

# Rinitis vasomotora, ni alergia ni resfriado

**La rinitis vasomotora es la menos conocida de las formas en que se presenta un trastorno tan frecuente como la rinitis. La mayoría de las personas hemos padecido alguna vez una rinitis, ya sea por alergia o por un resfriado común, y por ello somos capaces de identificar fácilmente los síntomas. Se trata de un cuadro muy característico cuyo principal rasgo consiste en la inflamación de la mucosa nasal, lo que provoca un aumento de la producción de moco, congestión, estornudos frecuentes, picor y, en los casos más agudos, las molestias se extienden también a los ojos, que aumentan el lagrimeo, en lo que se conoce como rinoconjuntivitis.**



©Roman Samborskyi/123RF

En términos médicos, la rinitis puede llevar un «apellido» diferente en función de la causa que la provoca. La rinitis alérgica es una forma frecuente con la que conviven muchos pacientes a lo largo de su vida, la mayoría de los cuales conocen el agente causal por haberse sometido a pruebas diagnósticas específicas. Por otro lado, la rinitis que es consecuencia de un resfriado común obedece a una infección de la mucosa nasal debida, en la mayoría de los casos, a un virus.

Ambas formas de rinitis tienen síntomas comunes que pueden llevar a confusión. El catarro a veces puede provocar fiebre, pero su evolución no suele alargarse más de 1 semana. En la rinitis alérgica, los síntomas suelen variar incluso a lo largo del día y se prolongan durante periodos más largos de tiempo, sobre todo en primavera si la alergia se debe al polen.

En la rinitis vasomotora no interviene ninguna de estas causas, y los expertos estiman que puede representar hasta un tercio de todas las rinitis. Los médicos especialistas en alergias y los otorrinolaringólogos son, precisamente, quienes acumulan una amplia experiencia a la hora de realizar un diagnóstico diferencial.

«Por ahora no conocemos a ciencia cierta las causas de la rinitis vasomotora», afirma la Dra. María Teresa Dordal Culla, que preside el Comité de Rinoconjuntivitis de la Sociedad Española de Alergología e Inmunología Clínica. Se cree que la rinitis vasomotora se debería a un desequilibrio en los mecanismos neurogénicos de la mucosa nasal.

Como explica esta especialista, «en la mucosa nasal hay muchas terminaciones nerviosas y normalmente se mantiene un equilibrio entre los distintos mecanismos que intervienen. Parece que en los pacientes con rinitis vasomotora se descompensan esos mecanismos, lo que favorece que, ante estímulos más o menos habituales en nuestra vida diaria, la nariz responda de una forma exagerada produciendo más mucosidad de lo normal o con series de estornudos frecuentes».

Por eso se parece tanto a la rinitis alérgica. Pero la alergia al polen, la más frecuente, se produce en primavera, mientras que la rinitis vasomotora puede ocurrir en cualquier momento y situación, y sus síntomas aparecen de repente y desaparecen hasta una próxima vez. La Dra. Dordal añade que «vemos muchos de estos casos en la consulta porque es fácil pensar que se trata de una alergia; lo parece, aunque hay diferencias en el origen y en los síntomas. Estos pacientes no tienen tanto picor como en la rinitis alérgica, no tienen asma, en general tampoco tienen conjuntivitis ni les pica el paladar o la garganta, como ocurre en la alergia, pero los otros síntomas son los mismos, el goteo de la nariz, los estornudos y la congestión».

## Detonantes

Aunque todavía no se han identificado las causas, sí se conocen situaciones que pueden provocar la aparición de los síntomas en la rinitis vasomotora. Puede ser un cambio repentino de temperatura, una corriente de aire, un olor fuerte, como el de los ambientadores, productos de limpieza o perfumes, el humo del tabaco, la contaminación o las variaciones en la humedad ambiental.

