

# EPISTAXIS o sangrado de nariz

Epistaxis. Palabra que proviene del griego y significa “goteo”. Se refiere a un sangrado o hemorragia de la nariz.

La causa más frecuente es la costumbre que tienen los niños de rascarse y escarbar en la nariz. Este hábito es más frecuente en niños con alergias y picor nasal. O en aquellos con sequedad nasal y catarros. Puede ocurrir incluso mientras duermen.

Raras veces, en menos del 10%, la causa es una alteración de la coagulación de la sangre o el aumento de la tensión arterial.

La epistaxis en los niños suele ser leve. Cede espontáneamente. Además, es muy raro que tenga alguna repercusión importante, a parte de lo que mancha. Para cortar la hemorragia lo más sencillo y eficaz es apretar la nariz con los dedos. Hacer pinza con el dedo índice y el pulgar con la fuerza suficiente para que deje de sangrar.

El niño debería estar sentado o de pie, con la cabeza en la posición habitual. ¡No hace falta echarla hacia atrás! Conviene esperar algún minuto después de que deje de sangrar para retirar la “pinza”.

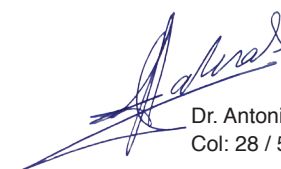
En algunos manuales de primeros auxilios recomiendan introducir un algodón o una gasa empapados en agua oxigenada para ayudar a taponar. Lo mejor es comprimir sin más. En caso de que se emplee alguno de estos elementos, nunca debe dejarse olvidado en la nariz. No debe permanecer más de un par de días.

Después de una epistaxis, la zona de la nariz que ha sangrado está muy sensible y puede sangrar ante cualquier roce. Conviene reanudar la actividad diaria normal, pero deben de evitar tocarse la nariz.

En algunos niños, se repiten sin causa aparente. Esos casos suelen producirse por mínimos traumatismos (golpes) en la nariz como rascarse, hurgarse, etc. Como es de suponer, conviene evitarlos.

Si la causa es un ambiente cálido y seco, puede ser útil el uso de humidificadores, sobre todo, en los dormitorios.

R  
e  
c  
o  
m  
e  
n  
d  
a  
c  
i  
o  
n  
e  
s



Dr. Antonio Salinas Pérez-Mosso  
Col: 28 / 52097- 6