

Jordi Coromina, otorrinolaringólogo del Centro Médico Teknon

# “Cada vez habrá más personas con acúfenos porque la civilización nos lleva a ello”

**LOS ACÚFENOS O TINNITUS SON LA PERCEPCIÓN DE ESCUCHAR UN RUIDO EN EL OÍDO O EN LA CABEZA QUE NO VIENE DEL EXTERIOR. LA FUENTE DEL RUIDO ESTÁ EN NUESTRO CUERPO. UNA PROBLEMÁTICA QUE AFECTA A TRES MILLONES DE PERSONAS EN ESPAÑA Y, PARA LA CUAL HOY EN DÍA, TODAVÍA NO HAY SOLUCIÓN.**

Como explica el doctor **Jordi Coromina**, otorrinolaringólogo del Centro Médico Teknon, experto en acúfenos y uno de los primeros en impulsar una unidad dedicada exclusivamente a estos pacientes, “hay muchas causas que los provocan, como tumores como el neurinoma del acústico, el vértigo de Mènière, mucosidad en el oído o un simple tapón de cera. Aunque la mayoría de veces la causa es desconocida”.

Se trata de ruidos que pueden ser un pitido, un zumbido, un silbido parecido al viento... de diferente intensidad. A veces se notan en un solo oído, otras en los dos e, incluso, en toda la cabeza. De hecho, como nos explica el doctor Coromina, “el acúfeno no viene del oído medio, sino de la corteza cerebral. Y lo sabemos porque, cuando hemos de cortar el nervio acústico que va del oído al cerebro, porque no hay más remedio, por un tumor, por ejemplo, el acúfeno persiste”.

Jordi Coromina nos explica que el acúfeno es un problema fácil de diagnosticar porque “es el propio paciente quien te dice que oye un ruido. Y tú tienes que creerlo. No hay manera de comprobarlo”. Aseverando que “el paciente siempre tiene la razón. Eso es una máxima”.

## **Cada paciente lo lleva de una manera**

En este sentido, Jordi Coromina constata que el acúfeno afecta de diferente forma a cada persona. “Hay personas que lo llevan

mucho bien, que se acostumbran. Mientras que para otras es una verdadera cruz”, señala. A este respecto recuerda una entrevista que le hicieron al músico Phil Collins en la que decía que “a pesar de tener artritis en las manos que le impiden tocar la batería, otros problemas y varios divorcios, su principal problema en la vida eran los acúfenos”.

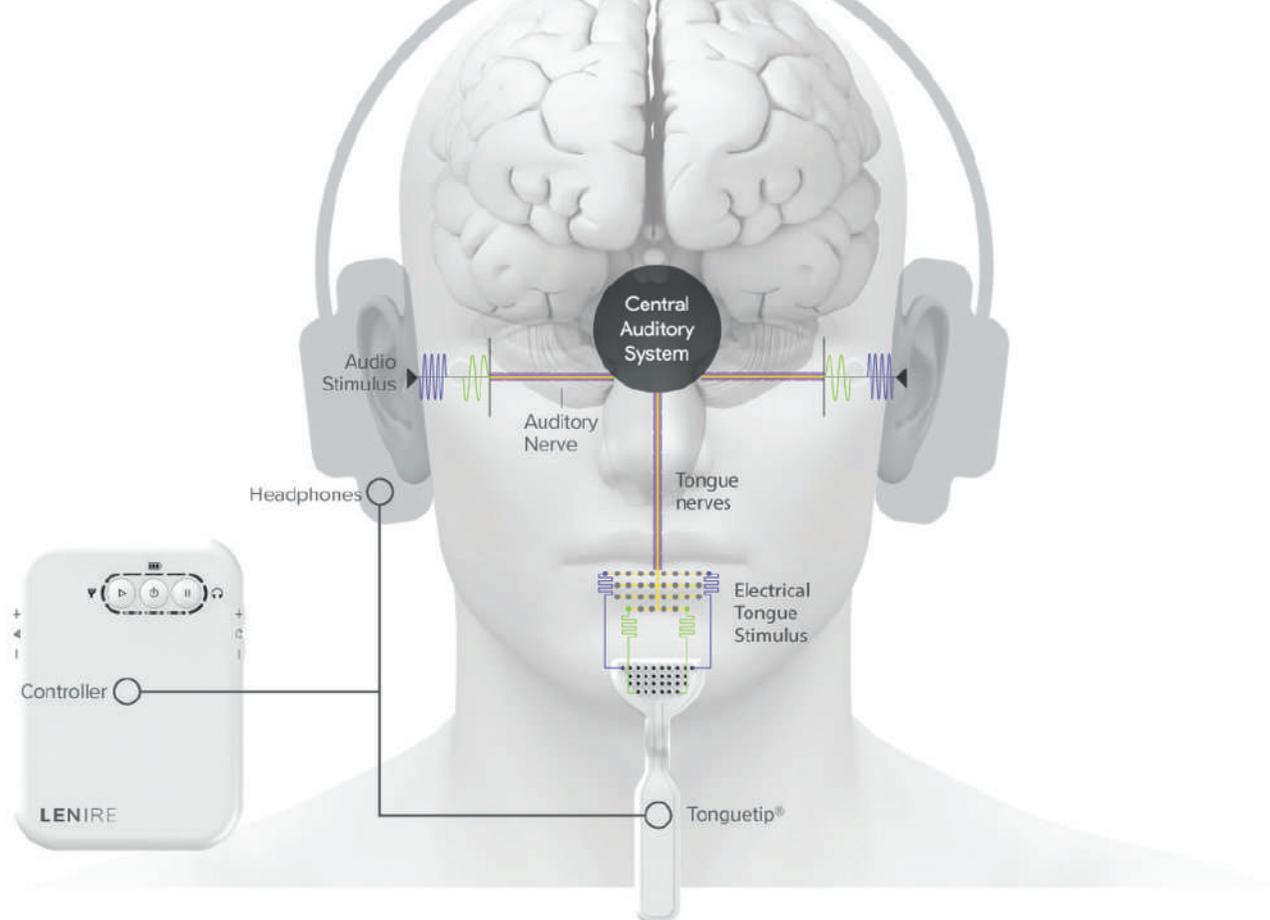
Para Coromina, la pregunta clave es “¿le molesta para dormir? Cuando un paciente llega a la cama y en silencio nota ruido que le dificulta dormir, ese es un acufeno que empieza a ser grave en cuanto a consecuencias”. Unas consecuencias que pueden derivar en falta de concentración en el trabajo o al realizar cualquier actividad, hasta el punto de llegar a necesitar tratamientos psicológicos o psiquiátrico, porque el paciente se vuelve irritable y le afecta mentalmente.

