



CAPACITACIÓN
dosis

revistadosis.com.ar

GRUPE Y CONGESTIÓN NASAL

EL IMPACTO DE LA CONGESTIÓN NASAL EN EL SUEÑO

Durante el estado gripal, la congestión nasal es uno de los síntomas más sufridos por el afectado. Además de provocar del mal desempeño cotidiano, afectará en mayor medida el descanso nocturno.

-Otorga créditos para la recertificación profesional a través de COFA-

La gripe es una enfermedad respiratoria viral con gran morbilidad entre los niños y jóvenes y mortalidad en adultos con enfermedades crónicas e inmunocomprometidos y ancianos.

Los síntomas que el paciente puede presentar son as-
tenia (gran decaimiento y
quebrantamiento general),

fiebre (38 a 39,5°C. en casos
serios hasta 41°C),

Escalofríos, tos (en general
seca), mialgias (dolores mus-
culares), agitación o disnea,
cefaleas (dolores oculares),
síntomas digestivos (presen-
tación poco común), enroje-
cimiento ocular que puede
derivar en conjuntivitis.

Se caracteriza con aparicio-

nes repentinas (24 a 48hs
de incubación) y por tener
antecedentes de contactos
con personas o animales en-
fermos.

Los distintos brotes o epi-
demias, pueden tener ca-
racterísticas diferentes de
presentación (fiebres más
elevadas, o mayores cuadros
digestivos, o cefaleas muy



ALIVIA LA
CONGESTION NASAL
Y TOS.

**VICK, TU
MEDICINA
PARA EL
RESFRIO.**



VICK VAPORUB NF (MENTOL, ALCANFOR, ACEITE DE EUCALIPTO). NO REEMPLAZAR EL TRATAMIENTO DE LA ENFERMEDAD DE BASE. ADULTOS Y NIÑOS MAYORES DE 6 AÑOS. VICK VAPORUB NF (CADA 100g CONTIENE: MENTOL 2,82g, ALCANFOR 5,26g, ACEITE DE EUCALIPTO 1,33g). LEA ATENTAMENTE EL PROSPECTO Y ANTE LA MENOR DUDA CONSULTE A SU MÉDICO Y/O FARMACÉUTICO.

importantes).

La evolución del cuadro en adultos sanos previamente suele tener un curso benigno y autolimitado en tres a siete días, con decaimiento posterior por siete a 15 días. En niños sanos pueden dar fiebres más elevadas (en predispuestos podrían desencadenar convulsiones), crup, disnea, somnolencia, aletargamiento.

En lactantes pueden producir cuadros abdominales severos con deshidrataciones que requieren hospitalización inmediata.

La congestión nasal es una de las mayores consecuencias del estado gripal. Se produce cuando los vasos de capacitancia se dilatan en los tejidos cavernosos de los cornetes nasales. La congestión nasal reduce el diámetro nasal interno, aumenta la resistencia de las vías respiratorias al flujo nasal y resulta en obstrucción nasal. Además de las evaluaciones

clínicas subjetivas de la gravedad de la nasal congestión, el grado de congestión (permeabilidad nasal) puede evaluarse objetivamente mediante medidas del flujo de aire nasal (por ejemplo flujo respiratorio nasal máximo), evaluación de la resistencia / conductancia de las vías respiratorias (rinomanometría) y rinometría acústica, que evalúa el volumen y el área nasal cavidad analizando ondas sonoras reflejadas.

NOCHES LARGAS

La congestión nasal a menudo es peor durante la noche y las primeras horas de la mañana. Aunque la congestión tiende a aumentar cuando un individuo se acuesta, los mecanismos en pacientes sanos compensan para reducir la congestión, lo que no ocurre en las personas que sufren de rinitis. El descenso normal durante la

noche en el cortisol sérico es uno de estos mecanismos y es probable que contribuya a la noche empeoramiento. Varios estudios avalan que la congestión nasal empeora durante la noche y alcanza su punto máximo a las 6AM, mostrando una variación circadiana clara, de gran amplitud, similar a la de los pacientes con asma. Esta parece ser una explicación de por qué los pacientes con congestión nasal a menudo se quejan de que tienen dificultad para dormir por la noche y se sienten fatigados durante el día.

