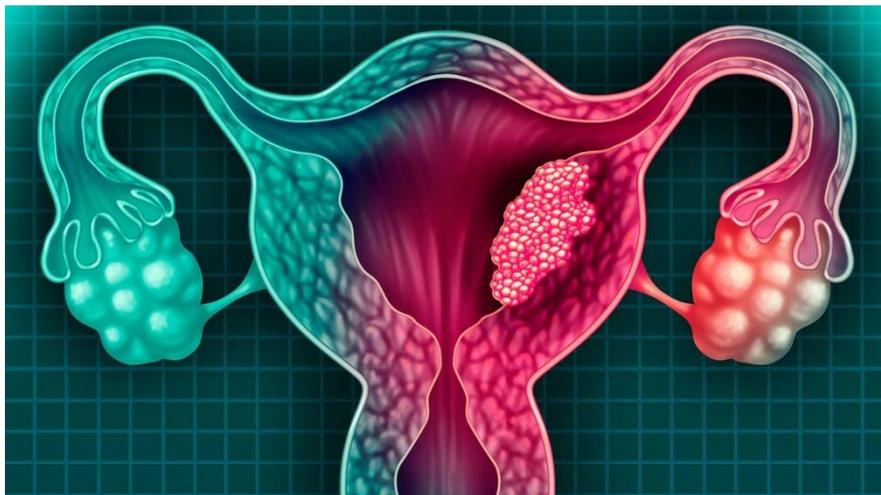


“Año del Bicentenario del Perú: 200 años de Independencia”



**“ESTUDIO DE LAS ENFERMEDADES Y SU
TRATAMIENTO FARMACOLÓGICO”**



EVERLYN JULISSA COSI TITO.

OCTUBRE 2021.

I.S.T.P “SANTIAGO RAMON Y CAJAL” IDEMA

AREQUIPA

ENFERMEDADES Y SU TRATAMIENTO FARMACOLOGICO II

Dedicatoria

A el Instituto Superior Tecnológico "Santiago Ramón y Cajal - IDEMA" por ser la institución que permite mi información, como persona y profesional.

A mis padres por el amor, cariño y el apoyo incondicional para seguir realizando uno de mis sueños, ser profesional.

Agradecimiento

A Dios en primer lugar por sobre todas las cosas, por regalarme el don maravilloso de la vida, lo cual hace que vaya haciendo realidad mis sueños.

Al profesor Raúl Herrera Flores, por el apoyo incesante en esta investigación y por ser una persona mucho más que maestro.

Resumen

La Unidad Didáctica de Estudio de Enfermedades y su Tratamiento Farmacológico II del programa de estudios de Farmacia Técnica es de formación específica y es de carácter teórico-práctico, pertenece al Módulo Formativo II denominado Dispensación de Medicamentos y Atención en Farmacia.

La presente monografía tiene como propósito que los estudiantes conozcan patologías específicas según sistemas biológicos, y lo relacionen con los medicamentos más pertinentes para su tratamiento. También que adquiera habilidades en la dispensación de los mismos. Abarca aspectos temáticos como: tratamiento farmacológico de enfermedades comunes por sistemas biológicos como: tegumentario, sistema reproductor masculino, femenino, nervioso, endocrino, ocular. Asimismo tratamiento para enfermedades víricas, por protozoos, para dolor e inflamación.

ÍNDICE

Várices	07
✚ Concepto.....	07
✚ Causas.....	07
✚ Sintomas.....	08
✚ Tratamiento farmacológico.....	08
✚ Recomendaciones	10
Cáncer de cuello uterino	11
✚ Concepto.....	11
✚ Causas.....	11
✚ Sintomas.....	12
✚ Tratamiento farmacológico.....	13
✚ Recomendaciones	13
Diferencias entre hipotiroidismo e hipertiroidismo	14
✚ Concepto.....	14
✚ Causas.....	15
✚ Sintomas.....	15
✚ Tratamiento farmacológico.....	16
Alergias	17
✚ Concepto.....	17
✚ Causas.....	17
✚ Sintomas.....	18
✚ Tratamiento farmacológico.....	21
✚ Recomendaciones	22
Sinusitis.....	24
✚ Concepto.....	24
✚ Causas.....	24
✚ Sintomas.....	25
✚ Tratamiento farmacológico.....	25
✚ Recomendaciones	26
Conclusiones.....	27
Bibliografía	28

VARICES



CONCEPTO:

La insuficiencia venosa crónica, también conocida como varices o venas varicosas, son venas hinchadas a causa de una acumulación anormal de sangre debido a la debilidad, a menudo heredada, en las paredes y válvulas de las venas superficiales. Esto hace que las venas se ensanchen y se dilaten, de manera que la sangre se acumula fácilmente cuando una persona permanece de pie durante mucho tiempo.

CAUSAS:

Entre las principales causas de la aparición de varices destacan tres.

En primer lugar, y si se trata de varices primarias, están las válvulas congénitamente defectuosas. Las válvulas son responsables de hacer circular la sangre hacia el corazón, por lo que si no funcionan correctamente la sangre se acumula en la vena provocando su hinchazón.

