

Experto enseña a cuidarse los oídos al disfrutar del agua en playas y piscinas

Cuando el líquido está sucio puede favorecer la aparición de infecciones como la otitis.

Uno de los panoramas más entretenidos en verano es bañarse en piscinas, playas, lagos y ríos. Sin embargo, al hacerlo hay que tomar precauciones para cuidarse los oídos.

Camilo Vargas, académico de la carrera de Fonoaudiología de UDEA Sede Viña del Mar, explicó que el oído está sano si se mantienen sus condiciones de temperatura y humedad, si tiene cerumen que lo proteja de bacterias y cuer-

pos extraños, y si no tiene problemas el tímpano, que es la membrana que separa la parte externa y media del oído.

Según el experto, estas condiciones podrían cambiar con el agua de piscina o del mar y si no se regulan a tiempo se pueden desarrollar enfermedades.

"El agua por sí sola no es un problema, pero si está sucia puede favorecer la aparición de enfermedades en el

conducto auditivo externo, que si está húmedo se transformará en un ambiente ideal para la proliferación de bacterias y la aparición de infecciones, siendo la más común la otitis externa. Si esto ocurre, habrá principalmente dolor de oído, dolor al masticar y al mover la oreja.", dijo Vargas.

¿Cómo evitar estos males? El experto dijo que lo más recomendado es usar gorros de baño y tapones de oído, ya

que el uso de ambos elementos reduce la posibilidad de que entre agua al conducto auditivo externo.

"Si entra agua al oído, lo más importante es secar todo el pabellón, la oreja y luego la entrada del conducto. Esto debe hacerse apenas salga la persona del agua y realizarlo más de una vez. No se recomienda usar cotonitos en el oído porque pueden generar una lesión local que sólo ha-



El agua es uno de los grandes atractivos de la época estival.

rá más probable el desarrollo de una infección. Es importante recordar que el cerumen es necesario para mante-

ner el pH del conducto auditivo, por lo que no se aconseja retirarlo por completo", dijo el fonoaudiólogo.