Dr. Emilio Villa Alcázar
Doctor en medicina. Especialista en pediatría y neurología infantil
Colegiado Nº. 282830846, Madrid
Profesor Asociado de Pediatría, Hospital Clínico San Carlos

C/ Conde de Aranda 15 28001 Madrid, España
C/ Claudio Coello 117 28006 Madrid, España
Atención Domiciliaria
+34 670679761

Lavados nasales con suero fisiológico en menores de 2 años

Respirar con más comodidad | **Suero fisiológico** | **Antes de dormir**

¿PARA QUÉ SIRVEN?

- Ayudan a retirar los mocos y aliviar la congestión nasal.
- Pueden facilitar las tomas y el descanso cuando la nariz está muy tapada.
- No curan el resfriado ni hacen que dure mucho menos; tampoco tratan la tos que procede del pecho.
- Hacedlos cuando haya congestión. Si el niño está bien, no hace falta hacerlos a diario.

1–2–3 CÓMO HACER EL LAVADO

1. Preparadlo Lavaos las manos. Utilizad suero fisiológico estéril de farmacia, preferiblemente en monodosis, a temperatura ambiente o ligeramente templado en la mano.

2. Colocad al bebé Tumbadlo de lado y sujetad suavemente la cabeza. No lo dejéis con la cabeza echada hacia atrás.

3. Aplicad el suero Introducidlo despacio por el orificio que queda arriba, sin presión fuerte. Puede salir por la otra fosa o tragarse: ambas cosas pueden ocurrir.

4. Repetid y limpiad Giradlo hacia el otro lado y repetid si hace falta. Limpiad los mocos que salgan y mantenedlo incorporado un momento.



¿CUÁNDO HACERLO?

- Suele ser útil antes de las tomas y de dormir.
- Evitad hacerlo justo después de comer, porque puede provocar náuseas o vómitos.

¿QUÉ CANTIDAD USAR?

No existe una cantidad única para todos los bebés pero en general suele bastar con 2 mls en los lactantes y 5 en los niños pequeños. Empezad con pequeñas cantidades y aumentad solo si es necesario y el niño lo tolera. Seguid las indicaciones del envase o de vuestro pediatra; no forcéis el paso del líquido.

MOLESTIAS QUE PUEDEN APARECER

- Llanto o rechazo: son frecuentes y no significan necesariamente que le estéis haciendo daño.
- Náuseas o algún vómito, sobre todo si se hace justo después de comer.
- Pequeño sangrado nasal si la mucosa se irrita o se aplica demasiada presión.
- Los sueros hipertónicos pueden escocer más que el suero fisiológico isotónico.

SEGURIDAD: MUY IMPORTANTE

- Usad preferentemente suero estéril de farmacia; no preparéis mezclas caseras con agua del grifo sin tratar.
- No introduzcáis la jeringa profundamente ni apliquéis presión fuerte.
- Si utilizáis un dispositivo reutilizable, limpiadlo y secadlo según las instrucciones y no lo compartáis entre hermanos.

CUÁNDO CONSULTAR

- Dificultad para respirar, respiración muy rápida, hundimiento de las costillas o coloración azulada: atención urgente.
- Fiebre en menores de 3 meses: valoración médica urgente.
- Rechaza las tomas, moja menos pañales, está muy decaído o cuesta despertarlo.
- Dolor de oído, síntomas que duran más de 10 días sin mejorar o empeoran después de haber mejorado.
- Fiebre que dura más de 3 días o cualquier empeoramiento que os preocupe.