

Lavado nasal con solución salina

(Saline nasal wash)

¿Qué es el lavado nasal con solución salina?

La solución salina es un tipo de agua salada. El agua salada extrae el líquido de las partes hinchadas de la nariz de su niño. El lavado nasal con solución salina le limpia la nariz. Esto ayuda a mejorar la respiración al despejar la nariz de su niño y abrirle los senos nasales. Si su niño necesita un medicamento en aerosol nasal, puede ser necesario lavarle primero la nariz con solución salina para que luego pueda usar el aerosol. Este lavado ayuda a que funcione mejor el medicamento en aerosol nasal.

Puede recurrir al lavado nasal con solución salina:

- Si su niño tiene goteo nasal.
- Si su niño tiene la nariz congestionada (tapada).
- Cuándo así lo indique el médico de su niño.

¿Cómo hago el lavado nasal con solución salina?

- Puede comprar paquetes para lavado nasal con solución salina en cualquier supermercado o farmacia. No es necesario que sea un producto de marca.
- Puede comprar el preparado premezclado de solución salina para lavado nasal en cualquier supermercado o farmacia. Son preparados listos para usar con tan solo abrir el frasco.
- También puede hacer su propia mezcla de solución salina para lavado nasal.
 - En un envase limpio, mezcle:
 - 3 cucharaditas entre al ras y colmadas de sal libre de yodo
 - 1 cucharadita bien colmada de bicarbonato de sodio
 - **Guarde la mezcla en un envase hermético pequeño durante un máximo de 24 horas.** Deséchela antes si la mezcla tiene apariencia turbia.
 - Prepare una mezcla nueva cada día.

¿Cómo uso el lavado nasal con solución salina?

- Lávese bien las manos con agua y jabón durante al menos 20 segundos.
- Vierta en un frasco de enjuague nasal (como el NeilMed o de cualquier marca de tienda) 8 onzas (oz), o 1 taza, de agua destilada tibia o de agua hervida que se haya enfriado.
- Agregue al frasco el paquete de la solución salina para lavado nasal comprada en o 1 cucharadita de la mezcla hecha en casa.
- Cierre y ajuste la tapa del frasco. Coloque un dedo sobre la tapa y agite suavemente el frasco para disolver la mezcla.
- Sostenga el frasco dentro del lavamanos y destápelo.



En caso de una emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya de inmediato a la sala de emergencias más cercana.

Lavado nasal con solución salina, continuación

- Aplique suavemente por aspersión la solución salina a una de las fosas nasales (huecos de la nariz) de su niño. Haga que su niño se incline hacia adelante sobre el lavamanos. Deje que la solución salina que entra salga por la otra fosa nasal.
- Es normal que parte la solución salina drene hacia la boca de su niño. Si esto sucede, pídale a su niño que la escupa.
- Suénele bien la nariz a su niño. Puede sentir presión en los oídos. Esto es normal.
- Repita el lavado con la solución salina en la otra fosa nasal.
- Repita el lavado nasal con solución salina, según sea necesario, hasta que quede limpia la nariz de su niño.
- Use el medicamento en aerosol nasal tal como lo indicó el médico de su niño.

¿Cómo limpio el frasco?

- Enjuague el frasco, la tapa y la sonda con agua de la llave.
- Ponga 2 a 3 gotas de champú para bebé o detergente lavaplatos en el frasco.
- Cierre y ajuste la tapa del frasco. Coloque un dedo sobre la tapa y agite suavemente el frasco.
- Apriete el frasco y llénelo del agua jabonosa. Así asegura que se limpie por dentro todo el frasco.
- Enjuague bien el jabón hasta que no queden rastros en el frasco.
- Coloque el frasco sobre una toalla de papel para que se seque.

¿Cuándo debo llamar al médico?

Llame al médico si tiene alguna pregunta o inquietud acerca de su niño o la forma de atenderlo.

Esta hoja educativa contiene sólo información general. Hable con el médico de su niño o con uno de los integrantes de su equipo de atención médica sobre el cuidado específico para él.