La tromboflebitis provoca el mismo efecto. En este caso, son trombos, o lo que es lo mismo, coágulos, los que dificultan la circulación. Esta situación puede darse, por ejemplo, tras prolongados periodos de reposo en cama.

La tercera causa más probable para la aparición de varices es el [embarazo](#). Por suerte, las varices que aparecen durante el período de gestación son secundarias y tienden a desaparecer entre dos y tres semanas después del parto.

SINTOMAS:

Las manifestaciones clínicas más comunes son:

- Pesadez de piernas.
- Aparición de varices con venas visibles.
- Edema.
- Hinchazón y calambres
- Aparición de dolor.
- Sensación de acorchamiento.
- En fases más avanzadas de la enfermedad pueden aparecer úlceras venosas, dermatitis ocre (oscurecimiento de la piel), o el sangrado en varices complicadas.

TRATAMIENTO FARMACOLÓGICO:

El tratamiento farmacológico de las varices está enfocado a aliviar los síntomas y evitar que el trastorno vaya a más. Algunos fármacos venotónicos que se administran por vía oral resultan eficaces. Los más empleados son [Daflon \(diosmina\)](#), *Venosmil* (hidrosmina) y *Venoruton* (oxerutinas), entre otros.

Para aliviar los síntomas, los expertos recomiendan asimismo una serie de medidas:

- Utilizar medias de compresión. Estas prendas ayudan mecánicamente a impulsar la sangre desde los capilares hasta el corazón, impidiendo que se produzcan estiramientos o heridas. A pesar de la incomodidad que puedan suponer, su uso está especialmente indicado en los meses de verano, ya que con temperaturas superiores a los 25 grados existe riesgo de empeoramiento de los trastornos asociados al retorno venoso.
- Evitar la exposición al sol durante largas horas, tumbados y sin moverse, y sobre todo durante las horas de máximo calor, lo que conduciría a un efecto vasodilatador intenso y prolongado.

- Aplicar duchas de agua fría en las piernas, haciendo que el chorro impacte en círculos ascendentes.
- Evitar permanecer de pie durante mucho tiempo, especialmente en el caso de personas con antecedentes familiares del mismo tipo.
- Utilizar geles de efecto frío mediante masajes suaves en sentido ascendente o con activos venotónicos.
- Tumbarse y elevar las piernas por encima de la altura del corazón, tras largos periodos sentados o de pie, y al dormir.
- Caminar por la playa y bañarse de vez en cuando, ya que el agua fresca activa la circulación y mejora la sensación de piernas cansadas. En este caso, es necesario ducharse después del baño para retirar la sal, ya que seca la piel, y aplicar crema hidratante.
- Evitar el sobrepeso, la obesidad y la vida sedentaria.
- No usar ropa demasiado ceñida.
- Utilizar zapatos cómodos, prescindiendo en la medida de lo posible de los tacones altos y del calzado plano.
- Hidratar la piel a diario.
- Utilizar protección solar todo el año, ya que ayuda a reducir la extravasación sanguínea.

También es posible recurrir a la cirugía. Cuando el cirujano opera las varices está actuando sobre la enfermedad ya establecida, sobre la variz que está causando el problema al paciente, pero el organismo puede seguir "generando" nuevas varices.

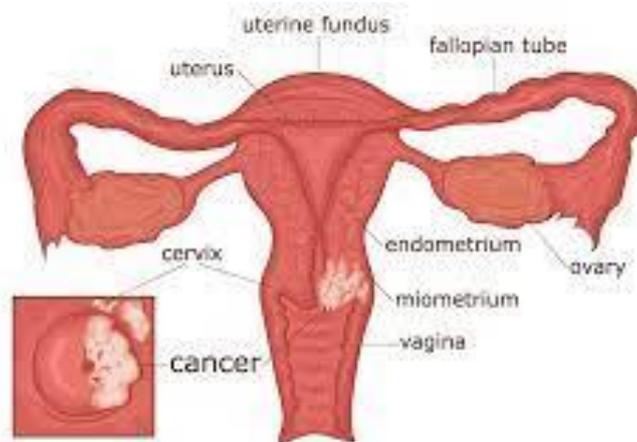
Por este motivo, los tratamientos actuales consisten en la eliminación de la variz desde el origen de la misma. Puede ser mediante dos procesos:

- Mediante cirugía. El paciente puede tener un tratamiento quirúrgico o recibir la aplicación de calor. Ese calor puede aplicarse mediante la utilización de un catéter con un láser o de un catéter con radiofrecuencia.
- Con sustancias químicas. A través de una microespuma que tiene una sustancia esclerosante para eliminar la variz.

