

Capítulo 25

Tratamiento de acúfenos

Miguel A. López González

La acción terapéutica en los acúfenos ha de ser consensuada y temporal. El tratamiento de los acúfenos ha de ser consensuado con el paciente (Figura 1), debiendo englobar el tratamiento del síntoma (acúfeno), el tratamiento de las causas del acúfeno (factores etiopatogénicos), el tratamiento de la sensibilidad central (hiperexcitabilidad) y el tratamiento de los procesos derivados del síntoma acúfeno (factores acufenogénicos). El tratamiento ha de ser temporal para que signifique un revulsivo que cambie la conducta del paciente, su manera de manejar los acúfenos y su habituación en muchos casos. Una vez efectuado este paso, es el propio paciente quien tiene que continuar con el manejo adecuado de su propia existencia. El tratamiento tiene que considerar todos los sistemas involucrados (auditivo, somatosensorial y neural) (Figura 2).

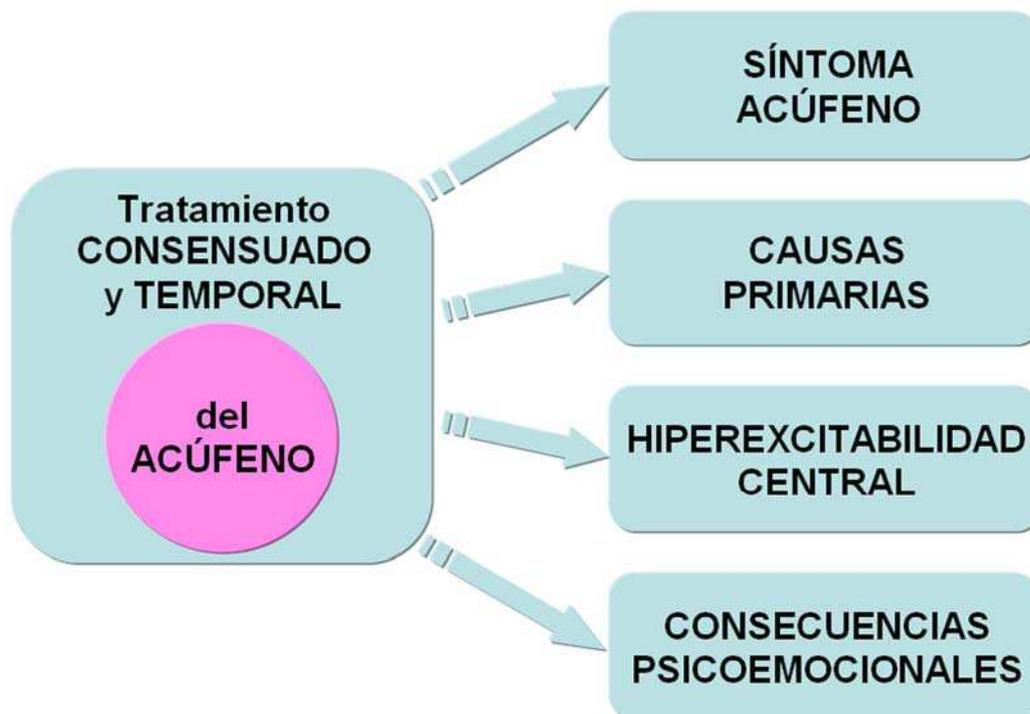


Figura 1
El tratamiento de los acúfenos ha de ser consensuado y temporal entre paciente y terapeuta.

Normalmente, los diferentes aspectos del tratamiento suelen hacerse a la vez. En otras ocasiones, el tratamiento sintomático puede demorarse hasta conocer los efectos del tratamiento causal. Si el tratamiento causal no puede realizarse o la mejoría alcanzada por éste es parcial, el tratamiento sintomático es el indicado para completar la mejoría o para aliviar el malestar, junto con la hiperexcitabilidad y las consecuencias.

