

TENDENCIAS

Después de ver esto, nunca más usarás cotonetes para limpiar tus oídos

El Ciudadano · 18 de noviembre de 2015



El oído es un área muy sensible y delicada y, como tal, debes tomar precauciones antes de limpiarlos por ti mismo. Si no se tiene mucho cuidado al limpiarlos, se puede dar lugar a problemas de audición o infecciones. **Lo preocupante es que muchas personas todavía están aplicando los viejos conceptos a sus prácticas de limpieza. Los resultados son alarmantes.**

Los cotonetes o hisopos de algodón no son seguros para limpiar tus oídos

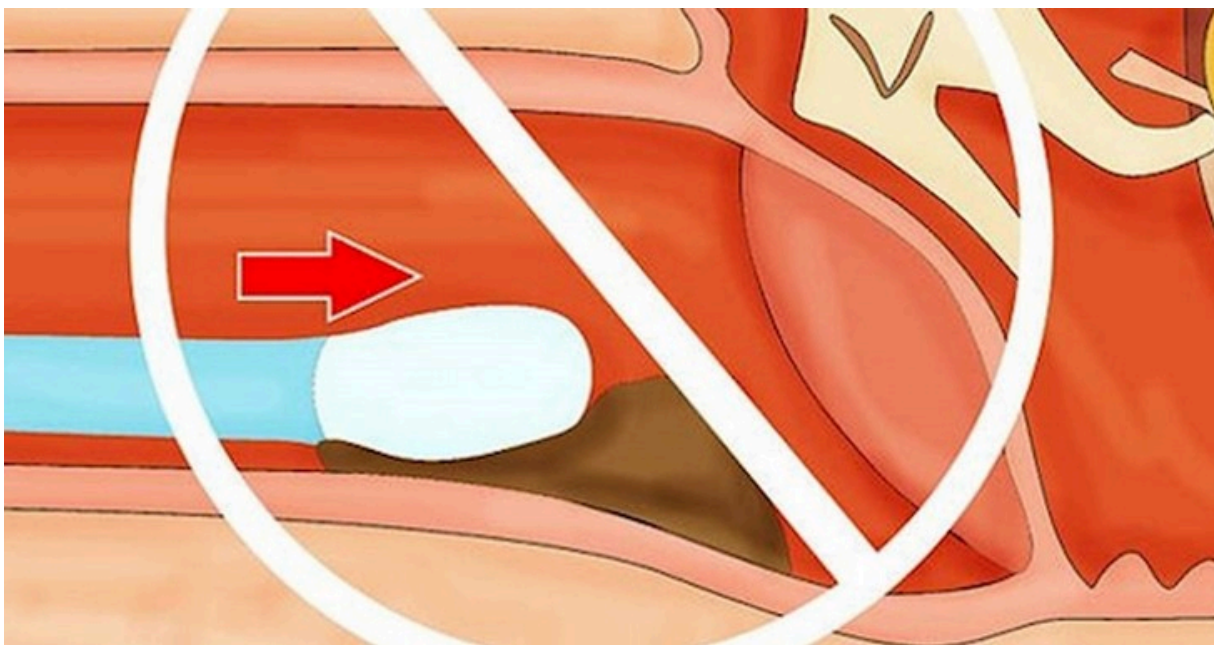
Muchas personas no saben que **los médicos y profesionales de la salud han tratado de impedir que la gente se limpie los oídos con hisopos por años.**



wordpress

La realidad es que no deberías meter ningún objeto puntiagudo en tus canales auditivos.

Existe un peligro real de dañar el tímpano. Comúnmente, la gente simplemente empuja el exceso de cera profundamente en el canal auditivo, lo que conduce a bloqueos y problemas de audición.



dailyhealthpost

El cerumen no es inherentemente sucio.

Es importante reconocer que el cerumen o cerilla, se produce naturalmente por las glándulas en tus oídos y es saludable tener una cantidad normal de cera presente en el oído. Con sus propiedades antibacterianas, **la cerilla sirve como parte del sistema de defensa del cuerpo**, limpiando y lubricando los canales de los oídos.

hearingcentral

**La cera es producida por glándulas cercanas a la abertura externa del canal auditivo.*

Antes de saber cómo limpiar tus oídos, es importante que sepas cuándo limpiarlos.

En la mayoría de los casos, los oídos se limpian a sí mismos y la suciedad es arrojada hacia las aberturas de la oreja. **Incluso hay algunas personas que nunca pueden necesitar limpiar sus oídos**, esto es determinado por la genética en gran medida. **Pero en otras personas la cera se puede acumular, aquí es cuando es importante limpiar sus oídos** pero la seguridad debe ser considerada. Así que no debes usar hisopos de algodón.

BBC

El cerumen se produce solamente en la parte exterior del canal auditivo, lejos del tímpano.

Entonces **cuando se producen bloqueos de cera, por lo general es porque la persona ha estado utilizando un hisopo de algodón para “limpiar” su oído.** Cuanto más profundo insertes el cotonete, más probabilidades tendrás de sufrir daños o crear una obstrucción.

Los hisopos no son del todo malos, sin embargo, se pueden utilizar para limpiar de forma segura alrededor del área del oído, sin meterlos en el canal auditivo.

info7

Para limpiar las cavidades internas del oído, hay una serie de remedios caseros que son seguros y fáciles de realizar.

Una solución salina es un método simple y eficaz para eliminar la acumulación de cera. Simplemente aplica unas gotas, deja que actúe por un par de minutos y retire el sobrante de la mezcla. **Usa agua calentada a temperatura corporal antes de intentar esto.**

top10homeremedies

1. **Mezcla una cucharada de sal en medio vaso de agua tibia.**
2. **Moja un algodón o utiliza un gotero para tomar la solución.**
3. **Acuéstate de lado y deja caer unas gotas en el interior de tu oído.**
Permanece en esa posición de 3 a 5 minutos.
4. **Repite con el otro oído.**
5. **Quita el cerumen con un pañuelo o trapo limpio.**

Aceites

Unas gotas de aceite de bebé, aceite mineral o aceite específicamente formulado para la limpieza de la oreja también es seguro y eficaz de utilizar para la limpieza interior de los conductos del oído.

vitaminlife

Agua oxigenada

Este antiséptico también es efectivo para quitar cerumen. Si estos métodos de enjuague no son suficientes para ti y sigues sufriendo acumulación de cera, existen medidas adicionales que se pueden tomar.

wordpress

Lavado con jeringa

Puedes pedirle a un médico que lave los conductos de tu oído o incluso conseguir un kit para tu mismo hacerlo en casa. **Una solución salina es el enjuague más común y eficaz para este método.**

drugstore

Ve a un doctor

Si los remedios caseros no han funcionado, deberías ver a un otorrinolaringólogo (especialista en oído, nariz y garganta). **Ellos pueden recetarte gotas o realizar la extracción de la cera utilizando las herramientas adecuadas.**

wonderpolis

Nunca intentes limpiarlos con velas

El proceso es doloroso y no existe evidencia alguna de que sea efectivo. Las lesiones comunes incluyen quemaduras, obstrucciones en los oídos, debido a la cera de la vela que cae, y perforaciones del oído. **Simplemente no intentes este remedio por más que la abuela lo recomiende.**

CBSnews

Fuente: Upsocl

Fuente: El Ciudadano