

Información de Salud para las Personas de la Tercera Edad

Pérdida de la Audición

Cerca de una tercera parte de la población de los Estados Unidos de más de 60 años de edad sufre problemas de audición. Cerca de la mitad de la gente que tiene 85 o más años de edad sufre de pérdida de la audición. Sea pequeña la pérdida de la audición (no se detectan ciertos sonidos) o grande (ser totalmente sordo), ello constituye un problema grave. Si no se trata, los problemas pueden empeorar.

La pérdida de la audición puede afectar su vida de diversas maneras. Usted puede perderse las charlas

con sus amigos y familiares. Al hablar por teléfono, puede descubrir que es difícil escuchar lo que dice la persona que llama. En el consultorio del médico, puede llegar a no entender lo que el doctor le está diciendo.

Algunas veces los problemas de audición pueden hacerlo sentir apenado, molesto y solitario. Es fácil retraerse cuando no se puede captar una conversación en el comedor o en un restaurante. También es fácil que sus amigos y familiares piensen que usted está confundido, que no le importan las cosas, o que es problemático, cuando el problema puede tratarse simplemente de que usted no puede escuchar bien.

Si usted tiene problemas para oír, hay maneras de ayudarlo. Empiece consultando a un médico. Dependiendo del tipo y alcance de su pérdida de audición, hay muchas opciones de tratamiento que pueden servirle. La pérdida de la audición no tiene por qué interferir en su habilidad para disfrutar de la vida.

¿Cómo sé si sufro de pérdida de la audición?

Consulte a un médico si usted tiene problemas:

- ◆ Al escuchar las conversaciones por teléfono,

- ◆ Le resulta difícil entender las conversaciones cuando hablan dos o más personas,
- ◆ Debe subirle el volumen a la televisión a un nivel tan alto que las demás personas se quejan de ello,
- ◆ Tiene problemas al escuchar debido a los ruidos de fondo,
- ◆ Tiene la impresión que las otras personas parecen hablar entre dientes, o
- ◆ No puede entender cuando las mujeres y los niños le hablan.

¿Qué debo hacer?

Si usted tiene problemas para oír, consulte a su médico. En ocasiones el diagnóstico y tratamiento pueden ocurrir en el consultorio del médico. O su médico lo recomendará donde un **otorrinolaringólogo**, es decir, un médico especializado en oídos, nariz y garganta. El otorrinolaringólogo elaborará su historia médica y le preguntará si otros miembros de su familia sufren de problemas de audición, le hará un examen completo y sugerirá cualquier examen que se requiera. Usted puede ser remitido a un **audiólogo**. Los audiólogos son profesionales del cuidado de la salud entrenados para medir la audición. El audiólogo utilizará un audiómetro para probar su habilidad para escuchar ruidos de distintos tonos

y volúmenes. Estas pruebas no causan dolor. Los audiólogos pueden ayudar si usted requiere dispositivos de ayuda para la audición, o audífonos. Pueden asistir en seleccionar el mejor audífono en su caso, probárselo y colocárselo debidamente y hacer que usted aprenda a sacarle el mayor provecho posible.

¿Qué causa la pérdida de la audición?

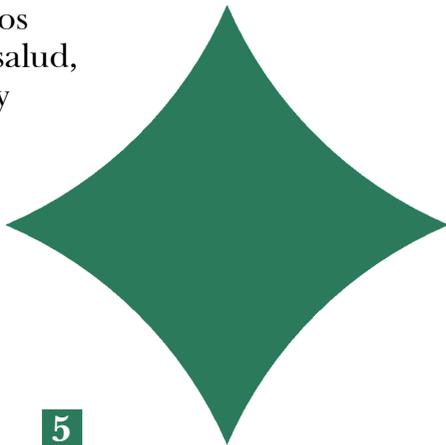
La pérdida de la audición puede tener distintas causas, incluyendo el proceso de envejecimiento, la acumulación de cera en los oídos, haber estado expuesto a ruidos de mucho volumen durante un período de tiempo largo, infecciones virales o bacterianas, problemas del corazón o derrames cerebrales, lesiones en la cabeza, tumores, ciertas medicinas y herencia

¿Qué tipos distintos de pérdida de audición existen?