## **Tratamientos para minimizar los acúfenos**

Es una problemática que afecta a un 10-15% de la población y que, de momento, no tiene solución. Aunque existen diferentes tratamientos para minimizarlo. En relación a ellos, el doctor Coromina nos habla de “tratamientos en los que usamos un enmascarador, que es un aparato que emite un ruido que tapa el otro, que lo sustituye mientras se lleva”. Este enmascarador de acúfenos consiste en la colocación de un dispositivo, que se lleva de igual forma que un audífono, que emite sonidos de bajo nivel directamente al oído, enmascarando y disimulan-



**Jordi Coromina**



do el ruido en el oído, provocado por el acúfeno. Este aparato consigue invertir la onda sonora del acúfeno, provocando que durante cierto tiempo, minutos, horas o incluso días, el acúfeno desaparezca.

Sin embargo, existe un tratamiento nuevo que para Jordi Coromina *“puede dar mucho de sí. Se trata de Lenire, basado en lo que llamamos la neuroestimulación bimodal”*, nos explica el doctor. Se acaba de introducir en España y, aunque *“no anula los acúfenos, los puede mejorar, los puede disminuir. Y eso para mucha gente ya es muchísimo”*, señala.

Lenire es un tratamiento que combinan pulsos eléctricos suaves sobre la lengua con estimulación sonora, reproducida por unos auriculares, para impulsar la neuroplasticidad en el cerebro, lo que reduce los síntomas de los acúfenos. Los estudios actuales más importantes son, precisamente, los relacionados con el Lenire, nos comenta Jordi Coromina. Y añade: *“Es un sistema para intentar modular, cambiar y aprovechar la plasticidad cerebral para modificarse a lo largo de los años, y crear un circuito diferente al de los acúfenos o atenuar la importancia de ese circuito que se ha creado”*.

Lenire es un tratamiento tecnológico, desarrollado por la compañía irlandesa Neuromod, no invasivo, no quirúrgico, ni farmacológico e indoloro que alivia y reduce los acúfenos. Se aplica cómodamente desde casa, de forma personalizada y adaptada a cada paciente, según las indicaciones del médico otorrinolaringólogo. La duración del tratamiento suele ser de seis a 12 semanas, con resultados muy favorables y efectivos, avalados por numerosos estudios.

### Prevención contra los problemas auditivos

Quizás la mejor solución para evitar los acúfenos sea la prevención. Para Coromina, *“si usted va a un concierto de rock o de música clásica con el volumen muy fuerte o va a una verbena, póngase un algodón en cada oído. Oirá perfectamente, pero la*

**“LENIRE ES UN TRATAMIENTO QUE PUEDE DAR MUCHO DE SÍ. SE ACABA DE INTRODUCIR EN ESPAÑA Y, AUNQUE NO ANULA LOS ACÚFENOS, LOS PUEDE MEJORAR, LOS PUEDE DISMINUIR”**

*onda expansiva no entrará directamente a lesionar el tímpano”*. Y constata: *“Los músicos de rock, Dj’s, etc. tienen muchos acúfenos porque no se protegen. Hay unos auriculares que llevan un agujerito en medio con filtro para los músicos, que les permite ensayar perfectamente y tocar, pero como la entrada es tan pequeña, les permite oír sin que haya explosión en el oído medio”*.

Para este otorrinolaringólogo, *“cada vez habrá más personas sordas y más personas con acúfenos. Porque la civilización nos lleva a eso”*, y añade: *“Cada día el ruido es más intenso. Más aviones, más coches, el rock cada vez más fuerte...”* Aunque, por otro lado, ahora hay más protección, señala Coromina: *“Los trabajadores en las fábricas se protegen más, la gente que hace carreteras con los martillos neumáticos también, por ejemplo”*. Hay una dicotomía. Actualmente, *“hay quien se protege más que antes, pero también estamos más expuestos al ruido”*, afirma.

Para explicar las consecuencias de la civilización y el exceso de ruido, Jordi Coromina nos comenta un ejemplo que explica esa relación. Un estudio realizado en Sudáfrica en el que se ha descubierto que *“los zulús de Sudáfrica casi no tienen hipoacusia. Una persona de 70 años oye como una de 40. No tiene desgaste porque no se ha desgastado el oído a base de traumatismo acústico, es decir, ruido y más ruido”*. Eso es debido, comenta, *“a que el ruido va degradando el oído, produce hipoacusia, desgasta el nervio y, a veces, es cuando aparecen los acúfenos”*. ■