¿Qué gotas debemos usar para los oídos?

Nota del editor

Este es el último artículo de nuestra serie Equaleasy, basada en un curso sobre compensación de los oídos, desarrollado en colaboración entre DAN Europe y el campeón de apnea, Andrea Zuccari. También es el primer artículo que se publica sin que Andrea esté entre nosotros. Desapareció trágicamente tras una inmersión para realizar tareas de mantenimiento en una plataforma de apnea en Sharm el Sheikh, Egipto, el 28 de agosto. En DAN Europe lamentamos la pérdida de Andrea, un buen amigo y estrecho colaborador, y nuestro corazón está con sus seres queridos. No le olvidaremos.

Los buceadores mantienen una relación especial con sus oídos. Los cuidan casi tanto como a su equipo. Cualquier maltrato de esta parte del cuerpo no se produce intencionadamente, sino que suele ser el resultado de errores o descuidos.

Ingredientes comestibles legendarios.

Cabe recordar que el vinagre es uno de los ingredientes más venerados por marineros y buceadores. Elimina las incrustaciones, neutraliza los nematocistos de las medusas y, aunque se desconoce el mecanismo de acción, se cree que refuerza el sistema inmunitario y mantiene a raya la hipertensión arterial. Otro ingrediente muy conocido, al menos en la región mediterránea, es el aceite de oliva. Contrarresta el colesterol, y los antiguos griegos lo utilizaban en lugar del jabón o como tratamiento de belleza. Mucho más recientemente, debido a sus propiedades emolientes e impermeabilizantes, el aceite de oliva se ha utilizado para aliviar las quemaduras solares. Durante mucho tiempo, estos dos ingredientes para aliñar deliciosas ensaladas se consideraron la panacea para los problemas de oídos. Sin embargo, tanto el vinagre como el aceite de oliva pueden contener alérgenos, de origen natural y procedentes de conservantes, que pueden desencadenar irritaciones. Los productos farmacéuticos, más eficaces, refinados, bien dosificados y seguros, son preferibles a los ingredientes culinarios.

Mantenimiento del oído.

Considerar el oído como parte del equipo no es un error: el oído está expuesto a factores estresantes procedentes tanto de los microorganismos acuáticos como de las variaciones de presión. Muchos buceadores cuidan sus oídos del mismo modo que cuidan sus chalecos y reguladores: los enjuagan después de bucear.

Algunos buceadores bien informados también tratan sus oídos con una solución casera antes y después de cada inmersión, como profiláctico. A excepción de las piscinas, todas las masas de agua albergan grandes cantidades de microorganismos, desde plancton hasta bacterias, que pueden provocar infecciones en el conducto auditivo. Los ingredientes para una contramedida óptima se conocen aproximadamente desde los primeros tiempos del submarinismo, y todos son fáciles de conseguir: agua, alcohol y vinagre. O mejor dicho: ácido acético glacial, o ácido acético puro. Como siempre, acertar con la mezcla es fundamental. DAN recomienda un 5% de ácido acético glacial, un 10% de agua y un 85% de alcohol. El componente ácido crea un entorno inhóspito para las bacterias, mientras que el efecto deshidratante del alcohol, ayuda a que el agua salga de las células.

Más gotas.

Los tapones de cerumen, como desgraciadamente han experimentado algunos buceadores, pueden inhibir o dificultar la compensación, con consecuencias potencialmente graves para el tímpano y, por tanto, para la audición. Los tapones de cerumen deben ablandarse con gotas de glicerina.

Pero cuidado: una sensación de audición amortiguada y de plenitud en el oído no es necesariamente un síntoma de acumulación de cerumen. También puede ser consecuencia de un problema tubárico, es decir,

de un problema en el oído medio. Después de una inmersión en la que hayas experimentado dificultades para compensar, debes considerar que el problema puede estar causado por una hinchazón de las trompas debida a una inflamación, o que alguna secreción se haya adherido al tímpano desde el interior. Éste es sólo uno de los muchos casos en los que sería mejor consultar a un especialista antes de tomar ninguna medida.

Otros casos son la infección del oído externo: ¿Es bacteriana, vírica o fúngica? Alrededor del noventa por ciento de las infecciones del oído externo son de origen bacteriano, el diez por ciento son fúngicas y las infecciones víricas son poco frecuentes. Cada una precisa de un remedio diferente.

La cuestión más importante es si hay daños en la membrana timpánica. En caso de perforación, aunque sea mínima, las gotas pueden empeorar la situación. Los remedios «orgánicos» o «naturales» que se venden en herboristerías y, por desgracia, incluso en algunas farmacias, pueden provocar alergias.

Los expertos coinciden en esto.

Las gotas del preparado ‘galénico’ de vinagre-agua-alcohol, dispersadas en el conducto auditivo antes y después de bucear, han demostrado ser muy útiles y pueden utilizarse sin ningún problema. Las gotas antiprurito también pueden utilizarse en ausencia de otros síntomas. En caso de picor o, lo que es peor, de molestias o dolor intensos, lo mejor sería no introducir ningún preparado «casero» antes de consultar a un especialista.

Conclusión: La prevención es cosa del buceador; el tratamiento, del especialista.

Sobre el autor

Miembro de DAN desde 1997, Claudio Di Manao es Instructor de buceo afiliado a PADI y a IANTD. Es autor de una serie de libros y novelas sobre buceo, incluyendo Shamandura Generation, un retrato emocionante de la comunidad de buceo en Sharm el Sheik. Colaborador habitual en revistas, radios y periódicos, hablando y escribiendo sobre la seguridad en el buceo, la vida marina y viajes.

Acerca del traductor

Ramon Verdaguer es ingeniero industrial, diplomado en medicina hiperbárica y subacuática, examinador y Trainer de Instructores de buceo y buceador comercial.