

Lavados Nasales

Técnica

Es una técnica utilizada para limpiar las fosas nasales de los niños, especialmente cuando tienen congestión nasal debido a resfriados, alergias u otras afecciones respiratorias. Esta técnica ayuda a eliminar el exceso de mucosidad, facilita la respiración y reduce la irritación nasal.



¿Qué necesitamos?



Suero fisiológico: Es una solución salina que se encuentra disponible en farmacias. Se utiliza para irrigar las fosas nasales y humidificar la mucosa nasal.

¿Cantidad?: en menores de 6 meses es suficiente con 2-3ml. A partir de los 6 meses podremos utilizar 5 ml.

Jeringa : Se utiliza para administrar el suero fisiológico en las fosas nasales de manera controlada.

Utilizaremos una jeringa de 5cc.



Paso a paso...



1. Preparación:

- Lava bien tus manos y posteriormente prepara la jeringa con suero fisiológico.

2. Posición del niño:

- Puedes colocar al niño en posición horizontal (recostado sobre un lado) o sentado.

3. Administración en la fosa nasal, dependiendo de la posición:

- Horizontal: Debemos realizarlos en dos pasos:
 - Tumbado sobre el lado derecho, aplicaremos el suero por la fosa izquierda.
 - A continuación colocamos al niño sobre el lado izquierdo, y aplicaremos el suero en el lado derecho.
- Sentado: podemos aplicar el suero por cualquier fosa nasal, indistintamente.



Paso a paso...



4. Expulsión de mucosidad:

Después de cada aplicación de suero fisiológico, realizaremos una limpieza con un pañuelo o similar de la mucosidad, antes de realizar un nuevo lavado.

5. Limpieza de la jeringa:

- Limpia la jeringa después de cada uso para evitar la contaminación.





Beneficios...

Alivio de la congestión nasal

Reducción de la irritación nasal

Mejora de la calidad del sueño

Prevención de complicaciones asociadas a la propia mucosidad



Pera de aspiración... por qué se desaconseja

Irritación de las mucosas.

Posibilidad de lesiones.

Riesgo de introducción de bacterias.