RECOMENDACIONES:

- ✓ No permanecer de pie o sentada durante períodos de tiempo prolongados
- ✓ Es recomendable la práctica de un deporte adecuado
- ✓ Evite el estreñimiento y el sobrepeso
- ✓ Evite el calor
- ✓ Duchas de agua fría
- ✓ Utilice ropa cómoda
- ✓ Utilice de calzado amplio y confortable
- ✓ Masajes en las piernas
- ✓ Elevar las piernas tantas veces al día como sea posible
- ✓ Elevación de los pies durante el descanso en la cama
- ✓ Evitar cargas pesadas

CÁNCER DE CUELLO UTERINO



CONCEPTO:

El cérvix o cuello uterino es la parte inferior del [útero](#) que forma el canal que lleva a la [vagina](#). La mucosa que recubre el cérvix está en continuidad con la vagina y se denomina ectocérvix, mientras que la que recubre el conducto o canal cervical que lleva hasta la cavidad del cuello uterino, se denomina endocérvix.

En este tipo de cáncer, la mayor parte de los tumores surgen en la zona donde se une el ectocérvix con el endocérvix dando lugar a carcinomas de células escamosas. El cáncer se produce cuando **las células normales del cuello del útero empiezan a transformarse y crecen de manera descontrolada.**

CAUSAS:

Existen algunos factores de riesgo que están relacionados con la incidencia del cáncer de cuello de útero. El más importante que participa en el desarrollo de lesiones premalignas es la infección por papilomavirus o **virus del papiloma humano** (VPH). Tal y como señalan desde SEOM, el VPH está **presente en el 99 por ciento de los casos de cáncer de cérvix.**

El VPH se transmite de persona a persona mediante las relaciones sexuales y el riesgo de infección aumenta si la actividad sexual comienza a edades tempranas, la mujer tiene muchos compañeros sexuales, o mantiene relaciones con un hombre

que ha tenido muchas parejas, y mantiene una relación sexual con un hombre que tiene verrugas en el [pene](#).

“La mayoría de las infecciones por VPH se resuelven espontáneamente”, afirma Bover. “Se desconocen los motivos por los que sólo algunas infecciones progresan a alteraciones malignas”.

El riesgo aumenta entre el final de la adolescencia y la mitad de los 30 años. Con 40 años la posibilidad de desarrollarlo sigue existiendo por lo que desde la sociedad recomiendan continuar con las citologías y chequeos para la detección precoz.

Otros factores que podrían causar este tipo de cáncer son:

- El consumo de tabaco: Las mujeres que fuman tienen dos veces más posibilidades de desarrollar el cáncer que las no fumadoras.
- La promiscuidad sexual: Las mujeres con muchas parejas sexuales o que mantengan relaciones sexuales con un hombre que ha tenido muchas parejas sexuales tienen más riesgo.
- Edad precoz de inicio de relaciones sexuales.
- Mujeres que tienen el sistema inmunológico debilitado por el uso de medicamentos utilizados en otras patologías, así como el tratamiento para el [VIH](#) u otros tipos de [cáncer](#).
- Mujeres con herpes genital.
- Utilizar anticonceptivos orales aumenta las probabilidades de desarrollar cáncer de cuello de útero.

SINTOMAS:

Casi todas las mujeres no tienen síntomas en los primeros estadios de este tipo de cáncer. La oncóloga Isabel Bover indica que **los síntomas no aparecen hasta que el cáncer se ha extendido** a otros tejidos y órganos.

Las manifestaciones que puede tener la mujer son:

- Manchas de sangre o sangrado leve entre las menstruaciones o después de la misma.
- Dolor al mantener relaciones sexuales.
- Tener un sangrado menstrual más largo y abundante de lo normal.
- Sangrar después del coito o durante el examen pélvico en la consulta del ginecólogo.
- Aumento de la secreción vaginal.
- Sangrar después de la [menopausia](#).

La especialista señala que cuando aparecen estos síntomas, y aunque se parezcan a otros de patologías no tan graves, conviene que acuda al médico para comunicárselo con la mayor brevedad posible.

TRATAMIENTO FARMACOLÓGICO:

Según la oncóloga Isabel Bover, la elección del tratamiento dependerá del tamaño del tumor, de la localización, del estado del paciente y de si quiere tener hijos.

Las opciones actuales son la cirugía y la radioterapia y, en algunas ocasiones, la quimioterapia. “La decisión sobre el tratamiento suele decidirse por consenso entre especialistas (ginecólogo, radioterapeuta y oncólogo médico)”, señala Bover. “La cirugía y la radioterapia son tratamientos locales que sólo afectan al área del tumor, mientras que la quimioterapia afecta a todo el cuerpo”.

RECOMENDACIONES:

Otras medidas que las personas pueden tomar para ayudar a prevenir el cáncer de cuello uterino incluyen:

- Retrasar el inicio de la actividad sexual hasta el fin de la adolescencia o después
- Limitar el número de parejas sexuales
- Practicar relaciones sexuales con protección mediante preservativos y barreras bucales
- Evitar las relaciones sexuales con personas que han tenido muchas parejas sexuales
- Evitar las relaciones sexuales con personas que obviamente presentan verrugas genitales u otros síntomas
- Dejar de [fumar](#)

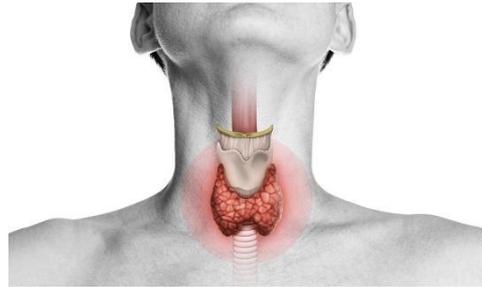
DIFERENCIAS ENTRE HIPOTIROIDISMO E HIPERTIROIDISMO

CONCEPTO:

- El hipotiroidismo (tiroides hipoactiva) es un trastorno en el cual la glándula tiroides no produce la cantidad suficiente de ciertas hormonas cruciales.

