POR QUE RAZÃO OCORRE?

A enurese está associada a várias causas que favorecem a perda de urina durante o sono:3



Não despertar com a vontade de fazer chichi o que faz com que a criança não se aperceba da vontade de urinar.3



Uma diminuição da capacidade da bexiga ou um aumento da produção noturna de urina podem ser devidos a:3

- Beber demasiado à noite.
- * Níveis baixos de hormona antidiurética, responsável por regular a quantidade de urina que produzimos.



Pode ser algo **hereditário**; se algum dos pais molhava a cama em criança, é muito provável que o seu filho também o faça.3

COMO PODE AJUDAR O SEU FILHO?



Defina um horário miccional para que o seu filho urine cerca de 6 vezes por dia⁵



Faça uma ingestão frequente e distribuída de líquidos ao longo do dia. O seu filho deve beber mais de manhã, menos à tarde, pouco à noite e nada antes de dormir.5



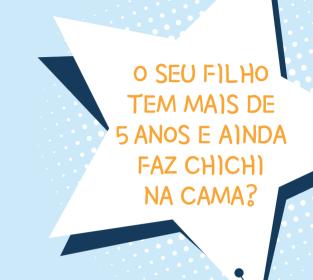
Evite jantares abundantes, saladas e pratos com muito líquido. Beber no máximo 200 ml de líquido durante o jantar (sopa, água, leite, sumo, iogurte, etc.).6



Em geral, tente que o seu filho **não fique** mais de 10 horas a dormir sem esvaziar a bexida.6



Pode preencher um calendário miccional para apontar as noites secas e molhadas. Tal ajuda-o a ver os seus progressos e ao médico a ver a sua evolução.³



ignore!



MAIS DE 5 ANOS E...

Molhar a cama, um fenómeno conhecido como

ENURESE NOTURNA,

é a **perda involuntária e inconsciente de urina durante o sono** numa idade na qual o controlo
noturno já deveria estar presente.¹



Constitui um **problema** apenas quando a criança tem **mais de 5 anos.**¹

É mais comum do que imagina: quase 1 em cada 6 crianças com 5 anos de idade molha a cama.³



Pode provocar um **impacto negativo** na **autoestima.**²





A ENURESE NOTURNA é um distúrbio clínico frequente que pode e deve ser resolvido!4



QUE BOM! OUTRA NOITE SEM MOLHAR A CAMA

A ENURESE NOTURNA TEM SOLUÇÃO

CONSULTE O SEU PEDIATRA



PT-MN-1900

1. Hashim H, et al. International Continence Society (ICS) report on the terminology for nocturia and nocturnal lower urinary tract function. Neurourol Urodyn. 2019;38(2):499-508. 2. Haid B, et al. Primary and Secondary Enuresis: Pathophysiology, Diagnosis, and Treatment. Eur Urol Focus. 2017;3(2-3):198-206. 3. Taborga Díaz E, et al. Manejo y diagnostico terapétutco de a enuresis infantil. Madrid: SEPEAP; 2014. https://www.sepeap.org/wp-content/uploads/2014/09/ENURESIS-INFANTIL.pdf (setembro 2020). 4. Hjälmas K, et al. Nocturnal Enuresis: An International Evidence Based Management Strategy. J Urol. 2004 Jun;171(6 Pt 2):2545 – 61. 5. Miguélez Lago C, et al. Enuresis. Diagnóstico diferencial y tratamiento específico. Revista Española de Pediatría. 2012;68(4):240-255. 6. Monterno Hernández S, et al. Plan de cuidados estandarizado de enfermería para un niñ@ con enuresis. Em: Asociación Española de Enfermería de Salud Mental. "Las enfermeras de salud mental y la exclusión social: hablando claro". Madrid: 2015. 2545-2564

Ferring Portuguesa - Produtos Farmacêuticos, Sociedade Unipessoal, Lda. Rua Alexandre Herculano Edificio 1, Piso 6 2795-240 Linda-a-Velha Contribuiste nº 502034831

