



General | | Actualitzat el 30/06/2021 a les 07:15

Otitis de la piscina: què és i com prevenir-la?

*Per què a l'estiu hi ha més casos d'otitis externa? Què es pot fer per evitar-ho?
En parlem amb la pediatra Anna Estapé*

[inicentrareport]Arriba l'**estiu** i és habitual que sentim que comencen a aparèixer les primeres **otitis** relacionades amb la **piscina**. I és normal ja que les otitis externes són molt freqüents en els nens i nenes, sobretot en els escolars. Fins un 10% de nosaltres patirem una otitis externa en algun moment de la nostra vida!

[GotaVerdaPle] Què és la otitis externa?

La otitis externa o otitis del nadador o de les piscines és una inflamació del conducte auditiu extern, és a dir, el conducte que comunica l'exterior amb el timpà. La causa principal d'aquesta inflamació és la **infecció per una bactèria**.

No hem de confondre-la amb la otitis mitja, que és aquella otitis que es produeix en el context d'un refredat a l'hivern degut a la acumulació de mucositat.

[GotaVerdaPle] Per què es produeixen les otitis externes?

La humitat de l'**aigua a les oïdes** és un factor que afavoreix l'aparició d'aquesta infecció, per aquest motiu són molt freqüents a l'estiu i en relació amb l'assistència a les piscines i les platges.

[GotaVerdaPle] Quins símptomes dona?

El símptoma principal és el **dolor a l'oïda**, que sol ser molt intens i que augmenta quan pressionem l'entrada de l'oïda. A vegades simplement amb el gest de tocar el pavelló auricular pot fer mal, o fins i tot en mastegar. Els ganglis de la zona poden augmentar la seva mida.

El més freqüent és que afecti una sola oïda i **no sol anar acompanyat de febre**.

[GotaVerdaPle] Quin tractament té?

El tractament consisteix en l'aplicació d'unes **gotes d'antibiòtic** a l'oïda afectada durant aproximadament una setmana i tractament del dolor amb **analgèsics**. Com hem dit, el dolor de la otitis externa és molt intens pel que és important combinar el tractament antibiòtic amb medicaments per disminuir el dolor. A les 48-72 hores d'iniciar el tractament sol notar-se milloria.

És important que durant el tractament intentem evitar l'entrada d'aigua al conducte de la oïda, pel que haurem de tenir especial precaució amb les piscines i les platges. Si el nen es troba bé, pot anar a l'escola sense problema ja que la otitis externa **no és contagiosa**.

[GotaVerdaPle] Podem fer alguna cosa per prevenir-les?

A continuació us donarem alguns consells per intentar prevenir la otitis externa:

[GotaVerdaBuit] **Evita la humitat** en el conducte extern. Seca la part externa de les orelles després de banyar-te o dutxar-te i inclina el cap cap als dos cantons per facilitar el drenatge de l'aigua.



[GotaVerdaBuit] **No utilitzis bastonets** per netejar-te les orelles. Poden afavorir la infecció o causar alguna petita ferida que posteriorment s'infecti. Tampoc et rasquis les orelles amb altres objectes, per exemple bolígrafs.

[GotaVerdaBuit] La **cera** és un mecanisme de defensa de les nostres orelles. No us obsessioneu amb treure-la. És suficient si netegem les orelles per fora amb una tovallola després del bany.

[GotaVerdaBuit] A vegades pot estar indicada l'aplicació, després de nadar, d'unes gotes en les oïdes d'uns preparats que venen a la farmàcia (normalment a base d'**alcohol boricat** o **àcid acètic**). Això pot ajudar a prevenir l'aparició d'otitis externa i pot estar indicat en el cas de que la teva criatura sigui molt propensa a contraure-les. Si vols més informació sobre aquest tractament, pots consultar-ho amb el teu pediatra.

[ficientrareport]