



SINUSITIS

Luz Eugenia Gómez M.D.,
Otorrinolaringóloga
Jefe Servicio Otorrinolaringología
Fundación Clínica Valle del Lili

EDITORIAL

No existen en Colombia estadísticas sobre la frecuencia de esta enfermedad, pero en Estados Unidos 31 millones de personas sufren de ella cada año. En promedio, cada persona con sinusitis pierde anualmente, por este motivo, cuatro días de trabajo o de estudio. La sinusitis aguda típica suele aparecer después de una infección viral de la vía aérea respiratoria superior o de un proceso alérgico como la rinitis alérgica. Estos procesos pueden obstruir el drenaje de los senos paranasales, hecho que induce a una acumulación de moco. Las secreciones retenidas se pueden infectar causando inflamación y congestión de la mucosa, desencadenando los síntomas clásicos de la sinusitis.

Las enfermedades respiratorias siguen en aumento. A pesar de los nuevos desarrollos tecnológicos médicos. El medio ambiente exterior día a día más contaminado con sustancias cada vez más agresivas, y el medio ambiente interno cerrado, con lugares de vivienda y de trabajo pequeños, poco ventilados, con elementos de confort como tapetes, aires acondicionados y el incremento en el número de mascotas en las casas han producido un aumento en la frecuencia de estas enfermedades. Junto con los problemas ambientales existen también condiciones como la movilidad rápida de las personas entre diferentes zonas geográficas y el uso indiscriminado de antibióticos que favorecen el aumento de infecciones respiratorias y como consecuencia, la aparición de sinusitis.

Con este artículo se pretende aclarar en qué consiste esta enfermedad, su diagnóstico, las diferencias entre sinusitis aguda, subaguda y crónica, los síntomas clásicos, las formas no comunes y la manera de realizar un tratamiento adecuado. Se ampliarán los criterios de tratamientos prolongados con antibióticos, en especial para las sinusitis crónicas. Es importante resaltar que los antihistamínicos no son tratamiento de la sinusitis pero, si la causa de ésta es una alergia, sí previenen

su aparición. Igualmente se conoce hoy en día que los esteroides tópicos nasales no están contraindicados si se usan con una terapia antimicrobiana conveniente.

Finalmente, siempre se debe buscar la causa que ocasionó la sinusitis y tomar medidas que prevengan su nueva aparición, como vacunas antivirales y bacterianas, el control y diagnóstico de una alergia respiratoria subyacente, o simplemente modificar un medio ambiente nocivo.

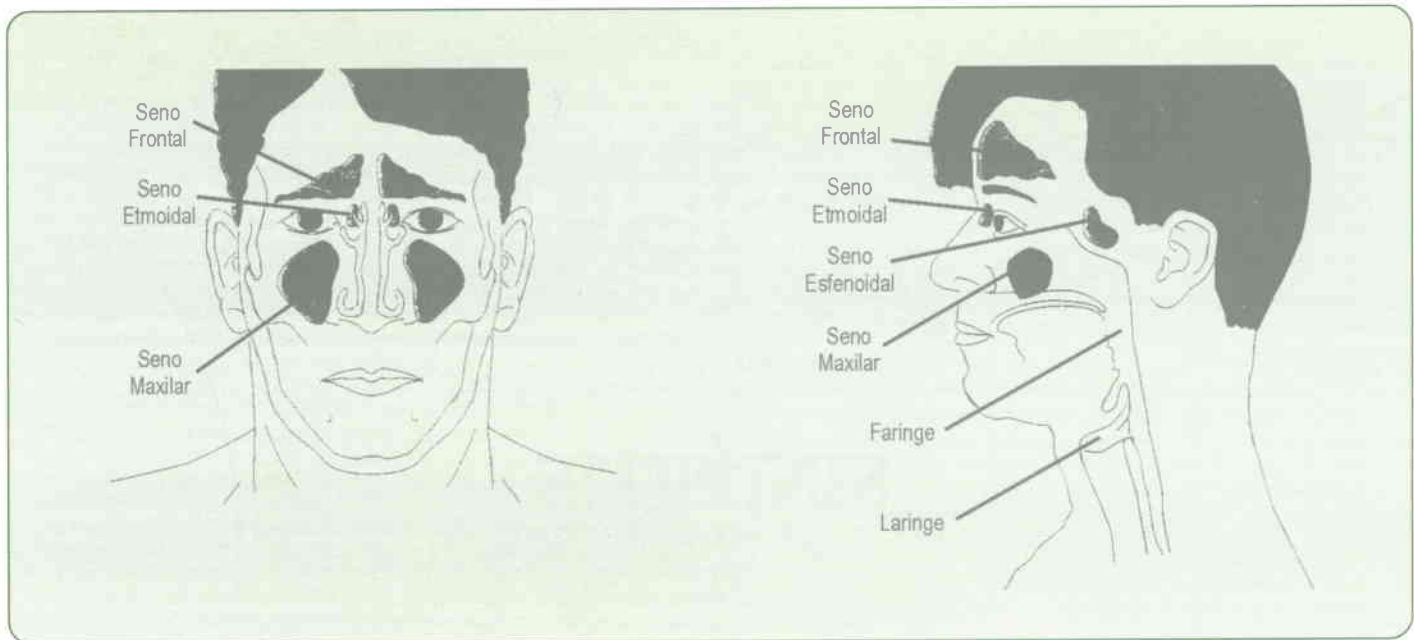
Hernán Córdoba, M.D.