El hipotiroidismo puede no causar síntomas notables en las primeras

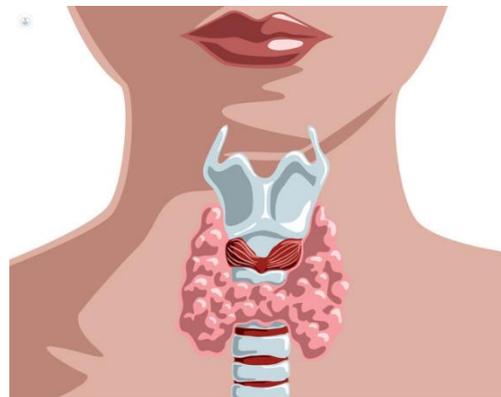
etapas. Con el tiempo, el hipotiroidismo no tratado puede causar numerosos problemas de salud, como obesidad, dolor en las articulaciones, infertilidad o enfermedad cardíaca.



- El hipertiroidismo (tiroides hiperactiva) se produce cuando la glándula tiroides secreta demasiada hormona tiroxina. El hipertiroidismo puede acelerar el metabolismo del cuerpo, lo cual causa una pérdida de peso involuntaria y latidos rápidos o irregulares.

Existen varios tratamientos para el hipertiroidismo. Los médicos utilizan medicamentos anti-tiroides y yodo

radioactivo para retrasar la producción de las hormonas tiroideas. En ocasiones, el tratamiento del hipertiroidismo implica hacer una cirugía para extirpar toda o parte de la glándula tiroides.



Por definición, la principal diferencia entre el hipotiroidismo y el hipertiroidismo es que en el primer caso la glándula tiroides no produce la cantidad necesaria para el organismo de hormonas tiroideas y en el otro éstas se producen en

exceso. **En ambos casos se trata de una disfunción de la glándula tiroides, aunque por causas diferentes:**

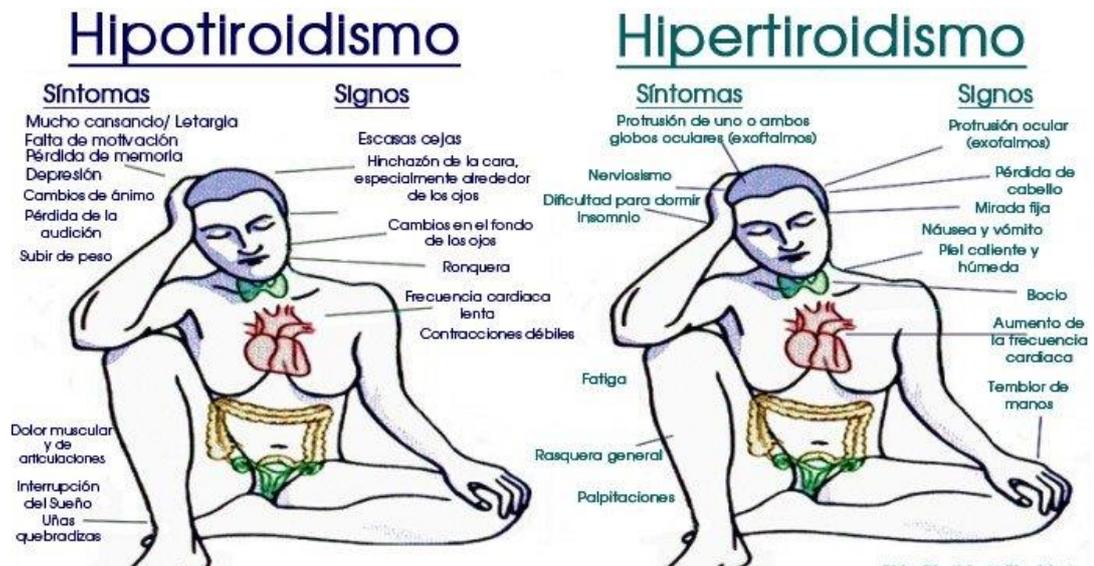
- **hipotiroidismo:** la más frecuente es una enfermedad denominada tiroiditis de Hashimoto, que se produce al atacar el sistema inmune a la glándula provocando la pérdida de su función y su inflamación. Pero también se puede deber a un déficit de yodo (un mineral necesario para producir las hormonas tiroideas), una infección de la glándula tiroides (tiroiditis), haber sido extirpada la glándula tiroides mediante cirugía, estar recibiendo radioterapia en la cabeza o el cuello, estar utilizando determinados tipos de medicamentos, padecer un cáncer de tiroides o sufrir determinadas enfermedades, como un adenoma hipofisario.
- **hipertiroidismo:** una causa común es la enfermedad de Graves, por la que el organismo produce una serie de anticuerpos que estimula la producción de hormonas tiroideas. Asimismo, puede estar producido por la existencia de tumores benignos en la glándula tiroides, un exceso de yodo en la alimentación, tiroiditis, una infección vírica o estar siendo tratado con hormonas tiroideas.

