



## Hoja de información del NIDCD | **Gusto y olfato**

# Trastornos del olfato

### ¿Son comunes los trastornos del olfato?

El sentido del olfato le ayuda a disfrutar de la vida, y le permite disfrutar de los aromas de sus comidas preferidas o la fragancia de las flores. El sentido del olfato también es un sistema de alerta, que le avisa si hay señales de peligro, como una fuga de gas, alimentos que se han echado a perder o un incendio. Cualquier pérdida en el sentido del olfato, aunque sea mínima, puede tener un efecto negativo en su calidad de vida. También puede ser una señal de otros problemas de salud más serios.

En los Estados Unidos, entre el uno y el dos por ciento de la población reporta problemas con el sentido del olfato. Los problemas con el sentido del olfato aumentan con el envejecimiento. Estos problemas son más comunes en los hombres que en las mujeres. En un estudio, casi una cuarta parte de los hombres entre 60 y 69 años tenía un trastorno del olfato, mientras que alrededor del 11 por ciento de las mujeres de esa edad reportó un problema.

Muchas personas que tienen trastornos del olfato también notan problemas con el sentido del gusto. Para aprender más acerca del sentido del gusto, y cómo se relaciona con el sentido del olfato, lea la hoja de información "Trastornos del gusto" del Instituto Nacional de la Sordera y Otros Trastornos de la Comunicación (NIDCD, por sus siglas en inglés) en <https://www.nidcd.nih.gov/es/espagnol/trastornos-del-gusto>.

### ¿Cómo funciona el sentido del olfato?

El sentido del olfato, al igual que el sentido del gusto, forma parte del sistema quimiosensorial, es decir, de los sentidos químicos.

La capacidad para oler viene de células sensoriales especializadas, llamadas neuronas sensoriales olfativas. Estas neuronas se encuentran en un pequeño trozo de tejido dentro de la parte de arriba de la nariz. Estas células se conectan directamente al cerebro. Cada neurona olfativa tiene un receptor olfativo. Las moléculas microscópicas liberadas por sustancias en nuestro alrededor, ya sea el aroma del café o los pinos del bosque, estimulan estos receptores. Una vez que las neuronas detectan estas moléculas, envían mensajes al cerebro, y éste identifica el olor. El número de olores en el medio ambiente es mayor que el número de receptores que tenemos en la nariz. Por lo tanto, cualquier molécula puede estimular una combinación de receptores, y crear una representación única en el cerebro. El cerebro registra cada una de estas representaciones como un olor particular.

Los olores llegan a las neuronas sensoriales olfativas de dos maneras. La primera es a través de las fosas nasales. La segunda es a través de un canal que conecta el techo de la garganta con la nariz. Al masticar, los alimentos liberan aromas que llegan a las neuronas sensoriales olfativas a través de este canal. Si el canal está bloqueado,

por ejemplo, cuando la nariz está congestionada por un resfriado o la gripe, los olores no pueden llegar a las células sensoriales y estimularlas. Como resultado, se pierde gran parte de la capacidad para disfrutar del sabor de la comida. De esta manera, los sentidos del olfato y del gusto trabajan en estrecha colaboración.

Sin las neuronas sensoriales olfativas, los sabores familiares, como el del chocolate o las naranjas, serían más difíciles de distinguir. Sin el olor, los alimentos nos suelen parecer desabridos y con poco o ningún sabor. Algunas personas van al médico porque piensan que han perdido el sentido del gusto, y se sorprenden al saber que en realidad han perdido el sentido del olfato.

El sentido del olfato también se ve influenciado por lo que se llama “el sentido químico común”. Miles de terminaciones nerviosas forman parte de este sentido, especialmente en las superficies húmedas de los ojos, la nariz, la boca y la garganta. Estas terminaciones nerviosas nos ayudan a detectar sustancias irritantes, como la cebolla, con su capacidad de hacernos llorar, o el frescor del mentol.

