

# La irrigación nasal podría ayudar a prevenir hospitalizaciones por COVID

Análisis escrito por [Dr. Joseph Mercola](#)

✓ Datos comprobados

## HISTORIA EN BREVE

- › Un estudio previo a la impresión reciente demostró que las personas que se irrigaban (lavaban) la nariz con solución salina normal tenían una probabilidad 19 veces menor de ingresar al hospital por COVID-19 que la tasa nacional; el estudio utilizó sistemas de irrigación nasal a presión
- › En un grupo, la intervención incluyó povidona yodada, que algunos médicos han utilizado como soluciones orales, e irrigación nasal para proteger contra la infección por COVID; otros profesionales de la salud utilizan peróxido de hidrógeno nebulizado, y algunos ambos
- › Desde principios de 2020, algunos médicos han alentado a las personas y organizaciones a incluir el peróxido de hidrógeno en sus protocolos de tratamiento. En una entrevista con el Dr. David Brownstein, habla sobre su protocolo que incluye vitaminas, peróxido de hidrógeno y yodo
- › En otro video corto, el Dr. Thomas Levy y yo discutimos las ventajas de usar peróxido de hidrógeno nebulizado para su microbioma intestinal, que es esencial para apoyar su salud inmunológica

Un estudio previo a la impresión reciente<sup>1</sup> demostró que las personas que se irrigaban (lavaban) la nariz con solución salina normal tenían una probabilidad 19 veces menor de ingresar al hospital por COVID-19 que la tasa nacional. Es posible que esté familiarizado con la irrigación (lavado) nasal cuando se lo conoce como uso de una olla Neti.

De acuerdo con un artículo realizado en 2009 en el *American Family Physician*,<sup>2</sup> la irrigación nasal ha sido una terapia complementaria para las afecciones de las vías respiratorias superiores y en la actualidad se prescribe después de las cirugías de los senos nasales.<sup>3</sup> La irrigación nasal con una olla neti infunde solución salina normal en los conductos nasales con un pequeño dispositivo que similar a una tetera.

Después de insertar el extremo de la olla en un lado de la nariz, la solución se mueve alrededor de los senos nasales y sale por la otra fosa nasal. Por ejemplo, al eliminar el polen de la nariz y los senos nasales, ayuda a controlar los síntomas de la rinitis alérgica leve a moderada.

Aunque el uso de una olla neti tal vez es el método de venta libre más reconocido de irrigación nasal profunda, un estudio<sup>4</sup> evaluó otras técnicas de irrigación para descubrir cuáles alcanzarían de manera más efectiva el seno maxilar y el receso frontal después de una cirugía endoscópica. Analizaron los resultados de un aerosol nasal, nebulización y lavados nasales "mientras se arrodillaban con la cabeza en el suelo".<sup>5</sup>

El lavado nasal es un procedimiento en el que se "inhala" solución salina en sus fosas nasales,<sup>6</sup> y los investigadores descubrieron que, en términos de llegar a las cavidades nasales, era más efectivo que un aerosol nasal o una solución salina normal nebulizada.<sup>7</sup>

Si desea probar una irrigación nasal con una olla Neti y quier hacer su propia solución salina, es importante tener en cuenta que solo debe utilizar agua destilada, estéril o hervida. El agua de la llave puede contener bacterias y protozoos que podrían ser seguros en el tracto gastrointestinal.<sup>8</sup> pero no en las fosas nasales, donde una ameba microscópica llamada *Naegleria fowleri* puede causar una infección cerebral devastadora que suele ser mortal.<sup>9</sup>

## **La irrigación nasal con solución salina normal disminuyó las hospitalizaciones**

El estudio más reciente<sup>10</sup> comparó los resultados clínicos en pacientes con COVID-19 que realizaron irrigaciones con solución salina normal. Los investigadores involucraron

a pacientes de 55 años o más que dieron positivo en una prueba de PCR en un sitio de pruebas de la comunidad.

Comenzaron con un grupo de 79 pacientes que se asignaron al azar en dos grupos. Luego, los datos se compararon con los resultados de la base de datos nacional de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. En este estudio, los participantes utilizaron uno de los dos sistemas de irrigación nasal basados en presión: el NAVAGE o el NeilMed Sinus Rinse.

Después se seleccionaron al azar para utilizar media cucharadita de bicarbonato de sodio (alcalinización) con el enjuague de solución salina dos veces al día durante 14 días, o para incluir 2.5 mililitros (aproximadamente media cucharadita) de solución de povidona yodada al 10% (antimicrobiano) durante el mismo período. Luego, los investigadores hicieron un seguimiento de cada grupo 14 días después de su intervención final.