La **Presbicusis** es la pérdida de la audición relacionada con la edad. Es común en gente de más de 50 años de edad. Las personas que sufren este tipo de pérdida de la audición pueden tener problemas para oír lo que dicen los demás, o pueda que no soporten ruidos fuertes. El deterioro es lento. Así como el cabello encanece lenta o rápidamente, la presbicusis puede

progresar gradualmente o en forma rápida. Puede ser causada por pérdida de audición sensorineural. Este tipo de pérdida de la audición resulta de daños a las partes internas del oído, el nervio auditivo o los trayectos de la audición en el cerebro. La presbicusis puede ser causada por la edad, ruidos fuertes, herencia, lesiones en la cabeza, infecciones, enfermedades, ciertas medicinas recetadas y problemas de circulación, como la presión arterial alta. El grado de pérdida de la audición varía de una persona a otra. Además, una persona puede tener un grado diferente de pérdida de audición en cada oído.

El **Tinnitus** acompaña muchas formas de pérdida de la audición, incluyendo las que a menudo vienen con el envejecimiento. La gente que sufre de tinnitus puede escuchar un zumbido, estruendo o algún otro ruido dentro de sus oídos. El tinnitus puede ser causado por un ruido fuerte, pérdida de la audición, ciertas medicinas recetadas y otros problemas de salud, como alergias y problemas en el corazón y en los vasos sanguíneos. A menudo no está claro por



qué ocurre el zumbido. El tinnitus puede aparecer y desaparecer, puede detenerse por completo, puede continuar o puede llegar a ser permanente. Algunas medicinas pueden ayudar a suavizar el problema. El uso de audífonos hace que algunas personas escuchen más fácilmente los sonidos que deben escuchar al amplificarlos. Existen unos pequeños dispositivos, que utilizan el sonido para hacer que el tinnitus sea menos notorio, para ayudar a otras personas. La música también puede ser suavizante y en ocasiones cubre los sonidos causados por la condición. También es de ayuda el evitar factores que pueden empeorar el tinnitus, como fumar, el uso del alcohol y los ruidos muy fuertes.

La **pérdida conductiva de la audición** ocurre cuando algo bloquea los sonidos que son transportados desde el tímpano (membrana timpánica) al oído interno. La acumulación de cera en los oídos, los fluidos en el oído medio, el crecimiento anormal de los huesos, un tímpano perforado o una infección en el oído medio, pueden causar este tipo de pérdida de la audición. Si el taparse los oídos por causa de la cera es su problema, la Academia Americana de Otorrinolaringología y Cirugía

de la Cabeza y el Cuello (American Academy of Otolaryngology-Head and Neck Surgery), sugiere utilizar tratamientos suaves como aceite mineral, aceite para bebés, glicerina o gotas comerciales para los oídos para suavizar la cera. Sin embargo, si usted piensa que tiene el tímpano perforado, debe consultar a su médico.

¿Cómo puedo ayudar a una persona que sufre de pérdida de la audición?

He aquí algunas sugerencias que usted puede utilizar al hablar con alguien que tiene un problema de audición:

- ◆ Mire a la persona a la cara y háblele claramente.
- ◆ Háblele a una velocidad razonable; no oculte su boca, ni coma o mastique chicle.
- ◆ Ubíquese en un lugar con buena iluminación y reduzca los ruidos de fondo.
- ◆ Use expresiones o gestos faciales que le sirvan de claves útiles a la persona que no oye bien.
- ◆ Repita sus palabras, de ser necesario, usando términos distintos.
- ◆ Al hablar incluya a la persona que sufre de pérdida de la audición al hablar. Hable con la persona, no acerca de la

persona, cuando esté con los demás. Esto ayuda a impedir que la persona que sufre pérdida de audición se sienta sola y excluida.

