



MANUAL PARA EL PACIENTE QUE PADECE SINUSITIS

Si usted es una de las millones de personas que sufren de sinusitis... este "Manual para el paciente que sufre sinusitis" le servirá como guía para conocer sus senos nasales, cómo son, qué pasa cuando se enferman y qué hacer en estos casos.

¿Qué son los senos paranasales?

LOS SENOS PARANASALES SON CAVIDADES

que están en los huesos del cráneo, de diversos tamaños. En ellos se producen secreciones que drenan hacia la cavidad nasal. Un solo seno paranasal tiene un orificio de drenaje diminuto por donde atraviesan dichas secreciones hacia el interior de la cavidad nasal.

¿En dónde se localizan?

LA MAYORÍA DE LOS SENOS PARANASALES

se encuentran dentro de la nariz y en las cercanías de los ojos. Las cavidades que se encuentran debajo de los ojos son los senos maxilares. Aquellos arriba de los ojos son los senos frontales. Entre los ojos, separados por hueso hay dos cavidades que se llaman senos etmoidales. El seno esfenoidal se encuentra en la parte posterior de la nariz.

¿Están presentes al nacimiento?

UNOS CUANTOS SENOS PARANASALES ESTÁN

presentes desde el nacimiento. Sin embargo, el desarrollo y crecimiento de estas cavidades son procesos que se inician desde la vida intrauterina y continúan a lo largo de la niñez y adolescencia.

¿Cuál es su función?

A PESAR DE QUE LOS SENOS PARANASALES

no son estrictamente necesarios para la vida, su bienestar influye de una forma crítica las funciones nasales de humidificación, calentamiento y filtración del aire que respiramos, contribuyendo al acondicionamiento de este aire que al final llega a los pulmones.

Otras funciones incluyen el hacer el cráneo más ligero ya que el hueso denso de éste es remplazado por cavidades sinusales que contienen aire. Algunos piensan también que estas cavidades sirven como cavidades de resonancia al hablar y al cantar.

¿Porqué se enferman los senos paranasales?

AVANCES MÉDICOS RECIENTES HAN PROBADO

que los padecimientos sinusales son debidos a cierto grado de bloqueo de los pasajes o espacios de drenaje de estas cavidades hacia el interior de la nariz. Este bloqueo puede ser provocado por infecciones virales, reacciones alérgicas, infecciones bacterianas o por simples irritantes como el humo del tabaco o algún otro irritante químico.

Cualquier cosa que cause una reacción o inflamación que lleve a una obstrucción del sitio de drenaje de los senos paranasales, causará una sinusitis.



¿Cuál es la diferencia entre un resfriado y una infección sinusal?

UNA SIMPLE INFECCIÓN DE VÍAS RESPIRATORIAS

o "resfriado" es una enfermedad viral que dura por un periodo limitado de tiempo y desaparecen los síntomas al cabo de 5 ó 7 días con o sin tratamiento. Si los síntomas empeoran en lugar de mejorar después de ese periodo de tiempo, entonces una infección sinusal podría estar originándose. En este momento algún antibiótico puede ser útil en eliminar esta infección.

¿La alergia juega algún papel en los problemas sinusíticos?

LAS ALERGIAS PUEDEN CAUSAR CIERTA

inflamación y bloqueo nasal y desencadenar algún problema sinusítico. Por lo que la incidencia de sinusitis en pacientes alérgicos es más alta que la de pacientes no alérgicos. Desafortunadamente tratar la alergia por sí sola no es suficiente en ocasiones para resolver los problemas sinusales.

¿Qué relación tiene el asma y los problemas sinusales?

EL CONOCIMIENTO DE LA RELACIÓN ENTRE

vías aéreas superiores (nariz y senos paranasales) con las inferiores (tráquea y pulmones) está bien establecida. Infecciones de vías aéreas superiores frecuentemente disparan problemas en vías aéreas inferiores como el asma.

¿Qué tan comunes son los problemas sinusales?

ALTERACIONES DE LOS SENOS PARANASALES

son más frecuentes que muchas otras enfermedades comunes como hipertensión y artritis. El hecho de que sea común no quiere decir que es un alivio para los que las padecen.

Desafortunadamente las molestias que sufren las personas que padecen de los senos paranasales no son tomadas en serio con mucha frecuencia. Como resultado terminan adaptándose a su condición y aceptando su deficiente calidad de vida. Después de años de buscar una mejoría y fallar, muchos pacientes con problemas sinusales como dolor de cabeza, tos, congestión y fatiga, deciden que sus molestias son normales en ellos.

¿Cuáles son las molestias más frecuentes de pacientes con problemas sinusales?

