

# Nasivin mentol fresh descongestiona, hidrata y cuida la nariz

CON LOS CAMBIOS ESTACIONALES SE INCREMENTA LA FRECUENCIA DE LOS RESFRIADOS, UNO DE CUYOS SÍNTOMAS MÁS COMUNES Y MOLESTOS ES, SIN DUDA, LA CONGESTIÓN NASAL. LA MUCOSA NASAL ES SENSIBLE A LOS CAMBIOS DE TEMPERATURA Y HUMEDAD AMBIENTALES; BASTA CON ESTAS MODIFICACIONES PARA QUE OCURRA UNA LIGERA CONGESTIÓN NASAL.

La congestión nasal se produce al inflamarse la membrana que cubre el interior de la nariz, lo que origina una obstrucción que hace difícil respirar. Se trata de un desagradable síntoma que suele acompañar a la gripe, resfriados o alergias. El tabaco, la contaminación ambiental, los cambios bruscos de temperatura, o inhalar sustancias irritantes pueden ocasionar también obstrucción nasal.

La nariz se congestiona o tapa cuando se inflaman o dilatan los vasos sanguíneos de la mucosa nasal, produciendo un estrechamiento de los conductos nasales y dificultad al paso del aire. La obstrucción es todavía mayor cuando a la inflamación se une la presencia de abundante mucosidad.

Cuando se está resfriado también puede producirse sequedad de la mucosa nasal, que constituye una molestia para la persona que la padece. Incluso en algunas ocasiones pueden presentarse complicaciones, como la aparición de costras o tirantez en la nariz. Unas fosas nasales obstruidas no sólo representan un molesto problema para quien las presenta, sino que, además, la respiración se ve dificultada en mayor o menor medida.

La congestión nasal puede interferir con la audición y el habla. La congestión significativa puede interferir con el sueño, originar ronquidos y asociarse, además, con episodios de falta de respiración durante el sueño, más conocidos como apnea obstructiva del sueño.



## Medidas para prevenir y tratar la congestión nasal

- Hacer una dieta equilibrada e ingerir líquidos de forma adecuada.
  - Evitar los cambios bruscos de temperatura, el alcohol y el tabaco.
  - Utilizar un spray nasal de solución salina para ayudar a limpiar la nariz congestionada y a eliminar las costras. Es recomendable que además hidrate la mucosa nasal.
  - Es aconsejable que el ambiente esté bien ventilado, evitando la humedad excesiva pero también que el aire esté demasiado seco.
  - La congestión a menudo es peor al acostarse. Manténgase en posición erguida o al menos mantenga la cabeza levantada.
  - Utilizar vaporizadores o humidificadores.
  - Inhalar vapor de 2 a 4 veces al día. Una forma de hacerlo es sentarse en el baño con la ducha abierta. No inhale el vapor caliente.
- Si sus síntomas no mejoran pasados 5 días, consulte a su médico o farmacéutico.

Existen medicamentos especialmente indicados para descongestionar la nariz, que actúan constriñendo los vasos sanguíneos situados en el revestimiento interior de la nariz. Estos medicamentos, utilizados más de 3 días, tienen como principal efecto adverso el efecto rebote que se atribuye a la irritación local producida y también a la potente vasoconstricción que se produce tras su retirada. El efecto rebote empeora la congestión y obliga a dosis cada vez mayores para conseguir el efecto deseado.

## Soluciones eficaces

Los lavados nasales son un viejo remedio casero, utilizado para aliviar la congestión nasal y cuyo mecanismo de acción es aparentemente muy simple, eliminar la mucosidad. Los lavados nasales tienen una larga tradición en las culturas orientales como medida de higiene, con ciertas connotaciones místicas. En la India, los yoguis la realizan a diario dentro de los rituales de purificación. En Occidente, la irrigación nasal también se usa como una medida de higiene personal. Ya en 1895, un editorial del *The British Medical Journal* describía la nariz como “uno de los órganos más sucios del cuerpo que debería ser lavado diariamente con agua salina”. Hoy día, la polución y contaminación de las ciudades hace más necesaria esta medida de higiene que hace 100 años. En nuestro medio, sin embargo, la irrigación nasal es una práctica esporádica para aliviar la congestión nasal dado que las soluciones hipertónicas salinas en spray son una alternativa más cómoda y eficaz para aliviar la congestión nasal por su acción osmótica que desinflama la mucosa de las fosas nasales facilitando así el paso de aire. Captan el exceso de agua de las células congestionadas de la mucosa nasal y la expulsan hacia fuera, limpiando las secreciones nasales. Así aumentan el espacio para respirar sin causar efecto rebote.

