

Estudio revela que el uso de audífonos reduce considerablemente el riesgo de sufrir demencia

Según la [Comisión Internacional The Lancet sobre Prevención, Intervención y Cuidados de la Demencia](#), la pérdida de audición es el principal factor de riesgo para desarrollar demencia a partir de la mediana edad, cuando traspasamos la barrera de los 40 años. Dicha comisión estima que representa hasta 20,5% de las causas evitables.

Actualmente, [unos 1.500 millones de personas experimentan un deterioro del sentido del oído](#), y se calcula que afectará a 2.500 millones en 2050, lo que da una idea de la dimensión del problema. Por ejemplo, en Estados Unidos, casi la mitad de los individuos mayores de 65 años lo padece.

Aparte del envejecimiento, debido al daño celular acumulado a lo largo de la vida, [los ruidos fuertes](#) –como los que se producen en las grandes ciudades–, la herencia genética, el uso de algunos medicamentos y dolencias como la meningitis [pueden desencadenar la merma auditiva](#).

En las personas mayores, tanto la demencia como la pérdida de audición [se asocian](#) a mayor discapacidad, aislamiento social, depresión y, a la postre, mortalidad. Por eso, conocer, determinar y caracterizar adecuadamente los factores que pueden protegernos de ambos trastornos es un desafío para la comunidad científica internacional.

En esta línea, científicos chinos, japoneses, indios y de otros países [acaban de publicar en la revista científica The Lancet Public Health las conclusiones de un estudio exhaustivo](#) que analizó la asociación entre el uso de audífonos y el riesgo de desarrollar demencia. Para ello, utilizaron información de más de 400 000 participantes registrada en la base de datos [UK Biobank](#).

Sus resultados indicaron que la utilización de esos dispositivos se asocia, efectivamente, con menores probabilidades de desarrollar demencia en las personas afectadas por un deterioro del sentido del oído.

De hecho, y este es un dato muy significativo, el riesgo se

equipararía al que tiene una persona con las capacidades auditivas intactas. Los resultados se observaron tanto para los diagnósticos de demencia por cualquier causa como en casos específicos como la enfermedad de Alzheimer y la demencia vascular.

Se trata de un estudio importante, ya que se realizó en un gran número de individuos a partir de la mediana edad (hombres y mujeres de entre 40 y 69 años) y con un periodo de seguimiento de más de 12 años. Además, los autores obtuvieron la información de varias fuentes, como los registros hospitalarios y las causas de fallecimiento, lo que otorga mayor solidez a los resultados.

El poder de los audífonos

Hasta la fecha, pocos trabajos habían analizado esta asociación. Y [los que lo habían hecho](#) contaban con un número limitado de participantes o periodos de seguimiento muy cortos.

Como recalcan los autores, esta nueva investigación abre nuevas vías en la prevención de la demencia: al atenuar la pérdida de audición, los audífonos disminuyen la carga cognitiva (hacen que nuestro cerebro se esfuerce menos en decodificar los sonidos, lo que deja más recursos para otras tareas como la atención o la memoria) y alivian la privación sensorial. Ambos factores explican en parte el desarrollo de las demencias.

Si consideramos los resultados de este estudio, sumado a la bajada de precio de los audífonos y el hecho de que algunos países [como Estados Unidos](#) hayan permitido su venta libre para las personas sordas, la implantación de este tipo de aparatos podría constituir un gran avance en la lucha contra demencia. En otros lugares tienen que ser obligatoriamente prescritos por médicos o audiólogos.

Esperamos que en el futuro se sigan replicando estudios con gran número de participantes y periodos de seguimiento largos para poder reafirmar los resultados observados en esta prometedora investigación.

Con información de El Nacional