

Argomento: Policlinico Tor Vergata

-MSGR-20 CITTA-X-11/12/25-N-

L'APPROFONDIMENTO

MoltoSalute

7 milioni
Gli italiani che ne soffrono

12%
della popolazione

13,4%
degli uomini

10,4%
delle donne

33%
gli over 65 che hanno problemi di udito

50%
tra gli over 80

L'ipoacusia
è una **diminuzione della capacità uditiva** causata da vari fattori:

- esposizione a rumori forti
- infezione
- età

Cos'è

**IPOACUSIA
BATTERE
IL TEMPO
SI PUÒ**

In Italia, oltre 7 milioni di persone soffrono di ipoacusia, cioè di riduzione dell'udito. E se tra gli over 65 il problema riguarda una persona su tre, neppure i giovani ne sono immuni. Colpa dell'esposizione costante a livelli eccessivi di rumore, come nelle discoteche, ma anche attraverso le cuffie e gli auricolari.

L'ipoacusia è un problema sociale che, quando trattato precocemente, si può curare con maggiore facilità. Eppure, solo il 3% degli italiani ha effettuato un controllo dell'udito negli ultimi 5 anni, mentre più della metà non lo ha mai fatto in vita sua. Inoltre, il 40% di chi potrebbe avvantaggiarsi di apparecchi acustici e trattamenti riabilitativi accede a queste soluzioni ma, purtroppo, spesso tende a minimizzare il problema.

Quando si parla di calo dell'udito, qualunque ne sia la causa, il tempo è un alleato prezioso. Intervenire ai primi segnali non significa soltanto migliorare il modo di sentire, ma anche aumentare le possibilità di recupero.

IL DEFICIT
«L'intervento di amplificazione acustica è bene che sia il più precoce possibile, già ai primi segnali di difficoltà uditiva. Ma ancora più precoce deve essere l'identificazione del problema uditivo - spiega Stefano Di Girolamo, direttore della Clinica di Otorinolaringoiatria dell'Università Tor Vergata di Roma - Maggiori sono le entità e la durata della perdita, maggiore sarà anche la difficoltà di una correzione funzionale. Per questo è importante svolgere test regolari in modo da identificare tempestivamente eventuali perdite uditive da trattare». Le soluzioni del problema possono essere molteplici ma sicuramente gli apparecchi acustici, oggi sempre più ipertecnologici (alcuni si regolano dal cellulare), sofisticati e discreti, possono ridurre gli effetti dannosi delle ipoacusie. La loro efficacia dipende non solo da quanto si sente meno (il grado di ipoacusia si valuta con un esame audiometrico), ma anche da

quanto tempo l'orecchio non ha più stimolato in modo adeguato le vie nervose che portano i suoni al cervello. Se il sistema uditivo rimane inattivo a lungo, un buon recupero funzionale sarà più difficile. Ecco perché chi inizia a usare l'apparecchio in età avanzata, quando la sordità è ormai grave, ottiene benefici più limitati rispetto a chi interviene precocemente.

Purtroppo, spesso, l'aspetto estetico condiziona fortemente l'utilizzo degli apparecchi, anche se oggi la tecnologia li ha resi sempre più piccoli e, quando posizionati all'interno del condotto uditivo, anche invisibili. La riabilitazione uditiva è simile a quella motoria: dopo una frattura servono tempo e allenamento per riportare in forma un muscolo rimasto fermo. Allo stesso modo, la riduzione della capacità uditiva non deve essere trascurata perché

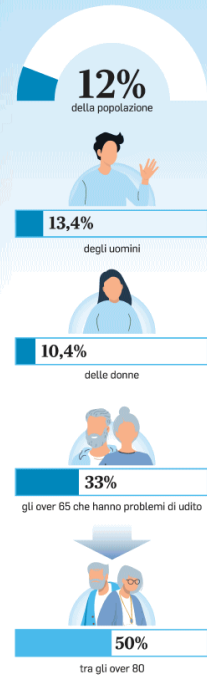
Il calo dell'udito colpisce una persona su tre fra gli over 65 ma neanche i giovani sono immuni. E il disturbo può contribuire al decadimento cognitivo

Il professor Stefano Di Girolamo: «È importante svolgere test regolari»