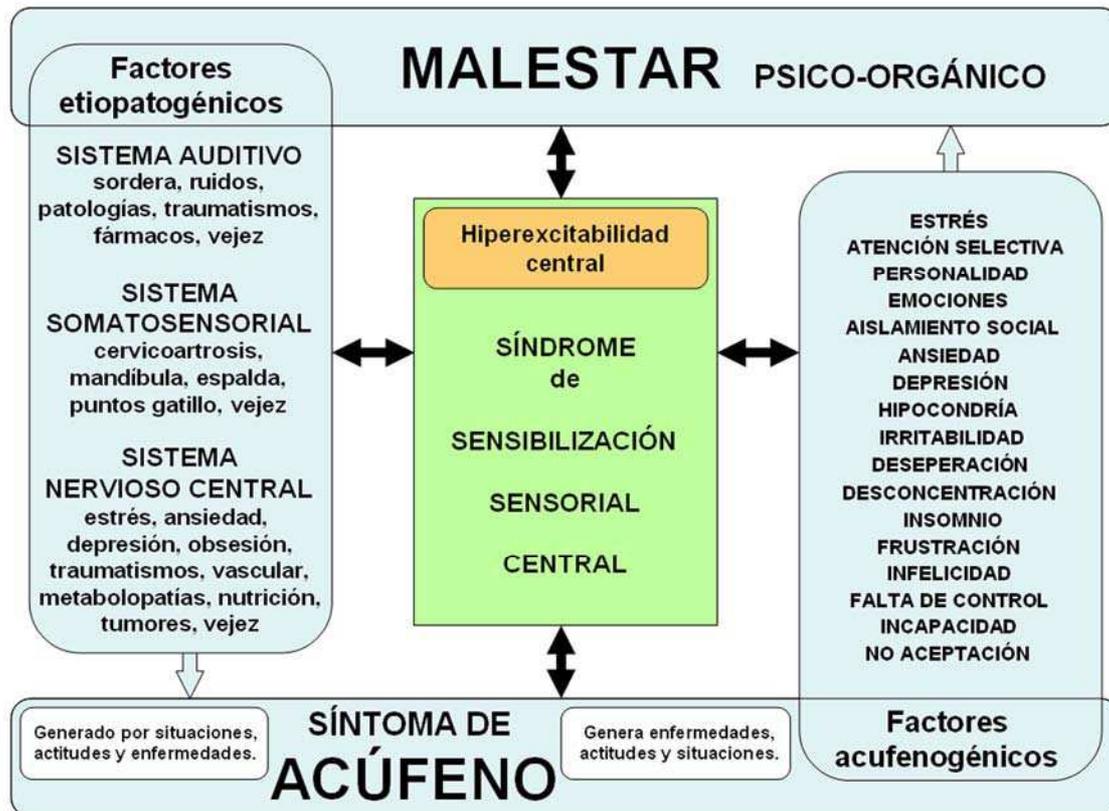


Figura 2

Tratamiento de los diferentes aspectos del acúfeno (fuente: el autor).

A continuación se enumeran algunas de las técnicas empleadas en el tratamiento de acúfenos:

Consejo cognitivo-terapéutico

Técnicas de relajación

Mindfulness (bienestar mental)

Fisioterapia

Masoterapia

Termoterapia

Estiramiento músculo-articular

Estimulación eléctrica

Acupuntura y electroacupuntura

Estimulación magnética transcraneal

Estimulación sonora

Enmascaramiento secuencial

Cambio de fase frecuencial

Sonidos con muesca

Psicoterapia / psiquiatría

Implante coclear

Medicación

Dietas

**Dieta cetogénica: dieta muy baja en hidratos de carbono
(VLCD-very low carbohydrate diet)**

**Dieta de exclusión / sustitución: histaminosis alimentaria no
alérgica (HANA)**

Dieta de adenosina

Neurotransmisores por vía oral

Glicina

Taurina

Obstáculos que impiden un tratamiento adecuado

A veces nos encontramos con muros que se interponen entre paciente y terapeuta que imposibilitan un tratamiento eficaz de los acúfenos. La empatía, el nivel cultural y la financiación.

