

Abordaje clínico del Tinnitus en adultos

En el abordaje clínico del tinnitus, es fundamental adoptar un enfoque integral debido a la heterogeneidad que caracteriza a este síntoma. En la población adulta, es común encontrar que el tinnitus se presente junto a una pérdida auditiva, sin embargo, muchas veces podemos encontrarlo asociado a problemas de salud mental, como depresión o ansiedad.

La Sociedad Otológica Americana ha recopilado diversos estudios que revelan información relevante sobre la relación entre el tinnitus y la angustia emocional en las personas afectadas. Estas investigaciones han demostrado que un porcentaje significativo, hasta el 60%, de los pacientes con tinnitus experimenta angustia emocional de larga duración. Además, aproximadamente el 25% de los afectados en una muestra alemana atribuyen el estrés crónico como la principal causa de su tinnitus. Se han encontrado correlaciones entre la duración del estrés y el tinnitus, así como una asociación entre alta sensibilidad al ruido ambiental, altos niveles de estrés y la probabilidad de desarrollar tinnitus. Un estudio a gran escala con una muestra considerable de participantes reveló que las personas con alta sensibilidad al ruido y altos niveles de estrés tenían igual probabilidad de desarrollar tinnitus. Además, se observó que la interacción entre una alta angustia y la exposición al ruido ambiental duplicaba la incidencia del tinnitus.

Otros estudios encontraron que el tinnitus grave se relacionaba con niveles más altos de preocupaciones y tensión, según lo medido por el Cuestionario de Estrés Percibido (PSQ). Asimismo, se descubrió que el agotamiento emocional era un predictor del tinnitus y de problemas de audición autoinformados. Otros factores como la pérdida de audición, la tensión relacionada con el estrés percibida, el pesimismo y la dificultad de concentración también se asociaron con la angustia relacionada al tinnitus (Mazurek et al, 2019).

Estos hallazgos resaltan la compleja interacción entre el estrés y el tinnitus, y subrayan la importancia de considerar tanto los aspectos clínicos como emocionales en el abordaje integral de esta condición en los adultos. Es por esto que en DETEC, nuestro equipo cuenta con profesionales de la salud mental, quienes participan activamente en el proceso de evaluación integral y en el primer paso terapéutico, la consejería. Además, en caso de ser necesario, también protagonizan intervenciones psicoemocionales para abordar los factores que influyen en la cronicidad y severidad del síntoma, como el estrés y la angustia.



Flga. Paula Arroyo
Coordinadora Equipo t:ai

REFERENCIAS

1. Mazurek, B., Boecking, B., & Brueggemann, P. (2019). Association Between Stress and Tinnitus-New Aspects. *Otology & neurotology : official publication of the American Otological Society, American Neurotology Society [and] European Academy of Otology and Neurotology*, 40(4), e467–e473. <https://doi.org/10.1097/MAO.0000000000002180>.