6 anos de idade. É uma situação benigna que não deixa sequelas e não interfere com o desenvolvimento psicomotor da criança.

Referências bibliográficas:

1. Melo S, Chorão R. Espasmos de choro: problema de comportamento? *Nascer e Crescer* 2010; 19(1): 20-24
2. Internal Clinical Team, NHS Digital. Breath-holding in babies and children. National Health Service (England). Última revisão a 02.mar.2023. Acesso a 30.set.2024. Disponível em <https://www.nhs.uk/conditions/breath-holding-in-babies-and-children/>
3. Flodine TE, Shah M, Mendez MD. Breath-holding spells. *StatPearls* 2024 Jan. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK539782>
4. Wilfong A. Breath-holding spells. *UpToDate*. Última atualização em jul.2024, revisão da literatura atual até 30.set.2024, disponível em https://www.uptodate.com/contents/breath-holding-spells/print?source=history_widget

Elaborado por:

Joana De Beir, Médica Interna de Formação Especializada em Pediatria, Unidade Local de Saúde de Coimbra

Orientado por:

Marta Mesquita, Médica Pediatra, Unidade Local de Saúde de Matosinhos

Texto elaborado para o Portal C&F - SPP, junho de 2025 ©