

Día Mundial de la Salud Mental

● En un mundo cada vez más conectado, el aislamiento social y la soledad representan un problema grave que afecta profundamente la salud mental de todas las personas. Uno de los aspectos menos discutidos es su relación con la pérdida auditiva, que puede agravar estos problemas mentales y emocionales. Esta condición no tratada termina limitando las habilidades de comunicación y socialización, alimentando un ciclo dañino en el que los individuos se ven cada vez más alejados de la vida social. Según la OMS, las personas con pérdida auditiva tienen hasta un 57% más de probabilidades de desarrollar depresión que aquellas sin problemas auditivos. Esta estadística resalta una realidad preocupante: la disminución auditiva no tratada no es sólo un problema de comunicación, sino también una preocupación de salud mental. Es crucial implementar acciones que promuevan el uso de audífonos y otros tratamientos. Al mismo tiempo, se deben fortalecer las redes de apoyo entre las familias para evitar que los adultos mayores caigan en el aislamiento y la soledad. Abordar

estos problemas no solo se trata de mejorar la calidad de vida de millones de personas, sino también de preservar su bienestar mental y emocional. Es hora de reconocer el impacto del aislamiento social y la pérdida auditiva en la salud mental y actuar en consecuencia. La soledad no es sólo una incomodidad temporal; es un factor de riesgo que puede tener consecuencias devastadoras si no se aborda a tiempo.

Luciano García