

ABC del dolor de oído: guía para padres

Sabemos que como padre, estás siempre listo para declararle la guerra a los gérmenes que amenazan a tus niños. A pesar de esto, las cifras indican que tres de cuatro niños tendrán una infección de oído antes de cumplir 3 años de edad. ¹

A continuación encontrarás una guía con todo lo que necesitas saber sobre el dolor de oído y así reconocer los posibles síntomas, causas y tratamiento para proteger a tus hijos. ¡Sigue leyendo!



¿Qué es una infección de oído?

La infección del oído es una inflamación del oído medio, generalmente causada por una bacteria, y ocurre cuando se acumula líquido detrás del tímpano. Y aunque cualquiera puede tener una infección del oído, es más común en los niños. ²

Como lo mencionamos anteriormente, tres de cuatro niños tienen por lo menos una infección del oído antes de cumplir los tres años de edad.¹ De hecho, la otitis media (nombre científico de la infección de oído), es la razón más común por la cual los padres llevan a sus hijos al médico.²

Dolor de oído: causas

El dolor de oído es una afección que puede aparecer en cualquier parte de este, bien sea interno, medio o externo.³

La causa más común es la infección del oído medio (espacio detrás del tímpano), que generalmente es causada por virus o bacterias.³ Otras posibles causas del dolor de oído son:⁴

- **Otitis Externa (oído del nadador).** Es una infección o irritación en la piel del conducto auditivo, habitual en nadadores y en temporada de verano. Uno de sus síntomas más frecuentes, es la comezón en el conducto. Si hay infección es probable que se presente dolor.⁴

- **Lesión en el conducto auditivo.** Introducir elementos como palillos, los dedos o uñas pueden producir lesiones que ocasionan dolor de oído.⁴
- **Absceso en el conducto auditivo.** Los folículos pilosos que se encuentran dentro de los oídos, se pueden infectar y formar un abultamiento de aspecto rojizo que produce dolor y en algunas ocasiones, debe ser drenado.⁴
- **Cera o Cerumen.** Cuando se endurece un trozo de cera grande dentro del oído, puede generar un dolor leve, si se comprime con un algodón o elemento extraño la presión, puede hacer que el dolor aumente.⁴
- **Cuerpo extraño en el conducto auditivo.** Es muy común que los niños introduzcan objetos en sus oídos, cuando dichos elementos quedan incrustados o tienen puntas, lastiman y generan dolor de oído.⁴
- **Dolor de oído por viaje en avión.** Cuando el conducto auditivo está bloqueado y hay un cambio repentino de presión en el aire, hace que el tímpano se estire y genere dolor agudo. Suele ocurrir cuando despegar o aterriza el avión o cuando se conduce en las montañas por los cambios de altura y presión.⁴
- **Infecciones de oído perforado.** Son muy comunes y suceden cuando no se tienen los cuidados o higiene recomendados.⁴
- **Dolor Referido.** Cuando el dolor no es específico del oído o la oreja, sino que proviene de otro tipo de trastorno frecuente como: infección en las amígdalas, dolor de muela (por posible caries), paperas, inflamación de la glándula parótida o dolor mandibular.⁴

¿Cómo puedo saber si mi niño tiene una infección del oído?

La mayoría de las infecciones del oído se presentan cuando los niños no saben hablar. Si tu hijo aún no puede decirte cuando algo le duele o molesta, observa los siguientes signos:²

- Se lleva la mano a la oreja (s) y tira de ella (s).²
- Se siente molesto y llora.²
- Tiene problemas para dormir.²
- Tiene fiebre (especialmente en bebés y en niños pequeños).²
- Está drenando (saliendo) líquido del oído.²



- Se mueve torpemente o tiene problemas de equilibrio.²
- Tiene problemas al escuchar o responder a tonos suaves.²

Para tratar la infección de oído de tu hijo, tu médico tendrá en cuenta muchos factores, incluyendo:⁵

- El tipo y la gravedad de la infección de oído.⁵
- La frecuencia con que tu niño contrae este tipo de infecciones.⁵
- Cuánto tiempo hace que el niño tiene esta infección.⁵
- La edad del niño y cualquier factor de riesgo que presente.⁵
- Si la infección de oído afecta o no a la audición.⁵

¿Cómo puedo ayudar a mi hijo a sentirse mejor?

Con o sin tratamiento antibiótico, puedes ayudar a tu hijo a sentirse mejor, administrando los medicamentos recomendados por el pediatra o médico de cabecera, para aliviar el dolor y bajar la fiebre en caso de ser necesario. Es posible que el médico también te recomiende administrar gotas analgésicas para los oídos siempre y cuando el niño no tenga el tímpano perforado.⁵



¿Se pueden prevenir las infecciones de oído?⁵

Algunas elecciones relacionadas con el estilo de vida pueden proteger a tus niños de las infecciones de oído:⁵

- **Amamantar** a tu bebé durante por lo menos seis meses puede ayudar a prevenir los episodios de otitis durante los primeros meses de vida. Si se le da el biberón, es mejor dárselo mientras está semiincorporado en vez de acostado.⁵
- **Lavar las manos** a conciencia y a menudo. Esta es una de las formas más importantes de impedir que se propaguen los gérmenes que, al provocar resfriados, favorecen el desarrollo de infecciones de oído.⁵
- **Llevar al día el calendario de vacunación** de tu niño, porque hay ciertas vacunas que pueden ayudar a prevenir las infecciones de oído.⁵

