

## Medicamentos de venta libre para adultos con rinitis alérgica

Los medicamentos de venta libre para la rinitis alérgica (fiebre del heno) son fármacos que se venden sin receta para tratar síntomas como secreción nasal, picazón de los ojos y estornudos.

### Aerosoles nasales de glucocorticoides

Los aerosoles nasales de glucocorticoides tratan la fiebre del heno reduciendo la inflamación. Los síntomas de la fiebre del heno normalmente comienzan a mejorar en un plazo de 12 horas después de tomar glucocorticoides nasales, pero los medicamentos pueden tardar varios días en tener un efecto completo. Los efectos secundarios frecuentes de los aerosoles nasales de glucocorticoides son picazón nasal y estornudos.

### Antihistamínicos (oral o aerosol nasal)

Los antihistamínicos tratan la fiebre del heno bloqueando la histamina, una sustancia que libera el organismo cuando se encuentra con un alérgeno. Los antihistamínicos están disponibles en forma de comprimidos, cápsulas y soluciones orales, y también en forma de aerosol nasal. Los síntomas de la fiebre del heno normalmente comienzan a mejorar en un plazo de 15 minutos después de usar un aerosol nasal antihistamínico y en un plazo de 1 a 3 horas después de tomar un antihistamínico por vía oral. Los antihistamínicos orales sedantes a menudo causan somnolencia, mientras que los antihistamínicos orales no sedantes causan menos somnolencia. Las personas que tomen antihistamínicos orales sedantes deben evitar conducir o utilizar maquinaria pesada si tienen sueño. Los efectos secundarios más frecuentes de los antihistamínicos orales son dolor de cabeza y somnolencia.

### Descongestionantes (oral o aerosol nasal)

Los descongestionantes reducen la congestión nasal al reducir el flujo sanguíneo a los tejidos inflamados y están disponibles en forma de comprimidos, cápsulas y soluciones orales, y también en forma de aerosol nasal. Los síntomas de la fiebre del heno normalmente comienzan a mejorar en un plazo de 5 a 10 minutos después de usar un aerosol nasal descongestionante y en un plazo de 15 a 30 minutos después de tomar un descongestionante oral. Los efectos secundarios frecuentes son estornudos y picazón nasal. Los descongestionantes orales pueden causar ansiedad, presión arterial alta y aumento del ritmo cardíaco, por lo que las personas con hipertensión o cardiopatías deben evitar estos medicamentos. Las personas que tienen problemas para dormir cuando toman descongestionantes orales no deben usar estos medicamentos a última hora de la tarde o por la noche.

### Aerosol nasal estabilizador de mastocitos

El aerosol nasal estabilizador de mastocitos impide la liberación de histamina en la nariz. Los síntomas de la fiebre del heno comienzan a mejorar en el plazo de 1 a 2 semanas después de iniciar el tratamiento con un aerosol nasal estabilizador de mastocitos. Los efectos secundarios frecuentes son picazón nasal y estornudos.

Los medicamentos de venta libre para la rinitis alérgica son fármacos que tratan los síntomas de la rinitis alérgica (fiebre del heno), como secreción nasal, picazón de los ojos y estornudos, y pueden comprarse sin receta.

Los aerosoles nasales de glucocorticoides reducen la inflamación y mejoran los síntomas en un plazo de 12 horas.

Los efectos secundarios frecuentes son picazón nasal y estornudos.

Los antihistamínicos (aerosol nasal o medicamento oral) previenen la liberación de histamina y mejoran los síntomas en un plazo de 15 minutos (aerosol) o de 1 a 3 horas (oral).

Los efectos secundarios frecuentes incluyen dolor de cabeza y somnolencia.

Los descongestionantes (aerosol nasal o medicamento oral) reducen el flujo sanguíneo a las zonas de inflamación y mejoran los síntomas en un plazo de 5 a 10 minutos (aerosol) o de 15 a 30 minutos (oral).

Los efectos secundarios frecuentes incluyen picazón nasal y estornudos (aerosol) o ansiedad, presión arterial alta y aumento del ritmo cardíaco (oral).

Los aerosoles nasales estabilizadores de mastocitos evitan la liberación de histamina en la nariz y mejoran los síntomas en un plazo de 1 a 2 semanas.

Los efectos secundarios frecuentes incluyen picazón nasal y estornudos.

Consulte a un médico o farmacéutico antes de comenzar a tomar medicamentos de venta libre para la rinitis alérgica si toma medicamentos con receta, tiene enfermedad hepática o enfermedad renal, está embarazada o en período de lactancia, o tiene una lesión nasal.

### Qué más debe saber sobre los medicamentos de venta libre para la rinitis alérgica

Las personas que toman medicamentos con receta, tienen enfermedad hepática o enfermedad renal, están embarazadas o en período de lactancia, o tienen una lesión nasal deben consultar a un médico o farmacéutico antes de comenzar a tomar medicamentos de venta libre para la rinitis alérgica.

Para utilizar un aerosol nasal, presione el aplicador varias veces hasta que aparezca una pulverización fina. Suéñese la nariz e introduzca el aplicador en una fosa. Inspire por la nariz mientras presiona el aplicador. Repita el procedimiento en la otra fosa nasal.

No tome medicamentos de venta libre para la rinitis alérgica en dosis más altas o durante más tiempo del recomendado.

Las personas cuyos síntomas de fiebre del heno no mejoren después de un ciclo estándar de medicamentos de venta libre para la rinitis alérgica deben buscar atención médica adicional. Las personas que presenten síntomas de una reacción alérgica grave, como reacciones cutáneas, hinchazón de la lengua o la garganta, dificultad para respirar, mareos o desmayos, deben buscar atención de urgencia.

### PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

National Library of Medicine (Biblioteca Nacional de Medicina)  
[dailymed.nlm.nih.gov/dailymed/](https://dailymed.nlm.nih.gov/dailymed/)

Autora: Sarah E. Vordenberg, PharmD, MPH

Publicado en línea: 21 de diciembre de 2023. doi:10.1001/jama.2023.20171

Afiliaciones de la autora: Farmacia clínica, Facultad de Farmacia de la Universidad de Michigan, Ann Arbor.

Divulgaciones relacionadas con conflictos de intereses: no se informó ninguna.

Fuentes: American Academy of Allergy, Asthma, and Immunology (Academia Estadounidense de Alergia, Asma e Inmunología). <https://www.aaaai.org/conditions-treatments/allergies/hay-fever-rhinitis> and <https://www.aaaai.org/Tools-for-the-Public-Drug-Guide>

La hoja para el paciente de JAMA es un servicio público de JAMA. La información y las recomendaciones que aparecen en esta hoja son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su afección médica personal, JAMA le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros profesionales de atención médica pueden descargar o fotocopiar esta hoja con fines no comerciales para compartirla con los pacientes. Para comprar reimpresiones en grandes cantidades, envíe un correo electrónico a [reprints@jamanetwork.com](mailto:reprints@jamanetwork.com).