

NOTA DE PRENSA

21 de septiembre, Día Mundial del Alzheimer

¿PUEDE UNA PÉRDIDA DE AUDICIÓN ALERTARNOS DE UN MAYOR RIESGO DE DEMENCIA AÑOS ANTES?

- Un metaanálisis realizado por investigadores españoles y publicado en 2026 encuentra que las personas con pérdida auditiva presentan un 32% más de riesgo de desarrollar demencia
- ¿Causa o señal de alerta? La ciencia todavía no ha determinado hasta qué punto la hipoacusia contribuye al deterioro cognitivo o puede ser un marcador temprano de otros cambios relacionados con el envejecimiento cerebral
- ¿Puede tratar la pérdida auditiva ayudar también a proteger el cerebro? Un nuevo estudio de 2026 sobre más de 61.000 personas de 33 países relaciona el uso eficaz de audífonos con un menor riesgo de probable demencia
- La SEORL-CCC señala que tener hipoacusia no significa que una persona vaya a desarrollar demencia, pero su detección y tratamiento adquieren una importancia creciente en las políticas de envejecimiento saludable
- Por ello, reclama la implantación de un programa nacional de cribado auditivo a partir de los 60 años, que permita detectar precozmente la pérdida de audición

Madrid, 21 de septiembre de 2026. ¿Puede una pérdida de audición avisarnos de un mayor riesgo de deterioro cognitivo muchos años antes de que aparezca una demencia? La relación entre audición y salud cerebral es uno de los campos que más interés está despertando en la investigación sobre envejecimiento y nuevos estudios publicados en 2026 y 2025 aportan datos que refuerzan esta asociación, aunque todavía no permiten afirmar que la hipoacusia sea una causa directa de demencia.

Uno de los trabajos más recientes procede de investigadores del Hospital Universitario Miguel Servet, la Universidad de Zaragoza y profesionales del servicio de Atención Primaria de Zaragoza, publicado este año en *American Journal of Otolaryngology*. Se trata de un metaanálisis centrado exclusivamente en estudios de cohortes en los que

la pérdida auditiva había sido medida objetivamente mediante audiometría. Los investigadores identificaron inicialmente 5.349 artículos, de los que 11 estudios de cohortes cumplieron los criterios establecidos para la revisión sistemática y ocho pudieron incorporarse al metaanálisis. En aquellos que estudiaron la aparición posterior de demencia, la pérdida auditiva se asoció con un 32% más de riesgo.

Con motivo del Día Mundial del Alzheimer, que se conmemora este 21 de septiembre, la Sociedad Española de Otorrinolaringología y Cirugía de Cabeza y Cuello (SEORL-CCC) quiere llamar la atención sobre una relación que no debe interpretarse de manera alarmista: tener hipoacusia no significa que una persona vaya a desarrollar Alzheimer ni otra demencia. La evidencia disponible indica que ambas condiciones están asociadas, pero quedan preguntas importantes por responder sobre las causas de esa relación.

¿La pérdida de audición causa demencia?

No hay evidencia científica para sostener esta afirmación. Los estudios muestran de forma consistente que las personas con pérdida auditiva presentan un mayor riesgo de deterioro cognitivo y demencia a lo largo del tiempo, pero una asociación estadística no demuestra por sí sola que una enfermedad provoque la otra.

Existen distintas hipótesis para explicar la relación. Una pérdida auditiva obliga al cerebro a realizar un mayor esfuerzo para comprender el habla; puede reducir la estimulación auditiva que recibe; y las dificultades para comunicarse pueden favorecer el aislamiento social y reducir la participación en actividades, factores que también se relacionan con la salud cognitiva.

Pero existe otra posibilidad que la investigación continúa estudiando: que la pérdida de audición y el deterioro cognitivo compartan algunos mecanismos relacionados con el envejecimiento, los factores vasculares o determinados procesos neurodegenerativos. En ese supuesto, la hipoacusia podría actuar, al menos en algunos casos, no solo como factor de riesgo potencialmente modificable, sino también como una señal temprana de una mayor vulnerabilidad cerebral.

