

Contexto Introducción

Las infecciones de oído son uno de los motivos más frecuentes de consulta en pediatría, especialmente durante los primeros años de vida. Entender que el dolor y la incomodidad que siente tu pequeño son reales y angustiantes es el primer paso para acompañarlo adecuadamente.

Esta guía está diseñada para brindar a los padres información clara sobre cómo se desarrollan estas afecciones, por qué son tan comunes después de un resfriado y cómo crear un entorno más cómodo y seguro en casa. El objetivo es empoderarte con conocimientos prácticos para identificar las señales de malestar y saber cuándo es necesario buscar apoyo médico.

✓ ¿Qué es y por qué es tan común en la infancia?

Una infección del oído, conocida como **otitis media aguda**, es la inflamación y acumulación de líquido en el oído medio, el espacio detrás del tímpano. En los niños, la anatomía de la trompa de Eustaquio (el conducto que conecta el oído con la garganta) facilita que el moco y los gérmenes de un resfriado lleguen a esta zona, especialmente después de un resfriado.

La mayoría de los episodios son leves y temporales, pero pueden generar molestias importantes. Reconocer las señales y saber qué factores aumentan el riesgo ayuda a prevenir complicaciones y a actuar a tiempo.

👉 **El diagnóstico y tratamiento siempre deben ser indicados por un pediatra.**





Señales que pueden indicar una infección de oído

Los síntomas varían según la edad. Observa a tu hijo y busca estas señales:



En bebés

- Irritabilidad repentina o llanto persistente, que empeora al acostarlo.
- Tocarse, jalarse o frotarse la oreja.
- Dificultad para succionar (pecho o biberón) o para dormir.



En niños mayores

- Dolor en uno o ambos oídos.
- Sensación de oído tapado o escuchar “menos” de lo habitual.
- Sube el volumen de la TV o no responde cuando se le llama.
- Molestia al masticar o al acostarse.



En todas las edades

- Fiebre (baja o alta).
- Secreción por el oído (líquido transparente, amarillo o con mal olor).
- Pérdida de equilibrio o torpeza al caminar.
- Sensación de presión en el oído después de un resfriado.



Factores que aumentan el riesgo

Resfriados frecuentes por guarderías o escuelas.

Exposición al humo de tabaco.

Uso prolongado de chupetes.

Alimentación en posición completamente acostada.

Alergias respiratorias o congestión frecuente.

Antecedentes familiares de molestias de oído.

Cambios bruscos de temperatura o ambientes poco ventilados.



Señales de alarma: Cuándo consultar de inmediato

Lleva al niño a valoración urgente si presenta alguno de estos síntomas:

Fiebre alta o mal estado general

Fiebre persistente ($>38.5^{\circ}\text{C}$), somnolencia excesiva o un comportamiento muy inusual.

Supuración del oído

Salida de pus, líquido amarillento o sangre por el conducto auditivo.

Dolor muy intenso

El dolor es insoportable y no mejora con las medidas indicadas por el pediatra.

Signos neurológicos

Convulsiones o rigidez de cuello son signos de emergencia.

Fiebre en menores de 3 meses

Cualquier fiebre en un bebé tan pequeño requiere evaluación inmediata.

Pérdida de audición notable

Si notas que el niño no responde a sonidos o habla más fuerte de lo normal.

Dolor que no mejora

Si el dolor de oído persiste por más de 24-48 horas sin mejoría.

Rechazo de líquidos

El niño está muy irritable, somnoliento o rechaza líquidos, lo que aumenta el riesgo de deshidratación.



Episodios repetidos ⚠️

Si el niño tiene varios episodios de molestias en el oído en poco tiempo, es importante una valoración para descartar problemas crónicos.

🏠 Medidas de confort en casa (seguras)

Estas medidas NO sustituyen la evaluación médica, pero pueden aliviar las molestias.

- Ofrecer líquidos con frecuencia para ayudar a fluidificar las secreciones.
- Mantener la cabeza ligeramente elevada al dormir para aliviar la presión del oído.
- Aplicar compresas tibias (no calientes) sobre la oreja afectada durante unos minutos.
- Evitar mojar el oído o introducir objetos como hisopos para "limpiarlo".
- Mantener al niño tranquilo y evitar actividades que requieran mucho movimiento.
- Sigue únicamente las indicaciones de tu pediatra para el manejo del dolor (analgésicos y dosis adecuadas).





Cómo prevenir las infecciones de oído



Lavar las manos con frecuencia y enseñar al niño a no compartir objetos que van a la boca.



