

Presbiacusia, el oído que envejece

La presbiacusia es una pérdida de audición relacionada con la edad que podría empezar a percibirse a partir de los 50 años, aunque su aparición varía en cada caso. Es un proceso que avanza gradualmente y, en la mayoría de los casos, se trata de una pérdida auditiva leve o moderada, generalmente en frecuencias agudas, aunque progresiva. La presbiacusia puede considerarse un proceso fisiopatológico normal en tanto que forma parte de la evolución natural del organismo y está programado por el envejecimiento.



©123RF

Es posible que muchas personas con presbiacusia tarden bastante tiempo, incluso años, en darse cuenta de que han perdido parte de su capacidad auditiva. El deterioro en la calidad de la audición no ocurre de un día para otro, sino de forma lenta y continua desde la madurez, aunque en determinados casos se inicia precozmente y alcanza distintos grados de intensidad en la vejez. Es normal que la presbiacusia afecte a ambos oídos, pero la pérdida puede ser diferente en cada órgano.

Este tipo de sordera degenerativa se diferencia de otras sorderas por malformaciones genéticas, traumatismos, tumores o infecciones. Sin embargo, la presbiacusia es una patología en la que intervienen diferentes factores individuales y ambientales, de forma que resulta complejo determinar sus causas exactas. «Evidentemente, estamos ante un fenómeno de envejecimiento», explica la doctora Teresa Rivera Rodríguez, jefa del Servicio de Otorrinolaringología del Hospital Universitario Príncipe de Asturias, de Alcalá de Henares. «En el envejecimiento -prosigue- intervienen causas vasculares y nerviosas. Hay una degeneración nerviosa y también se producen pequeñas isquemias, pequeñas degeneraciones en el sistema vascular, de manera que esa dificultad en la circulación sanguínea también afecta al oído. Intervienen ambas cosas».

El componente principal de la presbiacusia en personas mayores no es un problema conductivo, es decir, no suele ser una barrera física que dificulta la transmisión del sonido. Se acepta que puede haber un tipo de presbiacusia con un componente conductivo debido a la degeneración de los huesecillos del oído, a medida que envejecen, pero lo que los especialistas ven normalmente en la consulta es la presbiacusia por causas neurosensoriales que afectan al oído interno, y no por un fallo en la transmisión del sonido.

Al intervenir diferentes factores, el desarrollo de la presbiacusia puede verse agravado o acelerado por enfermedades crónicas muy extendidas en las personas mayores. Patologías cardiovasculares o diabetes, entre otras, forman parte de las enfermedades concomitantes frecuentes en las personas mayores. La consecuencia de todos esos factores es una hipoacusia neurosensorial, pero no se puede saber qué parte de responsabilidad tiene el propio envejecimiento y qué parte -y en qué medida- se debe a cada uno de esos factores.

Un capital limitado

El oído es uno de los sentidos más importantes para comunicarnos. La capacidad de oír es un capital limitado con el que nacemos y no conviene derrocharlo, porque no hay forma de recuperar el oído que se pierde. La cóclea o caracol es una estructura espiral del oído interno que en su interior alberga el túnel de Corti, que es el verdadero centro neurálgico de la audición. Este órgano dispone de células ciliadas, a modo de vellosidades o pelillos

microscópicos, que recogen las vibraciones sonoras, las clasifican y las transforman en señales eléctricas que se transmiten por el nervio auditivo al cerebro.

Como explica la doctora Rivera, «las células sensoriales del oído interno son células nerviosas. Cuando mueren no se regeneran y, hoy por hoy, no hay un tratamiento que sea capaz de recuperar esa función, aunque muchas investigaciones van encaminadas a este objetivo. Se está trabajando con terapia génica y células madre para tratar de revertir la situación, pero no sabemos cuándo se logrará. Por ahora sólo podemos recurrir a tratamientos como audífonos o implantes cocleares en los casos de sorderas profundas, que no devuelven la audición pero permiten que el oído se apoye en un dispositivo de amplificación para que el sonido llegue al cerebro. La pérdida de células ciliadas, de las que sólo disponemos de unos miles, es irreversible actualmente».

La presbiacusia es una condición muy frecuente en las personas mayores que influye en su calidad de vida. «Si es una presbiacusia leve no influye demasiado», afirma la doctora Rivera, «pero si es moderada o severa sí tiene importancia. Una persona con una audición pobre se siente aislada por falta de interacción social. Esto repercute en su carácter y puede incidir en el deterioro cognitivo del paciente mayor, que se vuelve más introvertido y cuyo cerebro está menos estimulado».

La adaptación de audífonos en las presbiacusias moderadas puede aportar una mejora notable en la calidad de vida. Pese a ello, a lo largo de su experiencia profesional, la doctora Rivera ha comprobado que muchos pacientes se muestran «muy reacios al audífono, porque lo ven como una señal de minusvalía, como una prótesis. Cuando hay pérdida de agudeza visual, las gafas se aceptan muy bien, pero el audífono no, y en definitiva es el mismo concepto. El desarrollo de la tecnología digital ha mejorado muchísimo los audífonos respecto a los antiguos analógicos. Antes los audífonos amplificaban todos los sonidos por igual, y por ello los ruidos de la calle molestaban mucho. Ahora se programan para que actúen en distintas frecuencias, de forma selectiva, para que lo que mejore sea la discriminación de la voz humana, es decir, las conversaciones, y no tanto los ruidos externos».

