

El uso del aspirador nasal en casa (*NoseFrida*) [Using an At-Home Nasal Aspirator (*NoseFrida*)]

¿Qué es un aspirador nasal?

Un aspirador nasal es una herramienta natural y limpia que ayuda a succionar la mucosidad (mocos) de la nariz de su bebé. Algunas familias encuentran que las perillas de goma tradicionales son difíciles de usar y limpiar. Esta herramienta utiliza la succión humana para controlar la velocidad y la fuerza del flujo de aire. Esto permite a los padres eliminar la mucosidad de forma fácil y rápida. Utiliza un filtro desechable para detener la transferencia de moco y gérmenes. Todas las piezas son desarmables y la mayoría se pueden lavar en la rejilla superior del lavaplatos, excepto el tubo largo, el cual se limpia con unas pocas gotas de alcohol. Una de las marcas comunes de aspiradores nasales es *NoseFrida*.



¿Por qué es importante succionar la nariz de mi bebé?

Los bebés respiran por la nariz. El uso de un aspirador nasal ayudará a su hijo(a) a respirar más fácilmente, lo que le ayudará a dormir y comer más cómodamente. Es posible que a su hijo(a) no le guste cuando usted use el aspirador nasal, pero le ayudará a sentirse mejor.

Cómo usar el aspirador nasal:

Artículos que necesita antes de comenzar:

1. El filtro de higiene. Siempre debe colocar el filtro de higiene en su lugar para detener la transferencia de mucosidad o bacterias.
2. Una cobija para envolver a su hijo(a).
3. Solución salina líquida para la succión nasal. Debería utilizar la botella exprimible, NO el atomizador. Coloque la botella de solución salina boca abajo para extraer las gotas.
4. Un paño, pañuelo o algo donde pueda poner el moco que saque al succionar. Una toallita húmeda no funcionará bien.

*Por favor, lea el folleto del fabricante en el envase para obtener más información sobre cómo limpiarlo de manera segura.

Cómo funciona:

Cómo succionar con un aspirador nasal:

1. Coloque unas cuantas gotas de solución salina dentro de la fosa nasal y coloque el tubo grande contra la fosa nasal del bebé (no adentro) creando un sello (de 3 a 5 gotas para los bebés menores de 6 meses; 10 gotas para los mayores de 6 meses). Utilice la boquilla roja para

IN CARE OF KIDS

succionar la mucosidad. Vacíe los mocos en un pañuelo/toalla. Repita el mismo procedimiento en la otra fosa nasal hasta despejarla.

- No deje de succionar hasta que vacíe la mucosidad del filtro en el paño. Si deja de succionar antes, la mucosidad caerá sobre la cara del bebé. Cuando esté listo para vaciar la mucosidad en el paño, sople SUAVEMENTE la mucosidad hacia fuera. Si sopla con demasiada fuerza, puede expulsar el filtro.

2. Al final, succione cada fosa nasal una vez más para extraer el resto de la solución salina. Mientras succiona un lado de la nariz coloque su dedo sobre la otra fosa nasal.

- Esto despejará la parte posterior de la garganta.

Limpieza:

Lave con agua tibia y jabón. Limpie el tubo delgado con unas pocas gotas de alcohol isopropílico.

*Por favor, lea el folleto del fabricante en el envase para obtener más información sobre cómo limpiarlo de manera segura.

Consejos y trucos:

Para envolver/sujetar a su hijo(a):

- Una persona lo sostiene: coloque los brazos del bebé en sus costados y envuélvalo firmemente con una cobija o toalla resistente del cuello hacia abajo. Envuélvalo de manera que las orillas de la toalla/cobija queden detrás del(la) niño(a) y lo suficientemente ajustadas de modo que no pueda sacar las manos.
- Dos personas lo sostienen: use una toalla/cobija y envuelva al(la) niño(a) como se describe anteriormente, excepto que dejará los brazos sin envolver. La persona que sostenga al(la) niño(a) deberá colocar los dos brazos del(la) niño(a) por arriba de su cabeza (los codos al lado de los oídos) y asegurar los brazos sosteniéndolos contra la cabeza. Esto permitirá asegurar la cabeza y los brazos al mismo tiempo.

Para succionar:

- Respire profundo entre cada succión.
- NO deje de succionar hasta que esté listo para vaciar la mucosidad del filtro en el paño. Cuando deje de succionar la mucosidad se desprenderá.
- Cuando esté listo para vaciar la mucosidad, sople SUAVEMENTE. Si sopla con demasiada fuerza, puede expulsar el filtro.
- La solución salina es muy útil para la succión. Si su bebé traga un poco de solución salina, no le hará daño.

childrenscolorado.org

Autor: Grupo CE Bronquiolitis | Aprobado por el comité educativo para las familias y los pacientes | Vigente hasta el 2023
Esta información se redacta exclusivamente con fines educativos. No pretende sustituir los consejos de su médico de cabecera, diagnosticar, tratar, curar ni prevenir enfermedad alguna. Esta información no debe reemplazar una cita, llamada, consulta o la asesoría de su médico u otro profesional sanitario.