

Misofonía: la enfermedad que hace que los sonidos del día a día resulten insoportables

Oír mascar a otra persona, carraspear o incluso respirar.

También el sonido de la lluvia al caer, las voces de niños, el "click" de un bolígrafo o el golpeteo de dedos sobre una mesa.

Son algunos de los sonidos del día a día que irritan enormemente a quienes sufren misofonía, hasta el punto de provocarles altos niveles de ansiedad, disgusto, ira extrema y miedo.

"Afecta de forma diferente a cada persona pero, en la mayoría de los casos, los sonidos que más molestan son los de otra gente comiendo o respirando", le contó a BBC Mundo Guy Fitzmaurice, fundador y director de Misophonia UK.

"Las reacciones suelen ser enfado, rabia y ataques de pánico", asegura.

Misofonía significa, literalmente, "odio al sonido" y también se conoce como Síndrome de Sensibilidad Selectiva al Sonido (SSS), cuando esta hipersensibilidad responde sólo a sonidos por debajo de una conversación normal (de entre 40 y 50 decibelios).

Se trata de una respuesta desproporcionada del sistema nervioso a ciertos sonidos cotidianos y sus síntomas suelen aparecer al final de la infancia o al principio de la adolescencia.

Aunque el término fue acuñado en 2001 por los neurocientíficos estadounidenses Pawel y Margaret Jastreboff, no fue hasta 2013 cuando se clasificó como un desorden psiquiátrico.

Es por ello por lo que "es difícil encontrar estadísticas respecto al número de afectados", explica Fitzmaurice.

Además, algunos expertos aseguran que la aversión a estos sonidos suele ser más intensa si estos son producidos por personas cercanas o familiares.

"Pensamientos violentos"

Chirs Legard exploró en su programa de BBC Radio 4 Word of Mouth los problemas en cuanto a la comprensión de la enfermedad.

Al preguntar a algunos afectados sobre sus reacciones ante sonidos que les molestan, aseguraron que tienen "pensamientos violentos".

"Pasa de repente y es incontrolable. Siento que quiero golpear a la gente", relató una de las afectadas.

"A menudo evito el tomar el tren porque la gente suele comer allí".

Por otra parte, según el doctor Sukhbinder Kumar, la reacción en la mayoría de los casos suele ser "una mezcla entre rabia y disgusto".

"Estamos intentando averiguar cuál de las dos emociones es la predominante, según las zonas que se activan en el cerebro, a través de encefalogramas".

Kumar asegura que las consecuencias del trastorno son enormes, desde divorcios hasta gente que tuvo que dejar su trabajo.

"Es un trastorno psiquiátrico y tiene un gran impacto en las vidas sociales de quienes lo sufren", aseguró.

Sin cura ni tratamiento definido

Aunque muchos de los afectados tienen un cuadro médico similar al de personas con Trastorno Obsesivo Compulsivo (TOC), todavía no hay cura ni existe un tratamiento definido.

Ciertas organizaciones sugieren la aplicación de terapias cognitivas o cognitivo-conductuales, que intentan comprender cómo se siente el individuo y cómo le afecta esta enfermedad.

Otros afectados, cuyo testimonio publicó Misophonia UK, hablan de hipnosis psicoterapéutica, así como terapias de respiración abdominal, para poder calmar los ataques de pánico.

Pero Fitzmaurice se muestra escéptico: "según mi experiencia personal, no hay tratamientos efectivos".

En ocasiones, los misófonos son tildados de histéricos y malhumorados y se sienten incomprendidos.

Algunos hablan abiertamente de su enfermedad, como los YouTubers Tudda Pudda, Monique Robinson o Tyler Connell.

Pero otros terminan aislándose para evitar los "insoportables" sonidos.

Fuente:

https://www.bbc.com/mundo/noticias/2015/10/151030_salud_misofonia_hipersensibilidad_sonidos_lb