



# La otitis externa, un mal del verano

- ▶ Las consultas médicas por esta infección de oídos se disparan en la época estival a causa de la mayor afluencia a piscinas y playas
- ▶ La mayoría de los afectados son niños

Un niño, sorteando una ola. // Cabalar

ÁGATHA DE SANTOS  
VIGO

La otitis externa, popularmente conocida como otitis del nadador, es un clásico de las urgencias médicas en la época estival. Según el doctor Manuel Estévez, cirujano otorrinolaringólogo del Complejo Hospitalario Universitario de Vigo (CHUVI), las consultas por este problema se disparan todos los veranos. "En el hospital Álvaro Cunqueiro estamos atendiendo una media de uno y dos casos diarios de otitis externa entre el servicio de otorrinolaringología y el de pediatría", afirma.

Y esto es solo una muestra de los casos reales. Según este especialista, miembro de la Sociedad Española de Otorrinolaringología y Cirugía de Cabeza y Cuello (SEORL-CCC) y de la Sociedad Gallega de Otorrinolaringología (SGO), muchas personas que son propensas a sufrir otitis externa por hongos no pasan por los servicios médicos, sino que acuden directamente a la farmacia, ya que en estos casos el tratamiento más eficaz consiste en un preparado de alcohol boricado a saturación que se vende sin receta médica.

La otitis del nadador es una infección aguda de la piel que cubre el conducto auditivo externo que está causada por diferentes tipos de hongos —del tipo *Candida albicans* y *Aspergillus nige*— y más frecuentemente por bacterias —las más comunes son la *Pseudomonas aeruginosa* y el *Staphylococcus aureus*—. El doctor Estévez explica que, si hay mucha humedad dentro del oído, este se puede irritar y se puede desgarrar la piel de su interior, lo que favorece la entrada de estos patógenos. Es más habitual que se dé tras la inmersión en piscinas y ríos que en el mar, debido a las distintas características de las aguas. "Los niños, especialmente los de entre cinco y doce años, son el colectivo más vulnerable a esta afección de oídos, ya que pasan mu-

cho tiempo en el agua", explica.

Pero no son los únicos. Las personas que practican deportes acuáticos como submarinismo, surf y natación en aguas abiertas, sobre todo si tienen alguna anomalía anatómica del conducto auditivo, son más propensas a desarrollar esta afección, que no hay que confundir con la otitis media aguda (infección bacteriana o viral del oído medio, que en general acompaña una infección de las vías respiratorias superiores).

Sin embargo, y a pesar del nombre, no hace falta nadar para tener una otitis del nadador. Hay otros factores, además de la humedad excesiva en el conducto auditivo, que favorecen la proliferación de gérmenes. Según el otorrino, tener la piel muy seca —eccemas, dermatitis, piel atópica—, la escasez de cera (cerumen) y pequeños traumatismos, normalmente producidos por el uso de bastoncillos de algodón (hisopos), así como costumbres como rascarse el conducto auditivo o introducirse objetos como pasadores o clips pueden desembocar en una infec-

“

MANUEL ESTÉVEZ  
OTORRINO

“Los niños son los más vulnerables a una infección de oídos porque están más tiempo en el agua”

ción.

Los síntomas más frecuentes de la otitis del bañista son dolor, que se agrava al tragar; edema y eritema del conducto auditivo externo. En la enfermedad aguda hay presencia de secreción seropurulenta de tono verdoso por el conducto auditivo, que puede ser maloliente, y la obstrucción del mismo. Rara vez provoca fiebre.

Según el especialista, su tratamiento comprende el abordaje de la infección y la inflamación, el dolor y la higiene auditiva. En el caso

de la otitis causada por hongos, el tratamiento más efectivo es el alcohol boricado a saturación.

En cuanto a la bacteriana, depende de la gravedad de la infección. Si es leve y moderada, resultan eficaces los antibióticos y los corticosteroides tópicos. La leve puede tratarse mediante la alteración del pH del conducto auditivo con una solución de ácido acético al 2% (o vinagre blanco) y aliviar la inflamación con hidrocortisona tópica. La moderada requiere el agregado de una solución o suspensión antibacteriana por vía tópica (en forma de gotas). En las infecciones más graves, cuando el conducto está muy cerrado e impide la entrada de las gotas, se pueden recetar antibióticos por vía oral.

