# Estudio | La mitad de los jóvenes sufrirá pérdida de audición por uso de auriculares

Especialistas en Otorrinolaringología de Ribera alertan de que la mitad de jóvenes sufrirá pérdida de audición por el hábito de escuchar música con auriculares, junto con la asistencia a conciertos y locales de ocio con música alta, según señalan fuentes del grupo con motivo de la celebración este domingo del Día Mundial de la Audición.

Así, la doctora Lorena Sanz indica que la exposición a ruidos intensos, ya sean puntuales, pero a altas intensidades, como explosiones o disparos, o frecuentes a intensidades moderadas, como discotecas, conciertos, ambiente laboral o el uso prolongado de auriculares «pueden disminuir la audición, incluso hasta llegar a necesitar audífonos».

De hecho, la Organización Mundial de la Salud (OMS) estima que la mitad de las personas de entre 12 y 35 años utiliza dispositivos electrónicos a niveles inseguros, sobre todo en países de ingresos medios y altos y en base a estos datos, la Sociedad Española de Otorrinolaringología y Cirugía de Cabeza y Cuello (SEORL-CCC) prevé que la mitad de los adolescentes y jóvenes españoles sufrirán una pérdida de audición o acúfenos por la exposición al ruido.

La doctora Sanz explica que, además de la pérdida de audición, los pacientes pueden sufrir otras consecuencias a raíz de este tipo de exposiciones: ruidos en los oídos, limitación en la vida diaria por la dificultad para entender o para orientar el origen de los sonidos o la alteración de los sonidos escuchados.

## Límites del ruido

El doctor Valdés, por su parte, insiste en la importancia de prevenir este tipo de exposiciones voluntarias a ruidos. «La lesión del oído interno puede producir una pérdida auditiva permanente», asegura, al tiempo que recuerda que «cuando la exposición al ruido deteriora las células ciliadas del oído interno, el daño sufrido es permanente y estas células ya no se pueden recuperar».

Por ello, aconseja en los reproductores de música «aplicar la regla del 60-60: no utilizarlos más de 60 minutos al día y no superar el 60% del volumen que permiten los mismos». «Para garantizar una buena salud se recomienda no superar los 65 dB de intensidad sonora», explica el jefe de Otorrinolaringología de Ribera Povisa.

Con información de Infosalus.