

Los cambios bruscos de presión pueden provocar taponamiento de oídos

El 20% de la población tiene riesgo de sufrir problemas de oídos al volar en avión

- **El barotrauma del oído medio como consecuencia de los cambios de presión puede causar hasta dolor y pérdida de audición**
- **El buceo, el paracaidismo, los ascensos o descensos bruscos de puertos o montañas o determinados viajes en tren, pueden provocar también barotrauma**

Madrid, xxx de septiembre de 2016. El 20% de la población tiene riesgo de sufrir problemas en los oídos como taponamiento o dolor al volar en avión, según afirma la Sociedad Española de Otorrinolaringología y Cirugía de Cabeza y Cuello (SEORL-CCC). Se conoce como barotrauma y se produce por cambios bruscos de presión, por lo que también puede aparecer como consecuencia del ascenso o descenso de puertos o montañas, viajes en tren, así como la práctica de buceo o el paracaidismo. "Las personas con enfermedades que provocan inflamación de la mucosa nasal, como la rinitis alérgica, son las que mayor probabilidad tienen de sufrirlo", asegura el doctor Guillermo Til, presidente de la Sociedad Balear de Otorrinolaringología y Patología Cervicofacial.

El barotrauma es un daño que puede producirse en diferentes partes del cuerpo como los oídos, los senos paranasales o los pulmones, como consecuencia de cambios de presión en el entorno, ya sea en aire o agua. "La patología barotraumática del oído medio está causada por cualquier enfermedad que desencadene una inflamación de la mucosa nasal y por tanto de la trompa. Entre las más comunes destacan las infecciones como los catarros o alergias a los ácaros, el polen, etc.", señala el doctor Til. Los principales síntomas que puede provocar son dolor, sensación de taponamiento, pérdida de audición y mareos.

Cuanto mayor y más rápido sea el cambio de presión, "mayores serán las posibilidades de sufrir un barotraumatismo", argumenta este especialista. A nivel del mar la presión es de 760 mm Hg, mientras que a 10.000 metros de altura, que es a la que vuelan los aviones, es cuatro veces menor. Aun así, explica, "los aviones están presurizados por lo que en su interior se mantiene una presión equivalente a la de 2.500 metros aproximadamente".

Una de las funciones principales del oído medio es equilibrar presiones. “Por ello, durante el ascenso de un avión al disminuir la presión ambiente, el aire que está en el interior del oído medio se expande, y la trompa de Eustaquio se abre para facilitar la salida”, explica el doctor Til. Durante el descenso, la trompa de Eustaquio permanece cerrada, facilitando su apertura por alguna acción como para tragar, masticar o bostezar. Sin embargo, añade, este especialista, “si la presión no se iguala, y no entra aire en el oído medio, el tímpano se hunde cada vez más dando lugar a la aparición de dolor en el oído”.

El peor momento es el del aterrizaje puesto que aumenta la presión y disminuye el volumen de aire del oído medio, “lo que provoca que el tímpano se desplace hacia adentro dando lugar al taponamiento del oído”, comenta. Por eso es importante realizar maniobras activas que faciliten la apertura de la trompa y la entrada de aire, como tragar o bostezar.

Consejos para evitarlo

Para prevenir los problemas de oídos al volar, bucear, hacer paracaidismo u otras actividades que impliquen cambios bruscos de presión, “es importante tener en cuenta que aquellas personas con infecciones respiratorias o episodios alérgicos que no estén bien tratados, deben evitar ponerlas en práctica en la medida de lo posible”, aconseja el doctor Til. También es aconsejable, si no hubiera remedio, efectuar maniobras que posibiliten la permeabilidad de la trompa durante el despegue y el aterrizaje, como son la deglución, el bostezo y la masticación.

Puede ser útil, además, la maniobra de Valsalva cuando el avión empieza a descender. “Consiste en tomar aire, tapar la nariz y la boca y soplar aumentando la presión en la faringe, que ayuda a ventilar el oído”, indica el doctor Til. Por otro lado, es importante mantenerse despiertos pues durante el sueño el mecanismo de deglución se ralentiza, lo que impide regular la presión.

Para más información:

Carlos Mateos/Rocío Jiménez. COM SALUD.

Tels.: 91223 66 78/ 685 53 68 16