Empatía

La falta de empatía cuando el paciente no se encuentra entendido, cuando el paciente percibe que el médico no maneja el asunto adecuadamente, no le proporciona unas medidas terapéuticas que le solucionen o mejoren su problema de acúfenos, en esos momentos no se producen los vínculos paciente-terapeuta, que es la empatía, impidiendo todo beneficio terapéutico.

Nivel cultural

El nivel cultural del paciente puede facilitar el entendimiento de todo el complejo mundo relacionado con la presencia de acúfenos, y también puede impedir su comprensión, haciendo que el tratamiento sea inefectivo. Muchas creencias erróneas que porta el paciente, dificultan la clarificación de la etiopatogenia y su relación con la terapia. La obcecación en determinadas tradiciones culturales nos impide ver más allá de

nuestras propias narices, siendo muy difícil, cuando no, imposible la comprensión del tratamiento.

La postura del terapeuta puede iatrogénicamente empeorar la situación, por el desconocimiento de lo que es un acúfeno, por la falta de adecuación del lenguaje a la cultura del paciente, o por la falta de tiempo en la consulta que hace imposible las explicaciones necesarias para solucionar el problema.

En general, el nivel cultural hace que la persona tenga una mayor amplitud de miras, facilitando tanto el diagnóstico como el tratamiento, verificándose en la mejoría consecuente de los acúfenos. Cuando el nivel cultural está más empobrecido, suele haber más dificultad en el entendimiento y los resultados terapéuticos flaquean. En este aspecto, el terapeuta juega un papel crucial para modular los canales de comunicación y obtener los mayores beneficios terapéuticos de la relación paciente-terapeuta.

Financiación

Otro factor que influye en el tratamiento de los acúfenos es el poder económico que disponga el paciente. En España, la Sanidad Pública es un sistema muy consolidado, que comparado con otros sistemas de salud a nivel internacional, está considerado como uno de los que más prestaciones realiza con una muy alta calidad. El ciudadano español, al tener prácticamente asegurada su salud, secularmente, no suele plantearse el tener que desembolsar dinero en sanidad.

El acúfeno al ser un proceso ocasionado por alteración del bienestar, su restitución conlleva medidas sanitarias y sociales. Ni todas las medidas sanitarias ni todas las medidas sociales entran en la financiación de la sanidad pública y si quieren llevarse a cabo, habrá que costearse individualmente de cada bolsillo. A nivel general no hay costumbre en España de pagar por Salud.

El acúfeno necesita financiación adicional, bien sea a nivel estatal o a nivel privado individual, para conseguir el bienestar adecuado que haga desaparecer la percepción de acúfeno.

¿Quién debe realizar el tratamiento de los acúfenos?

Hoy en día, el tratamiento de acúfenos debe realizarse interdisciplinariamente. Como son ruidos de oído, el otorrinolaringólogo debe ser el coordinador de un amplio equipo multidisciplinar (Figura 3) de profesionales que puedan aportar soluciones fidedignas para sus causas (tratamiento etiopatogénico), sus consecuencias (tratamiento de los procesos generados por el acúfeno), la hiperexcitabilidad (Síndromes de Sensibilidad Central) y el síntoma acúfeno (tratamiento sintomático).

Grupo terapéutico

Terapia multidisciplinaria



Figura 3
Grupo Interdisciplinar (INEM, Instituto Nacional de Empleo)
(fuente: el autor).

Otras aproximaciones terapéuticas para realizar el tratamiento, aparte del grupo multidisciplinario, serían el Acufenólogo y el Psicootorrinolaringólogo. El Acufenólogo es un profesional médico con conocimientos de patología auditiva, somatosensorial, psicológica, psiquiátrica, neurológica, nutricional y social. El Psicootorrinolaringólogo es un otorrinolaringólogo con amplios conocimientos de psicología/psiquiatría junto con experiencia nutricional y social.