¿Puede entonces la pérdida de audición funcionar como una señal de alerta años antes?

Es una de las posibilidades que plantea la investigación más reciente. Un estudio del *Framingham Heart Study* publicado en noviembre de 2025 en *JAMA Network Open* analizó la relación entre la audición en la mediana edad y diferentes indicadores de envejecimiento cerebral. Los participantes con pérdida auditiva leve o superior presentaban posteriormente un menor volumen cerebral y un deterioro más rápido de la función ejecutiva, relacionada con capacidades como planificar, organizarse o tomar decisiones.

Los investigadores estudiaron también la aparición de demencia durante un periodo de seguimiento de hasta 15 años. Las personas con algún grado de pérdida auditiva presentaron un riesgo un 71% superior de desarrollar demencia respecto a aquellas sin pérdida auditiva. Los propios autores interpretan estos resultados como una indicación de que la hipoacusia en la mediana edad podría actuar como un marcador temprano de envejecimiento cerebral y de mayor riesgo futuro de demencia.

De nuevo, marcador no significa diagnóstico. Una audiometría no permite predecir quién va a desarrollar Alzheimer, y no debe interpretarse que empezar a oír peor significa estar desarrollando una enfermedad neurodegenerativa. Lo que estos resultados sugieren es que la salud auditiva puede proporcionar información relevante sobre el envejecimiento general de la persona y merece ser atendida.

¿Cuanto mayor es la pérdida auditiva, mayor es el riesgo?

La evidencia disponible apunta a que la gravedad de la hipoacusia importa, aunque tampoco existe una equivalencia sencilla entre determinados decibelios de pérdida y un porcentaje concreto de riesgo individual de demencia.

Precisamente por esa razón, el metaanálisis español de 2026 resulta especialmente interesante: para evitar la imprecisión que puede introducir preguntar simplemente a una persona si cree que oye bien o mal, sus autores seleccionaron estudios en los que la pérdida auditiva había sido comprobada mediante audiometría.

La audiometría permite conocer objetivamente la capacidad auditiva y determinar el grado de pérdida. Esto adquiere especial importancia porque la hipoacusia puede aparecer progresivamente y la propia persona puede tardar tiempo en ser consciente de cuánto ha disminuido realmente su audición.

¿Tratar la pérdida auditiva disminuye también el riesgo de demencia?

Esta es probablemente la gran pregunta todavía abierta. Un estudio publicado en mayo de 2026 en *Cell Reports Medicine* ha analizado datos longitudinales de 61.089 personas con pérdida auditiva mayores de 55 años pertenecientes a siete grandes cohortes de 33 países. Durante un seguimiento medio de 6,5 años se registraron 8.911 casos de probable demencia.

En conjunto, el uso de audífonos se asoció con un riesgo aproximadamente un 9% menor de probable demencia. Pero el resultado más interesante apareció cuando los investigadores tuvieron en cuenta si los audífonos estaban consiguiendo realmente mejorar la audición: entre las personas que declaraban una mejoría auditiva efectiva, el riesgo fue un 14% inferior; entre quienes utilizaban audífonos, pero no percibían una mejoría, no se observó esa reducción.

¿Sabemos entonces que tratar la hipoacusia protege el cerebro?

Todavía no. El ensayo clínico ACHIEVE, una de las investigaciones más importantes realizadas hasta ahora para responder a esta cuestión, no encontró que una intervención auditiva redujera significativamente el deterioro cognitivo a tres años cuando se analizó conjuntamente a todos los participantes.

Sin embargo, los resultados fueron diferentes entre las personas que ya presentaban un mayor riesgo de deterioro cognitivo. Análisis posteriores han encontrado que, entre los participantes situados en el grupo de mayor riesgo, la intervención auditiva se asoció con un deterioro cognitivo considerablemente más lento.

