

Cera en el oído

(Earwax)

La cera de los oídos es una parte natural del mecanismo de defensa del cuerpo. No sólo sirve como barrera protectora contra el polvo, al lubricar y mantener el canal auditivo limpio, sino que también mata ciertos gérmenes.

El exceso de cera en el oído es expulsado de vez en cuando, y puede que uno note un poquito en la apertura del canal auditivo. Los niños, en particular, tienen mucha cera en los oídos, pero esta secreción parece disminuir a medida en que crecen. Ocasionalmente, sin embargo, la cera del oído no se remueve con la rapidez suficiente. En algunos individuos se puede acumular, endurecerse y causar problemas auditivos.

Si necesita remover el exceso de cera del canal auditivo, es importante recordar no usar palillos con puntas de algodón, tales como los “Q-tips”. Tampoco use los dedos u otros objetos para tratar de remover la cera. Estos métodos sólo empujarán la cera en dirección al tímpano.

Una manera más segura de remover la cera es a través del uso de aceite mineral. Póngase dos o tres gotas de aceite mineral en el oído a la hora de acostarse. Hágalo por dos o tres días.

Si este método no funciona, entonces, tal vez usted quiera extraer la cera que se ha ablandado con una perilla o bombita para los oídos. Antes de que describamos este método, queremos enfatizar la siguiente precaución: Nunca se ponga agua en los oídos si sospecha que tiene una infección de los oídos o el tímpano reventado; tampoco se ponga agua en los oídos si ve que le están saliendo secreciones de los oídos o si tiene tubos para drenarlos.

Una perilla o bombita para los oídos es simplemente un aparato que hecha un chorrito de agua dentro del oído, de modo que saque la cera ablandada. Se puede comprar en la mayoría de las farmacias. Primero, ablande la cera con el aceite mineral al igual que se ha descrito antes, pero use de tres a cinco gotas esta vez. Deje el aceite adentro de una a dos horas. Llene la bomba de caucho de la perilla con agua tibia, insértela parcialmente en el canal auditivo y oprima la bomba de caucho para que salga un chorrito firme dentro del oído. Puede ayudar si hala la oreja hacia atrás un poco para enderezar el canal auditivo, de modo que la corriente de agua fluya más efectivamente. Tal vez necesite hacer esto unas cuantas veces para conseguir mejores resultados.

También hay productos para ablandar la cera que se pueden comprar sin receta, los cuales tal vez quiera usar si el aceite mineral no le funciona. Una vez más, después de usar estos productos, puede usar la perilla para los oídos para extraer la cera.

Si los tratamientos caseros que se acaban de describir no funcionan, o si prefiere tener alguna ayuda para sacarse la cera una vez que se ha ablandado, llame a su proveedor de salud. Esto es especialmente aplicable en el caso de que usted crea que la cera está causando un problema auditivo, si la acumulación de cera se encuentra dura y seca o si el oído está adolorido y le sangra.

* * * * *

Para mayor información acerca de la salud ...

- Consulte su copia de *La salud en casa: Guía práctica de Healthwise y Kaiser Permanente*.
- Escuche el Teléfono de la salud de Kaiser Permanente llamando al 1-800-332-7563.
- Visite nuestro sitio Web en *members.kp.org*
- Contacte el Departamento de Educación para la Salud de su centro para obtener libros, videos, averiguar de clases y de recursos adicionales.

Esta información no tiene como objetivo diagnosticar problemas de salud ni tomar el lugar de los consejos médicos ni del cuidado médico que usted recibe de su doctor o de otro profesional médico. Si tiene problemas de salud persistentes, o si tiene preguntas adicionales, por favor consulte con su doctor.

Si tiene preguntas o necesita información adicional acerca de sus medicamentos, por favor hable con su farmacéuta.

Kaiser Permanente no recomienda ninguna marca de fábrica; cualquier producto similar puede ser usado.