- ◆ Tenga paciencia; mantenga una actitud positiva y calmada.
- ◆ Pregunte cómo puede ayudar.

¿Qué puedo hacer si sufro de problemas de audición?

- ◆ Hágale saber a los demás que usted sufre de problemas de audición.
- ◆ Pídale a la gente que le hable de frente, mirándole a la cara y que hablen más lentamente y de manera mucho más clara; también pídale que le hablen sin gritar.
- ◆ Preste atención a lo que se dice así como a las expresiones o gestos faciales.
- ◆ Hágale saber a la persona que le habla que usted no le entiende.
- ◆ Pídale a las personas que se expresen con otras palabras e intenten de nuevo la oración.

¿Qué dispositivos o tratamientos pueden ayudar?

Lo que le puede ayudar depende de su problema de audición. Algunas soluciones comunes incluyen:

- ◆ **Audífonos.** Estos son pequeños dispositivos que usted lleva dentro

o detrás de su oído. Los audífonos pueden ayudar en algunos casos de pérdida de audición al amplificar los sonidos. No obstante, en ocasiones perciben los ruidos de fondo, por ejemplo, el ruido del tráfico en las calles o la gente que habla en otras mesas en un restaurante muy lleno. Esto puede afectar la forma en la cual usted oye en ciertas situaciones. Antes de adquirir un audífono cerciórese que su seguro le cubrirá el costo.

Hay muchos tipos de audífonos. Un audiólogo puede ayudar a ponerle el audífono que funcione mejor en su caso particular. Pregúntele al audiólogo acerca de la posibilidad de un período de prueba para usar distintas clases de audífonos.

Recuerde, al adquirir un audífono, usted está comprando un producto y también está comprando un servicio. Trate de encontrar un vendedor de audífonos (llamado un dispensador), que tenga la paciencia y la habilidad de ayudarle durante el período de más o menos un mes que se emplea en acostumbrarse al nuevo audífono.

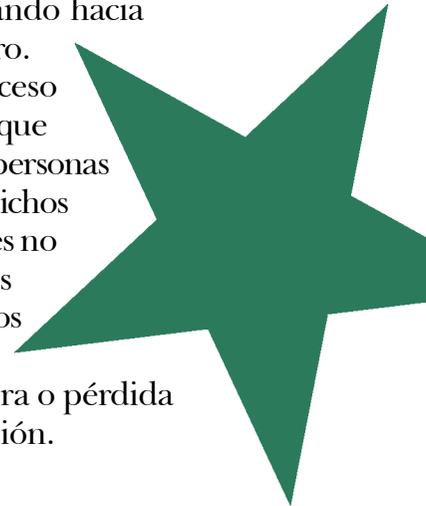
Es posible que tengan que probarle varias veces su audífono y tendrá que recibir instrucciones

de cómo usarlo. Los audífonos utilizan baterías que usted deberá cambiar con regularidad. También pueden requerir reparaciones de vez en cuando. Compre un audífono que contenga sólo las características que usted necesita.

- ◆ **Dispositivos adaptables o complementarios.** Hay muchos productos que pueden ayudarlo a vivir bien si su audición es imperfecta. La siguiente lista incluye algunos ejemplos de las distintas opciones:
 - *Los dispositivos de amplificación para los teléfonos* van desde un tipo especial de receptor de teléfono que amplifica los sonidos, hasta teléfonos especiales que operan con ayudas para la audición, o audífonos.
 - *Los sistemas para escuchar radio y televisión* se pueden utilizar con o sin audífonos. Usted no tiene que subir el volumen.
 - *Los dispositivos de para ayudar a oír* están disponibles en algunos lugares públicos como auditorios, teatros para cine, iglesias, sinagogas y sitios de reunión.
 - *Las alertas* como los timbres, los detectores de incendios y los relojes de alarma, le

pueden dar una señal visual o una vibración que usted puede sentir. Por ejemplo, una luz intermitente podría indicarle que alguien está timbrando en la puerta o llamándolo por teléfono.

