



## Discriminación a las personas adultas mayores con problemas de audición

El **Día de la Cero Discriminación** se conmemora el primero de marzo de cada año y es una iniciativa de las Naciones Unidas para promover el derecho de todas las personas a vivir una vida digna, independientemente de cualquier característica como, el sexo, género, religión, edad o cualquier otra índole. A su vez, el **Día Mundial de la Audición** se conmemora cada 3 de marzo con el propósito de promover la salud auditiva de todas las personas.

*Uno de los problemas de salud más comunes que presentan las personas adultas mayores es la discapacidad auditiva.*



Se estima que **una de cada tres personas de 65 a 74 años** tiene algún nivel de pérdida de audición y cerca de la mitad de las personas de 75 años y más tienen dificultad para escuchar. Lo anterior se debe en gran medida a que cuando vamos envejeciendo las estructuras que conforman nuestro sistema auditivo comienzan a endurecerse, lo que lleva a una menor capacidad para diferenciar palabras y escuchar voces agudas. A esto se le conoce como **presbiacusia**.

## Dentro de sus principales síntomas encontramos:

- **Dificultad para entender las palabras**, especialmente cuando se está en un lugar ruidoso.
- **Pedir** frecuentemente a las demás personas **que repitan lo que dicen**.
- **Necesidad de subir el volumen** de la televisión o la radio.
- **Abstenerse de participar** en conversaciones.
- **Evitar** entornos sociales.



Estos síntomas pueden generar frustración e incomodidad, limitando la vida personal y social.

Además, esta barrera en la comunicación puede hacer que la persona viva discriminación, la cual es toda distinción, exclusión, restricción o preferencia que tiene como resultado obstaculizar, restringir, impedir, menoscabar o anular el reconocimiento, goce o ejercicio de los derechos humanos; ya que, al no escuchar, se les suele excluir de las conversaciones o su opinión no es tomada en cuenta.

*Esto a su vez puede generar sensación de soledad y aislamiento.*

Cabe mencionar que existen estudios que encuentran relación entre la soledad y el aislamiento con problemas de salud como enfermedades cardíacas, depresión y deterioro cognitivo.



Es por ello que resulta fundamental atender los problemas de audición en caso de presentarlos, por lo que **SAISUV** recomienda:

- ★ Acudir a atención oportuna (Otorrinolaringología y/o audiología) cuando notemos estos cambios en nosotros o en nuestros familiares.
- ★ En caso de requerirlo, utilizar aparatos auditivos que sirven como amplificadores de sonido que pueden ayudarle a mejorar su calidad de vida.
- ★ Fomentar la empatía para no caer en actitudes discriminatorias, por ejemplo:
  - Pregunte a la persona qué situaciones auditivas son difíciles para ella.
  - Mire de frente al hablar.
  - Hable despacio, fuerte y claro. Evite gritar, opte por usar un tono grave.
  - Apague los ruidos de fondo a la hora de conversar.
  - Si está en lugares públicos, busque alejarse de sitios ruidosos.
  - Nunca excluir a la persona, sin querer, pudiéramos estar discriminándola.

## Referencias bibliográficas:

- Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores (s/f) Deterioro Auditivo en las personas mayores, gob.mx. Disponible en: <https://www.gob.mx/inapam/es/articulos/deterioro-auditivo-en-las-personas-mayores?idiom=es> (Recuperado el 26 febrero 2024).
- Pérdida de Audición Relacionada con la edad (presbiacusia) (s/f) National Institute of Deafness and Other Communication Disorders. Disponible en: <https://www.nidcd.nih.gov/es/espanol/perdida-de-audicion-relacionada-con-la-edad> (Recuperado el 26 febrero 2024).
- Soledad Y Aislamiento Social: Consejos para mantenerse conectado (s/f) National Institute on Aging. Disponible en: <https://www.nia.nih.gov/espanol/soledad-aislamiento-social/soledad-aislamiento-social-consejos-mantenerse-conectado> (Recuperado el 26 febrero 2024).

## Más información

[saludpublicasais@uv.mx](mailto:saludpublicasais@uv.mx)

[www.uv.mx/saisuv](http://www.uv.mx/saisuv)



Sistema de Atención Integral a la Salud  
Universidad Veracruzana



Universidad Veracruzana  
Secretaría de Administración y Finanzas