FOLHA DE S.PAULO
Publicado em 09/06/2025 - 10:42

Saiba como tratar sinusite e evitar complicações como meningite

Médicos afirmam que, em casos raros, condição comum no outono e no inverno pode evoluir para quadro grave

Patrícia Pasquini
São Paulo

Inflamação da mucosa que reveste os seios da face e o nariz, a sinusite é comum no outono e no inverno, épocas em que há maior circulação de vírus respiratórios em geral. Em 98% dos casos, a condição é causada por infecções virais.

Os sintomas são simples de identificar. "Quando a mucosa inflama, causa entupimento e aumento de secreção no nariz. Pode causar perda ou alteração do olfato, dor de cabeça na região da testa, que é a mais característica, e desconforto. Às vezes, vem também com espirro e coriza, principalmente se a pessoa já tem um quadro de rinite", afirma Maria Dantas, otorrinolaringologista do Hospital do Servidor Público Estadual de São Paulo.

Para estes casos é recomendável lavagem nasal com soro fisiológico e uso de descongestionantes e analgésicos.

Se o quadro se prolonga é há acúmulo da secreção, o problema passa a ser tratado como sinusite bacteriana.

"Em linhas gerais, a persistência dos sintomas por mais de dez dias ou a piora a partir do quinto dia [indica que] precisa entrar com antibiótico", diz Dantas.

A cidade de São Paulo registrou, de janeiro a abril de 2025, 38.561 atendimentos pelas hipóteses diagnósticas de sinusites aguda e crônica. O cenário é similar ao do mesmo período do ano passado, com 38.271 atendimentos.

Segundo os médicos ouvidos pela reportagem, em casos raros a sinusite pode trazer complicações graves, como meningite e abscesso cerebral, infecção caracterizada pela formação de pus. Grupos de risco —idosos, crianças, imunossuprimidos e doentes crônicos— devem ter atenção.

"Por conta da ligação anatômica dos seios da face, eles vão se comunicar através de sistemas de drenagem venosa e linfática com a região do cérebro. A partir daí, pode haver uma infecção nas meninges. Não é uma complicação frequente, mas é possível", afirma Evaldo Stanislau de Araújo, infectologista do Hospital das Clínicas de São Paulo.

Como evitar a sinusite?

De acordo com o infectologista, a sinusite pode ser evitada da mesma forma que uma gripe ou um resfriado. Ele recomenda manter em dia as vacinas contra Covid e influenza, ter bons hábitos de higiene, hidratação adequada e etiqueta respiratória.

"Não agrida o epitélio respiratório por meio de fumaça de cigarro, poluentes e coisas semelhantes. A população específica de pessoas acima de 50 anos ou com comorbidades deve lembrar também das vacinas contra bactérias, sobretudo o pneumococo, que está presente em grande parte do trato respiratório das crianças e dos adultos e que pode —em situações especiais facilitadas por uma infecção viral— causar uma infecção secundária do ouvido, do sangue, do pulmão e dos seios da face."

Nesta época do ano, quem tem rinite deve voltar a tratar o problema. É recomendado, por exemplo, ventilar mais os ambientes e reforçar as medidas de higiene. Use álcool em gel nas mãos e evite colocá-las no rosto, a fim de evitar o contágio.

Nas crianças, a depender dos sintomas, a lavagem nasal deve ser feita todos os dias, na volta da escola ou no banho. Tome bastante líquido, alimente-se bem e faça atividade física.

Nos quadros de rinite, são as fossas nasais que ficam inflamadas. Geralmente desencadeada por processos alérgicos, a condição tem como sintomas espirros, coceira e coriza.

"Para quem tem questões alérgicas, é hora também de retomar cuidados como limpar as cortinas e reforçar a troca de lençol e de toalha. No quarto, ter o mínimo de objetos que acumulam poeira. Quem tem rinite possui mais chances de pegar sinusite porque o nariz já é ruim", finaliza Maria Dantas.

Copyright © Clipclap 2025.

https://www1.folha.uol.com.br/equilibrioesaude/2025/06/saiba-como-tratar-sinusite-e-evitar-complicacoes-como-meningite.shtml

Veículo: Online -> Portal -> Portal Folha de S. Paulo

Copyright © Clipclap 2025.