

## Sinusitis en adultos

### INTRODUCCIÓN

#### *¿Qué es la sinusitis en adultos?*

La sinusitis aguda provoca la inflamación de las cavidades que rodean las fosas nasales (senos). Esto obstaculiza el drenaje y causa acumulación de mucosidad.

En condiciones normales, el moco que se produce drena a la fosa nasal, pero cuando se padece un catarro o un proceso alérgico, la mucosa de los senos paranasales se inflama e impide el drenaje del moco. Esto conlleva la congestión y la infección.

### SÍNTOMAS Y MANEJO

#### *Los síntomas más habituales:*

- Secreción amarilla o verdosa de la nariz o desde abajo de la parte posterior de la garganta.
- Congestión u obstrucción nasal que provoca dificultades para respirar por la nariz
- Dolor, dolor con la palpación, hinchazón y presión alrededor de los ojos, las mejillas, la nariz o la frente que empeora con los movimientos.

La causa más frecuente de inflamación de los senos paranasales y fosas nasales es el resfriado común, habitualmente debido a una infección viral. Las sinusitis agudas bacterianas generalmente van precedidas de un catarro de la vía respiratoria alta o un proceso alérgico o de cualquier tipo de irritación ambiental (humos, gases, vapores...).

#### *Acuda a su médico si:*

- Síntomas que no mejoran en pocos días o que empeoran.
- Fiebre persistente.
- Antecedentes de sinusitis crónica o recurrente.
- Dolor ocular a la movilización.
- Cefalea importante.



Los gérmenes responsables más frecuentes son víricos, se realiza tratamiento sintomático con descongestivos, analgésicos, mucolíticos, corticoides en aerosol nasal y antihistamínicos. En algunas ocasiones son bacterianas con necesidad de tratamiento antibiótico.

En algún caso, son necesarias intervenciones más agresivas: drenaje de los senos paranasales o incluso cirugía. Esta última también será útil en el caso de que la sinusitis fuese causada por desviación del tabique nasal, pólipos, etc.

DESCARGA LA APLICACIÓN



Accede online a tus resultados y gestiona tus citas en el área "Mi Quirónsalud" de [quironsalud.com](http://quironsalud.com), o en nuestra App.



App Store



Google Play

## Sinusitis en adultos

El tratamiento a tiempo de la sinusitis aguda previene, el daño permanente de la mucosa, la sinusitis crónica y la aparición de complicaciones serias tales como celulitis orbitaria, neuritis óptica, trombosis del seno cavernoso y absceso subdural.

### RECOMENDACIONES AL ALTA

- No fume y evite el humo del tabaco.
- Beba mucho agua (hace que el moco sea más fluido).
- Si usted tiene alergia, evite el contacto con las sustancias a las que es alérgico (polvo, pólenes, etc.).
- Realice vahos con eucalipto, mentol o simplemente con agua caliente.
- Lavados nasales con suero fisiológico o con agua con sal.
- Los descongestionantes nasales, que se venden sin receta, son útiles, pero su uso más de tres días puede empeorar.
- No permanezca acostado demasiadas horas al día, porque esto aumenta la congestión nasal.
- Sí usa gafas, evite que le aprieten.
- El clima húmedo es el peor, por lo que los deshumidificadores pueden ser útiles.
- También los cambios de presión pueden empeorar los síntomas (antes de una tormenta, en los viajes en avión).
- Las personas alérgicas pueden beneficiarse de un tratamiento a largo plazo para prevenir la aparición de episodios de sinusitis.

**EN CASO DE DUDA PÓNGASE EN CONTACTO CON SU ENFERMER@ / MÉDIC@ DE REFERENCIA**



Accede online a tus resultados y gestiona tus citas en el área "Mi Quirónsalud" de [quironsalud.com](http://quironsalud.com), o en nuestra App.

DESCARGA LA APLICACIÓN



App Store



Google Play