LA GENTE FRECUENTEMENTE PIENSA EN

problemas sinusales como un "catarro que no se cura" y dolor de cabeza. Sin embargo, los pacientes con enfermedad sinusal comúnmente presentan tos, congestión nasal, dolor de garganta, presión facial, infecciones recurrentes, neumonía y fatiga crónica entre otros. Por lo tanto no hay paciente "típico" de enfermedad sinusal.

¿Los niños tienen este problema?

COMO EL DESARROLLO DE LOS SENOS

paranasales se presenta desde el nacimiento y continúa hasta la adolescencia y adultos jóvenes, los niños sí presentan enfermedad sinusal. Cuanto más se sabe acerca de la enfermedad sinusal se descubre que muchos padecimientos se asocian a este problema. Aunque una nariz enferma puede ser obvia, en ocasiones puede no haber ninguna molestia. Algunos cambios que presentan son mal aliento, disminución auditiva, dolor de garganta, tos y cansancio.



¿Qué hay de dolor de cabeza por sinusitis?

AUNQUE ES COMÚN QUE SE CULPE UNA

sinusitis como causante del dolor de cabeza, no todos estos dolores son a causa de enfermedad sinusal. Los que sí lo son generalmente se pueden diagnosticar por métodos actuales. El pronóstico de estos dolores de cabeza por sinusitis es excelente. El dolor no debe de aceptarse como parte de su vida con la cual tiene que aprender a vivir.

¿Cuál es el tratamiento de problemas sinusales?

EL TRATAMIENTO MÉDICO ES LO PRIMORDIAL

para curar esta enfermedad. La mayoría de los pacientes responden bien a un tratamiento de antibióticos, medicamentos nasales, tratamiento de alergia (si está indicado) e irrigación nasal. La mayoría de los pacientes sienten mejoría al tomar estos medicamentos, pero en ocasiones la sintomatología regresa al dejar de tomarlos. En este caso la corrección de una infección sinusal requerirá más que un simple tratamiento médico.

Como regla, las alternativas médicas deben de ser exploradas antes de recomendar cirugía.

¿Cómo se evalúa la enfermedad sinusal?

LA INFORMACIÓN MÁS IMPORTANTE SE

obtiene de la historia clínica. La exploración física y la endoscopia nasal aportan mayor información cuando se realiza mayor observación de las áreas críticas para la función sinusal. Una tomografía puede ser requerida.

¿Qué es endoscopia nasal?

UNA ENDOSCOPIA NASAL ES UN PROCEDIMIENTO

diagnóstico utilizando una fibra óptica para explorar el interior de la nariz. Una investigación cuidadosa se realiza buscando deformidades anatómicas, inflamación, pólipos y otros datos de importancia. Este procedimiento se realiza como parte de la valoración inicial en todos los pacientes con problemas sinusíticos recurrentes.

¿Qué es un estudio tomográfico de senos paranasales?

EN CASO DE QUE EL TRATAMIENTO MÉDICO

no sea efectivo en proveer al paciente mejoría de los síntomas por largo tiempo, será necesario obtener una evaluación más profunda del problema mediante un estudio tomográfico o CT scan. El CT scan es un tipo de estudio radiológico que provee al especialista de información significativa en relación a la arquitectura y distribución de los senos paranasales. El CT scan es también muy útil en la demostración de cuál o cuáles son las causas, en dónde se localiza y qué extensión tiene el problema sinusítico –cuáles son los senos paranasales enfermos, qué tan mal están y cuáles son los factores que contribuyen al problema– con la finalidad de poder trazar un plan específico para resolver esta enfermedad para cada paciente en particular.

También nos dará datos de tipo pronóstico: ¿tendrá una evolución satisfactoria con tratamiento médico?, ¿requerirá cirugía? y si así fuera, el CT scan es nuestro "mapa de carretera" que vamos a seguir durante la cirugía. Así que es un estudio altamente valioso.

¿Qué es un séptum desviado?



El bloqueo u obstrucción de la nariz es uno de los síntomas más frecuentes de la sinusitis. En muchas ocasiones ésta es desencadenada por una desviación del séptum nasal ("tabique"). La cavidad nasal está dividida en un lado izquierdo y otro derecho por el séptum nasal que a su vez está formado por cartílago y hueso. Debido a que las cavidades que configuran a los senos paranasales, una desviación del séptum relativamente pequeña, en ocasiones, puede resultar en obstrucción nasal, dolor de cabeza, sinusitis o una combinación de todos estos síntomas. Los traumatismos nasales en la mayoría de los casos ocasionan una desviación septal en mayor o menor grado. Sin embargo, algunas otras desviaciones pueden estar presentes desde el nacimiento como consecuencia de las maniobras del alumbramiento durante el parto. La corrección quirúrgica de las desviaciones del séptum sintomáticas es muy sencilla y puede ser realizada por manos expertas con un alto índice de buenos resultados, no importando qué tan severas sean y el taponamiento nasal no es necesario en el postoperatorio.