SÍNTOMAS

La sintomatología asociada a cada una de estas enfermedades presenta también diferencias significativas:

- **hipotiroidismo:** el déficit de hormonas tiroideas hace que se ralentice el funcionamiento del organismo, lo que determina la aparición de una serie de síntomas: un ligero aumento de peso debido a la retención de líquidos, cansancio, sensación de somnolencia, sensibilidad al frío, falta de concentración, problemas de memoria, engrosamiento y sequedad de la piel, caída del cabello, uñas quebradizas, tendencia a la depresión, irritabilidad, visión borrosa, estreñimiento, irregularidades del ciclo menstrual, infertilidad, etc.
- **hipertiroidismo:** al contrario que en el caso anterior, el exceso de hormonas tiroideas hace que el organismo se acelere, dando lugar a los

siguientes síntomas: palpitaciones, nerviosismo, ansiedad, sudoración y temblores en las manos, aumento del apetito, sofocos, alteración del sueño, debilidad muscular, pérdida de peso, irregularidades del ciclo menstrual, trastornos de la visión, párpados hinchados, bocio, piel fina y húmeda, pelo fino y quebradizo, diarreas o evacuaciones más frecuentes de lo habitual, etc.



TRATAMIENTO FARMACOLÓGICO:

Como es obvio, la última diferencia entre ambas patologías se refiere al tratamiento:

- **hipotiroidismo:** el único tratamiento posible es la toma de hormonas tiroideas para compensar el déficit de la misma que ocasiona la enfermedad. la cantidad adecuada de hormona tiroidea que la tiroides ya no puede producir.
- **hipertiroidismo:** existen diferentes tratamientos farmacológicos que permiten regular la producción de hormonas tiroideas o bloquear su función. En muchos casos de este modo se recupera la función de la glándula tiroidea, pero en otros puede ser necesario recurrir a un tratamiento con yodo radiactivo para destruir la glándula tiroides o a la cirugía para su extirpación. En ambos casos el resultado es que el paciente sufrirá un hipotiroidismo crónico que requerirá una suplementación con hormonas tiroideas el resto de su vida.

ALERGIAS



CONCEPTO:

Las alergias aparecen cuando el sistema inmunitario reacciona ante una sustancia extraña (como el polen, el veneno de abejas o la caspa de las mascotas) o un alimento que no provoca una reacción en la mayoría de las personas.

Tu sistema inmunitario produce sustancias conocidas como «anticuerpos». Cuando tienes alergias, tu sistema inmunitario produce anticuerpos que identifican a un alérgeno en particular como dañino, incluso si no lo es. Cuando entras en contacto con el alérgeno, la reacción de tu sistema inmunitario puede hacer que la piel, los senos paranasales, las vías respiratorias o el aparato digestivo se inflamen.

La gravedad de las alergias varía según la persona y puede ir desde una irritación menor hasta anafilaxis (una situación de emergencia potencialmente mortal). Si bien la mayoría de las alergias no tienen cura, los tratamientos pueden ayudarte a aliviar los síntomas de alergia.

CAUSAS:

Una alergia comienza cuando tu sistema inmunitario confunde una sustancia normalmente inofensiva con un invasor peligroso. El sistema inmunitario produce anticuerpos que permanecen alertas con respecto a ese alérgeno en particular. Cuando vuelves a estar expuesto al alérgeno, estos anticuerpos pueden liberar

una cantidad de químicos del sistema inmunitario, como la histamina, que causan síntomas de alergia.

Algunos de los causantes más frecuentes de alergia son:

- ❖ Alérgenos aéreos, como el polen, la caspa de mascotas, los ácaros del polvo y el moho
- ❖ Ciertos alimentos, en especial el maní, frutos secos, trigo, soja, pescado, mariscos, huevos y leche
- ❖ Picaduras de insectos, como las de abeja o de avispa
- ❖ Medicamentos, en especial la penicilina o antibióticos basados en la penicilina
- ❖ Látex u otras sustancias que toques, que pueden causar reacciones alérgicas en la piel.

SÍNTOMAS:

Los síntomas de la alergia, que dependen de la sustancia involucrada, pueden afectar las vías respiratorias, los senos y fosas nasales, la piel y el aparato digestivo. Las reacciones alérgicas pueden ir de leves a graves. En algunos casos graves, las alergias pueden desencadenar una reacción que puede poner en riesgo la vida, la cual se conoce como «anafilaxia».