El primer resultado fue la hospitalización por COVID-19 dentro de los primeros 28 días después de que comenzó la intervención. En el segundo, realizaron un seguimiento de la resolución de los síntomas, el cumplimiento de la intervención y los efectos secundarios que la intervención podría haber tenido en el participante. Al final de las 28 semanas, 62 pacientes habían completado sus diarios de investigación y tenían un promedio de 1.79 irrigaciones por día.

Después de analizar los resultados, los investigadores descubrieron que no hubo diferencias estadísticas en los resultados cuando los participantes utilizaron el lavado antimicrobiano de povidona yodada o alcalinizaron la cavidad nasal con bicarbonato de sodio. Ninguno de los pacientes asignados al lavado con povidona yodada y solo uno asignado al grupo alcalinizado ingresó al hospital por COVID-19.

Sin embargo, fue más probable que los síntomas se resolvieran en los que utilizaban povidona yodada. Los investigadores concluyeron que la irrigación nasal con solución salina isotónica tuvo un efecto positivo en la cantidad de hospitalizaciones y "se requiere más investigación para determinar si agregar povidona yodada a la irrigación reduce la morbilidad y la mortalidad de la infección por SARS-CoV-2".<sup>11</sup>

También podría ser necesario realizar más estudios para determinar si el hecho de alcalinizar la cavidad nasal ayudó a eliminar el virus y previno hospitalización, ya que el pH natural del cuerpo es un poco alcalino<sup>12</sup> y la mayoría de los patógenos prefieren un ambiente ácido.<sup>13</sup> Limpiar la cavidad oral del SARS-CoV-2 también es parte del protocolo IMASK para pacientes ambulatorios de Front Line COVID-19 Critical Care Alliance.<sup>14</sup>

## **Agregar povidona yodada podría mejorar la efectividad**

En el siglo IV a. C., un estudiante de Aristóteles descubrió que utilizar algas ricas en yodo podía ayudar a aliviar el dolor de las quemaduras solares.<sup>15</sup> Una de las primeras preparaciones de yodo que se utilizan en el cuidado y tratamiento de heridas abiertas fue la solución de Lugol que contenía yodo elemental y potasio. Esto sirvió para tratar heridas durante la Guerra Civil en Estados Unidos.

Las dos soluciones de yodo que más se utilizan en la actualidad son la povidona yodada (PVP-I), que también se conoce como Betadine, y el cadexómero yodado, que sirve para el cuidado de heridas y rellenar cavidades. La forma exacta en que el yodo mata a los microbios no se comprende muy bien, pero se cree que se relaciona con la capacidad de penetrar la pared celular de los microorganismos, lo que después afecta la estructura y función.

A principios de 2020, algunos médicos comenzaron a usar PVP-I en la cavidad oral y nasal para protegerse contra el COVID-19. El Dr. Mostafa Arefin,<sup>16</sup> del Dhaka Medical College and Hospital en Bangladesh, publicó un artículo a principios de 2021 donde detalla el uso de PVP-I para él y para más de 50 médicos y otros trabajadores de la salud.

Durante un período de cinco a nueve meses, realizó cirugías de las vías respiratorias en las que se podía esperar que se aerosolizara el SARS-CoV-2, como traqueostomías, cirugías endoscópicas de los senos nasales, biopsias laríngeas y amigdalectomías. Al concluir, recomendó que los médicos, trabajadores de la salud, pacientes con COVID-19

y otras personas utilicen aerosoles orales y nasales para reducir la transmisión y como posible modalidad de tratamiento.

Un estudio<sup>17</sup> publicado en JAMA a principios de 2021 investigó la aplicación nasofaríngea de povidona yodada para reducir la carga viral de personas que tenían COVID-19. Se incluyeron pacientes adultos y ambulatorios que dieron positivo con un umbral de ciclo de prueba de PCR inferior a 20 en las últimas 48 horas.

El grupo se dividió en dos partes. El grupo de control no se sometió a ninguna intervención. El grupo de intervención utilizó un enjuague bucal y gárgaras de 25 mililitros (un poco más de 5 cucharaditas) de solución de povidona yodada al 1% y luego 2.5 mililitros (media cucharadita) de solución nasal inhalada en cada fosa nasal utilizando un dispositivo de atomización de la mucosa.

Los participantes siguieron este procedimiento cuatro veces al día durante cinco días. Los investigadores hicieron un seguimiento y descubrieron que nadie requirió ingresar al hospital y todos menos uno de los pacientes tenía un título viral negativo al final del Día 3. La disfunción tiroidea ocurrió en el 42% de los pacientes, pero se resolvió cuando se terminó el tratamiento.