Si la otitis no se trata, el dolor de oídos empeorará y es posible que la infección se extienda. El paracetamol y el ibuprofeno pueden aliviar el dolor. Sin embargo, es posible que el especialista prescriba otros medicamentos más potentes contra el dolor.

## Pautas para prevenir la infección de oídos

La otitis externa puede ser muy latosa, fundamentalmente porque cursa con dolor. El otorrinolaringólogo Manuel Estévez ofrece cinco consejos sencillos para evitar que gérmenes como bacterias y hongos colonicen el conducto auditivo y hagan de las suyas este verano:

■ **Reducir el tiempo de inmersión**, sobre todo en los niños, que son los que permanecen más tiempo dentro de la piscina o en el mar.

■ **Limpiar y secar** con la punta de una toalla el conducto auditivo tras cada baño, evitando así la humedad. Si fuera necesario, se pue-

de emplear un secador de pelo a una distancia de no menos de 20 centímetros para secar el oído.

■ **Fuera bastoncillos**. El especialista desaconseja el uso de bastoncillos de algodón para limpiar el interior del oído, una costumbre muy extendida con los niños, y que pueden empujar la cera hacia la parte más interna del oído, irritando el conducto auditivo y en algunos casos, provocando una infección. Tampoco hay que introducir ni las uñas ni otros objetos punzantes como clips, bolígrafos y horquillas, ya que cualquiera de ellos puede causar heridas y perforaciones, y favorecer la entrada de agen-

tes patógenos que pueden provocar una infección.

■ **Aplicar un preparado** de ácido acético al 2% en el conducto auditivo tras el baño, ya que la acidificación de la piel del conducto auditivo reduce el riesgo de desarrollar una otitis. Este preparado se recomienda ya de forma sistemática a las personas que practican deportes acuáticos como medida preventiva.

■ **Acudir a la consulta** del otorrinolaringólogo en caso de sufrir molestias y síntomas para iniciar el tratamiento y evitar de esta forma que la infección pueda agravarse.

## Sanidad retira unos helados de vainilla por contener 2-Cloroetanol

REDACCIÓN  
VIGO

La Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (Aesan) informó ayer de que se están retirando de los canales de comercialización de España los lotes de helado de vainilla de la marca Häagen-Dazs procedentes de Francia en los que se ha detectado la presencia de 2-Cloroetanol.

Se trata de una actualización de la alerta que la Aesan, dependiente del Ministerio de Consumo, emitió el pasado 11 de julio al detectar esta sustancia —un metabolito del óxido de etileno— en los mencionados helados, pero entonces no había aún constancia de que los lotes afectarían a España.

Según la información que la Aesan ha difundido esta jornada a través de su página web, la empresa ha contactado con todos sus clientes para que bloqueen el stock de sus almacenes y retiren los productos afectados del punto de venta.

Asimismo, la empresa comunica que los consumidores que hayan adquirido uno de estos productos afectados deben deshacerse de ellos y pueden contactar con su Servicio de Atención al Cliente.

Según se informó en un primer momento, el origen de la contaminación se encuentra en el extracto de vainilla de Madagascar utilizado en su elaboración.

## Twitter confirma el robo de datos de 5,4 millones de usuarios

REDACCIÓN  
VIGO

Twitter confirmó ayer el robo de datos a 5,4 millones de usuarios y anunció que enviará un aviso a los afectados para que sepan que su información ha quedado expuesta. La brecha de seguridad permitía ligar una cuenta de esta red con un número de teléfono o una dirección de correo electrónico, por lo que pueden quedar al descubierto las identidades de usuarios que están en Twitter con seudónimo.

La firma recomienda ahora a los dueños de cuentas anónimas que, para mantener su identidad lo más oculta posible, no las asocien a un teléfono o un correo "públicamente conocidos".