La fiebre del heno, también llamada «rinitis alérgica», puede provocar:

- Estornudos
- Picazón en la nariz, en los ojos o el paladar
- Mocos, nariz congestionada
- Ojos llorosos, irritados o hinchados (conjuntivitis)

Una alergia alimentaria puede causar:

- Hormigueo en la boca
- Hinchazón en los labios, lengua, rostro o garganta
- Urticaria
- Anafilaxia

Una alergia por una picadura de insecto puede causar:

- Una zona de una gran hinchazón (edema) en el lugar de la picadura

- Picazón o urticaria en todo el cuerpo
- Tos, opresión en el pecho, sibilancia o falta de aire
- Anafilaxia

Una alergia a un medicamento puede causar:

- Urticaria
- Picazón en la piel
- Erupción cutánea
- Hinchazón en la cara
- Sibilancia
- Anafilaxia

La dermatitis atópica, trastorno alérgico de la piel también llamado «eccema», puede provocar:

- ✚ Picazón
- ✚ Enrojecimiento
- ✚ Hojuelas o escamas

Anafilaxia

Algunos tipos de alergias, como las alergias a alimentos y a picaduras de insectos, pueden desencadenar una reacción grave conocida como «anafilaxia». La anafilaxia, una emergencia médica que pone en riesgo la vida, puede hacer que entres en estado de choque. Algunos de los signos y síntomas de la anafilaxia son los siguientes:

- ✓ Pérdida del conocimiento
- ✓ Caída de la presión arterial
- ✓ Grave dificultad para respirar
- ✓ Erupción cutánea
- ✓ Aturdimiento
- ✓ Pulso rápido y débil
- ✓ Náuseas y vómitos

¿Cuándo consultar al médico?

Podrías consultar con un médico si tienes síntomas que crees que son a causa de una alergia y los medicamentos de venta libre para la alergia no brindan alivio suficiente. Si tienes síntomas después de comenzar a tomar un medicamento nuevo, llama de inmediato al médico que te lo recetó.

En el caso de una reacción alérgica grave (anafilaxia), llama al 911 o al número local de emergencias o busca ayuda de emergencia médica. Si llevas contigo epinefrina autoinyectable (Auvi-Q, EpiPen u otros), inyéctate de inmediato.

Incluso si tus síntomas mejoran después de una inyección de epinefrina, debes ir al departamento de emergencia para asegurarte de que los síntomas no regresen cuando se pasen los efectos de la inyección.

Si anteriormente has tenido un ataque alérgico grave o cualquier signo o síntoma de anafilaxia, pide una consulta para ver a tu médico. La evaluación, el diagnóstico y el control de la anafilaxia son complicados, por lo que seguramente deberás ver a un médico especialista en alergias e inmunología.

DIAGNÓSTICO:

Para evaluar si tienes alguna alergia, es probable que el médico haga lo siguiente:

- Hacer preguntas detalladas sobre los signos y síntomas
- Realizar una exploración física
- Pedirte que lleves un registro detallado de los síntomas y posibles detonantes

Si tienes una alergia alimentaria, es probable que el médico haga lo siguiente:

Pedirte que lleves un registro detallado de los alimentos que consumes

Preguntarte si has dejado de comer el alimento sospechoso durante la evaluación de la alergia

El médico también podría recomendarte una o ambas de las siguientes pruebas. No obstante, ten en cuenta que estas pruebas para la detección de alergias pueden tener resultado falso positivo o falso negativo.

Prueba de piel. El médico o la enfermera te punzarán la piel y te expondrán a pequeñas cantidades de las proteínas que se encuentran en potenciales alérgenos. Si eres alérgico, es posible que desarrolles un bulto elevado (urticaria) en el lugar de la piel donde se realizó la prueba.

Análisis de sangre. El análisis de sangre de inmunoglobulina E específica, comúnmente llamado «prueba de radioalergoadsorción» o «ImmunoCAP», mide la cantidad de anticuerpos que causan alergia en el torrente sanguíneo, conocidos como anticuerpos de inmunoglobulina E. Se envía una muestra de sangre a un laboratorio médico, donde se puede analizar la evidencia de sensibilidad a posibles alérgenos.

Si el médico sospecha que tus problemas se deben a otra causa distinta de una alergia, otras pruebas podrían ayudar a identificar (o descartar) otros problemas de salud.

TRATAMIENTO FARMACOLÓGICO:

Los tratamientos de alergias comprenden lo siguiente:

- ✓ Evitar los alérgenos. El médico te ayudará a identificar y evitar los detonantes de tu alergia. Generalmente, este es el paso más importante para prevenir las reacciones alérgicas y reducir los síntomas.
- ✓ Medicamentos. Según tu alergia, los medicamentos pueden ayudar a reducir la reacción de tu sistema inmunitario y aliviar los síntomas. El médico puede sugerir medicamentos de venta libre o con receta en forma de pastillas o líquidos, aerosoles nasales o gotas para los ojos.
- ✓ Inmunoterapia. Para las alergias graves o las que no se alivian por completo con otro tratamiento, el médico puede recomendar la inmunoterapia con alérgenos. Este tratamiento implica una serie de inyecciones de extractos de alérgenos purificados, usualmente administrados durante un período que dura unos años.