La congestión nasal es el síntoma más común y molesto, y se asocia a menudo con la respiración desordenada del sueño, que se piensa para ser la razón del deterioro del sueño en individuos con rinitis. El resultado final es una disminución en la calidad de vida y la productividad y un aumento en la somnolencia diurna.



TERAPIA DE MASAJE



- Ayuda a inducir el sueño³
 - Ayuda a mejorar la función inmunológica³
- Por eso se recomienda practicar la terapia de masaje con su familia, dé masaje cuando más lo necesiten.**

VICK VAPORUB - ESPECIALIDAD MEDICINAL AUTORIZADA POR EL MINISTERIO DE SALUD - Certificado N° 45109. LEA ATENTAMENTE EL PROSPECTO Y ANTE LA MENOR DUDA CONSULTE A SU MÉDICO Y/O FARMACÉUTICO. ³ Field TM. Touch Therapy Effects on Development. International Journal of Behavioral Development, 22 (4), 779-797, 1998.

La congestión nasal puede ser más peligrosa en bebés que en niños y adultos. Los síntomas nasales pueden interferir con la alimentación del bebé y hasta podrían causar problemas respiratorios potencialmente fatales. También podrían impedir el desarrollo normal del habla y de la audición.

Cuando la congestión nasal en el adulto dura más de una semana, suele ser signo de algún problema de salud subyacente. Algunas de las causas de una congestión nasal de largo plazo son:

- alergias
- rinitis alérgica
- pólipos nasales (crecimientos no cancerosos en las fosas nasales y los senos paranasales causadas por la inflamación de esas áreas)
- exposición a sustancias químicas
- agentes irritantes ambientales
- sinusitis crónica (infección sinusal de largo plazo)

- tumores (en general, masas benignas o no cancerosas que pueden causar congestión si crecen en las fosas nasales)

- tabique nasal desviado (la estructura que separa los dos lados de la nariz no está situada en el medio de la nariz).

La congestión nasal también puede presentarse durante el embarazo, más a menudo durante el final del primer trimestre. Esta congestión nasal puede deberse a las fluctuaciones hormonales y al incremento del suministro de sangre que se produce durante el embarazo. Estos cambios pueden afectar a las membranas nasales, haciendo que se inflamen, se sequen o sangren.

UN ALTO COSTO

Los individuos que padecen esta condición sufren deterioro del sueño y de la calidad de vida, con deterioro

de la función cognitiva, reducción de la productividad y desempeño en el trabajo, también puede afectar la capacidad de aprendizaje y el desempeño de los niños en la escuela y causar somnolencia e incapacidad para concentrarse. Se sabe que la respiración alterada por el sueño y la alteración del sueño están directamente asociadas con una disminución de la calidad de vida en la población general como lo demuestra la fragmentación del sueño inducida experimentalmente en individuos sanos. El deterioro de la flexibilidad mental y de la atención, aumento de la somnolencia diurna y alteración del estado de ánimo.

La congestión nasal, se asocia con los trastornos de respiración durante el sueño, una condición que puede tener un efecto profundo en la salud mental, incluyendo el aumento de trastornos psiquiátricos, depresión, an-

¡NUEVO DATO CLÍNICO¹!

Vick Vaporub. **8 horas** de vapores medicinales. Ayuda a aliviar los síntomas del resfrío común como la tos y la congestión nasal.

¿Pero sabías que también brinda un **alivio rápido**?

