



AMERICAN  
SPEECH-LANGUAGE-  
HEARING  
ASSOCIATION

**AUDIOLOGIA**

Serie informativa

# Los oídos se limpian con el codo, por favor

*Pamela Mason, MEd, CCC-A, Directora de Audiology Professional Practices en la Oficina Nacional de ASHA.*

## **La cera de los oídos: Todo el mundo la tiene y nadie la quiere.**

Los audiólogos oyen con frecuencia preguntas sobre la cera de los oídos. ¿Qué es? ¿Por qué es pegajosa? ¿Por qué tengo tanta? ¿Cómo puedo deshacerme de ella?

## **La cera es beneficiosa para los oídos.**

### **La cera ayuda a mantener los oídos limpios.**

La cera de los oídos, también llamada cerilla o cerumen, atrapa el polvo y la suciedad, como el champú o la crema de afeitar que se secan en la piel, e incluso algún que otro insecto. Todo esto se mantiene unido mediante el aceite y la cera producidos por las glándulas del canal auditivo. La cera también protege el oído y tiene propiedades que impiden que se multipliquen las bacterias nocivas en el oído. ¡A que pensaba que la cera del oído era no más que una molestia!

## **La cera de los oídos no es siempre pegajosa.**

La apariencia de la cera del oído varía según la persona. Puede ser húmeda (color miel y pegajosa) o seca (grisácea y escamosa). Húmeda o seca, la cera del oído depende del lugar de proveniencia de la familia. Las familias de origen europeo o africano tienen cera húmeda en el oído. Mientras que las personas cuyas familias provienen de la región noreste de Asia tienen cera seca y escamosa en el oído.

## **Es posible tener demasiada cera en el oído.**

Algunos medicamentos, la tensión y el ejercicio hacen que el cuerpo produzca exceso de cera. Además, el cuerpo produce más cera con la edad. Los oídos de muchas personas expulsan la cera de manera natural. Pero a veces queda atrapada en los recovecos o en un canal auditivo muy estrecho. Cuando esto sucede, no sale con facilidad. La cera puede quedar atrapada en el oído, por ejemplo, si la persona usa auriculares de oído que bloquean el paso de la cera. Esto dificulta oír y puede ser muy incómodo.

## **Puede lastimarse el oído y la audición si trata de limpiarse la cera del oído por su cuenta.**

La mayoría de la gente no sabe cómo limpiarse la cera del oído. Es posible que usen palillos de dientes, horquillas o bastoncillos para tratar de limpiarse los oídos. Esto puede ser peligroso, ya que hay riesgo de perforar el tímpano o empujar la cera más adentro del oído. La cera puede incrustarse cerca del tímpano, secándose y formando un tapón sólido. Esto puede causar pérdida temporal de audición o mareos.

## **El audiólogo es la persona indicada para limpiar la cera del oído.**

El audiólogo es un profesional que se concentra en evaluar y prevenir los trastornos de equilibrio y audición, así como en proporcionar tratamiento audiológico, incluidos los auxiliares auditivos. El audiólogo le aconsejará cómo prepararse para una limpieza profesional de los oídos y con frecuencia brinda el servicio de eliminación de la cera del oído. Incluso puede programar varias citas si desea mantenerse limpios los oídos. Comuníquese con un audiólogo si tiene mareos o problemas para oír...

Es posible que esté familiarizado con el dicho... Los oídos se limpian con el codo. Es mejor dejar que la naturaleza siga su curso.

**NOTAS:**

---

---

---

---

---

---

---

---



Para información adicional y para visitar la biblioteca de la Serie Informativa de Audiología, escanear con su dispositivo móvil.

Para más información sobre la pérdida de audición o los auxiliares auditivos, o para que se le envíe a un audiólogo certificado por ASHA, comunicarse con:



AMERICAN  
SPEECH-LANGUAGE  
HEARING  
ASSOCIATION

2200 Research Boulevard  
Rockville, MD 20850  
800-638-8255

Correo electrónico: [actioncenter@asha.org](mailto:actioncenter@asha.org)  
Sitio Web: [www.asha.org](http://www.asha.org)

*Información gratuita distribuida por*

**La Asociación Americana del Habla, Lenguaje y Audición**  
2200 Research Boulevard, Rockville, MD 20850 • 800-638-8255

