

**Autor:** Lara Cabral, Joana Sousa, Carolina Nobre

**Última atualização:** 2021/10/25

**Palavras-chave:** espasmo; choro; criança

## Resumo

O **espasmo do choro** ocorre quando, após um estímulo negativo, a criança começa a chorar e sustém a respiração involuntariamente, com conseqüente alteração da coloração da pele e do tônus muscular, podendo ocorrer perda transitória da consciência. Os episódios são habitualmente breves e resolvem-se espontaneamente sem qualquer intervenção.

Apesar destes episódios serem assustadores de observar, trata-se de uma condição benigna e comum na infância, que desaparece com o crescimento da criança e que geralmente não afetam o seu normal desenvolvimento.

## Espasmo do choro

O **espasmo do choro** é um episódio transitório, durante o qual a criança parece suster a respiração, podendo chegar a perder momentaneamente a consciência. Ocorre quando a criança chora na seqüência de determinados desencadeantes como dor ou medo.

O espasmo do choro não é intencional e resulta de um reflexo involuntário.

Trata-se de uma **condição benigna**, que ocorre em aproximadamente 5% das crianças saudáveis entre os 6 meses e os 6 anos de idade e cujo início ocorre normalmente entre os 6 e os 18 meses. Tende a resolver espontaneamente com o tempo, sendo raro em crianças acima dos 8 anos de idade.

Cerca de um terço das crianças com espasmo do choro têm história familiar de episódios semelhantes.

## Como são os episódios de espasmo do choro?

Os **espasmos do choro** surgem normalmente na seqüência de fatores desencadeadores como a dor, o medo, a raiva ou a frustração, em que a criança chora e, durante o choro, sustém a respiração até ao ponto de poder perder a consciência. A criança geralmente desperta em menos de um minuto, recupera a respiração normal e não está desorientada ou sonolenta.

A sua frequência varia de múltiplos episódios por dia a um por ano.

Estão descritos dois tipos de espasmos do choro:

- **Espasmo do choro cianótico**, em que ao suster a respiração, a criança pode ficar cianótica (pele azulada), rígida e apresentar contrações musculares antes de perder a consciência. É o tipo mais comum e resulta de uma alteração no padrão respiratório habitual da criança.

- **Espasmo do choro pálido**, causado por uma diminuição da frequência cardíaca da criança, normalmente em resposta a um estímulo doloroso. A criança abre a boca como se fosse começar a chorar, mas não emite qualquer som e pode desmaiar ficando muito pálida.

Por vezes há episódios com características de ambos os tipos, sendo designados episódios mistos. Em situações raras uma convulsão pode ser testemunhada imediatamente após a criança perder a consciência.

### O que fazer durante um episódio de espasmo do choro?

---

Apesar de estes episódios serem assustadores de observar **é fundamental manter a calma**.

Num episódio de espasmo do choro, recomenda-se:

- Deitar a criança de lado, num local seguro onde não se magoe;
- Verificar a boca da criança para garantir que não se está a engasgar com um objecto ou comida;
- Não colocar nada na boca da criança;
- Não abanar a criança;
- Controlar o tempo.

As crianças que estão a ter um episódio de espasmo de choro quase sempre reiniciarão a respiração normal em 60 segundos.

Contacte a linha nacional de emergência (112) se não houver um fator desencadeador antes da criança cair inanimada, ou se houver dificuldade em acordar. Se a criança não voltar a respirar normalmente nos primeiros 60 a 90 segundos, devem ser iniciadas manobras de suporte básico de vida com respiração boca a boca.

Passado o episódio, deve lidar com a criança como faria normalmente e, caso o espasmo do choro tenha ocorrido após uma reprimenda, deve evitar ceder ao comportamento da criança. Estas crianças não têm problemas comportamentais, mas estes podem surgir se a família começar a alterar o padrão de disciplina.

### É preciso fazer exames?

---

Não há nenhum exame diagnóstico específico para o espasmo do choro. Apesar da sua apresentação clínica típica, é importante o diagnóstico diferencial com outras doenças, nomeadamente a epilepsia. Alguns estudos sugerem uma associação entre anemia por deficiência de ferro e espasmo do choro, pelo que pode ser adequado fazer análises para o seu despiste.

### A criança pode ficar com sequelas?

---

Tipicamente, os espasmos do choro são uma condição benigna, que não deixa sequelas e não afecta o normal desenvolvimento da criança.

## Conclusão

---

Os **espasmos do choro**, embora aflitivos para os pais, são acontecimentos benignos, autolimitados e que tendem a resolver-se com o tempo. Desaparecem espontaneamente por volta dos 6 anos de idade.

## Referências recomendadas

---

- [Melo S, Chorão R. Espasmos de Choro:Problema de Comportamento? Rev Nasc e Crescer.2010](#)
- [Breath-Holding Spells. Healthwise Staff. University of Michigan Health. 2020](#)
- [Espasmos de choro. Revista Saúde. 2020](#)

[Voltar à página inicial](#) [Tem alguma dúvida? Fale conosco](#) \*\*\*\*\*

[Lara Cabral](#) • [Joana Sousa](#) • [Carolina Nobre](#)