

La columna de...

CAMILA ABARZA,
ACADÉMICA DE FONOAUDIOLOGÍA UDLA

La prevención de la demencia también pasa por el oído

Cada 3 de marzo, el Día Mundial de la Audición invita a reflexionar sobre la importancia de oír. Hoy, ese llamado adquiere un sentido más profundo: la evidencia científica demuestra que la salud auditiva está directamente vinculada a la salud cerebral y al riesgo de desarrollar deterioro cognitivo y demencia.

La actualización 2024 de la Comisión Lancet sobre prevención de la demencia es clara. A nivel mundial, hasta un 45% de los casos podrían prevenirse o retrasarse si se abordaran oportunamente los factores de riesgo modificables. En Chile, este potencial es aún mayor, alcanzando el 62%, lo que revela un amplio margen de acción preventiva.

Dentro de ellos, la hipoacusia no tratada explica un 7% del riesgo de demencia en nuestro país, una magnitud comparable a la de la depresión (7%), la hipertensión (8%) o la inactividad física (8%). La evidencia muestra que la pérdida auditiva sostenida incrementa la carga cognitiva, reduce la estimulación cerebral y favorece el aislamiento social, configurando un escenario propicio para el deterioro neurocognitivo cuando no se aborda a tiempo.

Desde esta perspectiva, oír bien no es un lujo ni una preocupación secundaria. El uso de audífonos u otros dispositivos auditivos, cuando están indicados y correctamente ajustados, mejora la comunicación, favorece la participación social y contribuye a reducir el riesgo cognitivo asociado a la pérdida auditiva, especialmente cuando existe un adecuado proceso de adaptación que favorece la adherencia a su uso.

Acceder a ellos no es imposible. A nivel nacional existen alternativas para obtenerlos de forma gratuita o a bajo costo, como el GES 56, la Ley Ricarte Soto, los apoyos del Servicio Nacional de la Discapacidad (Senadis) y diversas iniciativas municipales, entre otros. Aunque bien sabemos que no se logra la cobertura total, es un avance que invita a hacernos cargo como sociedad y como sistema de salud de una necesidad que sigue sin resolverse de manera oportuna y sostenida.

El desafío es claro y compartido. Avanzar en la prevención de la demencia requiere fortalecer las políticas públicas, pero también asumir una responsabilidad individual y colectiva frente al cuidado de la audición. Así, evaluarse a tiempo, informarse y tratar la pérdida auditiva, si bien no garantiza que la demencia no ocurra, sí permite retrasar su aparición y reducir la probabilidad de desarrollarla, impactando directamente en la salud del cerebro y en cómo envejecemos como sociedad.