

TE INFORMA SOBRE LA AMIGDALITIS Y SINUSITIS

Dos de las afecciones más comunes en los meses de invierno son la amigdalitis y sinusitis. Ambas se contraen por contagio de saliva o contacto con una persona infectada. Al complicarse pueden producir otitis, bronquitis o neumonía. La amigdalitis es la inflamación de las amígdalas, dos masas de tejido de forma ovalada situadas a ambos lados de la parte posterior de la garganta. Los síntomas son hinchazón de las amígdalas, dolor de garganta, dificultad para tragar y sensibilidad de los ganglios linfáticos a los lados del cuello, puede ser viral o bacteriana; se recomienda buscar atención médica para un diagnóstico correcto. Es importante considerar que la población de mayor riesgo son los menores en edad escolar.

Las principales medidas de prevención son lavado frecuente de manos, evitar compartir utensilios y uso de mascarilla en lugares con muchas personas. La sinusitis aguda hace que los espacios del interior de la nariz, conocidos como senos paranasales, se inflamen e hinchen, dificultando el drenaje de los senos paranasales ya que la mucosidad se acumula. La zona alrededor de los ojos y la cara pueden sentirse hinchadas, con dolor palpitante en la cara o dolor de cabeza. El resfriado es la causa habitual de la sinusitis aguda, generalmente la afección desaparece en un plazo de entre una semana y diez días. Los principales síntomas son abundante mucosidad de color verdoso, nariz congestionada,

sensibilidad e hinchazón alrededor de los ojos, mejillas o nariz, entre otros. Se recomienda consultar al médico si los síntomas se extienden más de una semana, incluida fiebre y rigidez en el cuello. Los principales factores de riesgo son las alergias respiratorias, resfriados, tabique nasal desviado o exposición a humo de cigarrillo. Como medidas preventivas se recomienda mantenerse saludable, controlar las alergias, evitar el humo del cigarrillo y el lavado frecuente de manos. Cuando la sinusitis es recurrente puede transformarse en un cuadro crónico que requiera control médico permanente y medicación adecuada para tratar los malestares, como corticoides y enjuagues nasales salinos, entre otros.

SIMI BIENESTAR es un aporte a la vida saludable con la colaboración de Farmacias del Dr. Simi y radio Positiva.

ESCÚCHENOS TODOS LOS VIERNES A LAS 11:00 HRS. POR RADIO POSITIVA FM 98.5, CON INTERESANTES CONSEJOS PARA MEJORAR SU CALIDAD DE VIDA

