



La pérdida auditiva no debe ser sinónimo de aislamiento

Uno de cada cuatro adultos mayores en Colombia tiene dificultades para escuchar.

Se suele pensar que la pérdida de audición en los adultos mayores es un resultado natural de la edad, como si todos los ancianos estuvieran condenados a escuchar menos. Y si bien el envejecimiento es uno de los factores de riesgo para que una persona sufra problemas auditivos –una condición que se conoce como hipoacusia– no debe asumirse como normal que un adulto mayor deje de escuchar.

Rodrigo Heredia, médico geriatra del Hospital Universitario San Ignacio, explica que se trata de un problema de salud que hay que consultar con urgencia, pues no solo incide en una merma de la calidad de vida sino que puede ser la puerta de entrada a múltiples complicaciones.

El deterioro del equilibrio y el consecuente riesgo mayor de caídas –e incluso de accidentes de tránsito– son algunas. Pero son el aislamiento social, la pérdida de interacción con el entorno y, en esencia, ser asumidos como una carga para los demás, las consecuencias más preocupantes, según Heredia. Sobre todo porque pueden predisponer para trastornos mentales como la depresión.

Y es que los problemas de audición influyen directamente en las actividades de la vida diaria, que les limitan de una manera importante. Las personas que escuchan menos suelen aislarse de forma voluntaria y se sienten como una carga para los demás por esa necesidad de que les repitan las cosas, apunta Heredia.

Un estudio realizado por la Universidad de la Columbia Británica, que encontró que la pérdida auditiva en personas mayores entre 60 a 69 años aumenta su riesgo de exclusión social, confirma esa teoría. La investigación señala, incluso, que por cada 10 decibeles de pérdida de sensibilidad auditiva el riesgo de aislamiento social aumentan hasta en un 52 por ciento.

Otra investigación hecha en Canadá y publicada en noviembre del 2016 halló, además, que las mujeres son más sensibles (16 por ciento frente al 12 por ciento de los hombres) al aislamiento social causado por las dificultades auditivas.

Si bien este problema de salud puede darse a lo largo de la vida, en la vejez se le conoce como presbiacusia.

Un problema común

El otorrinolaringólogo Miguel Parra Pinto, director científico del Centro Audiológico y Quirúrgico de la Clínica del Country, explica que esta condición es producto del deterioro



auditivo de carácter neurosensorial que se da cuando las células ciliadas, que son las encargadas de la detección del sonido en el oído interno, van perdiendo su capacidad de regeneración. Dicho deterioro suele asociarse a la exposición crónica a ruidos en altas magnitudes. No se trata de casos aislados. Según el Estudio Nacional de Salud, Bienestar y Envejecimiento (Sabe 2015), que buscaba conocer la situación de las personas adultas mayores en Colombia, el 27,2 por ciento de esta población reportó deterioro auditivo, con mayores porcentajes en zona urbana.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), para el año 2050 se calcula que más de 900 millones de personas –es decir, una de cada 10– sufrirá una pérdida de audición discapacitante, debido, entre otras razones, a que actualmente 1.100 millones de jóvenes (entre 12 y 35 años de edad) sufren altas exposiciones al ruido en contextos recreativos. Según la Sociedad Española de Otorrinolaringología y Cirugía de Cabeza y Cuello, la presbiacusia –o pérdida auditiva causada por la edad– afecta al 20 por ciento de la población a partir de los 60 años, al 30 por ciento entre los 65 y 70 años, y al 70 por ciento a partir de los 70.

Detección y prevención

Sin embargo, para llegar a un diagnóstico de hipoacusia o presbiacusia deben descartarse antes otras posibles causas de una baja audición, desde un taponamiento por cera hasta infecciones y posibles tumores.

El experto Parra Pinto asegura que el encargado de confirmar una patología es un profesional en otorrinolaringología por medio de un examen de audiometría y quien debe formular el uso de ayudas tecnológicas –como audífonos o implantes– en un audiólogo especializado.

Lo importante, advierte Parra Pinto, es que el diagnóstico sea lo más temprano posible para que se puedan hacer intervenciones a tiempo.