## ¿Cuáles son los trastornos del olfato?

Las personas con trastornos del olfato pueden sufrir una pérdida en la capacidad de oler o cambios en cómo perciben los olores.

- ▶ La hiposmia es una reducción en la capacidad para detectar olores.
- ▶ La anosmia es la total incapacidad para detectar olores. En raras ocasiones, se puede nacer sin el sentido del olfato, lo que se llama anosmia congénita.
- ▶ La parosmia es un cambio en la percepción normal de los olores, por ejemplo, cuando se distorsiona el olor de algo familiar, o cuando algo que normalmente le agradaba de repente se vuelve desagradable.
- ▶ La fantosmia es la sensación de percibir un olor que en realidad no está presente.

## ¿Qué causa los trastornos del olfato?

Los trastornos del olfato tienen muchas causas, algunas más evidentes que otras. La mayoría de las personas que desarrollan un trastorno del olfato han sufrido una enfermedad o lesión reciente. Las causas más comunes de los trastornos del olfato son:

- ▶ el envejecimiento,
- ▶ las infecciones de los senos paranasales (sinusitis) y de las vías respiratorias superiores,
- ▶ el fumar,
- ▶ los crecimientos en las cavidades nasales (pólipos y otros),
- ▶ las lesiones en la cabeza,
- ▶ las alteraciones hormonales,
- ▶ los problemas dentales,
- ▶ la exposición a ciertos productos químicos, como insecticidas y solventes,
- ▶ varios medicamentos, incluyendo algunos antibióticos y antihistamínicos comunes,
- ▶ la radiación para el tratamiento de los cánceres de la cabeza y el cuello,
- ▶ los trastornos que afectan al sistema nervioso, tales como la enfermedad de Parkinson o la enfermedad de Alzheimer.

## ¿Cómo se diagnostican los trastornos del olfato y cuál es el tratamiento?

Tanto los trastornos del olfato como los del gusto son diagnosticados por un otorrinolaringólogo, un médico que se especializa en trastornos del oído, nariz, garganta, cabeza y cuello (ear, nose and throat doctor, ENT). Una evaluación precisa de un trastorno del olfato incluirá, entre otras cosas, un examen físico de los oídos, nariz y garganta; una revisión de la historia médica, incluyendo la exposición a sustancias químicas tóxicas o posibles lesiones; y una prueba del olfato administrada por un profesional de la salud.

Hay dos maneras comunes para evaluar el olfato. Algunas pruebas están diseñadas para medir la cantidad más pequeña de olor que se puede detectar. Otra prueba común consiste de un folleto de papel con páginas que contienen gotas diminutas llenas de olores específicos. Se pide a la persona que raspe cada página e identifique el olor. Si no puede percibir el olor o identificarlo de manera correcta, podría indicar un trastorno del olfato o un deterioro de la capacidad para oler.

El diagnóstico por un médico es importante para identificar y tratar la posible causa del trastorno del olfato. Si el problema está causado por medicamentos, hable con su médico para ver si al reducir la dosis o cambiar de medicamento podría reducir los efectos sobre el sentido del olfato. Si tiene alguna obstrucción nasal, como pólipos que estén limitando el flujo de aire en la nariz, tal vez sea necesario hacerle una cirugía para eliminarlos y restaurar el sentido del olfato.

Algunas personas recuperan la capacidad para oler cuando se mejoran de la enfermedad que causó la pérdida del olfato. Otras personas pueden recuperar el sentido del olfato de forma espontánea, sin ninguna razón evidente. Si su trastorno del olfato no puede ser tratado con éxito, es posible que usted quiera buscar apoyo psicológico para ayudarlo a adaptarse.

## ¿Cuán serios son los trastornos del olfato?

Al igual que los demás sentidos, el sentido del olfato juega un papel importante en nuestra vida. El sentido del olfato a menudo es la primera señal que nos alerta sobre el humo de un incendio, alimentos que se han echado a perder, o el olor de una fuga de gas natural u otras emisiones peligrosas.