MARIA RITA MONTEBELLI

LA CAUSA PIÙ FREQUENTE È L'INVECCHIAMENTO DELL'APPARATO UDITIVO. UNA DIAGNOSI CORRETTA È IL PRIMO PASSO

PER RECUPERARE SERVE UNA RIABILITAZIONE TRA LE SOLUZIONI GLI APPARECCHI ACUSTICI, ORMAI IPERTECNOLOGICI



moltosalute.it

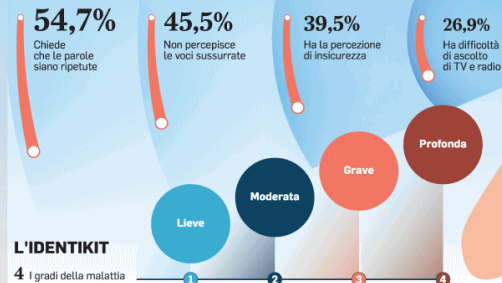
X

11 Dicembre 2025

-TRX-IL-10/12/25 2045-NOTE-

GLI EFFETTI

% tra i pazienti



LA PREVENZIONE

31% La popolazione italiana che ha fatto un controllo uditivo negli ultimi 5 anni

I GIOVANI

Le cause principali di ipoacusia tra i giovani:

- 3**
- ascolto di musica a volume alto
 - rumori ambientali forti
 - alimentazione scorretta e obesità



60% Il livello massimo raccomandato per il volume delle cuffie



14% Tra i giovani tra i 12 e i 25 anni, quanti hanno già subito danni all'udito



60 I minuti consecutivi da non superare con le cuffie

L'ALLERTA

SPOT O CONTINUATIVO QUANDO DAL RUMORE BISOGNA DIFENDERSI

Dal traffico ai locali affollati, una colonna sonora quotidiana che può rappresentare un pericolo. Se compaiono fischi persistenti o sensazioni di ovattamento all'orecchio meglio un controllo

È più facile mantenerla attiva che riabilitarla, soprattutto in considerazione di altre fragilità presenti. Un percorso di riabilitazione audioprotesica consentendo di compensare la perdita di udito, rende possibile una migliore comprensione delle conversazioni, anche in luoghi affollati. Questo processo necessita di tempo, dedizione, applicazione di protocolli rigidi e personale qualificato. «Se il sistema uditivo non viene stimolato la sua attività subisce un rallentamento al livello delle vie uditive centrali - spiega Di Girolamo - Molti anziani che cominciano a usare l'apparecchio acustico quando hanno una sordità ormai grave, otterranno un recupero funzionale valido con più difficoltà. Senza contare il possibile decadimento cognitivo generale legato all'avanzare dell'età. Nell'orecchio questa perdita non è solo legata alla perdita delle cellule ciliate, situate nell'orecchio interno, ma anche all'elaborazione del messaggio che arriva al livello del sistema neurologico centrale. Un paziente che ha atteso troppo non avrà lo stesso risultato che avrebbe potuto ottenere adottando tempestivamente una stimolazione uditiva adeguata mediante apparecchio acustico». Nell'epoca moderna, in cui si pone molta attenzione alla qualità della vita e non solo alla durata della stessa, il ruolo svolto da una buona capacità uditiva è fondamentale nel garantire una vita sociale attiva e contrastare il declino cognitivo legato all'invecchiamento.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Viviamo costantemente immersi nel rumore, molto più di quanto crediamo: traffico, locali e bar affollati, lavori stradali, concerti rock con casse acustiche alte come palazzi. Non ce ne rendiamo conto, ma questa colonna sonora quotidiana è un pericolo per l'udito.

L'ESPLOSIONE

I danni non si producono solo dopo un'esplosione, ma anche per suoni di livello moderato ma prolungati nel tempo. Nel nostro orecchio interno ci sono migliaia di cellule sensoriali, le ciliate, che trasformano le vibrazioni sonore in impulsi nervosi diretti al cervello. Sono minuziosamente preziose e non si rigenerano. Quando si danneggiano, il danno è per sempre.