Se trata de un conjunto de factores presentes en el entorno que actúan como detonantes, pero lo hacen sobre un problema de base, que es la alteración o el desequilibrio en los mecanismos neurogénicos de la mucosa nasal, y sólo así se explicaría una respuesta exagerada ante estímulos habituales en la vida cotidiana. En algunos pacientes, el detonante puede ser el alcohol, el uso de determinados medicamentos, las comidas muy condimentadas e incluso las emociones fuertes.

En su inicio la rinitis vasomotora se manifiesta de forma intermitente, pero a medida que pasa el tiempo esos episodios se repiten con más frecuencia. Como explica la Dra. Dordal, «es como si la nariz se volviera más sensible y comenzara a reaccionar ante todos los estímulos a los que estamos expuestos en la vida diaria. La mucosa de la nariz se inflama y los síntomas se vuelven más crónicos. Los más evidentes son los estornudos repetidos, una mucosidad transparente y muy fluida, como agua, y el taponamiento o congestión nasal. El ataque se puede pasar en 1 hora, y el paciente se encuentra bien hasta que sucede el próximo».

La rinitis vasomotora no se presenta en niños sino en adultos, es más frecuente en las mujeres que en los hombres y su aparición, en torno a los 30-40 años de edad, es más tardía que la rinitis alérgica. No hay muchos datos sobre el impacto de esta patología ante la falta de estudios epidemiológicos, pero los especialistas deducen de su práctica clínica que 1 de cada 3 rinitis es vasomotora. Siempre es recomendable acudir a la consulta médica para solucionar un problema que no es grave pero puede convertirse en una gran molestia.

El tratamiento va dirigido a reducir y controlar los síntomas. Sin embargo, la Dra. Dordal reconoce que en la rinitis vasomotora el tratamiento no es fácil, ni en algunos casos satisfactorio, con los medicamentos actualmente disponibles para otras formas de rinitis.

El síntoma predominante en muchos pacientes con rinitis vasomotora es una mucosidad clara y transparente que fluye como un goteo de la nariz. La utilización de aerosoles con agua de mar para el lavado nasal, afirma la Dra. Dordal, «puede cortar la mucosidad, son eficaces, en especial cuando el mecanismo de acción se basa en la microdifusión, asegurando de este modo que se humedezca la totalidad de la mucosa nasal mediante pequeñas partículas y no con un chorro, y se pueden utilizar a demanda del paciente».

A los pacientes con síntomas muy esporádicos «les puede funcionar un antihistamínico de aplicación tópica, que ayudará a contener la mucosidad y los estornudos, aunque en general no son muy eficaces en los pacientes con este tipo de rinitis. Si lo que predomina es la congestión, podemos emplear aerosoles nasales que contienen antiinflamatorios. Pero hay que aplicarlos de manera regular para que funcionen, porque los corticoides nasales no son de acción muy rápida y, por eso, los pacientes que buscan una solución inmediata acaban por no cumplir el tratamiento».

El abuso de los aerosoles anticongestivos puede derivar en un efecto contrario que empeora la situación (rinitis medicamentosa), y tampoco ayuda el uso continuado de pañuelos de celulosa, muy absorbentes, que acabarán resecaando la nariz.

## Higiene y prevención

Hay dos medidas importantes para afrontar los síntomas de la rinitis vasomotora, en opinión de la Dra. Dordal. Por un lado, «utilizar los aerosoles para el lavado nasal contribuye a mantener una buena higiene nasal, y es muy importante. En el mercado existen distintos aerosoles de agua de mar; recomendamos los que actúan por pulverización». Por otra parte, se puede prevenir la aparición de los síntomas tratando de evitar los desencadenantes de estos episodios, en la medida de lo posible. Es más fácil cuando el paciente aprende a reconocer las situaciones de riesgo; por ejemplo, cuando ingieren comidas picantes, consumen alcohol, se exponen a cambios bruscos de temperatura o a un olor irritante.

Pero, como reconoce esta especialista, «en la vida diaria estamos expuestos a los cambios de ambiente y es difícil evitar todas las cosas que nos pueden perjudicar. Pero sí podemos actuar eficazmente tanto con los lavados nasales como al tratar de reconocer y evitar los desencadenantes de los síntomas».