

DOLOR DE GARGANTA: causas y cura

El dolor de garganta es uno de los motivos más frecuentes de consulta al médico. 1 de cada 10 norteamericanos desarrolla una angina estreptocócica cada año, y 40 millones de adultos verán a su doctor por esta molestia.

¿Que es lo que causa un dolor de garganta?

El dolor de garganta es un síntoma de una gran variedad de desórdenes médicos diferentes. Las infecciones causan la mayoría de los dolores de garganta, y estos son los contagiosos (pueden pasar de una persona a otra). Las infecciones son tanto causadas por virus (tales como el de la gripe, el resfrío común o la mononucleosis) o bacterias (tales como estreptococos, mycoplasma o hemofilus).

La diferencia más importante entre los virus y las bacterias es que las bacterias responden bien al tratamiento antibiótico; pero los virus no.

Virus: La mayoría de los dolores de garganta virales acompañan a una gripe o un resfrío. Cuando el dolor de garganta es acompañado por la nariz tapada y con mucus, estornudos, molestias y dolores generalizados, probablemente se trate de alguno de los cientos de virus conocidos. Estos son altamente contagiosos y causan epidemias en la comunidad, especialmente en el invierno. El cuerpo se cura a si mismo de una infección viral fabricando anticuerpos que destruyen el virus, en un proceso que dura alrededor de una semana.

Otras Anginas acompañan a otras infecciones virales como el Sarampión, Varicela, Coqueluche, y el falso crup. Las Aftas y ampollas febriles en la boca pueden ser muy dolorosas.

Una infección viral especial lleva bastante más de una semana para curarse: "La Mononucleosis infecciosa". Este virus se aloja en el sistema linfático, causando un masivo agrandamiento de las Amígdalas (con placas blancas en su superficie) y ganglios hinchados en el cuello, axilas e ingle. Produce un severo dolor de garganta, causando a veces serias dificultades para respirar; puede afectar el hígado, llevando a la Ictericia (piel y ojos amarillos). Causa extrema fatiga que puede durar seis semanas o más.

La Mononucleosis es una enfermedad severa en un adolescente o adulto joven; pero es menos seria en los niños. Dado que puede ser transmitida por la saliva, ha sido denominada "La enfermedad del Beso". Sin embargo, también puede ser transmitida de la boca a la mano y de la mano a la boca o cuando se comparten toallas o cubiertos.

Bacterias: La "Angina Estreptocócica" es una infección causada por una cepa particular de la bacteria llamada Estreptococo. Esta infección puede también causar daños a las válvulas cardíacas (fiebre reumática) y a los riñones (nefritis). Las infecciones estreptocócicas también pueden causar Escarlatina, Amigdalitis, Neumonía, Sinusitis e infecciones en los oídos.

Debido a estas posibles complicaciones, esta Angina debería ser tratada con Antibióticos. Usualmente causa un dolor de garganta más prolongado que un resfrío o una gripe. Pero el estreptococo no es siempre fácil de detectar por el examen, por lo que un "cultivo" de fauces puede ser necesario.

Un Test Desarrollado recientemente detecta al estreptococo en 15 minutos en lugar de las 24 horas o más que lleva un cultivo para desarrollarse. Este test, cuando es positivo, influencia al médico para prescribir antibióticos. Sin embargo, el test para el estreptococo puede no detectar un número de otras bacterias que también causan dolores severos de garganta y que merecen tratamiento antibiótico. Por ejemplo, casos severos o crónicos de amigdalitis o abscesos periamigdalinos pueden dar cultivos negativos; en forma similar, se ven cultivos negativos en la difteria, y en las infecciones por contacto oral sexual.

La Amigdalitis es una infección del tejido linfóide a cada lado de la garganta cerca de la parte posterior de la lengua. En los primeros dos o tres años de vida, estos tejidos "captan" infecciones, tomando muestras del ambiente que rodea al niño para ayudarlo a desarrollar su inmunidad (anticuerpos). Las Amígdalas sanas no permanecen infectadas; por eso los episodios frecuentes de amigdalitis sugieren que la infección no ha quedado eliminada totalmente entre los episodios. Investigaciones recientes han demostrado que los niños que sufren episodios recurrentes (3 o 4 cada año por varios años) estarían más sanos si se eliminaran quirúrgicamente sus amígdalas.

Las infecciones de la nariz y los senos paranasales también pueden causar dolores de garganta debido al mucus que drena hacia atrás y baja a la garganta llevando las bacterias con él.

La infección más peligrosa de la garganta es la Epiglotitis, causada por una bacteria que infecta una porción de la laringe hinchándola de tal manera que puede cerrar la vía aérea. Es una condición de emergencia que requiere tratamiento médico inmediato. Se sospecha cuando tragar es extremadamente doloroso, la voz se hace muy gangosa, y la respiración dificultosa. Un "cultivo" de fauces puede no detectar esta infección y ser negativo.

Alergia: Los que sufren de Fiebre de heno y Alergia pueden tener la garganta irritada durante un ataque de la misma manera que tienen la nariz tapada, picazón, estornudos o rinorrea acuosa postnasal. Los mismos polenes y mohos que irritan la nariz cuando son inhalados, también pueden irritar la garganta. La gente alérgica a la caspa de gatos o perros puede sentir la garganta irritada cuando esta cerca de tales animales. Una alergia muy común es al polvo de habitación, y se manifiesta especialmente en el invierno cuando el sistema de calefacción sopla el polvo por toda la casa.

