

2.13. Cerumen en el oído

La parte externa del conducto auditivo externo está cubierta por glándulas que producen una sustancia aceitosa denominada cerumen. Cuando la cera se acumula y bloquea el conducto auditivo forma un tapón, causa frecuente de disminución de la audición.

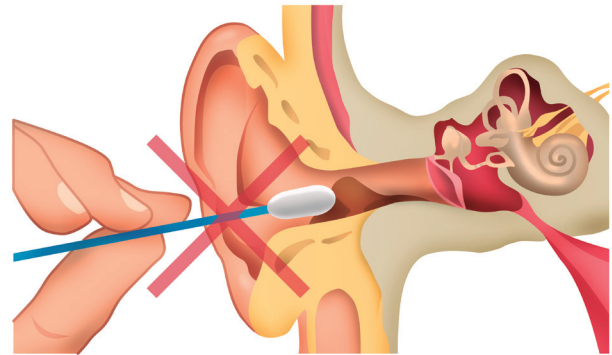
El cerumen forma parte del sistema defensivo de nuestro cuerpo. Limpia, lubrica y protege el canal auditivo impidiendo que el polvo, las bacterias, algunos gérmenes o pequeños objetos penetren y dañen el oído. También evita que la piel se irrite cuando entra agua. Una parte de ese cerumen sale por la abertura externa del oído y se elimina con el lavado o espontáneamente.

¿Qué puede hacer?

- Aunque los oídos no necesitan limpiarse, hay personas que producen más cera de la que pueden eliminar. Cuando se endurece, puede bloquear el oído, y si se intenta limpiar esa cera, en realidad la empujamos hacia la parte más profunda. Los tapones de cerumen son más frecuentes en personas mayores, en los que usan tapones o audífonos, en quienes usan bastoncillos, en personas con conductos auditivos que tienen una forma que dificulta la eliminación de la cera.
- Lo habitual es que los tapones de cerumen no produzcan síntomas, pero a veces ocasionan molestias, picor o dolor en el oído, sensación de taponamiento, ruidos o zumbidos, mareos, tos y disminución de la audición.
- Los tapones de cera pueden ablandarse usando aceite para bebés, gotas comerciales, glicerina, agua oxigenada o agua. En su centro de salud pueden extraerle la cera mediante lavado con agua templada para evitar mareos o vértigos. Mediante una jeringa grande se dirige el chorro de agua hacia el techo del conducto y al drenar y salir el agua arrastra el tapón. Después se debe secar suavemente el oído con una toalla o un secador si fuera posible.

DEBERÍA EVITAR

- La extracción del tapón de cerumen con una jeringuilla con agua si tiene el tímpano perforado o hay secreción en el conducto.
- La limpieza excesiva o con demasiada frecuencia de los oídos, ya que la cera es protectora.
- Eliminar por su cuenta la cera, metiendo bastoncillos o cualquier otro objeto (horquillas, puntas de algodón, lápices...) en el oído. Puede causar daños importantes en el tímpano o en el conducto auditivo externo.



¿Cuándo consultar al médico/a de familia?

- Cuando no puede extraerse el tapón mediante lavado, puede necesitarse un pequeño instrumento curvo llamado legra o cureta con el que su médico o médica le puede sacar el tapón. Otra posibilidad es utilizar un succionador del cerumen.
- Si el tapón de cerumen se acompaña de secreción en el oído, dolor o fiebre.
- Si no mejora la audición después de la extracción del tapón de cera, necesita valoración médica para poder establecer la causa de sus síntomas.

¿Dónde conseguir más información?

- <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/000979.html>
- <https://www.msmanuals.com/es-es/hogar/trastornos-otorrinolaringol%C3%B3gicos/trastornos-del-o%C3%ADdo-externo/obstrucciones-del-o%C3%ADdo>
- <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/earwax-blockage/symptoms-causes/syc-20353004>
- <http://www.clevelandclinic.org/health/shic/html/s14428.asp?index=14428>