

Oído de Nadador (Otitis Externa)

¿Qué es el oído de nadador?

La otitis externa, comúnmente conocida con el nombre “otitis del nadador”, es una infección del canal auditivo que transporta sonido del exterior del cuerpo hacia el tímpano. Si su hijo tiene oído de nadador, él o ella puede tener los siguientes síntomas:

- Picazón y dolor de los canales auditivos
- Ocurre después de nadar
- El dolor ocurre al mover el lóbulo del oído hacia arriba y abajo
- El dolor también ocurre al empujar las estructuras del oído externo que rodean el canal auditivo
- El oído se siente tapado
- Al principio se observa una pequeña cantidad de secreción transparente, la cual se vuelve amarillenta si no se aplica tratamiento

¿Qué causa el oído de nadador?

El oído de nadador por lo general ocurre en los niños que pasan mucho tiempo en el agua. Si hay mucha humedad en el oído, el oído se puede irritar, abriendo la piel del canal y permitiendo la entrada de bacterias u hongos. Por esta razón la otitis del nadador ocurre por lo general durante el verano, cuando las personas nadan.

¿Cuándo dura?

Con tratamiento, los síntomas mejoran en 3 días.

¿Cómo puedo cuidar a mi hijo?

- **Medicamento**

Para casos severos, use gotas para el oído a base de algún antibiótico y esteroides (su venta requiere receta médica). Deje escurrir las gotas en el lado de la apertura para asegurarse de que no quede aire atrapado debajo de las gotas. Luego, mueva el oído externo para que las gotas bajen al oído. Continúe la aplicación de las gotas hasta 48 horas después de que todos los síntomas hayan desaparecido. Los niños con tubos de PE (tubos del oído), solo deben usar gotas antibióticas si los síntomas de oído de nadador ocurren, otros métodos podrán causar dolor innecesario y no son eficaces.

En general, su hijo no debe nadar hasta que los síntomas hayan resuelto. Si él está en un equipo de natación, que puede continuar, pero debe usar las gotas para los oídos como un enjuague después de cada sesión de natación. El seguir nadando puede provocar una recuperación más lenta, pero no causar ningún problema serio.

- **Gotas de vinagre blanco**

Para casos leves, use vinagre blanco con agua en partes iguales. Llene el canal auditivo con la mezcla de vinagre con agua. Después de 5 minutos retírelo volteando la cabeza de su hijo hacia un costado. Repita esto dos veces al día o después de nadar.

- **Para aliviar el dolor**

Administre acetaminofén (Tylenol) o ibuprofeno (Advil/Motrin) para aliviar el dolor.

¿Cómo puedo prevenir el oído de nadador?

En primer lugar, limitar el número de horas al día que su hijo pasa en el agua. La clave para la prevención es mantener los canales del oído secos cuando su niño no está en el agua. Después de nadar, saque toda el agua de los canales del oído, girando la cabeza hacia un lado y moviendo el lóbulo de la oreja en diferentes direcciones para ayudar a que salga el agua. Seque la apertura del canal auditivo con cuidado. Si las recurrencias son un gran problema, enjuague los canales del oído de su hijo con alcohol o alcohol mezclado con vinagre blanco cada vez que termina de nadar o después del baño para ayudar a secar y matar los gérmenes.

Errores comunes

- No usar tapones para los oídos de cualquier tipo de prevención o tratamiento. Estos tienden a empujar la cerilla de nuevo en el canal auditivo. Además, no ayudan a mantener toda el agua fuera de los canales auditivos.
- Algodones también no deben insertarse en los canales auditivos. Ellos aumentan la acumulación de cerilla. La cerilla entonces atrapa el agua detrás del algodón y aumenta el riesgo de otitis externa.
- El alcohol es útil para prevenir la otitis externa, pero no para el tratamiento porque causa que arda un oído infectado demasiado

¿Cuándo debo llamar al médico?

Llame de INMEDIATO si:

- El dolor se vuelve severo
- Su hijo empieza a verse muy enfermo

Llame durante horas de consulta si:

- El dolor se vuelve severamente doloroso
- Los síntomas no desaparecen en 3 días
- Usted tiene alguna otra pregunta o preocupación