Irritación: Durante los fríos meses del invierno, el calor seco puede producir un moderado y recurrente dolor de garganta con una sensación de sequedad, especialmente en las mañanas. Habitualmente mejora con la humidificación del ambiente y la ingestión de líquidos. Los pacientes con la nariz crónicamente tapada, que causa respiración bucal, también sufren de garganta seca. Ellos necesitan un examen y tratamiento en la nariz.

Una causa ocasional de dolores de garganta por la mañana es la regurgitación ácida del estómago hacia la parte posterior de la garganta donde produce una intensa irritación. Esto se puede evitar inclinando la cama de tal manera que la cabecera se eleve 15 centímetros con relación a los pies. También se debería evitar comer o beber una o dos horas antes de ir a la cama. Los antiácidos pueden ser beneficiosos. Pero siempre es conveniente ver a un doctor.

La polución química o industrial en el aire puede irritar la nariz y la garganta; Pero por lejos, el más común y perjudicial contaminante del aire es el humo del cigarrillo. No es tolerado por muchas personas que son alérgicas o hipersensitivas a las sustancias que contiene. Otros irritantes incluyen el tabaco de mascar, las bebidas alcohólicas, y las comidas picantes.

Una persona que fuerza su voz (gritando en un partido de Fútbol, por ejemplo) siente dolor de garganta no solamente por el esfuerzo muscular, sino por el uso abusivo de su laringe. Los locutores profesionales y cantantes bien entrenados, aprenden a no abusar de su voz de esta manera. Ellos producen sonidos intensos respirando profundamente y usando los músculos del tórax y del abdomen más que los de la laringe.

Tumores: Los tumores de la nariz, la garganta y la laringe están asociados (pero no siempre) con el uso prolongado del alcohol y el tabaco. Los dolores de garganta y las dificultades para tragar -a veces con dolor irradiado al oído- pueden ser síntomas de tales tumores. Más a menudo el dolor es tan leve o crónico que no se nota fácilmente. Otros síntomas importantes son: la ronquera, un bulto en el cuello, pérdida inesperada de peso y/o expectoración o saliva con sangre

El diagnóstico requerirá un examen por un médico con especial entrenamiento en enfermedades de los oídos, la nariz, la garganta, la cabeza y el cuello. Él utilizará espejos especiales o endoscopios que permitan ver las áreas sospechosas.

¿Cómo puedo tratar mi propio dolor de Garganta?

Un dolor suave asociado con síntomas de resfrío o de una gripe puede ser mejor tolerado con los siguientes remedios:

Aumente la ingestión de líquidos (el Té tibio con miel es un remedio casero popular).

Use un Humidificador o hervidor en su habitación.

Haga gárgaras con agua y sal tibia varias veces al día.

Tome analgésicos comunes.

Chupe pastillas para la garganta.

¿Cuándo debería ver a un doctor?

Siempre que un dolor de garganta es severo, dura más tiempo que los usuales cinco a siete días de un resfrío o una gripe, y no está asociado con una alergia tratable o irritación, debería buscar atención médica. Los siguientes signos o síntomas deberían alertarlo para ver a su médico:

Dolor severo o prolongado.

Dificultad para respirar.

Dificultad para tragar.

Dificultad para abrir la boca.

Dolor en las articulaciones.

Dolor de Oído.

Erupción.

Fiebre Alta.

Sangre en la saliva o el catarro.

Frecuentes y recurrentes dolores de garganta.

Bulto en el cuello.

Ronquera que dure más de dos semanas.

Los Antibióticos son drogas que matan o inhiben a las bacterias. La Penicilina o la Eritromicina (antibióticos bien conocidos) son prescritos cuando el médico sospecha infección estreptocócica u otra que pueda responder a ellos. Sin embargo, un número de infecciones orales no responde a la penicilina, y requieren en cambio otra clase de antibióticos. Los antibióticos no curan las infecciones virales; pero los virus bajan la resistencia del paciente a las infecciones bacterianas. Cuando ocurren tales infecciones combinadas, pueden ser necesarios los antibióticos.

Cuando se prescribe un antibiótico, debería ser tomado todo el tiempo que el médico indique (generalmente 10 días). De otra manera la infección será probablemente reducida; pero no eliminada, y podrá volver.

¿Que pasa si el cultivo de mi garganta es negativo?

Hay cultivos que solo investigan la presencia de infección estreptocócica. Muchas otras infecciones, tanto bacterianas como virales, darán cultivos negativos y aún puede pasar con una infección estreptocócica. Por lo tanto, si el cultivo es negativo, su médico decidirá que tratamiento realizar sobre la base de la severidad de los síntomas y el aspecto de su garganta durante el examen. No suspenda el tratamiento a menos que su médico se lo indique.

¿Deberían ser tratados otros miembros de la familia? ¿O examinados?

Cuando se comprueba por test o cultivos que hay estreptococos, muchos expertos aconsejan tratar a otros miembros de la familia, porque se trata de una infección altamente contagiosa. Otros aconsejan solo tratar a los que tienen molestias o cultivo positivo. Por lo tanto infórmele a su médico cuantas personas en su familia están con dolor o molestias. Practique buenos hábitos sanitarios; evite contacto físico cercano y compartir servilletas, toallas, y utensilios con la persona infectada. Lávese las manos a menudo.

Los consejos de este folleto son para información general. Pero recuerde, el mejor consejo para su caso específico lo obtendrá del médico que escuche sus síntomas y examine su garganta.

Tomado de: Este texto corresponde a un folleto para pacientes preparado por la American Academy Of Otolaryngology - Head and Neck Surgery.

Traducido por el Dr. Raúl Pitashny, Miembro del Comité de Otorrinolaringología Internacional de esa Academia.



C.E.O.R.L.

Consultorios
Especializados en
Otorrinolaringología