

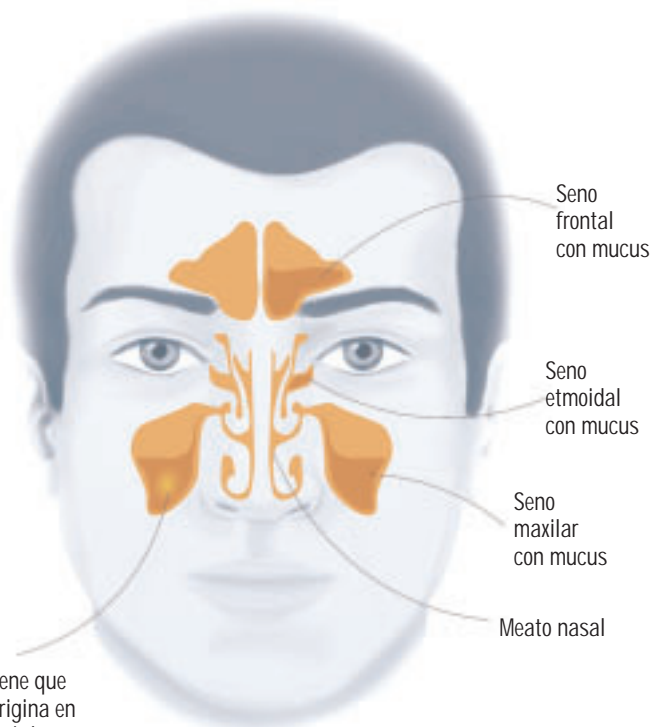
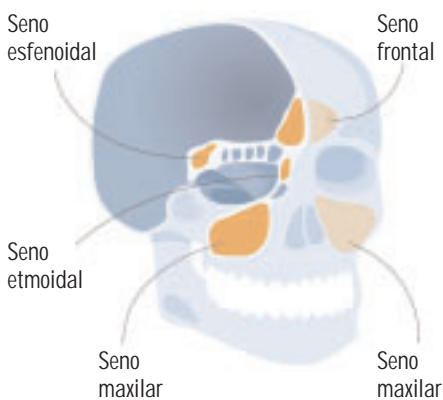
# Dificultades con el drenaje nasal

LA SINUSITIS ES UNA INFLAMACION DE LOS SENOS NASALES CAUSADA BIEN POR INFECCIONES O POR ALERGIAS

## LOCALIZACIÓN DE LA SINUSITIS

### Los senos paranasales

Son cavidades aéreas situadas alrededor de las fosas nasales y que sirven para su ventilación y para mantener en su interior una presión similar a la atmosférica.



### La infección

Para el correcto funcionamiento de los senos tiene que darse un adecuado drenaje del moco que se origina en su interior. Si este drenaje falla se puede producir la infección del moco acumulado.

Sinusitis es sinónimo de dolor y de agudas molestias para muchas personas. Esta inflamación de las cavidades o senos que rodean las fosas nasales es un problema sanitario importante: aparece en un 3-5% de las infecciones respiratorias altas, en las que la parte más afectada es la nariz o garganta.

### ¿Qué es la sinusitis?

Se trata de una inflamación de los senos nasales generalmente causada por infecciones o alergias. Los senos paranasales son huecos localizados en los huesos faciales y situados alrededor de las fosas nasales, con las que están en comunicación a través de unos orificios, meatos nasales, que permiten ventilar y mantener en su interior una presión similar a la atmosférica. Estas cavidades están recubiertas en su interior por una mucosa de tipo respiratorio con células ciliadas que, a modo de escobillas, efectúan la limpieza de la mucosa y drenan las fosas nasales. Si esta limpieza falla por obstrucción de los orificios que les unen con las fosas

nasales –los meatos– o porque las células ciliadas no funcionan bien, se puede producir la infección del moco acumulado o una infección próxima puede propagarse al interior de los senos, lo que provoca la sinusitis.

La sinusitis puede afectar a uno o varios senos, aunque en bebés recién nacidos se da en el único que tienen desarrollado, el etmoidal, y por encima de los 3-4 años en el maxilar. Lo más habitual es la infección de un solo seno, pero se puede dar la polisinusitis (varios senos afectados) y la pansinusitis (todos ellos).

