

NOTA DE PRENSA

Madrid, 01 de septiembre de 2009



Carretas, 14 7º C1 28012 Madrid Tel. 915 221 313
Fax 914 354 888 sefac@sefac.org www.sefac.org

El tratamiento temprano de la rinitis alivia sus molestos síntomas y puede evitar posibles complicaciones como la sinusitis o el asma

- La rinitis es una enfermedad que afecta a la mucosa nasal y puede producir estornudos, picor, secreción acuosa, obstrucción o congestión nasal. Aunque no se trate de un problema grave ya que no pone en riesgo la vida del paciente, sí interfiere de manera notable en la calidad de vida.
- Su alta prevalencia, entre un 10 y un 30% de la población, y las bajas laborales que se asocian a la rinitis, hacen muy importante conocer cómo hay que prevenirla y tratarla desde sus primeros síntomas. Hay varios tipos de rinitis: alérgicas, no alérgicas y las provocadas por el embarazo, la menopausia o por tener el tabique nasal desviado.
- La decimocuarta entrega ordinaria de la campaña de educación para la salud *Recomendaciones SEFAC a la población*, reconocida de interés sanitario por el Ministerio de Sanidad, está dedicada a la rinitis y cuenta con el patrocinio de Meda Pharma.

La rinitis es una enfermedad que afecta a la mucosa nasal y puede producir estornudos, picor, secreción acuosa, obstrucción o congestión nasal. Estos síntomas son, sin embargo, una respuesta natural a la irritación, por lo que **para que sean considerados patológicos deben aparecer durante dos o más días consecutivos y más de una hora la mayoría de los días**. Este problema no supone riesgos para la salud del paciente, pero sí **interfiere de manera notable la calidad de vida, dificulta la capacidad de concentración, entorpece las relaciones sociales e impide el sueño**. Además, los **pacientes con síntomas de rinitis persistente y rinitis grave presentan un riesgo de desarrollar asma al menos cinco veces superior al resto**. Es una causa habitual de baja laboral y, en los niños, si no se controlan los síntomas, se pueden producir problemas de aprendizaje escolar. Tiene una alta **prevalencia de entre el 10 y el 30% de la población**. Se distinguen **tres tipos de rinitis**: las **alérgicas**, causadas por la exposición a sustancias que desencadenan alergias como ácaros, pólenes, etc.; las **no alérgicas**, desencadenadas por olores fuertes, contaminación, humo, infecciones de virus o bacterias; **y otras**, provocadas por el embarazo, la menopausia, la menstruación, las piezas dentales postizas o tener el tabique nasal desviado.

Con objeto de ayudar al farmacéutico en su misión de asesorar y concienciar a los pacientes de la importancia de prevenir y, sobre todo, tratar en un estadio temprano la rinitis para evitar consecuencias más graves como el asma, **la Sociedad Española de Farmacia Comunitaria (SEFAC) dedica la decimocuarta entrega ordinaria de la campaña Recomendaciones SEFAC a la población a la rinitis**, su tratamiento y solución. Las trece entregas previas de esta iniciativa, reconocida de interés sanitario por el Ministerio de Sanidad, han sido difundidas en meses precedentes a través de medios de comunicación y farmacias de toda España, y han profundizado sobre problemas de salud de consulta frecuente como la protección solar, el uso

y aplicación de piercing y tatuajes, la pediculosis, la alopecia, el dolor crónico, la dermatitis atópica, la meningitis y la sepsis, el asma, el acné, las infecciones del tracto urinario, el uso adecuado de las vitaminas, el correcto mantenimiento de los botiquines en nuestros hogares, y la disfunción eréctil.

La nueva ficha, que patrocina Meda Pharma, explica que **los antibióticos sólo son eficaces en casos de rinitis causadas por bacterias y es el médico el único que podrá indicar su uso**; o cómo diferenciar la rinitis de un catarro o la rinitis de la sinusitis, confusiones muy frecuentes en los pacientes. Son muchas las dudas a las que puede enfrentarse un farmacéutico que relacionan también rinitis con asma. Esta ficha aclara que, **aunque quienes padecen rinitis no padecerán necesariamente asma, los pacientes con síntomas de rinitis persistentes y rinitis grave sí presentan un riesgo de desarrollar asma cinco veces superior al resto**. De ahí que el tratamiento temprano de la rinitis pueda prevenir la aparición del asma y/o evitar su agravamiento.

Los tratamientos que pueden utilizarse en la rinitis, si los síntomas no son graves, van **desde los descongestivos nasales en forma de gotas o sprays a los descongestivos en forma de comprimidos**. En el caso de los primeros, es importante no usarlos más de siete o diez días para evitar congestión de rebote. En el caso de los comprimidos, sus efectos son más duraderos pero pueden provocar dolor de cabeza, palpitaciones o retención urinaria. **Para un uso más frecuente se recomienda la realización de lavados con agua de mar isotónica como tratamiento sintomático exento de efectos secundarios**. “Si un paciente presenta síntomas relacionados con la alergia debe utilizar antihistamínicos, pero con precaución ya que pueden producir somnolencia”, afirma Alejandro Eguilleor, farmacéutico de Madrid y coordinador científico de la campaña, quien añade que “en pacientes con síntomas graves o persistentes los corticoides nasales son los más efectivos, pero, a pesar de sus mínimos efectos adversos, deben ser prescritos por el médico”.

Entre los consejos prácticos de la ficha destaca **la importancia de evitar el tabaco y el alcohol y de mantener una alimentación sana e ingerir abundantes líquidos que previenen la sequedad de las mucosas en las vías respiratorias**. Además, debe mantenerse un ambiente húmedo en el hogar, realizar vahos y lavados nasales frecuentes con agua de mar isotónica o con soluciones salinas fisiológicas que ayudan a eliminar la mucosidad y descongestionan. Para evitar la rinitis alérgica, si se es alérgico al polen, hay que mantener las ventanas cerradas, viajar con ventanillas cerradas, evitar cortar el césped o reducir las actividades al aire libre entre las 5 y las 10 horas y entre las 19 y las 22. Si se es alérgico a los animales, debe evitarse que éstos se acerquen al rostro, que duerman en la misma habitación... y si la alergia es al polvo, hay que deshacerse de las moquetas, las alfombras, los peluches... y utilizar colchones y almohadas de fibra sintética.

Se adjunta la ficha de recomendaciones en PDF para que los medios de comunicación hagan de ella y/o de su contenido la difusión que estimen conveniente.

Sobre SEFAC

Constituida en marzo de 2001, la **Sociedad Española de Farmacia Comunitaria (SEFAC)** es una asociación científica y profesional de ámbito nacional con delegaciones en distintas autonomías que tiene como objetivo prioritario profundizar en la cartera de servicios asistenciales de la farmacia comunitaria y convertirse en un interlocutor científico de referencia del farmacéutico comunitario con las distintas administraciones y con el resto de las profesiones sanitarias. En marzo de 2009 SEFAC ha sido galardonada con cinco de los premios a las *Mejores Iniciativas de la Farmacia en 2008*, que concede el periódico *Correo Farmacéutico*. Más información en www.sefac.org.

Para más información, contactar con Pedro Molina Porlán, coordinador general de SEFAC, en la dirección pmolina@sefac.org o en los teléfonos 91 522 13 13 / 685 52 33 53.