

"Los fármacos no pueden curar el tinnitus porque es inherente al sistema auditivo"

Pawel Jastreboff (Lebork, Polonia, 1946) es, sin discusión, uno de los principales referentes en la investigación y tratamiento de los acúfenos. El desarrollo y éxito conseguido con su Terapia de Reentrenamiento del Tinnitus (TRT) le avalan, así como su paso por las universidades de Yale y Maryland, en EEUU, donde se estableció el primer centro de EEUU de tinnitus e hiperacusia. Actualmente es catedrático del departamento de Otorrinolaringología en la facultad de Medicina de Emory, también en EEUU.



Jastreboff estuvo en octubre en Barcelona, Bilbao y Madrid, donde participó en un simposio sobre el tratamiento del tinnitus organizado por GAES Médica. Siguiendo las bases de la terapia TRT, GAES ofrece un servicio especializado para afectados de tinnitus, GAES Serena, que fue presentado en este mismo simposio.

Mucha gente aún desconoce qué es el tinnitus y cómo puede afectar a su calidad de vida...

Es cierto, y eso que el 8% de la población mundial padece problemas graves en este sentido. Y digo graves porque aunque se clasifica como enfermedad, el tinnitus es algo que experimenta el 99% de las personas. Si uno se queda en una habitación en silencio absoluto, lo nota. Es inherente al sistema auditivo.

¿El hecho de que hayan leído u oído que el tinnitus no tiene cura causa que muchos pacientes sean escépticos sobre su terapia?

La verdad es que muchas personas vienen desesperadas. El pitido es muy molesto, no pueden dormir, están nerviosos y además piensan que no se puede hacer nada. El primer paso es explicarles que la terapia lo que persigue es pasar de la categoría de "tengo un problema" a la de "no tengo problema". Y a los más escépticos siempre les digo que prueben la terapia un mes. Con eso suele ser suficiente para ver mejoría, y se despejan dudas y se aleja el pesimismo.



El profesor Jastreboff con Valeria García de GAES y Brugués Meca, una usuaria con tinnitus

El primer paso es explicarles que la terapia lo que persigue es pasar de la categoría de "tengo un problema" a la de "no tengo problema". Y a los más escépticos siempre les digo que prueben la terapia un mes.

¿Cree que al final se conseguirá un fármaco eficaz contra el tinnitus?

No lo creo, sinceramente. Se han hecho muchos ensayos y se siguen haciendo en Reino Unido, Brasil o India. Pero siempre se constata que provocan efectos secundarios graves, que afectan desde la médula espinal o provocan incluso problemas

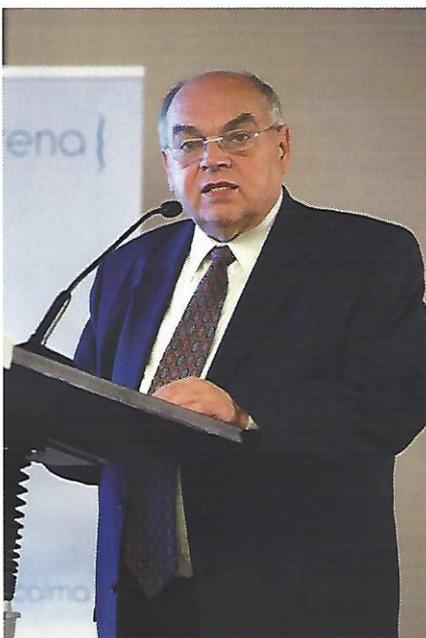
de trastorno de personalidad. Es más, algunos fármacos que se recetan para combatir los acúfenos, como los que se enmarcan en la categoría de las benzodiazepinas (el valium, por ejemplo), se ha demostrado que reducen la plasticidad del cerebro, que es clave para reentrenarlo y habituarlo precisamente a los acúfenos.

¿Su terapia como se aplica a la hora de dormir?

Recordemos que el 70% de los afectados por tinnitus tienen problemas para conciliar el sueño. Por eso, en nuestra terapia les aconsejamos que para dormir se acompañen de un mismo sonido agradable. Pensamos que incluso con anestesia nuestro sistema auditivo sigue funcionando.

¿Hay alguna manera eficaz de prevenir la aparición de acúfenos?

Sí, y seguro que a mucha gente le sorprenderá. Pero hay que evitar el silencio continuado. Atendiendo a los principios de condicionamiento auditivo, se han rea-



La verdad es que muchas personas vienen desesperadas. El pitido es muy molesto, no pueden dormir, están nerviosos y además piensan que no se puede hacer nada.

Por tanto, ¿apuesta por la habituación como el método más eficaz?

Sí, por la sencilla razón de que el tinnitus simplemente añade actividad extra a nuestro cerebro, que siempre busca sonido. Lo necesita. No podemos eliminar. Si eliminamos el sonido, nuestro cerebro se lo inventará. Piense que si ponemos un tapón, tendremos tinnitus por definición. Por eso los fármacos no pueden curar los acúfenos, ya que son inherentes al sistema auditivo.

lizado estudios con animales y personas que han demostrado que aquellos grupos a los que se les expone a ruidos normales y también superiores a los 85 decibelios acaban potenciando las proteínas que protegen nuestro sistema auditivo. Hay que pensar que el sonido es vida para nuestro cerebro.

Ana Zapata
Área de Marketing