Los sonidos se pueden medir por su frecuencia y por su intensidad. El oído humano es capaz de percibir determinadas frecuencias de sonidos, o cantidad de vibraciones que se repiten por segundo. La unidad de medida es el hercio (Hz), y en una conversación podemos movernos en frecuencias entre 400 y 3.000 Hz en una escala de tonos graves y agudos. Precisamente la voz humana se sitúa en el rango de las frecuencias que se van perdiendo con la presbiacusia, de manera que cada vez cuesta más trabajo entender las conversaciones, aunque se desarrollen cerca de nosotros.

Los audífonos pueden devolver la calidad de vida al paciente con presbiacusia una vez que acepta con normalidad la situación y aprende a utilizar los dispositivos, que cada día son más pequeños y manejables.

Ruido

La edad es un factor individual que no se puede modificar en la presbiacusia. En cuanto a los factores ambientales, la exposición continuada al ruido destaca sobre todos los demás riesgos. El decibelio (dB) es la unidad de una escala que sirve para medir la intensidad del sonido, que en nuestra vida cotidiana, con más frecuencia de lo que pensamos y durante más tiempo del deseable, supera los 65 dB. La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda no sobrepasar este valor para mantener una buena salud auditiva. A partir de los 85 dB hay riesgo de pérdida auditiva si nos exponemos repetidamente a sonidos fuertes.

El ruido de fondo en las vidas de muchas personas en la gran ciudad supera a menudo los 80 dB. En particular, el riesgo se eleva por la exposición al tráfico rodado o a maquinaria en determinados entornos laborales. La pérdida de audición a causa del ruido es la enfermedad laboral más común en Europa. Y como país con fama de ruidoso, también estamos muy acostumbrados a desenvolvernos entre un ruido desmesurado en lugares de ocio.

«Actualmente el ruido es lo que más influye en el deterioro de la audición», afirma la doctora Rivera. «Muchas veces, las presbiacusias se mezclan con esas sorderas por ruido. El ruido es uno de los factores que más está influyendo en la aparición de sorderas neurosensoriales a partir de una determinada edad, y es difícil distinguir qué parte de esa sordera es presbiacusia pura y qué parte se debe al ruido. Al final todo suma y a nuestro alrededor hay mucho ruido nocivo, aunque también se ha desarrollado una legislación para limitar el ruido ambiental y proteger el oído en el trabajo, en las viviendas o en los locales de ocio».

La presbiacusia tiene un inicio y desarrollo muy lento y progresivo, que se ve alterado por ciertas enfermedades y por factores de riesgo ambientales como el ruido. De hecho, los especialistas consideran que un grupo vulnerable son los jóvenes debido a la muy extendida costumbre de utilizar auriculares con el volumen alto, por lo que pueden llegar a la madurez con un daño auditivo neurosensorial.

Prevención

Para conservar una buena salud auditiva hay que intentar evitar todos los factores modificables que puedan acelerar el curso de la presbiacusia. El ruido está entre los más importantes, pero también hay otros hábitos dañinos para el oído como el consumo de alcohol y tabaco, porque perjudican seriamente al sistema vascular. Hay algunos medicamentos que pueden tener efectos tóxicos sobre el oído, pero por ese motivo son manejados con precaución por los especialistas.

La protección del oído se debe extender a lo largo de toda la vida para alcanzar la madurez con el mejor funcionamiento posible del sistema auditivo, evitando situaciones de riesgo como los traumas acústicos, las infecciones u otros traumatismos que pudieran dañar este órgano tan necesario.

Mantener una adecuada higiene del oído forma parte de esos cuidados que deben incorporarse a la rutina en todas las edades. La limpieza del conducto auditivo externo evita sumar otro problema añadido a la presbiacusia y, en este sentido, muchas personas mayores tienen tendencia a la formación de obstáculos en el canal auditivo por la retención de contaminantes ambientales o por el acúmulo de cerumen. En estos casos, como señala la doctora Rivera, «la propia persona o los cuidadores de la persona mayor que tiene tendencia a la formación de tapones pueden recurrir a unos productos de limpieza que están disponibles en la farmacia. Son preparados específicos para el oído que se pueden aplicar en spray para realizar de vez en cuando una limpieza. Son útiles para prevenir, pero hay que usarlos en su justa medida y no obsesionarse con limpiar continuamente el oído, porque la cera tiene una función fisiológica importante en el mantenimiento del pH y en la protección del conducto auditivo».

La valoración de la presbiacusia requiere necesariamente la consulta con el especialista, quien dispone de las pruebas auditivas para realizar el diagnóstico y establecer el tratamiento adecuado para cada paciente.