

La Dra. Jennifer Cueva, del Centro Médico Quirónsalud Plaza Euskadi, explica tres formas de evitar la otitis en verano

Mantener los oídos secos, usar tapones protectores y evitar el uso de bastoncillos son prácticas esenciales para disfrutar de un verano sin molestias auditivas. Los niños con antecedentes de otitis o con conductos auditivos estrechos son más susceptibles a esta condición

Con la llegada del verano, los niños disfrutan de más actividades acuáticas, lo que aumenta el riesgo de infecciones de oído, comúnmente conocidas como otitis. Entender las causas, tomar medidas preventivas y seguir los cuidados adecuados es fundamental para proteger la salud auditiva de los pequeños.

"Si ha tenido infecciones anteriores, es crucial realizar una revisión antes de exponerse a inmersiones continuas en playas o piscinas", advierte la doctora Jennifer Cueva, especialista en Otorrinolaringología del Centro Médico Quirónsalud Plaza Euskadi. "Este paso es esencial para evitar complicaciones", añade la especialista, destacando la importancia de conocer los antecedentes de infecciones previas o patologías en el oído externo.

¿Qué es la otitis y cuáles son sus síntomas?

La otitis es una inflamación del conducto auditivo externo. Durante el verano, los niños pasan más tiempo en el agua, lo que puede hacer que el agua quede atrapada en sus oídos. Esta humedad crea un ambiente propicio para el crecimiento de bacterias y hongos. Además, aunque el agua de las piscinas esté tratada, puede contener patógenos que favorecen las infecciones. Los niños con antecedentes de otitis o con conductos auditivos estrechos son más susceptibles a esta condición.

"Las otitis externas se caracterizan por un dolor intenso que se exacerba al presionar la zona del oído conocida como 'trago', la pequeña prominencia cartilaginosa ubicada justo delante del conducto auditivo externo. Otro síntoma es la supuración, siendo la primera señal la sensación de taponamiento y disminución de la audición", describe la doctora Cueva.

Las señales más comunes de advertencia incluyen dolor intenso en el oído, sensación de taponamiento o disminución de la audición, supuración o secreción de líquido y picazón o irritación dentro del oído.

Qué hacer ante los síntomas

Para reducir los casos de otitis, se recomiendan medidas: secar bien los oídos, usar tapones para

evitar la entrada de agua y evitar bastoncillos para limpiar los oídos, ya que empujan la cera hacia adentro y provocan bloqueos.

"Si se sospecha de una otitis, lo recomendable es evitar mojar el oído afectado y acudir a un profesional de la salud. Un pediatra o especialista en otorrinolaringología puede prescribir el tratamiento adecuado, que generalmente incluye gotas óticas con antibiótico y, en algunos casos, un corticoide para reducir la inflamación", aclara la doctora Cueva.

Bastoncillos. No, gracias

Ante un tapón, es esencial no recurrir a los bastoncillos, evitar humedecer el oído y acudir a un servicio de urgencias. "Con el bastoncillo arrastramos muy poca cera al exterior y lo que hacemos es empujarla a la parte más interna del conducto, lo que posteriormente hará más difícil su extracción", señala la especialista.

"Recomendamos limpiar la zona externa del oído con una toalla o desde lejos con un secador a temperatura fría, sin dañar la piel, o usar algún producto que actúe como secante. Existen productos ceruminolíticos para reblandecer la cera, que son mucho más recomendables que el bastoncillo", explica la otorrinolaringóloga.

El exceso de cerumen

La cera es una sustancia protectora del oído y solo se convierte en un problema cuando se acumula en exceso o en personas con eccema. Para los niños con tendencia a acumular cerumen, es importante realizar limpiezas periódicas del oído antes del verano. Esto ayudará a prevenir que el cerumen absorba humedad, aumente su volumen y favorezca la infección.

"Hay personas que tienen más tendencia a tener tapones de cera en el oído debido a que tienen el conducto más estrecho o algún sobrecrecimiento benigno", detalla la doctora Cueva. "Es importante que las personas que generan cera de manera regular y necesitan extracciones periódicas acudan a su especialista antes del verano, ya que, si esa cera absorbe la humedad, aumenta su volumen y se infecta, puede causar problemas", concluye la doctora Cueva.

Datos de contacto:

Andrea Mercado
Hospital Quirónsalud Bizkaia
639434655

Nota de prensa publicada en: [Bilbao](#)

Categorías: [Medicina](#) [Sociedad País Vasco](#) [Infantil](#) [Bienestar](#) [Servicios médicos](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>