

## **MANEJO DE LA SINUSITIS**

### **¿Qué Es Sinusitis?**

Los cuatro espacios huecos en los huesos de la cara son los senos paranasales. Cada seno tiene una apertura que permite el paso de aire y moco en la nariz para moverlos a través. Si los senos se bloquean, se presenta sinusitis o infección de los senos paranasales. La sinusitis es inflamación o infección de uno o más senos. El bloqueo de los senos puede llevar a infección causada por bacteria.

La sinusitis es muy común. La sinusitis puede ser súbita y corta (aguda) o a largo plazo (crónica). Sinusitis que dura menos de 4 semanas se llama sinusitis aguda. Cuando los síntomas duran más de 2 meses se llama sinusitis crónica.

### **¿Cuál Es la Causa de la Sinusitis?**

La causa puede ser bacteria, alergias, polución, o pólipos nasales. A menudo comienza después de un resfriado o de una reacción alérgica. Tener un tabique desviado aumenta el riesgo de sinusitis recurrente.

### **¿Cuáles Son los Síntomas de la Sinusitis?**

Los síntomas principales son dolor de cabeza o dolor en la frente o la cara. La nariz puede estar congestionada o tener flujo, con secreciones verdes o amarillo-verdosas. También puede presentarse hinchazón de los ojos, dolor detrás de ellos y círculos oscuros debajo de los ojos. Es posible que haya dolor de garganta. Los niños se muestran irritables, y tiene una tos duradera, además de los síntomas de congestión sinusal. Usualmente los síntomas desaparecen en 7 a 21 días.

### **¿Cómo Se Diagnostica la Sinusitis?**

El médico examinará la cara, la nariz, y los oídos, y escuchará los ruidos del pecho. En raras ocasiones, es posible que se realicen rayos-x u otras pruebas radiológicas de los senos en las personas con sinusitis crónica que no han sido ayudados con medicamentos. Si la sinusitis es debida a alergia o si la sinusitis se presenta tres veces al año o más, el médico puede sugerir consultar a un alergólogo (especialista en alergias).

### **¿Cuál Es el Tratamiento para la Sinusitis?**

El médico puede recetar antihistamínicos para la sinusitis causada por alergias. Los aerosoles nasales y los descongestionantes pueden ayudar a aliviar la congestión. Aumentar la ingesta de líquidos ayuda haciendo las secreciones más líquidas. El descanso colocando la cabeza un poco elevada permitirá que las secreciones drenen más fácilmente. Para el dolor leve, puede usarse acetaminofén o ibuprofeno.

Para la sinusitis causada por infección bacteriana, el médico puede recetar un antibiótico. La mayoría de las infecciones de los senos paranasales son causadas por virus, y los antibióticos no funcionan y no deben recetarse.

La sinusitis aguda usualmente desaparece en 2 a 3 semanas de tratamiento.

### **Qué DEBE y NO DEBE Hacer para Manejar la Sinusitis**

- ✓ **DEBE** tomar suficientes líquidos, especialmente agua.
- ✓ **DEBE** usar un aerosol salino nasal para la congestión nasal.
- ✓ **DEBE** dejar de fumar. El cigarrillo puede empeorar los síntomas.
- ✓ **DEBE** usar un vaporizador o inhalar vapor en la ducha para aliviar la congestión.
- ✓ **DEBE** usar compresas tibias en el área de los senos cuatro veces al día, por 1 o 2 horas.

- ✓ **DEBE** usar un humidificador en el invierno y aire acondicionado en el verano.
- ✓ **DEBE** llamar al médico si tiene fiebre y escalofríos duraderos.
- ✓ **DEBE** llamar al médico si su cara se hincha en el área de los senos.
- ✓ **DEBE** llamar al médico si tiene visión borrosa o dolor de cabeza severo que las medicinas no alivian.
- ✓ **DEBE** evitar los desencadenantes de las alergias.
- ⊗ **NO DEBE** usar aerosoles nasales disponibles sin receta médica. Estos pueden empeorar los síntomas.
- ⊗ **NO DEBE** viajar en aviones durante un ataque agudo. Los cambios de presión pueden empeorar los síntomas. Consulte primero con el médico si usted tiene que viajar en avión.

DEL ESCRITORIO DE

NOTAS

PARA MAYOR INFORMACIÓN

Visite las siguientes paginas web:

- American Academy of Otolaryngology—Head and Neck Surgery: Tel: (703) 836-4444;

Website: <http://www.entnet.org>

Copyright © 2021 by Elsevier, Inc.