Mantener la mucosa nasal hidratada contribuye a prevenir complicaciones como la sequedad de las mucosas de la nariz,

que favorece la aparición de costras en su cara interna. Por ello es altamente recomendable que la solución salina contenga dexpantenol, un derivado de la vitamina B5 que facilita la hidratación de la mucosa nasal seca. Si además la solución contiene mentol, éste activa a los receptores cutáneos contribuyendo a destapar la nariz y aumentando a su vez la sensación de alivio y frescor.

## Nasivin mentol fresh

El nuevo Nasivin mentol fresh, de Merck, es refrescantemente nuevo. Descongestiona, limpia, refresca e hidrata la nariz obstruida gracias al efecto humectante de la pro-vitamina B5 y a la sensación refrescante del mentol.

Se trata de la primera combinación con una fórmula en spray de solución hipertónica salina, mentol y pro-vitamina B5 que descongestiona, refresca e hidrata las fosas nasales. De este modo, facilita la descongestión nasal y alivia el resfriado común, hidratando la mucosa nasal seca y ayudando a eliminar las costras.

- La solución salina hipertónica altamente concentrada (3%) descongestiona y limpia la mucosa nasal.
- El mentol (0,03%) con acción refrescante proporciona una sensación única de alivio. El fundamento del uso de mentol para mejorar la obstrucción tiene su base científica en el estímulo de los sensores nasales dependientes del nervio trigémino, por ello mejora subjetivamente a los pacientes de la obstrucción nasal.
- La pro-vitamina B5 (dexpantenol) a una concentración de 2% ayuda a retener la humedad de la mucosa: cuida, nutre y suaviza la mucosa nasal.

Para un respiro de vida, Nasivin mentol fresh es algo más que una solución salina. De uso agradable, se presenta en un envase de tamaño reducido con pulverizador nasal. Resulta muy económico por su alta efectividad. Con una aplicación de 1 o 2 pulverizaciones en cada fosa nasal una o dos veces al día, en función de las necesidades, es suficiente para descongestionar la nariz.

Se trata de una solución eficaz para aliviar la congestión nasal de adultos y jóvenes a partir de 12 años sin tener que recurrir a medicamentos descongestivos. +



**LA NARIZ SE CONGESTIONA O TAPA CUANDO SE INFLAMAN O DILATAN LOS VASOS SANGUÍNEOS DE LA MUCOSA NASAL, PRODUCIENDO UN ESTRECHAMIENTO DE LOS CONDUCTOS NASALES**

Nasivin®  
mentol fresh

# UN RESPIRO DE VIDA

*Nasivin® mentol fresh descongestiona,  
hidrata y cuida la nariz.*

La primera combinación con una fórmula en spray de solución hipertónica salina, mentol y pro-vitamina B5 que descongestiona, refresca e hidrata las fosas nasales, aliviando el resfriado común, hidratando la mucosa nasal seca, ayudando a eliminar las costras.

Este producto cumple con la normativa vigente en materia de productos sanitarios. **Contraindicaciones:** No use este producto en caso de: alergia a cualquiera de los componentes del spray nasal, trastornos del sistema respiratorio asociados a una marcada hipersensibilidad de las vías respiratorias (por ejemplo, asma bronquial), niños y adolescentes menores de 12 años y/o epilepsia. **Embarazo y lactancia:** Las mujeres embarazadas o en periodo de lactancia deben consultar a su médico antes de usar este producto.

NUEVO



Nasivin® mentol fresh solución hipertónica.  
Un respiro de vida.

