

Tinnitus (zumbido en los oídos)

Tinnitus es el nombre que se le da a un zumbido en el oído que no es causado por un sonido exterior. Este zumbido puede ser un silbido, chasquido, siseo o rugido. El tono puede variar. Puede ser de intensidad baja o muy alta. Para algunas personas, el tinnitus es un problema leve. Pero para otras, el sonido puede interferir con la audición, el trabajo e incluso el sueño. Cuando no se puede curar el tinnitus, hay tratamientos que pueden aliviarlo.

¿Cuáles son las causas del tinnitus?

Los ruidos fuertes, la pérdida de la audición y la cera del oído pueden causar tinnitus. Determinados medicamentos también pueden hacerlo. A veces, puede ocurrir por tomar cantidades grandes de aspirina o cafeína. Pero, en muchos casos, se desconoce el origen exacto del tinnitus.

¿Cómo se trata el tinnitus?



La mejor manera de tratar el tinnitus consiste en encontrar y eliminar su causa. Por lo tanto, su proveedor de atención médica puede derivarlo a un proveedor de atención médica especializado en la garganta, la nariz y los oídos (otorrinolaringólogo). También es posible que un audiólogo le revise la audición. Si tiene pérdida de la audición, el uso de un audífono podría aliviar el tinnitus. Cuando no se logra encontrar la causa, puede tratarse el tinnitus propiamente. A continuación se detallan algunos de los tratamientos más comunes. Su proveedor de atención médica puede informarle más sobre ellos:

- **Enmascaradores.** Son dispositivos pequeños de aspecto similar a los audífonos. Emiten un sonido agradable que ayuda a disimular el zumbido en los oídos. A veces, los enmascaradores se usan junto con los audífonos.
- **Medicamentos que tratan la ansiedad y la depresión.** Pueden aliviar el tinnitus en algunas personas.
- **Hipnosis o terapia de relajación.** Pueden ayudar a disminuir la intensidad del zumbido.
- **Terapia de reentrenamiento del tinnitus.** Combina la terapia y el uso de enmascaradores. Ambas cosas pueden distraerlo del tinnitus.

Más información

- Asociación Estadounidense del Habla, el Lenguaje y la Audición (American Speech-Hearing-Language Association), 800-638-8255, www.asha.org
- Asociación Estadounidense del Tinnitus (American Tinnitus Association), 800-634-8978, www.ata.org
- Instituto Nacional de la Sordera y Otros Trastornos de la Comunicación (National Institute on Deafness and other Communication Disorders), 800-241-1044, www.nidcd.nih.gov