
Si su hijo tiene sangrados nasales

El sangrado nasal (epistaxis) es común en los niños. Por lo general, no es indicio de un problema grave. Los sangrados en la parte frontal de la nariz son comunes en los niños pequeños y, por lo general, se pueden detener con facilidad. Suele producirse en solo uno de los orificios nasales. Si un bebé recién nacido tiene sangrado nasal, quizás deba ver a un especialista en nariz, garganta y oído (otorrinolaringólogo).

Los sangrados en la parte posterior de la nariz, cerca de la garganta, son menos comunes en los niños que los sangrados en la parte frontal. Si se produce más adentro de la nariz, suele salir por ambos orificios nasales. Estos son más difíciles de detener. Pueden ser más graves y causar mucha pérdida de sangre.

En ocasiones, los niños pueden tener sangrados nasales mientras duermen. Puede tratar la mayoría de los sangrados nasales en el hogar y puede tomar medidas para evitarlos.

¿Cuáles son las causas de los sangrados nasales?

La piel que reviste el interior de la nariz es muy delicada. Está repleta de vasos sanguíneos diminutos. Por esta razón, incluso una pequeña lesión puede sangrar mucho. Las causas más frecuentes de los sangrados nasales en niños son las siguientes:

- Hurgarse o frotarse la nariz con frecuencia
- Insertar un cuerpo extraño en la nariz
- Sequedad en el interior de la nariz
- Alergias, resfriados u otras infecciones de las vías respiratorias superiores
- Ciertos medicamentos
- Una lesión en la nariz
- Crecimientos anormales de tejido, como pólipos

¿Cómo se tratan los sangrados nasales?

Es muy fácil tratar los sangrados nasales en el hogar. Con el tratamiento adecuado, la mayoría de los sangrados nasales cesan en unos 5 a 10 minutos.

Según la edad del niño y la causa del sangrado, el proveedor de atención médica le dirá cómo cuidar a su hijo después del sangrado nasal. Llame siempre al proveedor de atención médica del niño para hablar de los sangrados nasales.

Tenga presente la siguiente lista de las cosas que debe hacer y las que no.

LO QUE DEBE HACER



- Mantenga a su hijo tranquilo y haga que se sienta cómodo. Asegúrese de que respire por la boca con normalidad.
- Haga que su hijo se siente o se pare e inclínele la cabeza hacia adelante (NO hacia atrás). Esto impide que la sangre comience a acumularse en la parte posterior de la garganta, de donde podría tragarse. Si pareciera que su hijo está tragando la sangre o que tiene sangre en la boca, haga que la escupa. Si la traga, podría causarle vómitos.
- Si sus hijos son más grandes, pídale que se suenen la nariz con suavidad. Luego presione la parte blanda de la nariz con el pulgar e índice. Es posible que los niños más pequeños no comprendan cómo sonarse la nariz con suavidad.
- Siga aplicando esa presión durante 5 a 10 minutos sin mirar si el sangrado se detuvo.
- Si el sangrado continúa, repita el paso anterior aplicando presión durante 5 a 10 minutos en la parte blanda de la nariz sin mirar si se detuvo.
- También puede apoyar una compresa fría o una compresa de hielo en la parte del hueso de la nariz.
- Si el sangrado no se detiene, comuníquese de inmediato con el proveedor de atención médica de su hijo o vaya a la sala de emergencias o a una clínica de atención de urgencias.
- Una vez que se haya detenido el sangrado y se haya formado un coágulo, preste atención a que su hijo no se frote ni se sople la nariz por varios días. Esto permitirá que los vasos sanguíneos puedan cicatrizar.
- Lávese bien las manos con agua corriente limpia y jabón después de ocuparse del sangrado nasal de su hijo.
- Deje que su hijo se sienta si así lo desea, pero no permita que se acueste mientras le esté sangrando la nariz.
- Después de tener un sangrado nasal, quizás sea conveniente que su hijo descanse durante el resto del día.
- Comuníquese con el proveedor de atención médica de su hijo antes de darle cualquier medicamento de venta libre, sobre todo si es la primera vez que el niño lo usa.

LO QUE NO DEBE HACER

- No haga que se acueste ni que incline la cabeza hacia atrás. Tampoco haga que coloque la cabeza entre las rodillas durante el sangrado nasal. Esto no es necesario e incluso puede empeorarlo.
- No ponga gasas ni pañuelos en la nariz de su hijo para detener el sangrado.

- No le dé aspirinas ni ibuprofeno.
- No le dé analgésicos. Si su hijo necesita tomar uno, consulte primero con el proveedor de atención médica.
- No fume ni deje que otros fumen en el hogar o cerca de su hijo.

Si los sangrados nasales son frecuentes

Si su hijo tiene sangrados nasales frecuentes, llévalo al proveedor de atención médica o a otro proveedor que se especialice en nariz, garganta y oído (otorrinolaringólogo). Es posible que el niño necesite un aerosol nasal de solución salina (agua salada especial), un gel o una pomada para la nariz para humedecer el interior de la nariz, sobre todo en invierno. Siga todas las instrucciones cuando use estos medicamentos con su hijo. En algunos casos, es posible que en algunos casos el proveedor de atención médica deba hacer un procedimiento rápido para evitar el sangrado de los vasos sanguíneos.

¿Cómo se previenen los sangrados nasales?

Para prevenir los sangrados nasales de su hijo, haga lo siguiente:

- Use un gel de solución salina o una pomada para la nariz para humedecer el interior de la nariz, sobre todo en invierno. Aplique estos productos dentro de la nariz del niño antes de que se acueste a dormir.
- Trate de impedir que su hijo se frote la nariz con frecuencia.
- Trate de impedir que su hijo se hurgue la nariz. Esa es una causa común de sangrado nasal. Manténgale las uñas cortas para reducir las lesiones en la nariz.
- Trate las alergias nasales. Esto puede detener el ciclo en que la nariz pica, el niño se rasca o se mete los dedos en la nariz y se produce el sangrado. Comuníquese con el proveedor de atención médica de su hijo antes de darle cualquier medicamento de venta libre, sobre todo si es la primera vez que el niño lo usa.
- Si el proveedor se lo recomienda, use un vaporizador para agregar humedad al aire. Limpie y seque el humidificador todos los días para evitar que tenga moho y bacterias. No use un vaporizador de agua caliente. Puede causar quemaduras.
- Evite fumar y exponerlo al humo del cigarrillo de otras personas.

Cuándo llamar al proveedor de atención médica de su hijo

Llame a su proveedor de atención médica de inmediato si su hijo presenta cualquiera de estos síntomas:

- Sangrado nasal que continúa luego de 10 a 15 minutos de aplicar los tratamientos mencionados más arriba
- Sangrados nasales diarios
- Síntomas nuevos

Cuándo llamar al 911

Llame de inmediato al 911 o solicite atención médica de emergencia si ocurre algo de lo siguiente:

- Dificultad para respirar o dolor de pecho
- Conducta anormal
- Llanto o irritabilidad que no se logra calmar
- Moretones en el abdomen, la parte posterior de los muslos o los glúteos (estos son lugares carnosos en los que generalmente no aparecen moretones)
- Aparición de puntos morados pequeños y planos (petequias) en cualquier parte del cuerpo
- Palidez de la piel o debilidad en cualquier parte del cuerpo
- Hemorragia de una segunda zona, como las encías
- Sangre en las heces
- Sangrado muy abundante, con coágulos visibles grandes
- Sangrado que no se detiene después de aplicar presión directa durante 30 minutos
- Sangrados nasales múltiples