

Cuidado de los oídos en los niños.

El oído es uno de los órganos más sensibles a las bajas temperaturas y humedad del invierno, por esta razón es necesario tomar precauciones y extremar su cuidado.

Es posible que los oídos sufran las consecuencias de las afecciones invernales como catarros, faringitis y gripe u otro tipo de infecciones y se vean afectados por una otitis. **La otitis media es una inflamación del oído medio que puede ser de causa vírica o bacteriana.** Casi la mitad de los niños padecen alguna infección de oído durante su primer año de vida y algunos serán propensos a tener recurrencias, particularmente aquellos cuyos padres o hermanos hayan padecido el mismo problema durante la infancia.

Cuando se trata de niños muy pequeños deberemos estar atentos a su llanto y a si se llevan la mano a las orejas con más frecuencia de lo habitual, ya que pueden ser señales indicadoras de dolor de oído. Se recomienda prestar atención a los siguientes signos y síntomas:

- Se rasca o toca el oído con mucha frecuencia
- Lloro y está irritado
- El pabellón de la oreja está enrojecido
- Pérdida de audición
- Fiebre
- Abundante mucosidad en el oído

La acumulación de fluido en el oído medio causa dolor de oído, hinchazón y enrojecimiento impidiendo que el tímpano vibre adecuadamente, lo que suele tener como resultado problemas de audición (temporales). Esta afección puede llegar a ser crónica y, finalmente, puede provocar dificultades de audición. De hecho, una otitis media aguda podría provocar en el peor de los casos la rotura del tímpano.



¿Qué podemos hacer para proteger los oídos?

> Mantenerlos **tapados** en la medida de lo posible para preservarlos del frío con la ayuda de orejeras o gorros.

> **Secar la parte externa** de los oídos diariamente después del baño con la toalla o utilizando toallitas de bebé sin alcohol.

> Mantener una **alimentación variada** que aporte todos los nutrientes esenciales y que ayude a tener unas buenas defensas.

> Si hay dolor se puede aplicar una **bolsa de agua caliente** de forma externa para reducir la inflamación.

> Realizar una **revisión auditiva** después de haber pasado una otitis o cualquier tipo de infección del oído con el objetivo de comprobar si la afección ha remitido correctamente.

> La asistencia a la guardería es un factor de riesgo para contraer otitis media aguda y para contraer patógenos resistentes. El contacto íntimo y mantenido entre los niños, más en niños pequeños, y la permanencia en lugar cerrado facilitan esta predisposición. Por lo que será preferible que

Casi la mitad de los niños padecen alguna infección de oído durante su primer año de vida

el niño se quede en casa unos días hasta que mejore y así también se evitará el contagio de otros niños.

> **No introduzcas objetos en tus oídos**, ni siquiera los bastoncillos de algodón, ya que puedes dañar la membrana y el interior, y provocar tapones.

Además la presencia de fumadores en el medio familiar es un factor predisponente para padecer todo tipo de infección respiratoria en la infancia. Las infecciones respiratorias, las alergias y los contaminantes aéreos también pueden provocar infecciones de oído.

Los niños muy afectados por la acumulación de mocos, infecciones repetidas de oídos o sordera, deben acudir al médico, ya que pueden ser necesarios drenajes frecuentes en el tímpano para que salga el moco acumulado y no se infecte.