



FARINGITIS

Supervisado. Dra. M Amparo Pérez Benajas. Farmacéutica PhD. Nutricionista Clínica. Diplomada en Salud Pública.

Problema

La faringitis es la inflamación de la faringe y suele manifestarse con dolor, escozor, dificultad o molestia al tragar y, ocasionalmente, fiebre. Muchos cuadros agudos son de origen vírico y evolucionan espontáneamente, por lo que la presencia de dolor de garganta no significa automáticamente que exista una infección bacteriana ni que sea necesario un antibiótico.

La intervención farmacéutica debe proporcionar **alivio efectivo desde el primer momento**, al mismo tiempo que identifica a los pacientes que necesitan valoración médica..

Preguntas PharmaCare

- ¿Desde cuándo le duele la garganta?
- ¿Tiene fiebre? ¿De qué temperatura?
- ¿Puede beber y tragar líquidos?
- ¿Tiene tos, congestión nasal o ronquera?
- ¿Observa placas o exudado en las amígdalas?
- ¿Tiene ganglios dolorosos en el cuello?
- ¿El dolor es especialmente intenso en un solo lado?
- ¿Tiene dificultad para respirar o abrir la boca?
- ¿Ha sufrido episodios similares recientemente?
- ¿Qué edad tiene y qué enfermedades o tratamientos presenta?
- ¿Ha tomado ya algún medicamento?

Solución nutrifarmacéutica

La primera recomendación es **mantener una hidratación adecuada**. Pueden utilizarse bebidas templadas o frías según la preferencia del paciente, evitando aquellos alimentos o bebidas que individualmente produzcan irritación.

La alimentación debe continuar con normalidad, adaptando textura y temperatura cuando tragar resulta doloroso. No es necesario imponer una dieta específica.

Puede utilizarse **miel e infusiones de plantas suavizantes como la malva o la altea** como ali en adultos y niños mayores de un año, especialmente cuando existe tos asociada.

En este contexto PharmaCare debe diferenciar claramente entre **aliviar los síntomas** y afirmar que un complemento elimina una infección bacteriana.

Solución farmacéutica: principios activos sin receta

Para dolor y fiebre:

- **Paracetamol**, disponible en presentaciones sin receta.
- **Ibuprofeno**, cuando no existan contraindicaciones; algunas presentaciones de 400 mg se dispensan sin receta.

Para tratamiento local, es decir en forma de caramelos, disponemos de varias opciones reales:

Flurbiprofeno 8,75 mg, bencidamina, benzocaína, clorhexidina, cloruro de cetilpiridinio en pastillas para chupar o determinadas presentaciones en pulverización, proporciona tratamiento local analgésico y antiinflamatorio para el dolor agudo de garganta.

Los productos con **própolis** pueden ofrecerse como complemento de confort bucofaríngeo, igualmente otros preparados a base de **glucanos, vitamina C o zinc** para aumentar las defensas.

Combinaciones de nogal, cola de caballo, malvavisco, manzanilla, roble, diente de león y milenrama. Su indicación se basa en su uso tradicional en farfaringitis.

¿Cuándo ir al médico?

Derivar ante dificultad respiratoria, incapacidad para tragar líquidos o saliva, babeo, deterioro general importante, inflamación marcada del cuello, dificultad para abrir la boca, dolor unilateral muy intenso, sospecha de absceso, inmunosupresión o empeoramiento rápido.