

Informações ao paciente da BMJ

Última publicação: Oct 11, 2021

Enurese noturna

Muitas crianças fazem xixi na cama. A maioria cresce sem problemas. Mas se seu filho está chateado por fazer xixi na cama ou se você está preocupado com ele, há coisas que você pode fazer para ajudar.

Reunimos as melhores e mais atualizadas pesquisas sobre enurese noturna para ver quais tratamentos funcionam. Você pode usar nossas informações para conversar com seu médico e decidir quais tratamentos são melhores para seu filho.

Quando urinar na cama é um problema?

É comum que crianças pequenas façam xixi na cama. Muitas vezes, é uma parte normal do crescimento. Na verdade, é tão comum que os médicos não recomendam nenhum tratamento em crianças menores de 7 anos. O nome médico para enurese noturna (para pessoas de qualquer idade) é “enurese noturna”.

Se seu filho começar a molhar a cama ao tirá-lo das fraldas, tente novamente alguns meses depois. Muitas crianças ainda precisam de fraldas à noite quando começam a escola.

Enurese noturna não é grave. Mas isso pode fazer com que as crianças se sintam envergonhadas ou chateadas, especialmente se forem mais velhas ou se sentirem provocadas por isso.

É importante garantir que as crianças não sejam provocadas, culpadas ou envergonhadas em casa se fizerem xixi na cama. Também é vital incentivá-los e elogiá-los quando progredem.

Quais tratamentos funcionam?

A maioria das crianças para de fazer xixi na cama em seu próprio tempo. Cerca de 15 em cada 100 crianças que fazem xixi na cama param a cada ano sem qualquer tratamento. Isso significa que quase todas as crianças acabarão parando sozinhas. Mas existem tratamentos que podem ajudar algumas crianças a parar mais cedo.

Rotinas e bons hábitos

A primeira coisa a tentar, e que ajuda muitas pessoas, é fazer com que seu filho tenha bons hábitos de higiene. Isso significa tanto durante o dia quanto à noite.

- Portanto, além de lembrar seu filho de ir ao banheiro todas as noites antes de dormir, certifique-se de que ele se sinta confortável em ir ao banheiro regularmente quando precisar durante o dia. Isso significa lembrá-los e encorajá-los, mas sem pressioná-los.
- Tente não deixar seu filho beber muito antes de dormir. Certifique-se de que eles tenham o suficiente para beber um pouco mais cedo à noite para que não tenham sede na hora de dormir.
- Faça o que puder para garantir que seu filho não tenha medo de acordar à noite, se necessário. Deixar a luz acesa pode ajudar.
- Evite dar ao seu filho bebidas que contenham cafeína, como refrigerantes gaseificados, chá e bebidas com chocolate.

Esse tipo de apoio e bons hábitos devem ajudar seu filho a aprender que pode controlar a bexiga.

Se você acha que precisa de mais ajuda, talvez tente uma rotina mais formal, chamada “treinamento da bexiga”, com a ajuda de um especialista chamado uroterapeuta.

Outras condições que podem causar enurese noturna

Algumas crianças têm outros problemas ou condições médicas que podem causar enurese noturna. Por exemplo, algumas crianças fazem xixi na cama porque têm constipação. Lidar com a constipação reduz a enurese noturna em mais da metade das crianças.

É mais provável que seu filho faça xixi na cama se tiver uma condição que afete a respiração. Seu médico deve encaminhá-lo a um especialista que possa ajudar na respiração do seu filho.

Alarmes de enurese noturna

Os alarmes de enurese noturna (também chamados de alarmes de enurese) são dispositivos que emitem um som quando seu filho começa a fazer xixi na cama. A ideia é que a criança acorde quando o alarme disparar e depois vá ao banheiro para terminar de urinar.

Se o tratamento for bem-sucedido, depois de algum tempo a criança dorme a noite toda sem se molhar ou acorda a tempo de ir ao banheiro.

Pesquisas descobriram que esses alarmes são provavelmente o tratamento com maior probabilidade de ajudar as crianças a ficarem secas à noite. Mais da metade das crianças ficam secas após usar um alarme por cerca de três meses.

É importante lembrar que, embora esses alarmes funcionem bem, o sucesso leva tempo. Pode levar várias semanas ou meses até que você veja uma melhora.

Enurese noturna

Se seu filho dorme muito e pode dormir até o despertador, ele precisará que os pais o acordem e o levem ao banheiro. Para que esse tratamento funcione bem, é importante acordá-los sempre que o alarme soar.

Medicamento

Geralmente, os medicamentos são sugeridos apenas como tratamentos para enurese noturna em crianças com mais de 7 anos e somente se outros tratamentos não funcionarem. Seu médico pode sugerir que você use medicamentos e um alarme juntos.

Um medicamento chamado **desmopressina** é o mais usado. Ele age tornando a urina mais concentrada, para que a bexiga não a produza tanto.

A desmopressina pode funcionar bem, mas não funciona para todas as crianças. Além disso, como não ajuda as crianças a aprenderem como controlar a bexiga, a maioria das crianças começa a fazer xixi na cama novamente quando param de tomá-la. Algumas famílias o consideram útil para dormir na casa do pijama ou nas férias, mas os alarmes de enurese noturna funcionam melhor a longo prazo.

A desmopressina pode causar efeitos colaterais em algumas crianças, incluindo dores de cabeça, erupções cutâneas, dor de garganta ou distúrbios da visão. Não dê desmopressina ao seu filho se ele estiver vomitando ou tiver diarreia. E certifique-se de que eles não bebam muito enquanto o tomam. Muito raramente, a desmopressina pode levar a uma convulsão (ataque) ou coma, causada pelo excesso de líquido no corpo.

Se a desmopressina não funcionar para seu filho, é possível que ele tenha uma bexiga hiperativa. Seu médico pode querer fazer mais exames. Existem medicamentos que podem ajudar crianças com bexiga hiperativa.

Às vezes, os médicos prescreviam um medicamento chamado **imipramina** para crianças cujos sintomas não melhoravam com a desmopressina. Mas raramente é usado agora, porque na maioria das crianças os medicamentos mais novos parecem funcionar melhor e com menos efeitos colaterais. Se o seu médico sugerir imipramina para seu filho, ele deve explicar o porquê.

O que acontecerá com meu filho?

A maioria das crianças acaba por parar de fazer xixi na cama, mesmo sem qualquer tratamento. Muito raramente, algumas crianças não superam o problema e continuam a ter problemas com a enurese noturna, mesmo quando adultas. Isso acontece com cerca de 1 em 200 pessoas.

Se você tem um filho mais velho que estava seco à noite e depois começa a fazer xixi na cama, é uma boa ideia consultar seu médico. Eles podem querer verificar se seu filho tem problemas na bexiga ou outra doença.

Enurese noturna

Informações do paciente da *BMJ Best Practice* de onde esta ficha é derivada e atualizada regularmente. A versão mais recente do Best Practice pode ser encontrada em bestpractice.bmj.com. Esta informação destina-se a uso por profissionais de saúde. Ela não substitui orientações médicas. É fortemente recomendado que você verifique, de maneira independente, as informações contidas neste material e, caso você tenha algum problema de saúde, consulte seu médico.

Consulte os termos de uso completos da BMJ em: bmj.com/company/legal-information. A BMJ não faz nenhuma declaração, condição, justificativa ou garantia, de maneira expressa ou implícita, de que este material é preciso, completo, atualizado ou adequado para quaisquer fins específicos.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos os direitos reservados.

