

Tinitus (zumbido en los oídos)

Tinitus 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 tinitus 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 tinitus, hay tratamientos que pueden aliviarlo.

¿Cuáles son las causas del tinitus?

Los ruidos fuertes, la pérdida de la audición y la cera del oído pueden causar tinitus. 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 tinitus.

¿Cómo se trata el tinitus?



La mejor manera de tratar el tinitus 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 tinitus. Cuando no se logra encontrar la causa, puede tratarse el tinitus 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 tinitus en algunas personas.
- **Hipnosis o terapia de relajación.** Pueden ayudar a disminuir la intensidad del zumbido.
- **Terapia de reentrenamiento del tinitus.** Combina la terapia y el uso de enmascaradores. Ambas cosas pueden distraerlo del tinitus.

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