### Sinusitis aguda y crónica

La **sinusitis aguda** se manifiesta con dolor y obstrucción nasal con secreción mucosa o purulenta (rinorrea). El dolor es sordo, a veces punzante, y aumenta con la inclinación de la cabeza, la tos y la presión sobre el seno. Según el seno afectado varía la localización del dolor. Hay, además, alteraciones en la capacidad olfativa, y voz nasal (rinolalia). Puede darse malestar general, fiebre, cansancio y edema o hinchazón en los tejidos blandos que recubren el seno. Manifestaciones características: la sinusitis frontal da un dolor de cabeza que empieza por la mañana y disminuye a lo largo del día; la maxilar de origen dentario produce rinorrea maloliente; en la etmoidal el dolor aumenta con los movimientos oculares. En la esfenoidal, más rara, el dolor se localiza en la región occipital, el vértice craneal y hasta en el cuello.

Cuando el seno no drena y no ventila bien, el moco se retiene en su interior, se infecta y se hace más viscoso, con lo que se disminuye la actividad ciliar de las células y se obstruyen los meatos. Así, la infección se asienta y se puede pasar de la sinusitis aguda, que evoluciona en pocos días hacia la curación, a la crónica o repetitiva: más de tres episodios de sinusitis en 6 meses o cuatro o más en un año. **La sinusitis crónica** es la variante más compleja y molesta. Se materializa en periodos agudos y en fases intermedias con cefalea, obstrucción nasal, rinorrea mucosa, trastornos del olfato y a veces epistaxis (sangrado nasal) oca-

sional. En personas con rinitis alérgica o rinitis vasomotora las sinusitis agudas tienden a cronificarse.

### Diagnóstico y tratamiento

El diagnóstico de la sinusitis se basa en la historia clínica, los síntomas del paciente, la exploración física (rinoscopia) y el examen radiológico (radiografías convencionales y T.A.C.).

El **tratamiento** a seguir se basa en facilitar el drenaje del seno y eliminar infección e inflamación. Para mejorar el drenaje del seno se utilizan descongestionantes del tipo de los vasoconstrictores, pero no deben usarse más de cinco días seguidos por su efecto rebote y otros efectos secundarios. Su empleo genera controversia porque no sólo puede producir contracciones de las paredes de los vasos sanguíneos (vasoespasma) nasales, sino que puede afectar a arterias de la vecindad, en este caso las craneales. Si hay que recurrir a ellos, se hará exclusivamente en los primeros días de la fase aguda para aliviar los síntomas de congestión.

Lo mejor es humidificar el ambiente, realizar lavados nasales con solución una salina fisiológica, vahos y la aerosolterapia. Un aparato de aerosolterapia no es caro y resulta cómodo porque permite administrar medicamentos disueltos en suero fisiológico: mucolíticos, antiinflamatorios, antibióticos, descongestionantes... y se pueden utilizar esencias de eucalipto. Muchas sinusitis se solucionan con una o dos sesiones de 15 ó 20 minutos de aerosolterapia al día. En el caso del eucalipto, no debe administrarse en forma de vahos a menores de 14 años porque puede producir espasmo de glotis. Este aparato de no es necesario para la sinusitis aguda, pero sí es una opción a considerar por quienes sufren sinusitis crónica. En cualquier caso, será el médico quien prescriba.

En ocasiones, las menos, hay que recurrir a **la cirugía** para favorecer el drenaje de los senos abriendo los meatos. También pueden requerir cirugía las deformidades de tabique nasal, las hipertrofias de cornetes u otros procesos locales que favorecen la aparición y permanencia de la sinusitis. ◀

## Factores potenciadores

Además de las infecciones causadas por la obstrucción de los orificios, hay otros factores que también pueden influir en su aparición:

- **Factores locales:** los pólipos nasales, la deformidad del tabique nasal, la hipertrofia de cornetes o los engrosamientos de la mucosa nasal por procesos alérgicos o infecciosos dificultan el drenaje de los senos a través de los meatos.
- **Factores ambientales:** la exposición al frío, la sequedad ambiental y la contaminación atmosférica disminuyen la actividad de los filamentos de las células llamados cilios y el drenaje de los senos.
- **Factores generales:** el estrés, la fatiga, la diabetes, alteraciones hormonales, y otras situaciones que disminuyen las defensas del organismo favorecen la aparición de sinusitis.

Mención aparte merecen las bacterias y virus que infectan los senos nasales y acaban provocando sinusitis. Entre las bacterias, las más habituales son *streptococo pneumoniae*, *hemophilus influenzae* y *moraxella catarralis*, gérmenes responsables de las infecciones respiratorias agudas invernales. Entre los virus destacan rinovirus, adenovirus y los virus de la *influenzae* y *parainfluenzae*, también habituales en los procesos agudos respiratorios.