SINUSITIS

La sinusitis o inflamación de los SENOS PARANASALES es una de las enfermedades más comunes del mundo. Se estima que los adultos pueden tener 3 o 4 infecciones respiratorias al año y que en general el 1 % de éstas se pueden complicar por sinusitis. Muchas personas con esta enfermedad no reciben tratamiento, porque no saben que tienen sinusitis o porque ésta no es diagnosticada.

QUÉ SON LOS SENOS PARANASALES ?

Los senos paranasales (SPN) son cavidades llenas de aire localizadas en los huesos de la cara y el cráneo y están esencialmente formados por cuatro pares - derechos e izquierdos. Los senos **frontales** están localizados a nivel de la frente, los maxilares a nivel de las mejillas, los senos **etmoidales** entre los ojos y los **esfenoidales** se encuentran profundos en el cráneo detrás de los ojos.



Vista frontal y lateral

Estas cavidades tienen comunicación con la nariz por unos pequeños agujeros llamados ostium por donde entra el aire y salen las secreciones producidas por ellas,

El propósito preciso de los SENOS PARANASALES es desconocido. Se han propuesto varias teorías:

- ◆ Actúan como "acondicionadores de aire" es decir que filtran, humidifican y calientan el aire que inspiramos.
- ◆ Disminuyen el peso del cráneo.
- ◆ Son zonas de amortiguamiento para disminuir la severidad de los daños en caso de accidentes que produzcan trauma de la cara
- ◆ Son cámaras de resonancia que cambian las características de la voz.

¿ QUÉ ES LA SINUSITIS ?

Estrictamente hablando, la sinusitis es una inflamación de los senos paranasales. Desde un punto de vista práctico, la sinusitis se refiere a la infección de los senos paranasales por **agentes biológicos** como son las bacterias y los hongos.

TIPOS DE SINUSITIS

- ◆ Sinusitis aguda: generalmente no dura mas de 4 semanas; ocurre menos de 4 veces en el año, no deja secuelas y puede ser tratada exitosamente con medicación.
- ◆ Sinusitis aguda recurrente: cuando ocurren 4 o más episodios al año,
- ◆ Sinusitis crónica: Cuando los síntomas duran 12 semanas o más. Puede producir daño irreversible en la mucosa de los senos paranasales.

CAUSAS DE SINUSITIS

La SINUSITIS puede ser causada por cualquier agente que interfiera con la entrada del aire a los senos y la salida de las secreciones de éstos. Los orificios de drenaje de los senos llamados ostium pueden ser obstruidos por factores que producen hinchazón de su mucosa y de la mucosa nasal, por ej : resfriados, alergia o irritantes como el cigarrillo. También pueden ser obstruidos por tumores, alteraciones anatómicas (como son las desviaciones del tabique) o por enfermedades que alteran la composición de las secreciones o el movimiento de éstas (síndrome de Cartagener o fibrosis quística). Esta obstrucción crea un ambiente favorable para la proliferación bacteriana, que es la causa principal de la sinusitis . Los organismos más comúnmente encontrados en la sinusitis aguda son : *Estreptococo pneumoniae*, *Haemofilus influenzae* y *Moraxella catarrhalis*.

Los hongos son una causa poco común de sinusitis pero su incidencia está en aumento. Generalmente se encuentran en pacientes con inmunodeficiencias como SIDA o leucemias. De ellos el *Aspergillus* es el más común. En la sinusitis crónica se encuentran los mismos agentes de la sinusitis aguda y además el *Staphylococo aureus* y los anaerobios (gérmenes que viven sin oxígeno).

FACTORES QUE PREDISPONEN

Existen una variedad de factores que pueden contribuir al desarrollo de las sinusitis , entre los principales podemos anotar :

COMUNES

- ◆ Rinitis alérgica (aproximadamente 25% al 28% de los pacientes presentan enfermedad alérgica como causa que contribuye a ella).

