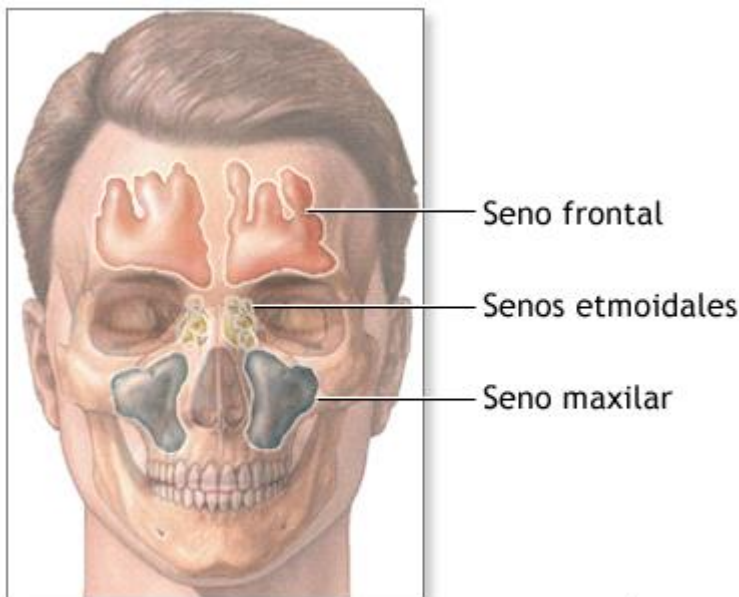


Se refiere a la inflamación de los senos paranasales que ocurre con una infección a raíz de un virus, una bacteria o un hongo.

Causas

Los senos paranasales son espacios llenos de aire en el cráneo. Están localizados por detrás de la frente, los huesos de la nariz, las mejillas y los ojos. Los senos paranasales saludables no contienen bacterias ni otros microorganismos. Por lo general, el moco puede salir y el aire puede circular a través de ellos.



ADAM.

Cuando las aberturas paranasales resultan bloqueadas o se acumula demasiado moco, las bacterias y otros microorganismos pueden multiplicarse más fácilmente.

La sinusitis se puede presentar por una de las siguientes situaciones:

- ✚ Los pequeños vellos (cilios) de los senos paranasales no logran sacar el moco en forma apropiada. Esto puede deberse a algunas afecciones.
- ✚ Los resfriados y las alergias pueden provocar la producción de demasiado moco o bloquear la abertura de los senos paranasales.

- ✚ Un tabique nasal desviado, un espolón óseo nasal o pólipos nasales pueden bloquear la abertura de los senos paranasales.

Hay dos tipos de sinusitis:

- I. La sinusitis aguda es cuando los síntomas están presentes por cuatro semanas o menos. Es causada por bacterias que proliferan en los senos paranasales.
- II. La sinusitis crónica es cuando la hinchazón y la inflamación de los senos paranasales están presentes por más de tres meses. Puede ser causada por bacterias o un hongo.

Los siguientes factores pueden incrementar el riesgo de que un adulto o un niño presente sinusitis:

- ✚ Rinitis alérgica o fiebre del heno.
- ✚ Fibrosis quística.
- ✚ Ir a guarderías.
- ✚ Enfermedades que impiden que los cilios trabajen apropiadamente.
- ✚ Cambios de altitud (volar o bucear).
- ✚ Adenoides grandes.
- ✚ Tabaquismo.
- ✚ Sistema inmunitario debilitado por VIH o quimioterapia.

Síntomas

Los síntomas de la sinusitis aguda en adultos muy a menudo se presentan después de un resfriado que no mejora o que empeora después de 5 a 7 días. Los síntomas abarcan:

- ✚ Mal aliento o pérdida del sentido del olfato.
- ✚ Tos que generalmente empeora por la noche.
- ✚ Fatiga y sensación de malestar general.
- ✚ Fiebre.
- ✚ Dolor de cabeza.

- ✚ Dolor similar a presión, dolor detrás de los ojos, dolor de muela o sensibilidad facial.
- ✚ Congestión y secreción nasal.
- ✚ Dolor de garganta y goteo retranasal.

