

Otitis externa

Es la inflamación del oído, a menudo causada por una infección. Hay dos tipos: la otitis media y la otitis externa. Generalmente mejora al cabo de unos días sin problemas, aunque puede tener complicaciones y secuelas.

Otitis externa

Es la infección del conducto auditivo externo. Cuando entra agua, el conducto se debilita y las bacterias o los hongos causan la otitis externa.

Síntomas: Es, sobre todo, un proceso doloroso, sensación de oído taponado, aparición de un cerumen más blanco y reblandecido, picor y, a veces, supuración.

Tratamiento: Suele tratarse con gotas para los oídos que contienen antibióticos y, en ocasiones, esteroides para reducir la inflamación. Analgésicos como ibuprofeno o paracetamol para el dolor. A veces, también con antibióticos en pastillas o jarabes. **Hasta que no esté curada, no puede entrar agua en el oído.**

Prevención: Para prevenir las otitis externas hay que **evitar la humedad en el oído o los bastoncillos de limpieza**. En los nadadores que las padecen a menudo se recomiendan tapones para los oídos al nadar.

Los bastoncillos nunca son recomendables.

Otitis media

El oído medio es la cavidad que está detrás del tímpano. Aquí se encuentran los huesecillos que transmiten el sonido.

La trompa de Eustaquio es su drenaje natural hacia la nariz.

La otitis media es muy común en los niños. También puede ocurrir en adultos. La causa habitual es un resfriado nasal, una alergia o las vegetaciones. Esto obstruye la trompa de Eustaquio y la secreción del oído queda atrapada dentro del oído medio.

Síntomas: Dolor de oído, sensación de oído lleno, alteración de la audición, malestar general, fiebre, dolor de cabeza, náuseas, vómitos y diarrea. En los lactantes causa irritabilidad, llanto y fiebre.

Cuando sale secreción de líquido por el oído, aunque puede aliviar el dolor, hay que consultar a un profesional sanitario.

Tratamiento: Consulte a su médico o médica. El tratamiento busca, sobre todo, controlar el dolor. Muchas otitis medias mejoran espontáneamente; en algunos casos, según la edad, los síntomas y la exploración, puede ser necesario un antibiótico. Para el dolor suele administrarse ibuprofeno o paracetamol.

Los lavados nasales suaves con suero fisiológico en la nariz cada 6-8 horas ayudan a desobstruir la trompa de Eustaquio. Realice los lavados nasales suavemente y evite sonarse con mucha fuerza.

Mejora en unos 3 días, pero el tratamiento puede ser más largo. **Tome el tratamiento durante todo el tiempo indicado por su médica, sin dejarlo antes.**

Lo pueden derivar al otorrinolaringólogo si la otitis media es recurrente o rebelde al tratamiento, si es necesario extirpar las vegetaciones, si es necesario colocar un drenaje en el tímpano y siempre que lo considere oportuno.

Prevención: Para prevenir la otitis media se recomienda: **Evitar fumar en un hogar con niños y tener las vacunas al día.** La lactancia materna ayuda a prevenirla en los lactantes. Si necesita biberón, evite dárselo con el bebé completamente tumbado.

