



Sociedad Española de  
Otorrinolaringología y  
Cirugía de Cabeza y Cuello

#### **NOTA DE PRENSA**

### **EL ABUSO DE SPRAYS VASOCONSTRICTORES NASALES, UN HÁBITO FRECUENTE EN INVIERNO Y PRIMAVERA QUE PUEDE TENER EL EFECTO CONTRARIO AL ESPERADO Y CRONIFICAR LA CONGESTIÓN NASAL**

- La Sociedad Española de Otorrinolaringología y Cirugía de Cabeza y Cuello advierte de los riesgos del uso prolongado de descongestionantes nasales y recuerda la importancia del diagnóstico precoz
- Su uso continuado, más allá de los 5–7 días recomendados, puede dar lugar a la denominada rinitis medicamentosa, una enfermedad caracterizada por la adicción a estos medicamentos, que se produce por su uso indiscriminado para aliviar la congestión nasal persistente, que empeora al suspender el fármaco tras este uso prolongado
- “La congestión nasal persistente no debe considerarse normal. Cuando un paciente necesita un spray de forma continuada para respirar, es muy probable que exista una causa subyacente que deba ser evaluada por el médico de forma precoz”, se destaca desde la SEORL-CCC

**Madrid, 20 de enero de 2025.-** El uso de sprays nasales descongestionantes se ha convertido en un recurso habitual para aliviar la congestión nasal, especialmente durante los meses de invierno y primavera, cuando aumentan los resfriados, los procesos gripales y los cuadros de rinitis alérgica. Sin embargo, desde la Sociedad Española de Otorrinolaringología y Cirugía de Cabeza y Cuello (SEORL-CCC) se recuerda que el uso prolongado y sin supervisión médica de estos fármacos puede provocar el efecto contrario al deseado y cronificar los síntomas nasales.

Los descongestionantes tópicos nasales contienen fármacos vasoconstrictores que reducen el aporte sanguíneo a la mucosa nasal, lo que produce un alivio rápido de la obstrucción nasal. No obstante, su uso continuado más allá de los 5–7 días recomendados puede dar lugar a la denominada rinitis medicamentosa, una enfermedad caracterizada por un efecto rebote al terminarse la acción del fármaco, que determina una mayor congestión nasal, y al fenómeno conocido como tolerancia al fármaco, que implica la necesidad de dosis cada vez más altas para conseguir el alivio.

Ambos fenómenos conllevan el empeoramiento progresivo y la adicción al medicamento, características de la enfermedad. Por otro lado, estos medicamentos no están exentos de efectos adversos como las taquicardias, la elevación de la presión arterial y el daño directo a los tejidos nasales por falta de aporte sanguíneo (perforaciones del tabique, por ejemplo), que son muy raros en usos adecuados, pero pueden llegar a ser graves en un uso fuera de control.

La rinitis medicamentosa es una entidad bien descrita en la literatura científica y constituye un motivo frecuente de consulta en las unidades ORL, especialmente en pacientes que han recurrido a la automedicación durante semanas o incluso meses. La sensación de obstrucción nasal no siempre se produce por tener poco espacio para respirar. En muchos casos, la inflamación es la que produce esta congestión sin afectar significativamente la permeabilidad nasal, por lo que un tratamiento de la inflamación subyacente puede estar más indicado que el tratamiento vasoconstrictor.

Desde la SEORL-CCC se subraya que no toda congestión nasal responde a la misma causa. Detrás de este síntoma pueden encontrarse procesos muy diversos, como rinitis alérgica, sinusitis, hipertrofia de cornetes, desviación del tabique nasal, entre otros. En estos casos, el uso indiscriminado de descongestionantes no solo resulta ineficaz a medio plazo, sino que puede retrasar el diagnóstico correcto y el inicio del tratamiento específico, añadiendo una enfermedad como la rinitis medicamentosa, a veces difícil de tratar.

La evidencia clínica muestra que la automedicación nasal es especialmente frecuente en épocas de mayor incidencia de infecciones respiratorias, como el invierno, o en primavera debido a los procesos alérgicos, y que muchos pacientes desconocen los riesgos asociados a estos medicamentos, por tratarse de fármacos de fácil acceso, en algunas ocasiones sin necesidad de receta médica. Por ello, los expertos insisten en la necesidad de educar a la población sobre el uso responsable de los sprays vasoconstrictores nasales, y de consultar con un médico cuando la obstrucción nasal persiste o se repite con frecuencia.

“La congestión nasal mantenida no debe normalizarse. Cuando un paciente necesita un spray de forma continuada para respirar, es muy probable que exista una causa subyacente que deba ser evaluada”, señala el presidente de la SEORL-CCC, el Dr. Serafín Sánchez. La valoración por un especialista en otorrinolaringología permite identificar el origen del problema y pautar un manejo adecuado, que puede incluir medidas preventivas, cambios de hábitos, tratamientos médicos o, en algunos casos, un abordaje quirúrgico.

Desde la SEORL-CCC se recuerda que respirar bien es un elemento esencial de la calidad de vida, y que la prevención pasa por evitar la automedicación prolongada y por acudir al profesional sanitario ante síntomas persistentes. Un diagnóstico precoz no solo mejora

la evolución clínica, sino que también evita la cronificación de patologías nasales y el uso innecesario de tratamientos que pueden resultar perjudiciales a largo plazo.

**Para más información:**

**Gabinete de comunicación de la SEORL-CCC: Tomás Muriel (605 603 382)**