Evitar el contacto cercano con personas con resfriado o gripe.



Mantener al niño alejado de ambientes con humo de tabaco.



Asegurar un descanso adecuado, ya que el cansancio aumenta la vulnerabilidad a infecciones.



Fomentar la lactancia materna cuando sea posible, ya que protege contra infecciones.



Evitar alimentar al bebé completamente acostado.



Limitar el uso de chupetes, especialmente después de los 6-12 meses y al dormir.



Mantener una buena higiene nasal con lavados de suero fisiológico durante los resfriados.



Ventilar la casa a diario y evitar cambios bruscos de temperatura.



Mantener las vacunas al día, especialmente la antigripal y la antineumocócica.



Fomentar actividades al aire libre sin exposición directa al viento en los oídos.



Cuidado y prevención a largo plazo

- Observar si hay episodios repetidos o cambios en la audición.
- Apoyar el desarrollo del lenguaje en casa: hablarle claro, leer cuentos y cantar.
- Informar al pediatra si el niño parece no escuchar bien, evita responder o sube demasiado el volumen.



Mensaje final para los padres

La mayoría de las molestias de oído en los niños son pasajeras y, con el cuidado adecuado, no afectan su salud a largo plazo. Tu papel como padre o madre es fundamental: reconocer los síntomas, mantener al niño cómodo, aplicar medidas preventivas y, lo más importante, saber cuándo buscar orientación.

Recuerda nunca administrar antibióticos por tu cuenta; solo el pediatra puede indicar el tratamiento correcto. Un diagnóstico a tiempo y tu atención atenta son la mejor combinación para una recuperación segura y sin complicaciones.



¿Es normal que mi hijo tenga infecciones de oído con frecuencia?

Sí, debido a la anatomía de la trompa de Eustaquio en los niños pequeños, es común que presenten varios episodios durante sus primeros años, sobre todo asociados a resfriados o al inicio de la guardería.

¿Debo dejar de bañarlo si le duele el oído?

No es necesario suspender el baño, pero es recomendable evitar que entre agua directamente en el canal auditivo mientras persista la molestia. Mantener el área externa seca y limpia es suficiente.

¿El uso del chupete influye en las infecciones de oído?

Algunos estudios sugieren que el uso prolongado del chupete, especialmente durante las horas de sueño, puede aumentar ligeramente la predisposición a acumular líquido en el oído medio, por lo que se recomienda un uso moderado.

FUENTES Y REFERENCIAS PEDIÁTRICAS

- Organización Mundial de la Salud (OMS) (<https://www.who.int/es>)
- Asociación Española de Pediatría (AEPap) - Familias y Salud (<https://familiaysalud.es/>)
- Healthy Children - AAP (<https://www.healthychildren.org/>)





CONTENIDO REVISADO POR:

Dra. Ariana

Especialista en Pediatría & Máster en Atención Integral al Niño

Con **más de 35 años de experiencia** clínica y docente como pediatra en Cuba (actualmente retirada y sin homologación médica en otros países). El contenido de este sitio resume su amplia experiencia y lo recomendado por las guías pediátricas actuales.

Aviso importante: Todo el material de este sitio es **estrictamente educativo y didáctico**. No constituye una recomendación, indicación médica, ni llamada a la acción. No sustituye bajo ninguna circunstancia la evaluación presencial de tu pediatra.

"La mejor herramienta de prevención es la educación y la tranquilidad familiar."

[Ver credenciales completas y biografía > \(/dra-ariana\)](#)

Apoya la divulgación independiente

Este proyecto se mantiene libre de publicidad farmacéutica gracias al apoyo de las familias. Si nuestras guías te han ayudado, puedes contribuir a mantener el sitio activo.



Hacer una aportación voluntaria (<https://gumroad.com>)





Aviso Legal y Educativo

Este artículo tiene un propósito **estrictamente educativo y divulgativo**. Ha sido redactado basándose en la experiencia de la Dra. Ariana (pediatra jubilada en Cuba, sin homologación en otros países) como un resumen didáctico de las pautas pediátricas actuales.

Nada de lo expresado en este sitio web constituye una recomendación médica, un diagnóstico, un tratamiento, ni una llamada a la acción.

Esta información no sustituye en ningún caso la valoración médica presencial. Ante cualquier síntoma o duda sobre la salud de un menor, debes acudir inmediatamente a un centro de salud o consultar con su pediatra tratante.