Por tanto, la evidencia disponible no permite recomendar audífonos como un tratamiento para prevenir el Alzheimer. Pero sí permite afirmar con rotundidad que una pérdida auditiva debe ser diagnosticada y tratada adecuadamente por sus propios efectos sobre la comunicación, las relaciones sociales, la autonomía y la calidad de vida, y existe además un interés científico creciente por determinar si su tratamiento puede aportar beneficios adicionales sobre la salud cognitiva.

¿A partir de qué edad debemos prestar atención a nuestra audición?

La relación entre audición y cognición no parece ser exclusivamente un problema de edades muy avanzadas. Precisamente algunos de los estudios más recientes están poniendo el foco en la hipoacusia que aparece en la mediana edad, muchos años antes de la edad en la que habitualmente se diagnostican las demencias.

Esto es importante porque la pérdida auditiva suele avanzar lentamente. Pedir que se repitan las conversaciones con frecuencia, necesitar aumentar progresivamente el volumen de la televisión, tener dificultades para seguir una conversación cuando hablan varias personas o entender peor el habla en ambientes con ruido pueden ser señales de una pérdida auditiva que conviene valorar.

La aparición de estos síntomas no debe generar miedo a una futura demencia, pero sí debe servir para prestar a la audición la atención que merece como parte de la salud general durante el envejecimiento.

La SEORL-CCC reclama un cribado auditivo a partir de los 60 años

Ante la creciente evidencia sobre la relación entre pérdida auditiva, deterioro cognitivo y envejecimiento saludable, la SEORL-CCC reclama la puesta en marcha de un programa nacional de cribado auditivo para las personas mayores de 60 años, integrado en la cartera de servicios del Sistema Nacional de Salud. La propuesta, presentada en el Congreso de los Diputados a los diferentes grupos políticos, forma parte de un Documento de Consenso para la Detección Precoz de la Hipoacusia de las Personas Adultas en Atención Primaria y Geriatría, elaborado junto a las principales

sociedades científicas de Medicina de Familia, Geriátría y Enfermería de Otorrinolaringología, y plantea aprovechar las revisiones y consultas habituales de las personas mayores para identificar pérdidas de audición que pueden desarrollarse de manera progresiva y pasar inadvertidas.

El objetivo es incorporar la evaluación auditiva a las estrategias de prevención y envejecimiento saludable. El programa permitiría identificar precozmente la hipoacusia, valorar sus causas y derivar al otorrinolaringólogo aquellos casos que requieran estudio especializado, además de facilitar el acceso al tratamiento y la rehabilitación auditiva cuando estén indicados. Para la SEORL-CCC, la evidencia creciente sobre la asociación entre hipoacusia y deterioro cognitivo refuerza la necesidad de dejar de considerar la pérdida de audición como una consecuencia inevitable y menor de la edad.

Referencias científicas

Peribáñez García R, Rodríguez Rodríguez FÁ, Ascaso Adiego B, Adiego Leza MI. Relationship between hearing loss, cognitive impairment, and dementia; meta-analysis of cohort studies in which the exposure factor is hearing loss measured by audiometry. *American Journal of Otolaryngology*. 2026;47(2):104799. DOI: 10.1016/j.amjoto.2026.104799.

Kolo FB, Lu S, Beiser AS, et al. Hearing Loss, Brain Structure, Cognition, and Dementia Risk in the Framingham Heart Study. *JAMA Network Open*. 2025;8(11):e2539209. DOI: 10.1001/jamanetworkopen.2025.39209.

Jiang F, Dong Q, Jayakody DMP, et al. Hearing aid effectiveness and probable dementia risk across 33 countries: A pooled analysis of seven cohorts. *Cell Reports Medicine*. 2026. DOI: 10.1016/j.xcrm.2026.102802.

Pike JR, Huang AR, Reed NS, et al. Cognitive benefits of hearing intervention vary by risk of cognitive decline: A secondary analysis of the ACHIEVE trial. *Alzheimer's & Dementia*. 2025.

Para más información:

Gabinete de comunicación de la Sociedad Española de Otorrinolaringología y Cirugía de Cabeza y Cuello (SEORL-CCC): Javier Barrera (619 102 554)