

# Preparando agua destilada esterilizada y soluciones salinas esterilizadas en casa

**Usted puede preparar agua y soluciones salinas (agua con sal) esterilizadas en su casa.**

## Para más información

- Servicios de atención en el hogar, 425-482-4000 o número gratis 1-800-888-4429
- [homecare.info@seattlechildrens.org](mailto:homecare.info@seattlechildrens.org)
- El proveedor de atención médica de su niño
- [www.seattlechildrens.org](http://www.seattlechildrens.org)

## Servicios gratis de interpretación

- Dentro del hospital, solicítelo con la enfermera de su niño.
- Fuera del hospital, llame a nuestra línea gratis de interpretación telefónica 1-866-583-1527. Mencionele al intérprete el nombre de la persona o extensión que necesita.
- Para personas sordas y con problemas de audición 206-987-2280 (TTY).

## Agua destilada esterilizada

### Lo que va a necesitar:

- Agua destilada. La puede comprar en su tienda de abarrotes.
- Frascos y tapas de 16 onzas limpios.

### Así se prepara:

1. No use lavadora de trastes. Para esterilizar los frascos y tapas, debe hacerlo en la estufa.
2. Hierva por 15 minutos los frascos y las tapas usando suficiente agua para que estén totalmente sumergidos. Saque con cuidado los frascos y tapas del agua. Tenga cuidado de no tocar la parte interior de los frascos y las tapas.
3. Hierva el agua destilada por 15 minutos.
4. Vierta el agua destilada hervida en los frascos y ciérrelos apretadamente. Déjelos enfriar y guárdelos.
5. Haga lo suficiente para dos días máximo.

## Solución salina normal (agua con sal)

### Lo que va a necesitar:

- Una taza de agua de la llave.
- $\frac{1}{4}$  de cucharadita de sal (NO USE sal iodatada)
- Frascos vacíos de comida para bebés con tapas

### Así se prepara:

1. No use lavadora de trastes. Para esterilizar los frascos y tapas, debe hacerlo en la estufa.
2. Hierva por 15 minutos los frascos y las tapas usando suficiente agua para que estén totalmente sumergidos. Saque con cuidado los frascos y tapas del agua. Tenga cuidado de no tocar la parte interior de los frascos y las tapas.
3. Hierva la sal ( $\frac{1}{4}$  de cucharadita) en una taza de agua de la llave por 15 minutos.
4. Vierta la mezcla de agua con sal en los frascos esterilizados y ciérrelos apretadamente. Déjelos enfriar y guárdelos.
5. Haga lo suficiente para dos días máximo.