Otra forma de inmunoterapia es una tableta que se coloca debajo de la lengua (sublingual) hasta que se disuelve. Los medicamentos sublinguales se usan para tratar algunas alergias al polen.
- ✓ Epinefrina de emergencia. Si tienes una alergia grave, es probable que siempre debas llevar contigo una inyección de epinefrina de emergencia.

RECOMENDACIONES:

Alergia al polen

Las alergias de tipo estacional son frecuentes y aparecen durante ciertas épocas del año, especialmente en primavera, verano u otoño, dependiendo de la sustancia que cause la alergia. Además, en una misma estación, podemos encontrar distintos tipos de polen en las diferentes regiones de un país. Algunas medidas que se recomienda seguir son las siguientes:

- Realizar **actividad física en recintos cerrados** en lugar de al aire libre, especialmente en días de recuentos de polen elevado y de viento, así como antes y después de la lluvia.
- **Conocer las horas** de emisión de pólenes (5.00-10.00 h) y de descenso del polen desde la atmósfera (19.00-22.00 h).
- En viajes en coche, **NO** abrir las ventanillas.
- **Secar la ropa** en el interior del hogar durante los días de recuento alto de pólenes.
- Utilizar **gafas de sol** para salir a la calle en días de viento y evitar el choque directo del polen contra los ojos.
- Procurar no tener cerca la presencia de **plantas**, ya que tienden a aumentar la humedad ambiental y su polen puede ser alergénico.

Alergia a los ácaros

- **Evitar** el uso de decoración que pueda almacenar polvo.
- En el hogar, mantener la humedad ambiental por debajo del 50 % y la temperatura a 22°C o por debajo.
- **Eliminar el polvo** regularmente.
- **No** guardar la **ropa húmeda** en el armario.
- **Cambiar** a menudo la ropa de cama y las cortinas.
- Evitar la exposición a barnices, insecticidas, aerosoles, ambientadores, pinturas, etc.

Alergia a epitelios de animales

Como medida prioritaria, se debe evitar la convivencia con animales domésticos en el interior de la vivienda; si no es posible:

- **No dejar** entrar al animal en el dormitorio ni en el salón o en las zonas donde se realice la vida más habitualmente.
- Mantener al **animal lo más alejado posible** de alfombras, cortinas y muebles tapizados.
- **Limpiar** regularmente el pelo del animal.

Alergia a hongos

Es necesario conocer a qué especie de hongo se tiene alergia y tener en cuenta las siguientes medidas tanto en el exterior como en el interior de la vivienda:

- En el exterior, **evitar** acercarse a vegetación en estado de descomposición, entrar en lugares de almacenamiento de alimentos con escasa ventilación, caminar por lugares húmedos como zonas de lagunas y pantanos.
- En el interior, **procurar** no utilizar esponjas, no guardar la ropa o zapatos húmedos en el interior del armario, tratar la formación de humedad en paredes o ventanas, utilizar pinturas fungicidas y evitar el almacenamiento en exceso de alimentos durante períodos largos de tiempo.

OTRAS MEDIDAS COADYUVANTES

Además de las recomendaciones y consejos para cada tipo de alergia, se pueden llevar a cabo otras **medidas higiénicas**. La realización periódica de lavados nasales con una solución salina ayudará a movilizar y expulsar el moco al tiempo que hidratará la mucosa nasal. Existen productos farmacéuticos con agua de mar que permiten eliminar los alérgenos, contaminantes, suciedad y polen; asimismo, facilitan la limpieza nasal y una mejor penetración de los tratamientos utilizados por esta vía, en caso de tener que utilizarlos.

SINUSITIS



CONCEPTO:

La sinusitis es la inflamación de la mucosa de los senos paranasales que puede ser causada por un hongo, una bacteria o un virus, o bien por una alergia. Los senos paranasales son pequeños huecos llenos de aire; se dividen en senos frontales (están en la parte frontal del cráneo, situados encima de la nariz, es decir, en la frente), senos etmoidales (se sitúan en los laterales de la nariz, entre los huesos) y senos maxilares (localizados en las mejillas). En situaciones normales, el aire pasa a través de los senos sin problema; sin embargo, las personas que padecen sinusitis tienen bloqueados estos espacios y sufren molestias y dificultades a la hora de respirar.

CAUSAS:

Las causas principales de esta patología son las infecciones, ya sean víricas (las más frecuentes), bacterianas y fúngicas. Existen otras causas relacionadas con los mecanismos inflamatorios y del sistema inmune del propio paciente, que pese a estar ampliamente demostradas sus implicaciones, todavía se desconoce del mecanismo exacto.

- ★ Variaciones climáticas: las estaciones más frías y el aumento de la humedad predisponen a una mayor probabilidad de padecer sinusitis.
- ★ Tabaco: Tanto ser fumador activo como estar expuesto a su humo es un factor predisponente en esta patología.

