

## Cómo cuidar un sangrado por la nariz

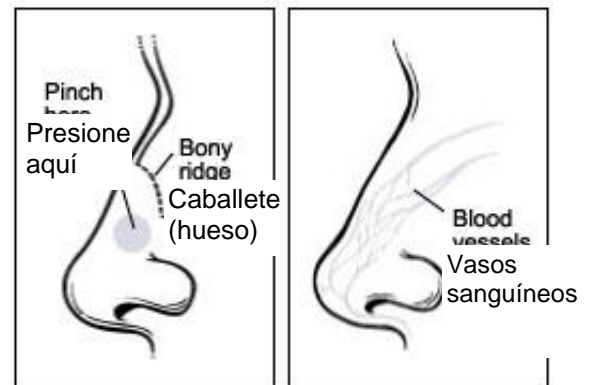
### ¿Qué causa el sangrado por la nariz?

Las causas más comunes del sangrado por la nariz son:

- El aire seco en la casa.
- Meterse el dedo en la nariz.
- Sonarse la nariz excesivamente.
- Caerse o recibir un golpe en la nariz.
- Irritación causada por una infección o alergias.

### ¿Cómo se trata?

- Siente a su hijo en posición inclinada al frente. No incline la cabeza hacia atrás ni lo acueste ya que esto puede hacer que su hijo trague demasiada sangre y vomite.
- Usando su dedo pulgar y dedo índice apriete las fosas nasales.
- Aplique presión durante por lo menos 10 minutos. También puede usar un Kleenex® o pañuelo cuando haga esto.
- Si el sangrado no para después de 10 minutos, apriete las fosas nasales durante otros 5-10 minutos.
- Si tiene problemas para detener el sangrado simplemente apretando la nariz, puede usar Afrin de potencia regular (Regular Strength Afrin) rociado en una bolita de algodón. Rocíe el algodón de manera que esté mojado y colóquelo en la fosa nasal que está sangrando. Manténgalo ahí durante 10 minutos. Puede repetir esto cada 10 minutos hasta un total de 3 veces para ayudar a detener el sangrado.
- Una vez que haya parado el sangrado, es importante aplicar una pomada antibiótica triple de venta sin receta médica dos veces al día durante 2 semanas. Coloque una bolita de pomada del tamaño de un chícharo en cada una de las fosas nasales de su hijo dos veces al día.
- Es importante usar esto todos los días durante 2 semanas para que sane el tejido y se detenga el sangrado.
- También es de ayuda usar una solución salina para irrigar la sangre vieja y las costras y así mantener la nariz limpia.



- Si su hijo se ha lastimado la nariz, colocar hielo sobre el caballete de la nariz puede ayudar a parar el sangrado. Envuelva el hielo en una toallita. Hable con el proveedor de atención de salud de su hijo si el sangrado se produjo por una lesión en la nariz.
- Su hijo no debe sonarse la nariz por un mínimo de 2 horas después de que se haya parado el sangrado.
- Se puede usar una pomada antibiótica para ayudar a sanar el revestimiento de la nariz. Se debe colocar en la nariz dos veces al día durante 10 a 14 días. La manera más fácil de poner la pomada es colocando una pequeña cantidad en su dedo limpio e introduciéndolo en la fosa nasal. Después, apriete suavemente para esparcir la pomada a lo largo del revestimiento de la nariz. Limpie la pomada adicional de la nariz.

### **¿Cómo se puede prevenir?**

- Para una buena higiene de las manos, láveselas todos los días con agua y jabón. Corte las uñas de su hijo.
- Trate cualquier condición subyacente como una infección o alergias.
- Es importante mantener limpia la nariz.

Vea este video para obtener más información sobre cómo tratar los sangrados por la nariz.

<http://blog.chw.org/2014/03/treat-prevent-nosebleeds-children>

**ALERTA:** Llame al médico de su hijo, a su enfermera o a la clínica si tiene cualesquier preguntas o inquietudes o si su hijo:

- Tiene sangrado por la nariz que continua después de 30 minutos. Continúe manteniendo a su hijo inclinado hacia adelante presionándole las fosas nasales mientras llama.
- Tiene necesidades especiales de cuidados médicos que no se cubrieron en esta información.

**Esta hoja informativa fue creada para ayudarle a cuidar de su hijo. Esta hoja no reemplaza la atención médica. Hable con su proveedor de atención de salud sobre el diagnóstico, el tratamiento y el seguimiento.**