

¿ES ALGO MÁS QUE UN RESFRÍO O ALERGIA?

¿Qué es Sinusitis?

La Sinusitis bacteriana aguda es una infección de las cavidades sinusales causada por una bacteria. Usualmente está precedida por un resfrío o un ataque de alergia.

Normalmente, el mucus que se colecta en los senos drena hacia los pasajes nasales. Cuando se produce un resfrío o un ataque de alergia, los senos se inflaman y no pueden drenar. Esto puede llevar a más congestión e infección.

El diagnóstico de una Sinusitis aguda se basa usualmente en un examen físico y la valoración de los síntomas que describe el paciente. El doctor también puede utilizar radiografías u obtener muestras de la descarga nasal para investigar bacterias

Cuando una Sinusitis aguda pasa a ser crónica

Cuando tiene Sinusitis frecuentemente o cuando la infección dura tres meses o más, podría tratarse de una **Sinusitis crónica**. Los síntomas de la Sinusitis crónica podrían ser menos severos que los de la Sinusitis aguda. Sin embargo pueden producirse cambios irreversibles que requieran **reparación quirúrgica**

¿Es Sinusitis?

Los síntomas de Sinusitis a menudo son difíciles de distinguir de los resfríos y las alergias; por eso mucha gente no cree necesario ver al doctor.

En cambio, se tratan ellos mismos con medicamentos de venta libre tales como descongestivos o antihistamínicos. Sin embargo, a diferencia de un resfrío o un ataque de alergia, las Sinusitis bacterianas requieren el diagnóstico y tratamiento médico con un antibiótico para prevenir futuras complicaciones.

Conozca su "puntaje" para Sinusitis

Si usted sospecha que tiene una Sinusitis, tómese unos pocos minutos para repasar los signos y síntomas de Sinusitis que están consignados en el recuadro siguiente.

Tratando la Sinusitis

La terapéutica apropiada para la Sinusitis bacteriana debería incluir un antibiótico adecuado. Si usted tiene tres o más síntomas de Sinusitis, asegúrese de consultar a su doctor para el diagnóstico y la prescripción. Recuerde seguir las instrucciones del médico y terminar la medicación completamente.

Además del antibiótico, podrían recomendarle un descongestivo oral y/o gotas o sprays nasales para aliviar la congestión; pero debería evitar el uso prolongado de las gotas o sprays nasales. Inhalar vapor o usar gotas de solución salina pueden ayudar a aliviar las molestias sinusales.

Si su doctor cree que usted tiene Sinusitis crónica, le puede prescribir una terapia antibiótica intensiva.

La cirugía es a veces necesaria para remover obstrucciones físicas que puedan contribuir a mantener la Sinusitis

Como Prevenir la Sinusitis

Como siempre, un poco de prevención es mucho mejor que un gran tratamiento. Para evitar que un resfrío o un ataque de alergia terminen en una Sinusitis, mantenga sus senos paranasales destapados procediendo a:

- Usar un descongestivo oral o gotas nasales (evite el uso prolongado de las gotas nasales)
- Soplar suavemente sus fosas nasales, bloqueando una fosa nasal mientras lo hace a través de la otra.
- Beber líquidos en abundancia para mantener fluida la descarga nasal.
- Evitar volar en avión. Si usted debe volar, use unas gotas descongestivas antes de partir para prevenir el bloqueo de los senos y que así el mucus pueda drenar.
- Usar antihistamínicos recetados o de venta libre y sprays nasales para controlar ataques de alergia.

También, si es alérgico debería tratar de evitar el contacto con aquellas cosas que desencadenan los episodios. Existen asimismo algunos inyectables que aumentan la tolerancia a las sustancias que le causan alergia.

Unas palabras acerca de la resistencia a los antibióticos

Resistencia a los antibióticos significa que algunas bacterias que causan infecciones son inmunes a los efectos de ciertos antibióticos recetados por su doctor. Con el tiempo las bacterias pueden evolucionar y ser más fuertes, creando lo que algunos investigadores llaman "Supermicrobios". Estas nuevas cepas pueden causar dificultades para tratar las infecciones. La resistencia a los antibióticos esta haciendo aún más comunes a las infecciones, tales como la Sinusitis, siendo un verdadero desafío a resolver.

Los antibióticos más antiguos que solo combaten una sola clase de bacterias pueden resultar ineficaces para matar estos "supermicrobios" y resultan menos efectivos tratando la Sinusitis. En efecto, el ***Streptococcus Pneumoniae***, la bacteria que causa Sinusitis más a menudo, ha mostrado una creciente resistencia a ambos viejos y nuevos antibióticos. Pregúntele a su médico si es probable que el antibiótico que le prescribe tenga problemas de resistencia.

Usted puede ayudar a prevenir la resistencia a los antibióticos. Si el doctor le indica un antibiótico, es importante que cumpla con toda la medicación, aún si sus síntomas se han ido antes de finalizar el tratamiento. También debe asegurarse de tomar los medicamentos cada día en el horario y en la cantidad indicada.

Debido a que los síntomas de Sinusitis muchas veces simulan el de resfríos o alergias, es posible que usted no considere necesario ver a un doctor. Esta Tabla lo ayudará a encontrar la diferencia y le permitirá identificar los síntomas de Sinusitis más fácilmente

| SIGNOS/SÍNTOMAS | SINUSITIS | ALERGIA | RESFRÍO |
|------------------------------------|-----------------------------|----------------|---------------------|
| Presión Facial Dolor | SI | A veces | A veces |
| Duración de la Enfermedad | >10-14 días | Variable | < 10 días |
| Descarga nasal | Espesa amarillo- verdosa | Clara, Acuosa | Espesa, blanquecina |
| Fiebre | A veces | NO | A veces |
| Dolor de Cabeza | SI | A veces | A veces |
| Dolor en los dientes superiores | A veces | NO | NO |
| Mal aliento | A veces | NO | NO |
| Tos | SI | A veces | SI |
| Congestión nasal | SI | A veces | SI |
| Estornudos | NO | A veces | SI |

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