- ★ Exposiciones ambientales o laborales a la contaminación, a irritantes utilizados en la industria y a la exposición al humo.
- ★ Variaciones anatómicas individuales (desviaciones septales y del tabique nasal, falta de desarrollo de los senos paranasales, un espolón óseo nasal o la presencia de pólipos nasales).
- ★ Alergias: relación no clara con las sinusitis agudas, pero sí demostrada en el caso de la sinusitis crónica, junto con el asma.
- ★ Enfermedades asociadas: alteraciones del aclaramiento mucociliar (los cilios o vellos que se sitúan en el interior de las aberturas paranasales no logran sacar el moco debido a alguna afección), fibrosis quística, vasculitis.
- ★ Tener un sistema inmunológico débil, debido al virus de la inmunodeficiencia humana (VIH) o a tratamientos como la quimioterapia.
- ★ Hipertrofia de adenoides (tejido linfático que se encuentra en las vías respiratorias entre la nariz y la parte posterior de la garganta).
- ★ Sometimiento a fuerzas como la gravedad y la presión: volar, bucear, montañismo, etcétera.

SÍNTOMAS:

- Los principales síntomas de esta enfermedad son:
- Dolor y presión detrás de los ojos y en la zona maxilofacial.
- Secreción y congestión nasal.
- Pérdida parcial o total del sentido del olfato.
- Fatiga y sensación de malestar general.
- Cefalea o dolor de cabeza.
- Fiebre.
- Dolor de garganta y goteo entre la nariz y la faringe.
- Tos, que tiende a empeorar por la noche.

TRATAMIENTO FARMACOLÓGICO:

El tratamiento de las sinusitis agudas está basado principalmente en tratamiento sintomático. La analgesia en caso de dolor, los lavados nasales con soluciones salinas, los corticoides intranasales o descongestionantes nasales pueden ser de utilidad. A pesar de que en la mayoría de los casos

no cambian el curso de la enfermedad, mejoran los síntomas durante la misma.

Los antibióticos sistémicos son recomendados en pacientes con sinusitis aguda y factores de riesgo como fiebre, mucosidad purulenta y dolor unilateral por sospecha de sobreinfección bacteriana. En algunos casos más graves, tandas cortas de corticoides orales pueden ser de gran utilidad.

En el caso de las sinusitis crónicas el tratamiento está basado principalmente en los corticoides intranasales. Los lavados nasales con soluciones salinas mejoran el efecto del tratamiento al remover la mucosidad que cubre la mucosa nasal. En casos de reagudizaciones, las pautas de corticoides sistémicos y tandas cortas de antibióticos sistémicos suelen ser necesarias. En otros casos tandas largas de antibióticos también han demostrado beneficio. Si la clínica persiste tras un correcto tratamiento médico los pacientes podrían beneficiarse de cirugía -con el objetivo de ensanchar las aberturas y drenar los senos paranasales.

RECOMENDACIONES:

El autocuidado también puede ayudar a reducir la congestión sinusal. Ante un caso de sinusitis se pueden tener en cuenta las siguientes recomendaciones para tratar y reducir los síntomas de esta patología:



- Beber mucho líquido para diluir las secreciones.
- Inhalar vapor, de dos a cuatro veces al día.
- Utilizar un humidificador para reducir la sequedad ambiental.
- Aplicar paños calientes y húmedos en la cara varias veces al día.
- Usar descongestionantes nasales.

CONCLUSIONES

Esta demostrado que la administración de fármacos es un acto de cuidado más, al igual que hidratarse o asearse, que la persona puede hacer hacia sí misma (autocuidado) o bien dirigir ese cuidado hacia otra persona (cuidado al otro) permite establecer el objetivo y propósito de dicho acto de cuidado. Así, se podrá determinar en qué ocasiones la indicación y administración del fármaco va dirigida hacia las variables de estructura, variables de proceso o a las variables de resultado.

De esta manera, se podrá establecer el impacto que tiene el tratamiento farmacológico sobre los hábitos de cuidado de las personas, en sus estilos de vida, así como la repercusión en su nivel de salud: y sus consecuentes costes (utilidad, beneficio, económico...)

BIBLIOGRAFÍA

- ❖ <https://www.boe.es/buscar/pdf/2006/BOE-A-2006-13554-consolidado.pdf>
- ❖ <https://www.who.int/bulletin/volumes/95/8/17-198002/es/>
- ❖ <https://www.ine.es/jaxi/Datos.htm?path=/t15/p419/a2006/p04/I0/&file=04167.px>
- ❖ <https://www.ine.es/jaxi/Datos.htm?path=/t15/p419/a2006/p04/I0/&file=04177.px>
- ❖ <https://es.slideshare.net/Medikorural/tratamiento-farmacolgico-del-dolor>
- ❖ <https://www.coursehero.com/file/61822851/1GENERALIDADES-FARMACOLOG%C3%8DApptx/>
- ❖ <https://www.medwave.cl/link.cgi/Medwave/Series/mbe01/5110>
- ❖ <https://www.observatorioesclerosismultiple.com/es/tratamiento/cuales-son-los-tratamientos-farmacologicos/>
- ❖ <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/infectious-diseases/diagnosis-treatment/drc-20351179>