

Salud auditiva

● En un mundo donde el ruido es constante, ya sea el del tráfico urbano o el de los dispositivos que utilizamos a diario, nuestra salud auditiva se enfrenta a riesgos silenciosos que son importantes. La pérdida de audición puede ser inducida por la exposición excesiva a ruidos fuertes. No solo afecta a nuestra capacidad de comunicarnos; según estudios recientes, también impacta directamente en nuestra calidad de vida, estando relacionada con aislamiento social, deterioro cognitivo y síntomas depresivos. En este sentido, la detección temprana es clave. Cada vez más personas consultan por daños auditivos prevenibles, lo que subraya la importancia de las revisiones periódicas. Así como cuidamos nuestra vista o controlamos nuestra presión arterial, nuestra audición merece la misma atención. Una revisión auditiva no es solo un acto preventivo, sino una herramienta para anticiparnos a posibles problemas y preservar nuestra conexión con el mundo que nos rodea. Hoy en día, las tecnologías avanzadas ofrecen soluciones que no solo mejoran la capacidad auditiva, sino que se integran perfectamente en nuestro estilo de vida, aportando comodidad y funcionalidad. Cuidar

nuestra audición es un compromiso con nuestro bienestar, nuestras relaciones y nuestra calidad de vida. Hagamos de 2025 el año en el que prioricemos nuestra salud auditiva. Escuchar mejor no es sólo oír mejor: se trata de vivir plenamente y disfrutar de todas las emociones del sonido.

*Luciano García, fonoaudiólogo
Gaes Chile*

Turismo y ecosistemas

● El reciente incremento de visitantes en las áreas silvestres protegidas de Magallanes, que según la Conaf superó los 590 mil durante 2024, destaca el atractivo único de esta región, especialmente con el Parque Nacional Torres del Paine como protagonista. Sin embargo, este crecimiento plantea una reflexión urgente sobre los impactos que esta afluencia masiva puede generar en los frágiles ecosistemas locales.

La sostenibilidad y la regeneración deben ser los ejes del modelo turístico para Magallanes. Es fundamental educar a los visitantes en el respeto y conservación de la biodiversidad, implementar medidas de regulación que controlen la capacidad de carga en temporadas pico, y mejorar la in-