¿Qué tanto ha avanzado la cirugía para solucionar un problema de sinusitis?

ASI TODOS CONOCEMOS A ALGUIEN QUE HA

sido operado de senos paranasales. Las técnicas de cirugía tradicional se habían dirigido a la *enfermedad* misma y no a la *causa* específica de la sinusitis. El resultado de esto ha sido la práctica de procedimientos quirúrgicos altamente invasivos teniendo como resultado la pérdida de estructuras y tejidos valiosos para la conservación de las funciones nasales. Estos procedimientos han sido caracterizados a lo largo de las últimas décadas por complicaciones como sangrado, largo tiempo de cicatrización, adherencias, inflamación, moretones en los párpados y pómulos, etc.

Afortunadamente, el entendimiento y la tecnología actual han permitido un mejor conocimiento de la función de los senos paranasales y que conjuntamente con la nueva instrumentación y técnicas desarrolladas por el **Centro de ORL y de Cuidados Nasosinusales del Dr. Yáñez, México, D.F.**, han demostrado mayor efectividad en la erradicación definitiva de la enfermedad así como mejores resultados y menores molestias para el paciente.

Con esta nueva técnica de cirugía endoscópica nasosinusal, los caminos naturales o fisiológicos por donde las secreciones se transportan son respetadas al máximo, descomprimiendo las deformidades que obstruyan el paso de éstas. También se conserva el epitelio respiratorio tanto cuanto sea posible. El resultado de estas técnicas innovadoras es un procedimiento *mínimamente invasivo* y a la vez menos traumático y mucho más preciso (cirugía milimétrica). Asimismo, tanto la cicatrización de los tejidos que es muy rápida como el alto nivel de éxito y buenos resultados son un sello de este tipo de procedimientos.

¿Deben las personas que han tenido malos resultados con cirugías tradicionales anteriores considerar una nueva intervención?

A PESAR DE QUE ALGUNOS PACIENTES SE

han beneficiado de la cirugía tradicional por algún tiempo, puede que este resultado no sea duradero ya que estas técnicas son destructivas por naturaleza y no mejoran efectivamente la función sinusal.

Hoy en día la instrumentación impulsada por micromotor y las técnicas diagnósticas son más exactas y en conjunto nos ayudan a dirigir con gran precisión la atención y la mejora de las estructuras involucradas. Cientos de pacientes que están descontentos con los resultados de la cirugía tradicional han encontrado resultados positivos con estas



técnicas desarrolladas en nuestro Centro de ORL.

¿Qué tan satisfactoria es esta cirugía?

LOS ESTUDIOS DE SEGUIMIENTO Y RESULTADOS

en nuestros pacientes indican que en más del 90% de ellos se obtienen muy buenos resultados.

Sin embargo, es importante entender que la cirugía de senos paranasales no es una cirugía *curativa*. A diferencia de una apendicectomía en la que la causa misma de la enfermedad es físicamente removida, el objetivo de la cirugía de senos paranasales es restaurar la función normal de los senos y así acelerar la recuperación del paciente.

Los pacientes de nuestra clínica en México, D.F. requieren una revisión secundaria en menos del 5% de los casos. La mejoría esperada se obtiene en la gran mayoría de los casos.

¿Qué hay de los cuidados postoperatorios?

EN NUESTRA CLÍNICA, LA CIRUGÍA DE SENOS

paranasales es cirugía ambulatoria, en la cual el paciente no requiere noches de hospitalización. No se deja taponamiento nasal, el cual sabemos que es muy incómodo para el paciente. Las curaciones postoperatorias en el consultorio se limitan a limpiezas nasales.

La primera cita postoperatoria se realiza aproximadamente una semana después de la cirugía. El resto de las visitas al consultorio se realizan cada dos semanas hasta que la mejoría se confirme a corto y largo plazo.

Un centro dedicado al tratamiento de nariz y senos paranasales

NUESTRO CENTRO DE ORL Y CUIDADOS

Nasosinuales está dedicado en gran parte al tratamiento médico y cuidados quirúrgicos de pacientes con problemas de nariz y senos paranasales. En este campo de la cirugía de nariz, el Dr. Carlos Yáñez es uno de los pioneros en el uso de estas técnicas innovadoras, así como en el uso de la instrumentación impulsada por motor en cirugía de senos paranasales y del desarrollo de técnicas originales de invasión mínima, mismas que ha enseñado en cursos y conferencias alrededor del mundo y que han sido consideradas como avances significativos en el tratamiento de las enfermedades sinusales.