

RUIDOS MOLESTOS

Estamos en una sociedad cada vez más ruidosa, donde nuestros oídos reciben constantemente sonidos de alta intensidad (maquinarias, tránsito, walkman, MP3, discotecas).



Por esta y otras razones, es cada vez más frecuente que nuestros pacientes consulten por la presencia de sonidos en sus oídos, este síntoma es muy molesto y cuando es persistente puede generar mucha preocupación en quien lo padece. Esta percepción de un sonido sin que exista una fuente que lo produzca se llama Acúfeno ó tinnitus, suelen ser: pitidos, zumbidos, olas de mar, grillos o burbujes. Pueden sentirse en un oído, en ambos, en toda la cabeza ó como un sonido distante. Se producen por una alteración en la transmisión del sonido desde el oído externo hasta la corteza cerebral, sus causas son muy variadas: tapones de cera, lesiones de oído interno por ruidos muy intensos o edad avanzada, trastornos de columna cervical, de la mandíbula, hipertensión arterial, tumores del nervio acústico, etc.

El acúfeno grave junto con el dolor intenso y el vértigo son los tres síntomas más molestos para el ser humano.

La percepción ocasional de sonidos de unos segundos de duración es normal, pero cuando éstos se reiteran o se presentan de una forma constante, debe efectuarse una consulta con un médico otorrinolaringólogo para investigar las causas del mismo.

Este realizará una exhaustiva historia clínica y solicitará los estudios complementarios necesarios para arribar a un diagnóstico y tratamiento adecuados.

Como medidas generales se aconseja:

- Mantener un sueño regular.
- Controlar el estrés.
- Evitar ciertos excitantes (chocolate, café, té y cola)
- No fumar.
- No automedicarse, algunos medicamentos pueden producir acúfenos.
- Utilizar protección frente al ruido.

Si el acúfeno causa molestias en el silencio, pueden utilizarse ciertos aparatos caseros para enmascarar el ruido, por ejemplo una radio sintonizada entre dos emisoras.

Según la causa y el grado de repercusión que producen en la vida del paciente el especialista determinará si es necesario o no proponer algún tratamiento.

Actualmente contamos con diferentes alternativas, entre las cuales tenemos:

- Medicamentos.
- Amplificación (prótesis auditivas).
- Biofeedback (método de relajación).
- Tratamiento dental (en disfunción de la articulación temporomandibular).
- Habitación Auditiva- T.R.T. (Generador de ruido).
- Tratamientos alternativos: Homeopatía, acupuntura, hierbas, hipnosis... etc.

No deje de consultar con su médico otorrinolaringólogo de confianza, pues en el campo del estudio y tratamiento del acúfeno se están logrando permanentemente nuevos avances que pueden mejorar su calidad de vida.

Notas relacionadas:

[La hiperacusia](#)

[Los acufenos y su tratamiento](#)

Aviso a pacientes, familiares o profesionales de atención primaria :

La información de este sitio está dirigida a pacientes, familiares o profesionales de atención primaria. Su contenido no debe usarse para diagnosticar o tratar problema alguno. Si tiene o sospecha la existencia de un problema de salud, imprima este documento y consulte a su médico de cabecera.