- ◆ **Implantes en la cóclea.** Si su sordera es grave, un médico puede sugerirle implantes en la cóclea. En esta cirugía, el médico coloca un pequeño dispositivo electrónico por debajo de la piel que se encuentra detrás del oído. El dispositivo envía el mensaje pasando por la parte que no funciona del oído interno continuando hacia el cerebro. Este proceso ayuda a que algunas personas oigan. Dichos implantes no son útiles para todos los tipos de sordera o pérdida de audición.



Recursos

Hay muchas cosas que usted puede hacer en relación con la pérdida de audición. El primer paso consiste en verificar con su médico. También puede obtener información de los siguientes grupos:

National Institute on Deafness and Other Communication Disorders

(NIDCD) Instituto Nacional para la Sordera y Otros Trastornos de la Comunicación

National Institutes of Health

Institutos Nacionales de la Salud
31 Center Drive, MSC 2320
Bethesda, MD 20892-2320

NIDCD Information Clearinghouse

Banco de Información del NIDCD

Teléfono: 1-800-241-1044

(llamada gratis)

TTY: 1-800-241-1055

Página Web: <http://www.nidcd.nih.gov/>

American Academy of Otolaryngology-Head and Neck Surgery, Inc.

(AAO-HNS) Academia Americana de Otorrinolaringología-Cirugía de la Cabeza y el Cuello

1 Prince Street

Alexandria, VA 22314-3357

Teléfono: 703-836-4444

TTY: 703-519-1585

Correo electrónico:

webmaster@entnet.org

Página Web: <http://www.entnet.org>

American Speech-Language-Hearing Association (ASHA)

Asociación Americana del Habla/el Lenguaje/la Audición

10801 Rockville Pike

Rockville, MD 20852

Teléfono: 1-800-638-8255

(TTY/llamada gratis)

Fax: 301-571-0457

Correo electrónico:

actioncenter@asha.org

Página Web: <http://www.asha.org>

American Tinnitus Association (ATA)

Asociación Americana del Tinnitus

P.O. Box 5

Portland, OR 97207-0005

Teléfono: 1-800-634-8978

(llamada gratis)

Fax: 503-248-0024

Correo electrónico:

tinnitus@ata.org

Página Web: <http://www.ata.org>

Self Help for Hard of Hearing

People, Inc. (SHHH) Auto-Ayuda

para Personas con Problemas de Sordera

7910 Woodmont Avenue

Suite 1200

Bethesda, MD 20814

Teléfono: 301-657-2248

TTY: 301-657-2249

Fax: 301-913-9413

Correo electrónico: national@shhh.org

Página Web: <http://www.shhh.org>

**Laurent Clerc National Deaf
Education Center** *Centro Nacional
de Educación para Sordos Laurent Clerc*
Gallaudet University
800 Florida Avenue, NE
Washington, DC 20002-3695
Teléfono: 202-651-5000 (voz y TTY)
Fax: 202-651-5704

Para mayor información acerca
de la salud y el envejecimiento,
comuníquese con:

**The National Institute on Aging
Information Center** *Centro de
Información del Instituto Nacional
Sobre el Envejecimiento*
P.O. Box 8057
Gaithersburg, MD 20898-8057
Teléfono: 1-800-222-2225
(llamada gratis)
TTY: 1-800-222-4225
Correo electrónico: niainfo@jbs1.com
Página Web: <http://www.nia.nih.gov>



National Institute on Aging

Instituto Nacional Sobre el Envejecimiento
Departamento de Salud y Servicios Humanos
de los Estados Unidos
Servicio de Salud Pública
Institutos Nacionales de Salud
Septiembre de 2002