

La cera de los oídos

Los audiólogos oyen con frecuencia preguntas sobre la cera del oído. ¿Qué es? ¿Por qué tengo tanta? ¿Cómo la elimino?

¿Qué es la cera del oído y por qué es importante?

La cera de los oídos, también conocida como cerilla o *cerumen*, protege y lubrica el canal auditivo. Ayuda a evitar que los objetos extraños, como el polvo, la suciedad o incluso algún que otro insecto, lleguen al tímpano. Ayuda a prevenir infecciones en el canal auditivo y a mantener húmeda la piel del canal, de modo que no se seque y produzca picazón.

¿Qué factores afectan la producción de cera en los oídos?

La cera puede variar en color desde amarillo pálido hasta negro y ser seca o húmeda. Suele oscurecerse y endurecerse con el transcurso del tiempo. Se supone que nuestros oídos tengan la capacidad de limpiarse solos. Es decir, para muchas personas, nada más es necesario limpiar la parte externa del oído. Si el canal auditivo es estrecho o curvo, o si los oídos producen una cantidad excesiva de cera, entonces esta puede quedar atrapada en el oído. Si esto sucede, es posible que sea necesaria la ayuda de un profesional para limpiar el oído. Las causas comunes de la cera excesiva, también conocida como *cerumen impactado* o *tapón de cera*, son:

- el uso de hisopos de algodón;
- el uso de auxiliares u otros dispositivos auditivos en el oído (como los auriculares o los audífonos de oído);
- el proceso de envejecimiento; o
- la ausencia de ácidos grasos.

¿Es un problema tener demasiada cera?

La acumulación de cera puede bloquear el sonido que recibe el oído. Demasiada cera puede causar dificultad para oír, mareos, sensación de llenura o presión, o zumbido en los oídos (conocido como *tinnitus*). Es posible que el audiólogo necesite eliminar el exceso de cera de los oídos.

¿A quién consulto para eliminar la cera?

Los *audiólogos* son profesionales capacitados en la prevención, la evaluación y el tratamiento de los trastornos de la audición y el equilibrio. También limpian la cera de los oídos. Pregúntele al audiólogo si hace este tipo de limpieza. Si no, los médicos de atención primaria, los otorrinolaringólogos (médicos especialistas en oído, nariz y garganta) o los asistentes médicos están capacitados para eliminar la cera de los oídos.

Es esencial que consulte a un audiólogo que tenga

- un título de Doctor en Audiología (AuD), maestría o doctorado;
- el Certificado de Competencia Clínica en Audiología (CCC-A) de ASHA; y
- una licencia profesional válida en el estado.

¿Qué sucede durante la cita para eliminar la cera de los oídos?

Si sospecha que tiene acumulación de cera, el audiólogo comenzará por examinarle los oídos con un dispositivo llamado *otoscopio*. La eliminación de cera se efectúa de varias maneras diferentes. El método o tipo de instrumentación que elige el audiólogo

La cera de los oídos

depende de la cantidad y textura de la cera. He aquí tres maneras en que se puede eliminar el cerumen:

- Instrumentos: se emplea una *cureta*, que es un instrumento en forma de cuchara, o fórceps para eliminar la cera del canal auditivo.
- Succión: se utiliza una herramienta médica para succionar con cuidado la cera del canal auditivo.
- Irrigación: durante este proceso, se enjuaga con agua el oído, o con una mezcla de agua y peróxido de hidrógeno, para limpiar la cera.

¿Puedo eliminar la cera en casa?

Los audiólogos y otros profesionales médicos recomiendan enfáticamente que no se utilicen en casa instrumentos para eliminar la cera como curetas, palillos y velas de oído. Su uso incorrecto puede causar daños en el canal auditivo, quemaduras en la piel o perforación del tímpano.

He aquí algunas maneras apropiadas de mantener los oídos limpios o de suavizar la cera para que salga por sí sola:

- Cuando se bañe o se duche, use un paño húmedo y lave las partes externas del oído. No ponga nada pequeño, como un hisopo de algodón, en el canal auditivo.
- El peróxido de hidrógeno (solo o mezclado con agua tibia) u otras gotas para ablandar la cera que se venden por la libre, ayudan a limpiar la acumulación de cera entre las citas con el proveedor de atención médica. No se recomienda a todo el mundo que utilice peróxido de hidrógeno o agentes para suavizar la

cera, especialmente si la persona se ha hecho operaciones del oído.

- Consulte siempre al audiólogo o a un profesional médico antes de echarse líquidos en el oído. El audiólogo le puede ayudar a crear un plan individualizado para controlar la cera de los oídos.

¿Debo usar hisopos de algodón?

No. Cuando se insertan objetos pequeños en el canal auditivo, pueden empujar la cera hacia dentro del canal y hacer que se forme un tapón. Incluso si ve un poco de cera en el hisopo que ha usado, es posible que todavía tenga cera en el oído.

Contenido aportado por Lindsay Creed, AuD, CCC-A y Bria Collins, AuD, CCC-A, miembros de ASHA.

Notas:

Para información adicional y para visitar la biblioteca de la *Serie Informativa de Audiología*, visite www.asha.org/aud/pei/.

Para más información sobre los problemas de equilibrio, la prevención de las caídas, la pérdida de audición y los auxiliares auditivos, o para que se le envíe a un audiólogo certificado por ASHA, comunicarse con:



ASHA
American
Speech-Language-Hearing
Association

2200 Research Boulevard
Rockville, MD 20850
800-638-8255

Correo electrónico: audiology@asha.org
Sitio web: www.asha.org

Información gratuita distribuida por
**La Asociación Americana del Habla, Lenguaje y Audición
(ASHA)**

2200 Research Boulevard, Rockville, MD 20850 * 800-638-8255