Un volume troppo alto, anche per pochi minuti, può mettere queste cellule dell'udito sotto stress. È come se fossero costrette a lavorare oltre il limite: all'inizio si affaticano, poi possono lesionarsi e infine morire. Il risultato è un calo uditivo che può comparire subito (il classico fischio nelle orecchie dopo un concerto rock o la serata in discoteca) oppure lentamente.

Ma come visto, non serve un rumore assordante per fare danni. Anche più insidioso è il rumore continuo o peggio musica, audio e telefonate con gli auricolari sempre infilati nelle orecchie. Tutto questo ha un effetto cumulativo e giorno dopo giorno, sollecita le cellule sensoriali oltre la loro capacità di recupero. La perdita uditiva si sviluppa lentamente, spesso senza che la persona se ne renda conto.

Il rumore insomma è un nemico dal quale bisogna imparare a difendersi. Con poche semplici regole e tanto buonsenso. Quando si usano cuffie o auricolari il volume va tenuto sotto il 60% e non andrebbero usati per più di un'ora di seguito. Meglio

scegliere le cuffie che isolano dal rumore, così da non dover alzare troppo il volume.

INCITTÀ

Quando si va ad un concerto, o in discoteca e si svolgono lavori rumorosi, usare tappi per le orecchie o protezioni adeguate. Dopo l'esposizione a rumori di qualunque tipo, dare il tempo all'orecchio di recuperare. Se dopo un evento rumoroso compaiono fischi persistenti o sensazione di ovattamento alle orecchie, effettuare un controllo dell'udito. Il rumore è una parte inevitabile della vita moderna, soprattutto in città, ma i danni all'udito non lo sono.

M. R. M.

© RIPRODUZIONE RISERVATA



I SEGNALI

L'OTITE INFEZIONE DA CURARE COME ARRIVA IL DOLORE



Le infezioni dell'orecchio (otiti) sono tra i disturbi più comuni soprattutto nei bambini, ma non risparmiano gli adulti. Spesso considerate semplici fastidi stagionali, possono portare ad un calo dell'udito, in genere temporaneo, ma anche persistente se trascurate.

Protagonista del problema è l'orecchio medio, la piccola cavità dietro il timpano che trasmette le vibrazioni sonore: quando si riempie di muco o si infiamma, i suoni faticano a penetrare.

Il caso più frequente è l'otite media, spesso conseguenza di raffreddori o sinusiti. Nei bambini, la stretta conformazione della tuba di Eustachio (il canale che collega l'orecchio alla gola) li rende particolarmente vulnerabili: basta una banale infezione delle vie respiratorie perché il muco resti intrappolato nell'orecchio, ovattando i suoni come indossando le cuffie. Anche l'otite esterna (ad esempio il cosiddetto "orecchio del nuotatore"), può creare edema del condotto uditivo, con lieve perdita di udito.

COSA FARE

Riconoscere i segnali è fondamentale: oltre alla diminuzione dell'udito, possono comparire dolore, una sensazione di orecchio "pieno", febbre, vertigini o, nei più piccoli, irritabilità e difficoltà a rispondere ai suoni. Una visita dall'otorino permette di chiarire la situazione attraverso otoscopia, esami audiometrici o, nei casi complessi, imaging radiologico.

La buona notizia è che la maggior parte delle forme è curabile. Gli antibiotici risolvono le infezioni batteriche, mentre antinfiammatori e antistaminici riducono gonfiore e ostruzioni. Nei bambini con otiti ricorrenti, l'insertimento di piccoli tubicini nel timpano facilita il drenaggio del muco. La chirurgia, come la riparazione del timpano, è riservata ai casi più gravi o cronici.

Molto si può fare anche per prevenire: igiene nasale durante i raffreddori, vaccinazioni contro influenza e pneumococco, trattamento tempestivo delle allergie e soprattutto evitare il fumo passivo, un noto fattore di rischio.

M. R. M.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

moltoSalute.it

XI

11 Dicembre 2025

-TRX 11/10/12/25 20:15-NOTTE-

IPOACUSIA BATTERE IL TEMPO SI PUÒ

In Italia, oltre 7 milioni di persone soffrono di ipoacusia, cioè di riduzione dell'udito.

E se tra gli over 65 il problema riguarda una persona su tre, neppure i giovani ne sono immuni.

