Grupo GN explica cómo cuidar los oídos en verano

Comunicados | 19/07/2024 | 00:00

El verano de 2024 llegaba con temperaturas un poco más bajas de lo habitual. Pero esto ya ha cambiado. El verano es una época maravillosa para disfrutar del sol, la playa y las actividades al aire libre, pero también implica ciertos riesgos auditivos, cuya prevención, resulta sencilla

/COMUNICAE/

El verano de 2024 llegaba con temperaturas un poco más bajas de lo habitual. Pero esto ya ha cambiado. El verano es una época maravillosa para disfrutar del sol, la playa y las actividades al aire libre, pero también implica ciertos riesgos auditivos, cuya prevención, resulta sencilla

Los baños en playas y piscinas incrementan el riesgo de infecciones en el oído como consecuencia de la humedad. La dermatitis alérgicas, el estrés, los ambientes polvorientos, así como la contaminación bacteriana o química de las aguas, son factores favorecedores de estas infecciones, según explica la Sociedad Española de Otorrinolaringología.

Es recomendable utilizar tapones para los oídos a prueba de agua para prevenir la otitis externa, también conocida como "oído de nadador". Por supuesto, también es más que recomendable evitar los baños en aguas potencialmente contaminadas o con características poco higiénicas.

Después de nadar o de la ducha, es importante secar bien los oídos. Se debe inclinar la cabeza hacia un lado para ayudar a drenar el agua y usar una toalla suave para secar la parte exterior del oído. También, es efectivo dar algún pequeño salto para que, por efecto de la gravedad, sea expulsada. Se debe evitar el uso de bastoncillos para secar el oído, ya que pueden dañar el canal auditivo o empujar la cera hacia adentro.

Hay personas que deben tener especial cuidado e incluso utilizar tapones para los oídos, para reducir la posibilidad de entrada de agua.

Las actividades veraniegas como conciertos, festivales y fuegos artificiales pueden exponer los oídos a niveles de ruido peligrosos. Una buena medida de prevención es la de utilizar tapones para los oídos en estos eventos y trata de mantener una distancia segura de las fuentes del sonido. Los más efectivos son los que se fabrican a medida del canal auditivo del usuario.

Hay que tener cuidado con los cambios de presión, que pueden afectar a los oídos. Masticar chicle, tragar o usar tapones especiales para cambios de presión pueden ayudar a igualar la presión en los oídos.

Cuando hay síntomas de infección en el oído como dolor, picazón, pérdida de audición o secreción, es necesario consultar a un médico de inmediato. Las infecciones pueden agravarse si no se tratan adecuadamente.

La protección solar también debe aplicarse en las orejas para protegerlas de los daños del sol.

¿Cómo se fabrican los tapones a medida?

Como se ha visto, para muchas de las cuestiones a las que afecta la prevención de estos riesgos, es bueno el uso de tapones de baño para los oídos.

Hay muchos tipos de tapones de baño para los oídos. Los tapones de silicona moldeable se amoldan a la forma del oído y proporcionan un ajuste personalizado. Son reutilizables y cómodos. Los tapones de espuma son económicos y desechables, pero pueden no ofrecer un ajuste tan preciso como los de silicona. Los tapones de silicona preformada tienen varios tamaños y están diseñados para adaptarse a la mayoría de los oídos. Los tapones con filtros permiten la entrada de sonido mientras bloquean el agua. Son ideales para aquellos que necesitan escuchar instrucciones mientras nadan.

Sin duda, los más efectivos son los tapones hechos a medida para los oídos. Están hechos a medida por un profesional y ofrecen el mejor ajuste y protección para evitar el paso del agua.

Lo primero, es escanear el oído, con equipos como Otoscan 3D. Otra posibilidad es la de digitalizar las impresiones que se reciben del audioprotesista y que han sido tomadas en el oído con un molde de silicona.

A continuación, se hace un diseño digital del tapón, lo que incluye su modelaje, para adaptarlo a la medida exacta del canal auditivo del paciente tomada bien digitalmente, o bien con el molde de silicona que se ha sacado del propio oído. Esto es, fundamentalmente, traducir el molde del oído a un diseño digital, que puede fabricarse en una impresora 3D.

En todo caso, lo que fabrica la impresora 3D es un negativo, que luego se puede rellenar con diferentes materiales hipoalergénicos con diferentes colores.

Una vez que se ha rellenado, con el material elegido, se retira el negativo, se extrae, y, manualmente, los técnicos hacen el acabado y el lacado final, para su protección.

Los tapones de baño a medida, es decir, los fabricados a medida del canal auditivo son los más apropiados para proteger el oído de la entrada de agua, evitando que muevan o salgan, perdiéndose en el agua, y por lo tanto, minimizan la posibilidad de contraer infecciones.

Siguiendo estas precauciones, se puede disfrutar del verano sin comprometer la salud de los oídos.

Fuente Comunicae

Autor: Redacció

https://gironanoticies.com/comunicado/243537-grupo-gn-explica-como-cuidar-los-oidos-en-verano.htm