



Temporada de piscina: Cuidados que se deben tener con los oídos durante el verano

Las altas temperaturas y la exposición a la humedad son algunos factores que pueden aumentar las probabilidades de desarrollar una dolorosa otitis.



24Horas.cl Tvn
 © 18.01.2019

Estamos en pleno **verano y el calor** abre paso a un sin número de actividades al aire libre para refrescarse, como bañarse durante largo rato en una piscina. Si bien es un sano panorama, poco se habla del cuidado de los oídos y las complicaciones que puede generar un simple chapuzón.

Por ello, es importante tomar algunos **resguardos para evitar cualquier problema de salud** que pueda obstaculizar la entretención, sobre todo en los niños.

“Cuando nadamos en una piscina, **nuestros oídos están expuestos a la entrada de bacterias, virus y hongos** presentes en el agua los cuales, sumado a las altas temperaturas, generan un ambiente perfecto para la proliferación de infecciones y la aparición de las llamadas otitis externas”, señala Christian Espinoza, docente de la Escuela de Fonoaudiología de Universidad de Las Américas.

Eso sí, aclara que esto no ocurre siempre, ya que nuestro cuerpo tiene un sistema de protección a base de una cera, llamado cerumen, el cual tiene por función defender a nuestro oído de estas infecciones.

“Es por esta y otras razones, que **no se recomienda utilizar los llamados ‘cotonitos’ dentro del conducto auditivo**, ya que eliminan el cerumen que recubre la piel del oído, disminuyendo la capa protectora y facilitando la entrada de las infecciones al oído, además de aumentar la probabilidad de rupturas de tímpano y generación de tapones de cerumen, por lo que jamás debiese utilizarse para este fin”, sostiene Espinoza.

Con todo, cuando estemos en una piscina, laguna o playa es importante evitar cualquier entrada de agua al oído, por lo que el experto de UDLA **aconseja el uso de tapones**, que impedirán que el agua pueda penetrar a sectores más sensibles. “Si no cuenta con estos elementos, debe secar bien el oído y eliminar el agua restante, inclinando la cabeza y presionando la parte posterior del lóbulo hasta que se libere”, explica el académico.

Por último, Espinoza advierte que si se presentan dolores, picazón persistente o supuración debe acercarse a su centro de salud correspondiente, con el fin de que su médico aplique el tratamiento correspondiente.