

2.8. Dolor de oído en personas adultas

El oído se divide en tres partes: externa (oreja y conducto auditivo hasta la membrana del tímpano), media (caja timpánica) e interna (donde se encuentran los receptores nerviosos del oído). Cuando una de estas partes se inflama, se habla de otitis.

La **otitis externa** puede producirse por un simple grano o forúnculo. El síntoma habitual es un dolor local, en ocasiones intenso, que empeora cuando se toca o se mueve el lóbulo de la oreja. Cuando la inflamación es de todo el conducto externo, suele haber una supuración de pus amarillo-verdoso, puede notar que oye menos e incluso tener unas décimas de fiebre. Con frecuencia ocurre tras nadar o bucear, o por haber introducido en el oído bastoncillos u objetos para rascarse.

La **otitis media aguda** también produce dolor y los síntomas son parecidos. Suele aparecer durante o después de infecciones respiratorias agudas (resfriados, catarros, etc.). Puede presentar perforación del tímpano y supuración. Casi siempre hay fiebre. El 80-90% de las otitis medias agudas están causadas por virus y se curan espontáneamente sin antibióticos, sin que aumente el número de complicaciones o secuelas.

La **otitis media serosa** consiste en la acumulación de moco detrás de la membrana del tímpano. Aparece también durante o después de un resfriado y el síntoma principal suele ser la sordera o molestias poco definidas del oído.

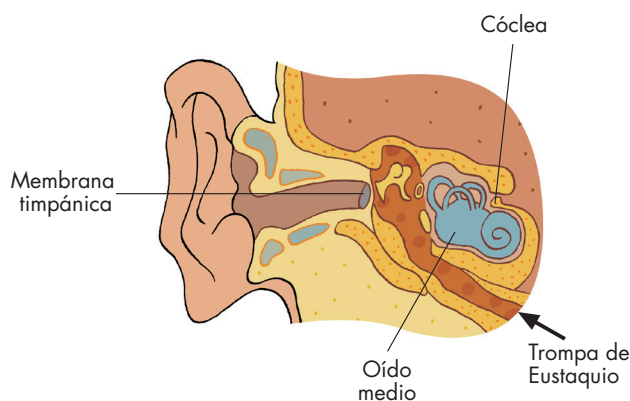
En ocasiones puede tratarse de un «**dolor referido**». Esto quiere decir que la causa no está en el oído, sino en otra parte; por ejemplo, la articulación de la mandíbula, los dientes, la garganta, los ganglios u otro lugar cercano.

¿Qué puede hacer?

- Si tiene dolor, puede usar **medicamentos** como el paracetamol o el ibuprofeno, en la dosis que habitualmente le indique su médica o médico.
- En la otitis externa aguda, o si presenta dolor o supuración de oído, **evite la entrada de agua** en el oído, pero sin usar tapones de forma continua.
- En la otitis media aguda o serosa:
 - **No fume.** Es un riesgo para usted y las personas que viven con usted. Los hijos de fumadores padecen más habitualmente otitis medias agudas y otitis serosas.
 - Mantenga la nariz destapada con **lavados frecuentes** con agua con sal o suero fisiológico.
- En la otitis media serosa **mastique chicle sin azúcar**, favorece la ventilación del oído medio, la eliminación del moco y disminuye la presión en dicha cavidad.



- Si el dolor de oído está provocado por cambios de altitud (avión, carretera), se aconseja también masticar chicle o beber líquidos a sorbos.
- Si utiliza audífono, cuídelo según las instrucciones.
- Evite siempre rascarse e introducir objetos dentro del oído. Los bastoncillos son exclusivamente para la higiene externa del oído.



¿Cuándo consultar a su médico/a de familia?

- Si padece vértigo o inestabilidad de forma repentina.
- Si tiene supuración.
- Si el dolor es intenso o la fiebre alta.
- Si tiene otitis repetidas, le supura a menudo el oído o nota que pierde audición.
- Si después de 48-72 horas de haber iniciado el tratamiento indicado por su médico o médica no presenta mejoría.

¿Dónde conseguir más información?

- <https://www.fisterra.com/m/ficha.asp?idFicha=2259>
- <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/003046.html>
- <https://es.familydoctor.org/condicion/otitis-externa-oido-de-nadador/>