- ◆ Infecciones virales (el 0.5 al 5% de las virosis termina en sinusitis)

MENOS COMUNES

- ◆ Hipertrofia de adenoides
- ◆ El humo del cigarrillo (incluyendo el fumador pasivo) y la polución del aire
- ◆ Procedimientos dentales
- ◆ Buceo
- ◆ Enfermedades congénitas (fibrosis quística)
- ◆ Alteraciones anatómicas (desviaciones del tabique, paladar fisurado)
- ◆ Reflujo gastroesofágico (más comúnmente en niños)
- ◆ Poliposis de senos paranasales.
- ◆ Inmunodeficiencias (como SIDA)

LA SINUSITIS Y SU RELACIÓN CON OTRAS ENFERMEDADES DEL TRACTO RESPIRATORIO

Hay muchos estudios que muestran relación cercana entre la sinusitis y otras enfermedades del tracto respiratorio como asma, rinitis alérgica y otitis media crónica o recurrente, ya sea como factores predisponentes o como consecuencia .

Entre un 53 a 75 % de niños con asma causada por alergias tienen anomalías en los senos paranasales y varios estudios han mostrado que entre el 17 al 30 % de los pacientes asmáticos desarrollan sinusitis. Se ha observado también que después de tratar la sinusitis, el asma se reduce o desaparece.

SIGNOS Y SINTOMAS

Los síntomas de una sinusitis son con frecuencia difíciles de distinguir de una gripa o de un ataque de alergia. Mucha gente piensa que no necesita visitar a su médico sino que se tratan a sí mismos con medicaciones como descongestionantes o antigripales. Sin embargo, a diferencia de la gripa o alergia, la sinusitis bacteriana requiere un diagnóstico por un médico y tratamiento con antibióticos para prevenir futuras complicaciones.

Podemos dividir los síntomas más comunes de la sinusitis en dos categorías

SÍNTOMAS MAYORES

- ◆ Dolor facial y presión
- ◆ Congestión facial
- ◆ Obstrucción nasal, bloqueo
- ◆ Rinorrea (drenaje mucoso) nasal infectado espeso, amarillo o verde, que pasa hacia atrás a la garganta o sale hacia adelante por las fosas nasales
- ◆ Olfato disminuido o ausente

SÍNTOMAS MENORES :

- ◆ Cefalea (dolor de cabeza)
- ◆ Fiebre
- ◆ Mal aliento
- ◆ Fatiga
- ◆ Dolor dental
- ◆ Tos
- ◆ Dolor de oídos

Para pensar en el diagnóstico de sinusitis, una persona debe presentar al menos dos síntomas mayores o un síntoma mayor y dos menores. Los síntomas en la sinusitis aguda, como su nombre lo indica, son agudos, severos y tienden a empeorar con la tos o al agacharse. En la sinusitis crónica los síntomas tienen menor intensidad y mayor duración.

Es necesario puntualizar que, a diferencia de lo que comúnmente se cree, el dolor facial o la cefalea no son sinónimos de sinusitis. Existen otras múltiples causas de éstos como son: **Neuralgia del trigémino, síndrome miofacial, migraña, dolor facial atípico, fibromialgia , etc.** Cuando la cefalea o el dolor facial es el único síntoma rara vez es causado por sinusitis.

NIÑOS

En los niños debemos tener en cuenta algunas condiciones peculiares: los senos paranasales no están completamente desarrollados hasta la edad de 20 años pero, aunque pequeños, los senos maxilares y etmoidales ya están presentes al nacimiento.

A diferencia de los adultos, la sinusitis en los niños es difícil de diagnosticar porque los síntomas son mas sutiles y las causas menos evidentes.

Los siguientes síntomas y signos pueden indicar una sinusitis en un niño :

- ◆ Un resfriado que dure mas de 10-14 días.
- ◆ Rinorrea amarilla o verde constante.
- ◆ Cefalea (usualmente no antes de los 6 años)
- ◆ Irritabilidad o fatiga.
- ◆ Tos
- ◆ Halitosis (mal aliento)
- ◆ Edema periorbitario (hinchazón alrededor de los ojos)

DIAGNÓSTICO

La sinusitis a menudo puede ser diagnosticada y tratada basándose solamente en la historia clínica y en el examen físico realizados por su médico.

En los casos crónicos o en aquellos en los cuales no haya una buena respuesta al tratamiento se pueden usar **radiografías simples o escanografías de senos paranasales.** De hecho, la

escanografía es el examen de elección para el estudio de la sinusitis, pues muestra la anatomía muy detalladamente, pero sólo está indicada cuando continúan los síntomas a pesar de haberse hecho un tratamiento adecuado, o cuando se presenta alguna complicación.

