

**Zeitschrift:** Générations  
**Herausgeber:** Générations, société coopérative, sans but lucratif  
**Band:** - (2016)  
**Heft:** 82

**Artikel:** Bien entendre, gage de santé mentale  
**Autor:** Martel, Renaud  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-830669>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 01.02.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Bien entendre, gage de santé mentale

Les pertes d'audition accélèrent le déclin cognitif. Sauf si elles sont corrigées à temps.



RENAUD MARTEL  
Audioprothésiste chez Neuroth

Quand on entend mal, on se retrouve souvent à faire répéter nos interlocuteurs. Parfois même au risque d'agacer notre entourage. Mais, au-delà de cette incommodité, la surdité a aussi un impact négatif sur notre cerveau.

Des études ont montré que les individus souffrant de problèmes auditifs subissent une perte de capacités mentales nettement plus rapide que les autres

personnes. Mémoire, calcul, expression, concentration... Les fonctions cognitives peuvent diminuer jusqu'à 40% plus vite que chez une personne possédant une audition normale.

## UN CERVEAU MOINS STIMULÉ

Ce déclin accéléré est principalement dû à la diminution des stimulations auditives perçues par le cerveau. Lorsqu'on souffre de surdité, on devient moins sensibles aux sons qui nous entourent et le cerveau perd ainsi l'habitude d'être sollicité.

Par ailleurs, quelqu'un qui entend mal participe de moins en moins aux échanges avec son entourage. Cet isolement social limite, lui aussi, l'éveil du cerveau qui, progressivement, perd de sa vitalité. Le phénomène est d'autant plus marqué chez les personnes qui souffrent de démence, comme la maladie d'Alzheimer, puisque leur pathologie constitue déjà une limite aux interactions sociales.

## LIMITER LES DÉGÂTS

Heureusement, cet engrenage n'est pas sans solution. Les dégâts mentaux engendrés par la surdité peuvent être limités grâce au port d'une prothèse auditive. Avec ces petits appareils, le cerveau est de nouveau capable de capter les stimulations sensorielles qui l'empêchent de dépérir. Et ces stimulations s'avèrent bénéfiques même lorsqu'un problème de démence est déjà enclenché.

Il est cependant primordial d'agir le plus tôt possible. Car, plus on attend, plus les dégâts cognitifs sont étendus et plus le cerveau prendra de temps pour s'habituer à l'appareil. C'est pourquoi il convient de faire un test auditif tous les deux ans, voire chaque année, dès l'âge de 50 ans.

## L'IMPORTANCE DE L'ENTOURAGE

L'entourage joue d'ailleurs un rôle essentiel dans le dépistage précoce de la surdité. Car celles et ceux souffrant de pertes auditives ont souvent tendance à minimiser, voire à omettre, le problème, ce qui retarde le processus de correction. Le niveau sonore de la télévision qui augmente et faire semblant d'avoir compris sont des signaux qui mettent la puce à l'oreille : il est temps de consulter un audioprothésiste ou un médecin ORL.