Es interesante destacar que el estudio publicado en JAMA<sup>18</sup> utilizó una solución al 1%, mientras que Arefin y sus colegas utilizaron una concentración del 0.23%, y descubrieron que PVP-I tenía una efectividad virucida del 99.99% en esa concentración.<sup>19</sup>

## **El peróxido de hidrógeno podría reducir las hospitalizaciones y las complicaciones**

A principios de 2020, un equipo de investigación conjunto de Italia y el Reino Unido publicó un artículo en Infection Control and Hospital Epidemiology.<sup>20</sup> En abril reconocieron que "el virus reside en las mucosas y se transmite a través de la saliva y las microgotas respiratorias" para facilitar la propagación viral.

El documento relata cómo, en febrero de 2020, el gobierno italiano recomendó desinfectar el medio ambiente con peróxido de hidrógeno al 0.5%, ya que ya se usaba tanto para desinfectar como para tratar la gingivitis oral. Citaron un estudio realizado en 2016 con el coronavirus del SARS,<sup>21</sup> que demostró que el virus permanece en las membranas mucosas hasta dos días antes de pasar al tracto respiratorio inferior.

El equipo<sup>22</sup> identificó este retraso como una oportunidad para prevenir la aparición de síntomas. Debido a que el peróxido de hidrógeno inactiva de forma efectiva el coronavirus en superficies inanimadas y dado que se ha probado y utilizado en la salud humana, propusieron que el peróxido de hidrógeno podría reducir la hospitalización y la gravedad de la enfermedad cuando se usa en la mucosa oral y nasal.

Creen que hacer gárgaras tres veces al día, un lavado nasal y utilizar un nebulizador dos veces al día podría ser seguro y efectivo. En marzo de 2020, un profesor jubilado de la Facultad de Medicina de la Universidad de Ghana escribió en una carta al editor al BMJ donde decía que<sup>23</sup> "hay evidencia de que incluso el 0.5% de peróxido de hidrógeno podría inactivar el SARS-CoV-2 en las superficies".

Dado que el peróxido de hidrógeno se ha utilizado en la práctica dental durante casi 100 años y en vista de su seguridad, propuso que la Organización Mundial de la Salud agregue el enjuague bucal de peróxido de hidrógeno y las gárgaras a sus protocolos preventivos.

En mayo de 2020, la noticia sobre el peróxido de hidrógeno llegó a oídos de la Comisión Federal de Comercio, que luego comenzó a enviar cartas de advertencia a quienes se atrevieron a sugerir que el peróxido de hidrógeno era un tratamiento casero que podría ser efectivo contra el SARS-CoV-2.<sup>24</sup>

## **El peróxido de hidrógeno nebulizado ayuda a detener las infecciones respiratorias**

En esta entrevista con el Dr. David Brownstein, discutimos el protocolo que ha utilizado durante más de 25 años para pacientes con resfriado y gripe. Utiliza el mismo protocolo

para pacientes con COVID-19 y en el momento de la grabación había tratado con éxito a más de 220 pacientes sin muertes y solo unas pocas hospitalizaciones.<sup>25</sup>

En una carta abierta<sup>26</sup> el médico y abogado Thomas Levy atribuye el concepto original de nebulizar peróxido de hidrógeno al Dr. Charles Farr, quien lo "defendió" en 1990. En la carta, analiza cómo el átomo de oxígeno adicional en el peróxido de hidrógeno es mortal para los virus y cómo en circunstancias normales, sus células inmunológicas producen su propio peróxido de hidrógeno.

Sin embargo, cuando su sistema inmunológico está débil por la reproducción viral, es posible que no pueda producir suficiente peróxido de hidrógeno. La terapia original utilizó la administración por vía intravenosa, lo que hizo que el proceso no estuviera disponible para la mayoría de las personas.

El Dr. Frank Shallenberger, conocido por su investigación en función mitocondrial y utilización de oxígeno,<sup>27</sup> propuso y utilizó peróxido de hidrógeno nebulizado, y descubrió que tenía una ventaja adicional ya que la intervención fue justo al área del cuerpo que estaba más afectada por un virus.

Aunque Levy recomienda utilizar peróxido de hidrógeno al 3% sin diluir, yo prefiero el peróxido de hidrógeno de grado alimenticio<sup>28</sup> que no tiene los aditivos y estabilizadores que se encuentran en los productos que se venden en las tiendas.

