



■ Rinitis en niños, una molestia para sus hijos

A nivel mundial, se estima que alrededor de un 20% de los niños sufre de rinitis alérgica. Es importante conocer en qué consiste este padecimiento y cómo prevenirlo.

*La **rinitis** es una inflamación de la mucosa nasal de origen alérgico o no alérgico y cuya duración puede extenderse por distintos periodos de tiempo, pudiendo incluso ser crónica. Sus síntomas más frecuentes son mucosidad nasal transparente abundante, picazón de nariz y/u ojos, estornudos y obstrucción nasal. Afortunadamente, se puede controlar fácilmente limitando la exposición a los agentes que desencadenan los síntomas y gracias al uso de medicamentos como antihistamínicos, corticoides nasales y descongestionantes.*

■ ¿Qué es la rinitis?

La **rinitis** es la inflamación de la mucosa nasal. Esta puede ser provocada por la reacción del cuerpo a alguna sustancia alérgica, conocido como **rinitis alérgica**, o por otras causas, llamándose en este caso rinitis no alérgica.



Las rinitis se suelen clasificar según su duración, distinguiéndose entre las **rinitis** intermitentes, cuyos episodios duran menos de 4 días a la semana por menos de 1 mes; persistentes cuando se presentan por más de este tiempo, y rinitis crónica cuando los síntomas duran por 4 semanas o más.

■ ¿Cuáles son sus causas?

Como se mencionó anteriormente, las rinitis pueden tener orígenes alérgicos o no alérgicos. La gran mayoría de las rinitis en los niños tienen su causa en la exposición a alguna sustancia alergénica como el polen de las plantas o árboles o el polvo. Estas suelen aumentar en los días calientes, secos y ventosos, por lo que los síntomas pueden presentarse con mayor facilidad.

Las causas de las **rinitis** no alérgicas son diversas y poco específicas. Estas pueden ser detonadas por una atmósfera seca, la contaminación del aire (ej. cigarrillo, humo, leña, parafina), la exposición al alcohol o ciertos medicamentos, los alimentos condimentados (especialmente los picantes) y olores fuertes, como perfumes y productos de limpieza.

■ ¿Cuáles son sus síntomas?

Los síntomas más comunes tanto de la **rinitis alérgica** como la no alérgica son la abundante mucosidad nasal transparente, picazón de nariz y ojos (rinoconjuntivitis alérgica), el dormir mal, estornudos, obstrucción nasal persistente, molestias o picazón en la garganta y ronquidos, entre otros.



■ ¿Cuándo consultar a un médico?

Si bien las rinitis no suelen generar mayores complicaciones en la mayoría de los casos, es recomendable consultar con un pediatra si los síntomas no desaparecen después de un tiempo o tras aplicar el tratamiento.

En casos más delicados y no tratados pueden generarse ciertas complicaciones. La más frecuente es la rinosinusitis infecciosa, la cual causa tos persistente, mucosidad verde permanente, dolor facial en niños mayores y presencia de fiebre en algunos casos. Este tipo de **rinitis** requiere tratamiento con antibióticos por un periodo indicado por el médico tratante. Otras complicaciones de rinitis no tratadas incluyen la sinusitis crónica, otitis media o síndrome de apnea del sueño.

■ ¿Cuáles son los tratamientos?

El tratamiento depende de la edad del niño y el tipo de rinitis que padezca. En el caso de las **rinitis alérgicas**, los tratamientos se concentran en el alivio sintomático de las molestias y el control ambiental de los factores que desencadenan el cuadro alérgico, limitando o evitando el contacto con dichas sustancias (polvo, peluches, alfombras, mascotas y pólenes, entre otros). Además, el pediatra puede recomendar la administración de medicamentos como descongestionantes, corticoides nasales y antihistamínicos, siempre bajo supervisión.



■ ¿Cómo prevenir la rinitis?

Como se mencionó anteriormente, la recomendación más eficaz para evitar los síntomas de la **rinitis** es evitar el contacto con las sustancias que los desencadenan. Para ello, se pueden realizar las siguientes acciones:

1. Evitar lo más posible el contacto con los pólenes, especialmente durante las semanas de polinización. Evitar cortar el pasto, salir al aire libre, barrer jardines, entre otros.
2. Cuando se ande en auto, circular con las ventanas cerradas.
3. Evitar salir al aire libre en días ventosos, y en caso de hacerlo ocupar una mascarilla.
4. Evitar secar la ropa durante las horas de máxima polinización dado que éste queda atrapado en la ropa.
5. Evitar la humedad dentro del hogar.
6. Limpiar con paño húmedo para no levantar polvo y aspirar, evitar el uso de peluches y alfombras, ventilar la casa desde las 10 de la mañana en época de polinización.
7. No exponerse al olor del cigarrillo, leña ni otro tipo de humo.
8. Informarse de los niveles de pólenes atmosféricos en su ciudad.

La **rinitis** es una inflamación de la mucosidad nasal. Esta puede ser alérgica o no alérgica, y de acuerdo con su duración se puede clasificar en intermitente, persistente o crónica. Sus principales síntomas incluyen mucosidad nasal transparente abundante, picazón de nariz y/u ojos, estornudos y obstrucción nasal. El tratamiento suele consistir en la administración de ciertos remedios y la limitación del contacto con las sustancias o ambientes que desencadenan la **rinitis**, para lo cual es importante conocer de antemano aquellos agentes a los que el niño/a reacciona fácilmente.



Artículos relacionados

- Conociendo las alergias y cómo enfrentarlas
- Dando la batalla a la primavera: ¿qué es la alergia primaveral y cómo hacerle frente?
- LAS ALERGIAS: ¿Cómo cuidar a los más pequeños?

**El contenido de este artículo solo cumple la función de informar, no sustituye ni reemplaza el consejo y/o las órdenes del médico tratante relacionadas con su salud, tratamiento o medicamentos que hayan sido recetados.*

Referencias

Medline. [Rinitis alérgica](#). 27 de febrero de 2018.

<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/000813.htm> (último acceso: 20 de agosto de 2018).

[Rinopatía no alérgica](#). 16 de junio de 2017.

<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/001648.htm> (último acceso: 20 de agosto de 2018).



Bienestarsaval tiene para usted descuento en más de 80 medicamentos

Seleccione marca

Seleccionar marca

Seleccione presentación

Todas

BUSCAR

Ingrese a www.bienestarsaval.cl