Colpa dell'esposizione costante a livelli eccessivi di rumore, come nelle discoteche, ma anche attraverso le cuffie e gli auricolari.

L'ipoacusia è un problema sociale che, quando trattato precocemente, si può curare con maggiore facilità.

Eppure, solo il 31% degli italiani ha effettuato un controllo dell'udito negli ultimi 5 anni, mentre più della metà non lo ha mai fatto in vita sua.

Inoltre, il 40% di chi potrebbe avvantaggiarsi di apparecchi acustici e trattamenti riabilitativi accede a queste soluzioni ma, purtroppo, spesso tende a minimizzare il problema.

Quando si parla di calo dell'udito, qualunque ne sia la causa, il tempo è un alleato prezioso. Intervenire ai primi segnali non significa soltanto migliorare il modo di sentire, ma anche aumentare le possibilità di recupero.

IL DEFICIT «L'intervento di amplificazione acustica è bene che sia il più precoce possibile, già ai primi segnali di difficoltà uditiva.

Ma ancora più precoce deve essere l'identificazione del problema uditivo spiega Stefano Di Girolamo, direttore della Clinica di Otorinolaringoiatria dell'Università **Tor Vergata** di Roma Maggiori sono le entità e la durata della perdita, maggiore sarà anche la difficoltà di una correzione funzionale.

Per questo è importante svolgere test regolari in modo da identificare tempestivamente

eventuali perdite uditive da trattare».

Le soluzioni del problema possono essere molteplici ma sicuramente gli apparecchi acustici, oggi sempre più ipertecnologici (alcuni si regolano dal cellulare), sofisticati e discreti, possono ridurre gli effetti dannosi delle ipoacusie.

La loro efficacia dipende non solo da quanto si sente meno (il grado di ipoacusia si valuta con un esame audiometrico), ma anche da quanto tempo l'orecchio non ha più stimolato in modo adeguato le vie nervose che portano i suoni al cervello.

Se il sistema uditivo rimane inattivo a lungo, un buon recupero funzionale sarà più difficile. Ecco perché chi inizia a usare l'apparecchio in età avanzata, quando la sordità è ormai grave, ottiene benefici più limitati rispetto a chi interviene precocemente.

Purtroppo, spesso, l'aspetto estetico condiziona fortemente l'utilizzo degli apparecchi, anche se oggi la tecnologia li ha resi sempre più piccoli e, quando posizionati all'interno del condotto uditivo, anche invisibili.

La riabilitazione uditiva è simile a quella motoria: dopo una frattura servono tempo e allenamento per riportare in forma un muscolo rimasto fermo.

Allo stesso modo, la riduzione della capacità uditiva non deve essere trascurata perché è più facile mantenerla attiva che riabilitarla, soprattutto in considerazione di altre fragilità presenti.

Un percorso di riabilitazione audioprotesica consentendo di compensare la perdita di udito, rende possibile una migliore comprensione delle conversazioni, anche in

luoghi affollati.

Questo processo necessita di tempo, dedizione, applicazione di protocolli rigidi e personale qualificato.

«Se il sistema uditivo non viene stimolato la sua attività subisce un rallentamento al livello delle vie uditive centrali spiega Di Girolamo. Molti anziani che cominciano a usare l'apparecchio acustico quando hanno una sordità ormai grave, otterranno un recupero funzionale valido con più difficoltà.

Senza contare il possibile decadimento cognitivo generale legato all'avanzare dell'età.

Nell'orecchio questa perdita non è solo legata

alla perdita delle cellule ciliate, situate nell'orecchio interno, ma anche all'elaborazione del messaggio che arriva al livello del sistema neurologico centrale.

Un paziente che ha atteso troppo non avrà lo stesso risultato che avrebbe potuto ottenere adottando tempestivamente una stimolazione uditiva adeguata mediante apparecchio acustico».

Nell'epoca moderna, in cui si pone molta attenzione alla qualità della vita e non solo alla durata della stessa, il ruolo svolto da una buona capacità uditiva è fondamentale nel garantire una vita sociale attiva e contrastare il declino cognitivo legato all'invecchiamento.

© RIPRODUZIONE RISERVATA.