

Instrucciones para preparar solución salina en casa

Estas son las instrucciones para preparar y guardar solución salina en casa. Esta solución solo debe usarse en sondas gastrointestinales, **no** en sondas intravenosas ni en nada más. Se prepara mezclando sal y agua en las cantidades indicadas. **Es muy importante que siga la receta al pie de la letra, para lo cual necesitará medidas de cocina.** Si se hace mal la mezcla, podría hacerle daño a su hijo.

Suministros

- Sal de mesa normal de la tienda y de cualquier marca (que no sea sal de mar)
- Agua corriente (del fregadero) o agua destilada de la tienda, de cualquier marca.
- Si el agua que tienen en casa es de pozo, hiérvala diez minutos, déjela enfriar una hora y hiérvala de nuevo diez minutos; luego puede mezclarla con la sal.
- Un recipiente limpio con tapa
- Cucharadita medidora (tsp)
- Taza de medir
- Cuchara grande



Instrucciones

Lávese las manos. Ponga cuatro tazas de agua tibia o a temperatura ambiente en el recipiente. La sal se disuelve mejor si el agua está tibia. Agregue dos cucharaditas de sal al agua. Mezcle bien con la cuchara grande. Póngale al recipiente una etiqueta que diga “**solución salina**” y la **fecha y hora** a las que la preparó.

Cómo guardar la solución salina

La solución salina se puede guardar en el recipiente cerrado durante tres días fuera del refrigerador (nevera) o durante dos semanas dentro del refrigerador. Si la guarda dentro, saque la cantidad que necesitará una hora antes de usarla para que no esté fría.

Bibliografía

- Fellows, J., & Crestodina, L. (2006). Home-prepared saline. *Journal of Wound, Ostomy and Continence Nursing*, 33(6), 606–609. <https://doi.org/10.1097/00152192-200611000-00003>
- Hardy, E. T., Stringer, S. P., O'Callaghan, R., Arana, A., Bierdeman, M. A., & May, W. L. (2015). Strategies for decreasing contamination of homemade nasal saline irrigation solutions. *International Forum of Allergy & Rhinology*, 6(2), 140–142. <https://doi.org/10.1002/alr.21613>