

# Cotonitos: ¿Cuáles son los riesgos del uso de hisopos en los oídos?

Universidad Viña del Mar Especialista explica los problemas que pueden generarse y entrega recomendaciones. Es muy común ver el uso de las varitas de algodón, conocidas como “cotonitos”, para secar los oídos después de tomar una ducha diaria o la utilización de éstas para la limpieza cotidiana en niños y personas adultas. Pese a lo noble y suave que puede ser este elemento, la introducción en los oídos puede generar irreparables daños, así lo explica la docente de la carrera de [Fonoaudiología](#) de la Universidad Viña del Mar (UVM), Ana Beth Rug, quien se refiere a los riesgos que se exponen las personas al usar estos hisopos. “Usar cotonitos o hisopos para “limpiar” el conducto auditivo externo (CAE)- que es el encargado del llevar el sonido al oído medio- lo que hace es empujar el cerumen más hacia el oído medio. En este sentido, es como sacar la basura de un tacho pequeño con una pala grande, es decir no vas a lograr sacar la basura sólo empujarla más adentro. Muchas personas usan el cotonito y al sacarlo ven que está sucio y piensan que están limpiando, pero la mayoría del cerumen queda más compactado y más alejado de la entrada del conducto. A esto se suma que deja fibras del algodón que las compone, mezclándose con el cerumen y favoreciendo la formación de tapones del mismo cerumen que son difíciles de sacar”, señaló la profesional. ▢ La fonoaudióloga precisa que existen ciertas personas que no son muy productoras de cerumen y que, en estos casos, el limpiar con cotonitos retira el poco cerumen que hay en el CAE, lo que altera el pH de la piel de éste y genera una mayor predisposición para que proliferen hongos, bacterias, etc. “Tanto el uso de hisopos como de pinches, tapas de lápices, llaves, palitos de brochetas, aumenta el riesgo de accidentes que pueden generen daño a estructuras importantes del oído medio. Ha habido casos de personas que al estar usando cotonito se han distraído producto del celular, de la tv u otro y dejan éste dentro del CAE, generando inserción de este elemento hacia el oído medio, perforando la delgada membrana timpánica que ayuda a conducir el sonido al oído interno. Esto es muy peligroso porque puede incluso generar daño de unos pequeños huesecillos que tenemos en el oído medio, los cuales tienen un rol importante en la audición”, agrega Ana Beth Rug. Un informe publicado en el “Journal of Pediatrics” de Estados Unidos dio a conocer que la mayoría de los padres utilizan estos hisopos para la limpieza de los oídos de los niños, siendo el motivo de consulta recurrente en urgencia dado un alto índice de accidentes provocados por el cotonito. Es por ello que la académica UVM explica sobre el autolimpiado que tiene el propio oído y cómo funciona éste. “La curvatura del conducto auditivo externo y el proceso de regeneración de la piel del conducto, lleva la piel muerta y el cerumen hacia lateral o afuera. Por eso, lo único que debiésemos hacer es usar el dedo meñique con la toalla para limpiar hasta donde llegue ese dedo”, precisó la fonoaudióloga. Dentro de las recomendaciones, Rug llama a no introducir nada en los oídos, dejar que el conducto bote por si solo el cerumen y en el caso de mucha picazón consultar al médico especialista en Otorrinolaringología. “Ellos podrán orientar y ayudar a recibir alivio del prurito (picazón). Hay algunas personas que forman tapones de cerumen aun sin el uso de los cotonitos, ante esta situación debe ser el personal de salud el que retire esporádicamente dicho material”, acotó.