

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

Un aspirador nasal (NoseFrida®) es un instrumento que ayuda a eliminar la mucosidad (mocos) de la nariz de su bebé. Este instrumento puede ser más fácil de usar y limpiar en comparación con una perilla de goma. Se recurre a la succión humana para controlar la velocidad y fuerza del flujo de aire lo que ayuda a eliminar la mucosidad de forma fácil y rápida. Contiene un filtro para evitar que el moco pase a la boca de usted.



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

Los bebés respiran por la nariz. Cuando se enferman, no pueden sonarse la nariz para extraer la mucosidad. 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 lo use, pero le ayudará a sentirse mejor.

Cómo usar el aspirador nasal:

Suministros:

1. El filtro de higiene. Siempre debe colocar el filtro en su lugar para evitar que el moco pase a la boca de usted.
2. Una cobija para envolver a su hijo(a).
3. Gotas de solución salina (agua salada) para la succión nasal. Utilice la botella de compresión, NO el atomizador y coloque la botella boca abajo para extraer las gotas.
4. Un paño, pañuelo o algo donde pueda depositar el moco. Las toallitas húmedas no funcionan bien.

*Revise el envase de NoseFrida® para obtener más información.

Cómo funciona:

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
 - Use de 3 a 5 gotas para los bebés menores de 6 meses y 10 gotas para los mayores de 6 meses. Puede usar gotas de solución salina de venta libre.

2. Utilice la boquilla roja para succionar la mucosidad; sople suavemente la mucosidad en un pañuelo/paño. Si sopla con demasiada fuerza, el filtro se saldrá de su lugar. Repita en la otra fosa nasal.
 - Siga succionando hasta que tenga el paño o pañuelo disponible; si se detiene, la mucosidad caerá sobre la cara del bebé.
3. Repita este proceso hasta que se despeje la nariz.
4. Termine succionando 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:

- El aspirador nasal puede lavarse de manera segura en el estante superior del lavavajillas y también se puede lavar con agua tibia y jabón.
- Limpie el tubo delgado con unas pocas gotas de alcohol isopropílico.

*Revise el envase de NoseFrida® para obtener más información.

Consejos y trucos:

Para posicionar a su hijo(a):

- **Una persona:** coloque los brazos del bebé en sus costados y envuélvalo firmemente con una cobija o toalla del cuello hacia abajo. Envuelva de manera que las orillas de la toalla/cobija queden detrás del menor y lo suficientemente ajustadas para que no pueda sacar las manos.
- **Dos personas:** 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 menor (el soporte), 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 le permitirá al soporte asegurar la cabeza y los brazos al mismo tiempo.

Succión:

- Respire profundamente entre cada succión.
- La solución salina es muy útil para la succión; diluye la mucosidad facilitando la succión. Si su bebé traga un poco de solución salina, no le hará daño.
- Frecuencia para succionar:
 - Succione cada unas cuantas horas; solo si nota mucha congestión o mucosidad
 - Si la nariz de su hijo(a) empieza a sangrar, tendrá que succionar con menos frecuencia para evitar la irritación
 - Succionar antes de la alimentación puede ayudarle a su hijo(a) a comer
- Recuerde: cualquier exposición a la mucosidad de su hijo(a) hace que usted corra el riesgo de contraer la infección.