

Millones de jóvenes, en riesgo de sordera por el uso de auriculares

[Multimedia](#)

De no tomarse las medidas oportunas, en un futuro próximo, muchos necesitarían audífonos para poder oír. La vuelta al cole podría ser una buena vía desde la que tratar de concienciarlos acerca del uso de estos dispositivos.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha cifrado en más de mil millones el número de individuos que podría padecer una sordera si no se empiezan a tomar las medidas de precaución y prevención oportunas; entre ellas, hacer un buen uso de los auriculares y aparatos electrónicos. La OMS señala a los jóvenes como el sector de mayor riesgo al constituir estos el grupo social que más utiliza este tipo de aparato.

Para escuchar música mientras se hace deporte, se camina y hasta para estudiar; esa es la finalidad prioritaria por la que los jóvenes parecen recurrir a aparatos tipo MP3 y a los auriculares, cada vez más sofisticados y con sistemas de escucha que permiten subir la música hasta límites que podrían ser bastante perjudiciales para la audición.

Y es que los jóvenes no solo usan este tipo de productos día sí y otro también, sino que cada vez prolongan más su tiempo de exposición a sonidos provenientes de estos y lo que es peor, a un volumen que resulta más que excesivo para su capacidad auditiva.

En la actualidad, se estima que haya en torno a los 43 millones de personas de entre 12 y 35 años con sordera por multitud de causas entre las que cabe destacar el uso de auriculares. Los datos indican que, de continuar con prácticas auditivas perjudiciales o inseguras como esta, el índice de individuos con sordera podría aumentar y, con él, el consumo de [audífonos](#) ganaría todavía más protagonismo en el mercado.

Medidas de prevención de la sordera

Conviene, por todo ello, seguir una serie de medidas de precaución y de prevención de la sordera. Sonosalud, un prestigioso centro auditivo especializado, en sintonía con la Organización Mundial de la Salud, propone algunos consejos como:

1. Limitar el tiempo de exposición a ruidos excesivamente altos.

2. Usar cascos y materiales especiales que aíslen del ruido, sobre todo en aquellos casos en los que las labores profesionales requieran someterse a sonidos perjudiciales para la audición (obreros, camareros de discotecas, etc).
3. Hacer descansos auditivos periódicos.
4. Respetar los niveles seguros de exposición al ruido. La OMG establece el margen en un 60% del volumen máximo.
5. Prestar especial atención a las señales de advertencia de pérdida de audición.
6. Permanecer alerta ante cualquier tipo de señal o síntoma de hipoacusia.
7. Detectar dificultades de escucha.
8. En el caso de los jóvenes, educarlos, informarlos y hacerles tomar conciencia de los daños de usar reproductores de música y auriculares a un volumen lesivo, así como de llevar a cabo prácticas poco seguras para la audición.

A propósito de esto, como parte de su compromiso social, Sonosalud propone una colaboración entre los padres y los centros escolares a través de charlas que promuevan y adviertan de los peligros de no cuidar la audición para un futuro próximo. “La vuelta al cole -sugieren fuentes de Sonosalud- podría servir como pretexto para comenzar las labores de concienciación de la sordera entre los adolescentes”.

Asimismo, recomiendan la consulta a un centro auditivo de forma periódica, sobre todo si ya se han manifestado síntomas previos de pérdida auditiva. En Sonosalud, por ejemplo, se realizan estudios gratuitos.

“Lo importante -declaran- es facilitar a los jóvenes toda la información posible acerca de los inconvenientes que produciría un mal uso de los dispositivos electrónicos y auriculares, de modo que tomen conciencia y traten de evitar por sí mismos una sordera. En casos de pérdida auditiva ya irreversibles, mostrarles apoyo y ofrecerles soluciones como un audífono son acciones vitales”.
