

# El uso de audífonos puede reducir el riesgo de deterioro cognitivo en casi un 50% en mayores de 60 años

**El estudio demostró que el uso de estos dispositivos puede beneficiar al segmento mayor con más probabilidades de sufrir demencia. La OMS pronostica que para 2050, casi 2500 millones de personas tendrán algún grado de pérdida auditiva y al menos 700 millones necesitarán rehabilitación auditiva.**

La pérdida auditiva afecta a alrededor de 1500 millones de personas en todo el mundo, según datos de la OMS. La audición es un factor clave en todas las etapas de la vida, y su pérdida, a menos que se atienda adecuadamente, puede llegar a afectar a todas las personas, sin importar su rango etario. La OMS prevé que para 2050, casi 2500 millones de personas tendrán algún grado de pérdida auditiva y al menos 700 millones necesitarán rehabilitación auditiva. Sin embargo, un nuevo estudio publicado en The Lancet asegura que los adultos mayores con más riesgo de demencia pueden protegerse contra el deterioro cognitivo mediante

el uso de audífonos. El estudio encontró que el uso de estos dispositivos puede disminuir el riesgo de deterioro cognitivo en casi la mitad (48%) de los adultos con más factores de riesgo de demencia, como presión arterial elevada, tasas altas de diabetes, educación e ingresos más bajos, y quienes viven solos. "La audición es realmente importante para nuestra vida diaria, pero la mayoría de las personas no saben si presentan pérdida auditiva. Por lo que un primer paso, y el más relevante, es comenzar chequeando sus niveles de audición", comenta Luciano García, fonoaudiólogo y especialista del área médica de GAES Chile. Y agrega: "la hipoacusia es un pro-

blema común entre las personas mayores, que de no ser tratada de manera temprana puede tener un impacto significativo en su vida cotidiana, como desconexión social, aislamiento e, incluso, deterioro cognitivo. Esto puede ser hasta peligroso, porque pierden su capacidad de autosuficiencia y comienzan a aislarse. Por eso es fundamental que prestemos atención a la salud auditiva de nuestros adultos mayores y, de esta forma, garantizar que reciban la atención adecuada".

#### La importancia de la prevención

"Las familias tienen un papel importante en la detección precoz, porque son los que están alrede-



dor y los primeros en darse cuenta de los cambios que se producen. La persona tiende a subir el volumen de la televisión o de la radio, a repetir frecuentemente "¿qué?" al hablar con una persona o a perder parte de las conversaciones", explica el especialista de GAES Chile.

Otra señal de alerta es una percepción amortiguada de los sonidos. "Lo suelen describir como si tuvieran un tapón de cera en el oído. Los tonos agudos son los primeros que se pierden, y les cuesta más entender las voces femeninas, especialmente cuando hay ruido de fondo".

De todas formas, la situación debe ser vista como algo habitual y para lo que, afortunadamente, hay remedio. Para ello, es vital animar a nuestros familiares a realizar revisiones auditivas para detectar cualquier cambio en la audición a tiempo.