Cuando se altera el sentido del olfato, algunas personas suelen cambiar sus hábitos alimenticios. Algunos pueden comer muy poco y comienzan a perder peso, mientras que otros pueden comer demasiado y comienzan a aumentar de peso. Ya que la comida se vuelve menos agradable, es posible que usted comience a agregar demasiada sal para mejorar el sabor de la comida. Esto puede ser un problema si usted tiene o está en riesgo de ciertos problemas médicos, como la presión arterial alta

o enfermedades de los riñones. En los casos graves, la pérdida del olfato puede llevar a la depresión.

Los problemas con los sentidos químicos también pueden ser una señal de otros problemas serios de salud. Un trastorno del olfato puede ser una señal temprana de la enfermedad de Parkinson, la enfermedad de Alzheimer o la esclerosis múltiple. También puede estar relacionado con otros problemas médicos, tales como la obesidad, diabetes, presión arterial alta y desnutrición. Si usted cree que tiene algún trastorno del olfato, hable con su médico.

## ¿Qué investigaciones se están llevando a cabo sobre los trastornos del olfato?

El NIDCD apoya la investigación básica y clínica de los trastornos del olfato y del gusto en sus laboratorios en Bethesda, Maryland y en universidades y centros de investigación quimiosensoriales en todo el país. Los científicos quimiosensoriales están explorando la forma de:

- ▶ Promover la regeneración de las células nerviosas sensoriales.
- ▶ Comprender los efectos del medioambiente (como los vapores de la gasolina, los productos químicos y las condiciones extremas de humedad y temperatura) sobre el olfato y el gusto.
- ▶ Prevenir los efectos del envejecimiento en el olfato y el gusto.
- ▶ Desarrollar nuevas pruebas de diagnóstico para los trastornos del gusto y del olfato.
- ▶ Comprender la relación entre los trastornos del olfato, y los cambios en la dieta y las preferencias alimenticias de las personas de edad avanzada y las personas con enfermedades crónicas.



National Institute on  
Deafness and Other  
Communication Disorders

## ¿Dónde puedo obtener más información sobre los trastornos del olfato?

El NIDCD mantiene un directorio de organizaciones que ofrecen información sobre los procesos normales y los trastornos de la audición, el equilibrio, el gusto, el olfato, la voz, el habla y el lenguaje. Para hacer una búsqueda en el directorio, visite el sitio web del NIDCD en <https://www.nidcd.nih.gov/directory>. Actualmente, el directorio está disponible solamente en inglés.

Para encontrar organizaciones con información específica sobre los trastornos del olfato, haga clic en "Taste and Smell" ("gusto y olfato") en la lista de "Filter by topic" ("buscar por tema").

### El NIDCD también tiene la siguiente hoja de información sobre los trastornos del gusto y del olfato:

- ▶ Trastornos del gusto
- ▶ Trastornos del gusto y del olfato—en MedlinePlus.gov

Visite el sitio web del NIDCD en <https://www.nidcd.nih.gov> para leer, imprimir o descargar las hojas de información.

Para más información, comuníquese con nosotros al:

#### Centro de Información del NIDCD

1 Communication Avenue

Bethesda, MD 20892-3456

Número de teléfono gratuito: (800) 241-1044

Número gratuito TTY: (800) 241-1055

Correo electrónico: [nidcdinfo@nidcd.nih.gov](mailto:nidcdinfo@nidcd.nih.gov)

<https://www.nidcd.nih.gov>

 Síguenos en Twitter @NIDCD

El NIDCD apoya y lleva a cabo investigaciones científicas y capacitación de profesionales para la investigación sobre los procesos normales y los trastornos de la audición, el equilibrio, el gusto, el olfato, la voz, el habla y el lenguaje. También ofrece al público información de salud basada en descubrimientos científicos.



#### Trastornos del olfato

Publicación de NIH núm. 09-3231 S

Septiembre de 2013