En la entrevista, Brownstein habla sobre el cambio que fue pionero en el tratamiento, que fue agregar yodo al peróxido de hidrógeno nebulizado.<sup>29</sup> De forma interesante, primero utilizó yodo nebulizado con sus pacientes y después agregó peróxido de hidrógeno al protocolo de tratamiento.

## **El peróxido de hidrógeno nebulizado podría ayudar a su microbioma intestinal**

En este video, Levy y yo hablamos sobre los beneficios de utilizar peróxido de hidrógeno nebulizado tres o cuatro veces por semana para mejorar su microbioma intestinal. También aborda esto en su carta abierta cuando escribe:<sup>30</sup>

*“Debido a que no es una terapia tóxica, la nebulización se puede administrar con la frecuencia que se desee. Si se realiza al menos una vez al día, producirá un impacto muy positivo en la función intestinal, ya que mata la colonización crónica de patógenos presente en la mayoría de las narices y gargantas y detiene la ingestión de estos patógenos y sus toxinas.*

*Si la prevención diaria no es una opción práctica, entonces puede recurrir a este método de prevención cuando sea necesario; por ejemplo, cuando alguien estornude en su cara o cuando baje de un avión después de un vuelo transatlántico. No espere a que aparezcan los primeros síntomas. Mejor utilice el nebulizador cada vez que pueda”.*

Como sabe, cuando su microbioma intestinal está desequilibrado, puede afectar al sistema inmunológico,<sup>31</sup> lo que a su vez influye en su riesgo potencial de contraer una enfermedad viral. Descubra cómo hacer la solución de peróxido de hidrógeno y cómo usar el nebulizador, en el siguiente video. Asegúrese de agregar este video a sus favoritos y los demás en esta página, ya que este artículo no estará disponible después de 48 horas.

## Fuentes y Referencias

---

- <sup>1, 10, 11</sup> [medRxiv, 2021; doi.org/10.1101/2021.08.16.21262044](https://doi.org/10.1101/2021.08.16.21262044)
- <sup>2</sup> [American Family Physician, 2009;80\(10\)](#)
- <sup>3</sup> [Respiratory Physiology & Neurobiology, 2021;284\(103580\)](#)
- <sup>4, 5</sup> [The Laryngoscope, 2009; doi.org/10.1097/01.mlg.0000149463.95950.c5](https://doi.org/10.1097/01.mlg.0000149463.95950.c5)
- <sup>6</sup> [Oxford Radcliffe Hospitals, Nasal Douching Information for Patients](#)
- <sup>7</sup> [The Laryngoscope, 2009; doi.org/10.1097/01.mlg.0000149463.95950.c5 conclusion](https://doi.org/10.1097/01.mlg.0000149463.95950.c5)
- <sup>8</sup> [U.S. Food and Drug Administration, August 4, 2021](#)
- <sup>9</sup> [Centers for Disease Control and Prevention, Parasites - Naegleria fowleri - Primary Amebic Meningoencephalitis \(PAM\)](#)
- <sup>12</sup> [News-Medical Life Sciences, pH in the Human Body](#)
- <sup>13</sup> [Journal of Virology, 2006;80\(7\):3180 Abstract](#)
- <sup>14</sup> [FLCCC.net IMASK protocol](#)
- <sup>15</sup> [Wound Care International, Iodine Made Easy](#)
- <sup>16</sup> [Indian Journal of Otolaryngology Head and Neck Surgery, 2021: 1-6 My Experience with PVP-I in COVID-19 Era](#)
- <sup>17, 18</sup> [JAMA Otolaryngology, 2021;147\(4\)](#)



- <sup>19</sup> Indian Journal of Otolaryngology Head and Neck Surgery, 2021: 1-6
- <sup>20, 22</sup> Infection Control and Hospital Epidemiology, 2020; doi.org/10.1017/ice.2020.170
- <sup>21</sup> Mucosal Immunology, 2016;9(4)
- <sup>23</sup> BMJ, 2020;368:m1252
- <sup>24</sup> Federal Trade Commission, May 13, 2020
- <sup>25, 29</sup> Bitchute, February 17, 2021
- <sup>26</sup> An At-Home Treatment That Can Cure Any Virus, Including Coronavirus
- <sup>27</sup> The Nevada Center for Alternative & Antiaging Medicine
- <sup>28</sup> Bitchute, October 1, 2020, minute 5:15
- <sup>30</sup> An At-Home Treatment That Can Cure Any Virus, Including Coronavirus - Prevention and Maintenance
- <sup>31</sup> Cell Research, 2020;30:492