Factores de riesgo⁶

Algunos de los factores de riesgo para las infecciones del oído son:⁶

- **La edad.** Los niños entre las edades de 6 meses y 2 años son más susceptibles a las infecciones de oído debido al tamaño y la forma de sus trompas de Eustaquio y porque su sistema inmunitario aún está en desarrollo.⁶
- **Cuidado infantil en grupo.** Los niños cuidados en grupo tienen más probabilidades de contraer resfríos e infecciones de oído que los niños que permanecen en casa. Los niños en entornos grupales están expuestos a más infecciones, como el resfriado común.⁶
- **Alimentación del lactante.** Los lactantes que beben del biberón, especialmente cuando están acostados, tienden a tener más infecciones de oído que los bebés que son amamantados.⁶
- **Factores estacionales.** Las infecciones de oído son más comunes durante el otoño y el invierno. Las personas con alergias estacionales pueden tener un mayor riesgo de padecer infecciones de oído cuando los recuentos de polen son altos.⁶
- **Mala calidad del aire.** La exposición al humo de tabaco o a altos niveles de contaminación del aire puede aumentar el riesgo de padecer infecciones de oído.⁶
- **Hendidura del paladar.** Las diferencias en la estructura ósea y los músculos de los niños con hendidura del paladar pueden dificultar el drenaje de la trompa de Eustaquio.⁶

Cómo reducir los riesgos de infección de oído¹

Aunque los padres no pueden eludir cualquier germen que se dirija a su hijo, pueden tomar pasos para reducir los riesgos para sus niños. ¹

- **Fumar** es un enorme factor que contribuye a las enfermedades en la infancia. Las infecciones del oído no son la excepción de esa regla. Fumar es adictivo y difícil de dejar, pero no todos los fumadores se dan cuenta de los efectos dañinos que el humo de segunda mano puede provocar en sus hijos. Dejar de fumar es tan importante para tu salud como para la de tu hijo.¹
- **Los malos hábitos de higiene** son otro problema importante. Los niños que están en una guardería están más expuestos a bacterias en el ambiente.

Enseña a tus niños a lavarse las manos con frecuencia para evitar esparcir los gérmenes que provocan enfermedades.¹

- Habla con el médico de tu hijo sobre las vacunas que protegen contra la neumonía y meningitis. Los estudios demuestran que un niño vacunado tiene menos infecciones del oído.¹
- **Amamanta a tu bebé durante el primer año.** La leche materna tiene muchas sustancias que protegen a tu bebé de una diversidad de enfermedades e infecciones. Debido a estas sustancias protectoras, los niños que se alimentan con leche materna son menos propensos a tener infecciones bacterianas o virales como infecciones del oído.¹
- **Considera vacunarte contra la influenza.** Aparte de protegerte contra esta enfermedad, puedes ayudar a evitar infecciones del oído.¹

Somos Mi Salud Me Mueve, un espacio donde encontrarás información que puede ser útil o de interés para mantener un estilo de vida saludable y conocer sobre diferentes temas de salud en pro del cuidado y el bienestar tuyo y de tu familia. Porque tu salud nos mueve.



Esta es una campaña educativa de Pfizer S.A.S. La información aquí presentada es desarrollada con un fin educativo y no se debe utilizar para realizar diagnósticos o tratamientos de ninguna condición médica, ni sustituye la consulta médica.

©Pfizer S.A.S. Todos los derechos reservados – Prohibida su reproducción total o parcial sin autorización del titular. PP-UNP-COL-0213

Referencias

1. Healthy Children. Las infecciones del oído hoy, desaparecen mañana. Disponible en: <https://www.healthychildren.org/Spanish/health-issues/conditions/ear-nose-throat/Paginas/Ear-Infection-Today-Gone-Tomorrow.aspx> Revisado el 21 de noviembre de 2015. Consultado 26 de mayo de 2022.
2. National institute on deafness and other communication disorders. ¿Qué es una infección de oído? Disponible en <https://www.nidcd.nih.gov/es/espanol/infecciones-del-oido-en-los-ninos#1> Revisado 06 de marzo de 2017. Consultado 26 de mayo de 2022.
3. Instituto de Otorrinolaringología y Cirugía de la Cabeza y Cuello de Madrid. Dolor de oídos (Otalgia). Disponible en <https://www.institutoorl-iom.com/dolor-de-oidos-otalgia/> Revisado 23 de mayo de 2022. Consultado 26 de mayo de 2022.
4. Children 's Hospital Colorado/Causas del dolor de oído. Disponible en <https://www.childrenscolorado.org/es/conditions-and-advice/conditions-and->

[symptoms/symptoms/dolor-de-oido/](#) Revisado el 24 de mayo de 2022. Consultado 26 de mayo de 2022.

5. Kids Health Infecciones del oído medio. Disponible en <https://kidshealth.org/es/parents/otitis-media.html> Revisado en abril de 2017. Consultado 26 de mayo de 2022.
6. Mayo Clinic. Infección de oído. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/ear-infections/symptoms-causes/syc-20351616> Revisado en septiembre 13 de 2019. Consultado 26 de mayo de 2022.