

## Todo lo que hay que saber sobre la otitis en las piscinas

Las altas temperaturas han aparecido antes incluso que la llegada oficial del verano. Son tiempos de vacaciones, pero también de ciertas amenazas. Los oídos se exponen a agentes agresivos. Los baños, por ejemplo, aumentan la posibilidad de sufrir lesiones auditivas como la otitis. Otras prácticas como el surf, el windsurf o el submarinismo también pueden...

Las altas temperaturas han aparecido antes incluso que la llegada oficial del verano. Son tiempos de vacaciones, pero también de ciertas amenazas. Los oídos se exponen a agentes agresivos. Los baños, por ejemplo, aumentan la posibilidad de sufrir lesiones auditivas como la otitis. Otras prácticas como el surf, el windsurf o el submarinismo también pueden afectar a los oídos. AG Bell International (Fundación Oír es Clave) quiere llamar la atención sobre la importancia de tomar precauciones con el objetivo de salvaguardar la salud auditiva.

### ¿Qué es la otitis?

El mayor problema del verano es la otitis externa difusa, también conocida como la otitis de las piscinas. Es una lesión que afecta por igual a niños que a mayores. Javier Cervera, Jefe de Servicio de Otorrinolaringología Pediátrica en Hospital Universitario Niño Jesús de Madrid, colaborador de la fundación, explica cómo debemos actuar: "El mayor peligro es que el agua en la que se bañen esté infectada. Si el agua está limpia y el oído del niño está normal, el oído se puede mojar tranquilamente. No hay que tener pánico al agua. El problema sucede cuando al niño le pica el oído, se rasca y se causa pequeñas heridas. Si el agua está contaminada es cuándo se puede producir la otitis externa".

### Síntomas de la otitis

Aclara el doctor Cervera cuáles son los síntomas: "Es un dolor muy intenso. Cuando se inflama el conducto auditivo externo, se produce un dolor que no se alivia prácticamente con nada. Si el oído está muy inflamado y el conducto auditivo externo se llega a cerrar podría producirse pérdida de audición. Esa es la diferencia existente entre la otitis media catarral aguda y la otitis externa. En la otitis externa, si el oído no se ha cerrado no hay pérdida de audición. En la otitis media si hay pérdida de audición porque afecta al oído medio".

### Tópicos sobre la otitis externa

Cervera desmonta algunos tópicos sobre la otitis externa. Por ejemplo, "si el oído es completamente sano, que es lo habitual, el oído se puede mojar con total tranquilidad, incluso en aguas contaminadas". El problema viene cuando existe un eczema de la piel del conducto auditivo externo. El picor provoca que el paciente se rasque. Por ahí entran los gérmenes. Pero contrariamente a lo que se piensa, el tapón no es una solución: "Si existe eczema, lo que se tiene que hacer es tratarlo para que se cure. En todo caso, ponerse unos tapones de algodón con vaselina, material que no permite que entre el agua. Pero no hay que bucear. El mejor tapón no evita la entrada de agua si hay un aumento de presión durante la inmersión". Los niños con drenajes transtimpánicos se pueden bañar sin ningún tipo de problemas, pero con prevención: deben llevar tapón y una banda de neopreno alrededor de la cabeza.

## Todo lo que hay que saber sobre la otitis en las piscinas

### ¿Cómo se trata la otitis de las piscinas?

Lo primero es acudir al profesional. “El pediatra es quien en primera instancia explora y valora el oído y si debe derivarse al otorrino. El paciente no debe automedicarse. Ante un síntoma de dolor y de irritación del oído externo lo primero que debe hacerse es evitar seguir mojándose el oído”, afirma el doctor Cervera. El tratamiento, prescrito por el especialista, se basa en gotas óticas, con antibiótico y corticoides.

Otro consejo más, este para los mayores. Si se va a practicar buceo de alta presión hay que chequearse. No debe practicarse con catarro. Hay que asegurarse que no se padece tubaritis, porque “si no está equilibrada presión de la trompa hay riesgo de accidente importante”.

Existen otras amenazas para la salud auditiva, como la exposición al ruido de conciertos, petardos y fuegos artificiales o el abuso en el volumen de los auriculares, especialmente entre los jóvenes.

### Diez consejos para cuidar los oídos en verano

1. Prestar especial atención a la higiene de los oídos.
2. No utilizar bastoncillos ni introducir otros objetos para limpiar el conducto auditivo.
3. Evitar la humedad en el conducto auditivo.
4. No viajar en coche con las ventanillas bajadas.
5. Entrar lentamente en el agua.
6. No bañarse ni practicar submarinismo en caso de sospecha de otitis o cuando se tienen molestias en los oídos.
7. Limitar el tiempo de uso y el volumen de tus auriculares y dispositivos electrónicos.
8. Alejarse de las fuentes de ruidos intensos.
9. Colocarse protectores - tapones o moldes- si se está expuesto a ruidos fuertes.
10. Mascar chicle o un caramelo durante despegue y aterrizaje de los viajes en avión.

[Todo lo que hay que saber sobre la otitis en las piscinas - Canarias7\\_170717.pdf](#)

[Todo lo que hay que saber sobre la otitis en las piscinas - diariopontevedra\\_160717.pdf](#)

[Todo lo que hay que saber sobre la otitis en las piscinas - abc\\_170717.pdf](#)

[Todo lo que hay que saber sobre la otitis en las piscinas - lavozdigital\\_130717.pdf](#)

[Todo lo que hay que saber sobre la otitis en las piscinas - prnoticias\\_270617.pdf](#)