Alivio de la Congestión Nasal. COMPROBADO.¹

62 SEG

Para obtener más información, por favor consulte el rótulo del medicamento

¹ Eccles R, Jawad M, Ramsey DL, Hull JD. Efficacy of a Topical Amomastic Rub (Vicks Vaporub®) - Speed of Action of Subjective Nasal Cooling and Relief from Nasal Congestion. Open Journal of Respiratory Diseases, 5, 10-18, 2015.



CAPACITACIÓN MÓDULO 2



siedad y abuso de alcohol. Además, los trastornos de respiración durante el sueño en la infancia y la adolescencia se asocia con un aumento de los trastornos del rendimiento del aprendizaje, el

comportamiento y el déficit de atención.

* *Bibliografía: Congestion and Sleep Impairment, Stull DE, Roberts L, Frank L,*

Heithoff K. Relationship of nasal congestion with sleep, mood, and productivity. Curr Med Res Opin. 2007;23:811-9.

11
Organización Mundial de la Salud

EVALUACIÓN MÓDULO 2

1) Indicar V o F

- La gripe se caracteriza por tener apariciones tardías (una semana a 15 días de incubación).
- La congestión nasal es una de las mayores consecuencias del estado gripal.
- La congestión nasal a menudo es peor durante la tarde y las primeras horas de la noche.

2) Complete el concepto con las palabras correspondientes:

“El descenso normal durante la noche en el es uno de estos mecanismos y es probable que contribuya a la noche empeoramiento”.

3) Marcar con una X las opciones correctas:

“La congestión nasal, se asocia con los trastornos de respiración durante el sueño, una condición que puede tener un efecto nocivo en:

- la salud mental.
- el tracto intestinal.
- el rendimiento escolar.
- el crecimiento en niños.
- el abuso en el consumo de alcohol.

ORIENTE A SUS PACIENTES A USAR CORRECTAMENTE VAPORUB.

DOSIS PROMEDIO DE NUESTROS USUARIOS: 1-3g* ✗

Esto significa que ellos pudieran no estar siendo beneficiados plenamente del alivio multi-sintoma de Vaporub



DOSIS CLÍNICAMENTE PROBADA¹ ✓

7.5g

8
HORAS

Horas de vapores medicinales. Ayuda a aliviar los síntomas de la tos y congestión nasal.



Para obtener más información, por favor consulte el rótulo del medicamento. ¹ Eccles R, Jawad M, Ramsey DL, Hull JD. Efficacy of a Topical Amorphous Rub (Vicks Vaporub®) - Speed of Action of Subjective Nasal Cooling and Relief from Nasal Congestion. Open Journal of Respiratory Diseases, 5, 10-18, 2015. * Data on file. Procter & Gamble. Average amount of Vicks VapoRub Applied. Studies US09E774, US09S817 & US09R939, 2015.



MÁS QUE UNA MEDICINA.
RÁPIDO ALIVIO* Y CONFORT PARA
LOS SÍNTOMAS DE LA GRIPE.



*VITAPYRENA (PARACETAMOL 500 MG). LEA ATENTAMENTE EL PROSPECTO Y ANTE LA MENOR DUDA CONSULTE A SU MÉDICO Y/O FARMACÉUTICO. ADULTOS Y NIÑOS MAYORES DE 12 AÑOS. VICK VITAPYRENA FORTE (PARACETAMOL 500 MG/FENILEFRINA CLORHIDRATO 10 MG). LEA ATENTAMENTE EL PROSPECTO Y ANTE LA MENOR DUDA CONSULTE A SU MÉDICO Y/O FARMACÉUTICO. ADULTOS Y NIÑOS MAYORES DE 12 AÑOS. VICK VAPORUB NF (MENTOL, ALCANFOR, ACEITE DE EUCALIPTO). NO REEMPLAZA EL TRATAMIENTO DE LA ENFERMEDAD DE BASE. ADULTOS Y NIÑOS MAYORES DE 6 AÑOS.

**EUROMONITOR INTERNATIONAL LTD. BASADO EN LAS VENTAS DE PRODUCTOS PARA LA TOS Y RESFRIOS EN 2012.