Los síntomas de la sinusitis crónica son los mismos que los de la sinusitis aguda. Sin embargo, los síntomas tienden a ser más leves y a durar más de 12 semanas.

Tratamiento

Pruebe las siguientes medidas para reducir la congestión sinusal:

- ✚ Aplique paños húmedos y calientes en la cara varias veces al día.
- ✚ Beba mucho líquido para diluir el moco.
- ✚ Inhale vapor de 2 a 4 veces por día (por ejemplo, sentado en el baño con la ducha abierta).
- ✚ Rocíe con una solución salina nasal varias veces al día.
- ✚ Utilice un humidificador.
- ✚ Use un rinocornio para limpiar los senos paranasales.

Tenga cuidado con el uso de descongestionantes nasales de venta libre. Pueden ayudar al principio, pero utilizarlos más de 3 a 5 días puede empeorar la congestión nasal.

Para aliviar el dolor o la presión sinusal:

- ✚ Evite volar cuando esté congestionado.
- ✚ Evite temperaturas extremas, cambios bruscos de temperatura e inclinarse hacia delante con la cabeza baja.
- ✚ Pruebe con algún analgésico recomendado únicamente por su médico.

Medicamentos y otros Tratamientos

Por lo regular, no se necesitan antibióticos para la sinusitis aguda. La mayoría de estas infecciones desaparecen por sí solas. Incluso cuando los antibióticos ayudan, sólo pueden reducir ligeramente el tiempo que demora la infección en desaparecer.

Los antibióticos pueden recetarse cuando hay:

- ✚ Niños con secreción nasal, posiblemente con una tos que no está mejorando después de 2 a 3 semanas.
- ✚ Fiebre superior a 39° C.
- ✚ Dolor de cabeza o dolor en la cara.
- ✚ Hinchazón grave alrededor de los ojos.

La sinusitis aguda debe tratarse durante 10 a 14 días. La sinusitis crónica debe tratarse de 3 a 4 semanas. Algunas personas con sinusitis crónica pueden necesitar medicamentos especiales para tratar infecciones micóticas.

Otros medicamentos:

- ✚ Medicamento vía oral o inyecciones para alergias (inmunoterapia) para ayudar a prevenir la reaparición de la enfermedad.
- ✚ Evitar los desencadenantes de alergias.
- ✚ Aerosoles nasales con corticosteroides y antihistamínicos para disminuir la hinchazón, en especial si hay pólipos nasales o alergias.

Pronóstico

Generalmente, las infecciones sinusales se curan con cuidados personales y tratamiento médico. Si usted presenta episodios recurrentes, lo deben evaluar para buscar las causas, como pólipos nasales, u otros problemas, como alergias.

Posibles complicaciones

Aunque son muy infrecuentes, las complicaciones pueden abarcar:

- ✚ Absceso
- ✚ Infección ósea (osteomielitis)
- ✚ Meningitis
- ✚ Infección cutánea alrededor del ojo (celulitis orbitaria)

Cuándo contactar a un profesional médico

- ✚ Los síntomas perduran por más de 10 a 14 días o padece de un resfriado que empeora después de 7 días.

- ✚ Padece de un dolor de cabeza intenso que no se alivia con medicamentos de venta libre.
- ✚ Tiene fiebre.
- ✚ Todavía tiene síntomas después de haber tomado todos los antibióticos en forma apropiada.
- ✚ Presenta cualquier cambio en la visión durante una infección sinusal.
- ✚ Una secreción verdosa o amarillenta no significa que usted definitivamente tenga una infección sinusal o que necesite antibióticos.

Prevención

La mejor manera de prevenir la sinusitis es evitar la gripe y los resfriados o tratar los problemas rápidamente

Vacunarse anualmente contra la influenza.

Lavarse las manos con frecuencia, particularmente después de darle la mano a otros.

Evitar el humo y los contaminantes.

Beber bastante líquido para incrementar la humedad del cuerpo.

Tomar descongestionantes durante una infección de las vías respiratorias altas.

Tratar las alergias de manera apropiada y rápida.

Utilizar un humidificador para incrementar la humedad en la nariz y las áreas sinusales.

Fuente:

<https://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/article/000647.htm>