En las dos décadas pasadas se ha introducido la ENDOSCOPIA NASAL. Se utilizan unos delgados aparatos ópticos que pueden ser pasados dentro de la nariz, para examinar los pequeños espacios de la nariz y las cavidades de los senos. También se puede visualizar la mucosa nasal y se pueden obtener muestras para cultivos del moco que luzca infectado. Sirve como ayuda diagnóstica en casos de sinusitis y es útil para diferenciar entre ataques de alergia y sinusitis verdadera.

COMPLICACIONES DE LA SINUSITIS

Generalmente la sinusitis es una enfermedad que no presenta complicaciones, pero en algunos casos la infección se puede diseminar a estructuras fuera de los senos paranasales, como son los ojos o el cerebro, y producirse complicaciones muy graves como: celulitis periorbitaria, ceguera, meningitis, absceso cerebral, trombosis del seno cavernoso. Estas complicaciones constituyen una emergencia y el paciente en general debe ser operado.

TRATAMIENTO

Teniendo en cuenta que, en la gran mayoría de los casos, la sinusitis es de origen bacteriano, el tratamiento consiste principalmente en el uso de antibióticos. A menudo se prescriben otras medicaciones que incluyen descongestionantes orales, mucolíticos, esteroides nasales tópicos, esteroides sistémicos, lavados con solución salina.

La duración del tratamiento es variable. Para la sinusitis aguda, el tratamiento generalmente dura 10 a 14 días. En los casos de sinusitis crónica el tratamiento dura al menos 4 semanas y puede alcanzar hasta 8 a 12 semanas.

El tratamiento quirúrgico es reservado en general para la sinusitis crónica que no mejora con el tratamiento médico y para las complicaciones. Es importante recordar que la sinusitis es una enfermedad de tratamiento médico y que debe ser tratada agresivamente con medicinas antes de considerar la cirugía. Para pacientes que han recibido tratamiento médico apropiado y no

presentan mejoría, la cirugía endoscópica de senos paranasales es la mejor opción. El objetivo de ésta es restaurar la función normal (el drenaje del moco) en los senos bloqueados.

Durante la cirugía el otorrinolaringólogo abre todas las vías de drenaje de los senos paranasales. La operación es realizada a través de las fosas nasales, y así se evitan así incisiones externas visibles y la inflamación de la cara.

PREVENCIÓN

El paciente que tiene rinitis alérgica debe estar bien controlado para evitar la posibilidad de la aparición de un episodio de sinusitis.

Para evitar el desarrollo de sinusitis durante un ataque de alergia o de gripa, trate de tener sus senos paranasales limpios así :

- ◆ Use un descongestionante oral o en spray nasal (evite el uso por mas de 5 días de descongestionantes nasales en spray)
- ◆ Suene suavemente su nariz.
- ◆ Tome abundantes líquidos para que las secreciones drenen mas fácilmente
- ◆ Evite viajar por avión. Si usted debe viajar, use un descongestionante en spray antes de tomar el avión, para prevenir el bloqueo de los senos.
- ◆ Use antihistamínicos para controlar los ataques de alergia.
- ◆ Evite hacer inmersiones cuando tenga un resfriado o cuando tenga un ataque de rinitis.
- ◆ Evite ingerir bebidas alcohólicas porque éstas producen congestión nasal.
- ◆ Estar acostado por mucho tiempo puede empeorar los síntomas, porque la posición horizontal incrementa la congestión nasal.
- ◆ Utilice inhalaciones con vapor de agua pues éstas son útiles para aliviar la congestión .
- ◆ Ingiera abundantes frutas y vegetales frescos, los cuales son ricos en antioxidantes y otras sustancias importantes que ayudan a fortalecer su sistema inmune.

Comité Editorial:

- | | | | |
|------------------------------|-------------------------|----------------------|-------------------------------|
| • Dr. Martín Wartenberg | • Dr. Hernán G. Rincón | • Dr. Hernán Córdoba | • Dr. Jairo Sánchez |
| • Dr. Adolfo Congote | • Dr. Jaime Orrego | • Dra. Yuri Takeuchi | • Enfermera Gloria C. Jiménez |
| • Sra. Claudia de Piedrahita | • Dr. Paulo José Llinás | • Sra. Alda Mera | • Dr. Hermann González |

"Esta publicación pretende mejorar su información en temas de la salud. Las inquietudes que se relacionen con su salud personal, deben ser consultadas y resueltas con su médico".

Dirección: Carta de la Salud - Fundación Clínica Valle del Lili Cra. 98 # 18-49 Tel.: 331 9090 Fax: 331 7499 Santiago de Cali
En Internet: www.clinicalili.org.co

Esta publicación es cortesía de



Y

EL PAIS
El Diario de nuestra gente