En Colombia, según el estudio Sabe, solo el 2,6 por ciento de la población adulta mayor reportó el uso de aparatos como audífonos para mejorar su audición, especialmente en zonas urbanas. Se trata de una alternativa que sin dudas influye en una recuperación, pero no es la única salida para garantizarle calidad de vida al adulto mayor.

La familia es una parte fundamental en la integración social. Según Parra Pinto, un consejo fácil de aplicar es mantener una comunicación cara a cara, lenta, articulada y en lo posible en tonos graves, para que la persona con deterioro auditivo pueda además leer labios y gestos de su interlocutor.



Mientras tanto, la doctora Lavilla indica que en casos de sordera profunda o severa y una inteligibilidad muy deteriorada, cuando el audífono puede ser insuficiente, es necesario un implante coclear.

Claves para detectar la pérdida auditiva

Según la Sociedad Española de Otorrinolaringología y Cirugía de Cabeza y Cuello, las personas, sus familias y cuidadores deben consultar cuando haya signos como que escuchan pero no entienden la totalidad de las oraciones, pues los sonidos agudos se hacen difíciles de captar. Esta situación empeora en ambientes de ruido o con varios interlocutores. Hay necesidad de escuchar la radio o la televisión a alto volumen, se comienzan a escuchar zumbidos, no entienden en voz baja o piden repetir las cosas varias veces. No participan en reuniones familiares o de grupo, ni siguen conversaciones. Están despistados, cometen errores, se sienten inseguros, pierden el interés y hay señales de depresión y tristeza.

Si usted tiene baja audición...

Mantenga la conversación: pida a los demás que atraigan su atención antes de hablarle, sugiera que le hablen cara a cara y que no griten. Sepa cuándo pedir que le expresen algo de distinta manera y cuándo indicar que simplemente le repitan lo dicho. Y aprenda a hacer preguntas.

Organice su casa: reorganizar los muebles para facilitar la conversación puede ser una buena idea. Cambie la iluminación de las habitaciones para ver mejor la cara de su interlocutor. Quizás haya dispositivos de alerta que le indiquen cuándo suena el timbre de la puerta.

Ojo con el ruido ambiental: en un restaurante ruidoso, por ejemplo, seleccione una mesa que esté lejos de la cocina y del ruido de los platos. Siéntese frente a su compañero de mesa de forma que pueda sacar el máximo partido para entender la conversación.

Los auxiliares auditivos: muchos audiólogos usan distintos tipos de auxiliares auditivos. Esto le ayudará a entender por qué se seleccionó especialmente para usted el tipo de auxiliar auditivo recetado. Este repaso también le ayuda a los miembros de la familia.

Aprenda a escuchar de nuevo: si se da cuenta de que tiene pérdida de audición, incluso si no usa auxiliares auditivos, se le brindará sugerencias durante los servicios de rehabilitación auditiva para oír mejor y optimizar la comunicación. Si usa auxiliares auditivos (audífonos) o tiene un implante coclear, su mundo se verá lleno de sonidos que había olvidado que existían. Con práctica y capacitación se acostumbrará a escuchar de nuevo el mundo que lo rodea.



Sala de Prensa

Conozca la tecnología auditiva asistencial: el audífono no lo despertará cuando duerme. Y quizás no le ayude en el teatro. Pero hay otros aparatos que son de utilidad, como los audífonos para la televisión, los sistemas FM, los micrófonos de conferencia y los amplificadores para teléfonos. Sería buena idea familiarizarse con estos equipos y descubrir cómo mejoran su vida social, familiar y profesional.

Use pistas visuales: todo el mundo usa los ojos para obtener pistas visuales de lo que dicen los demás, de su estado de ánimo o su interés en el tema de conversación. Debido a la pérdida de audición, seguramente la persona usa la vista, incluso más para compensar lo que no oye.

Lea los labios: capacitarse en lectura labial brinda instrucción formal sobre la manera en la que se forman los sonidos del habla y qué sonidos se asemejan en los labios.