

LA DECISIÓN
SOBRE LOS
AUDÍFONOS
RESPUESTAS A SUS MÚLTIPLES PREGUNTAS



Randall D.Smith, M.Ed.
Jerome G.Alpiner, Ph.D.
Megan Mulvey, BA

La decisión sobre los audífonos

Respuestas a sus múltiples preguntas

Randall D. Smith, M.Ed.
Jerome G. Alpiner, Ph.D.
Megan Mulvey, BA



Agradecimientos

“CLAVE atención a la deficiencia auditiva” quiere agradecer a los autores, Randall D. Smith, M.Ed, Jerome G. Alpiner, Ph.D. y Megan Mulvey, BA, su generosa contribución a los objetivos de Clave por su autorización para la traducción al español y la difusión de su libro *The Hearing Aid Decision. Answers To Your Many Questions*.

CLAVE es una entidad benéfica británica, con sede en Madrid, que tiene como objetivo la mejora de calidad de vida de las personas con problemas de audición. Para ello, informa, forma y actúa promoviendo medidas que garanticen la accesibilidad de las personas con discapacidad auditiva en todos los entornos. Así, espera que aquellas que estén en fase de decidir si ponerse un audífono o no y de qué tipo, tengan la posibilidad de leer este magnífico manual de consulta y les sirva de ayuda.

Para un mayor conocimiento de esta asociación y las actividades que realiza tanto para las personas con problemas de audición como para los familiares y profesionales que trabajan con ellas, puede consultar su página web www.oiresclave.org

© Randall D. Smith, 2007

Título original: “The Hearing Aid Decision. Answers To Your Many Questions”.

Publicado con el acuerdo de Randall D. Smith

© De la traducción al inglés – 2011, CLAVE CARING FOR HEARING IMPAIRMENT, Delegación en España.

© De esta edición – CLAVE CARING FOR HEARING IMPAIRMENT, Delegación en España.

c/ Ruiz de Alarcón, nº 12 – 28014 Madrid.

www.oiresclave.org

Todos los derechos reservados. No se permite la reproducción total o parcial de esta publicación, su distribución o su comunicación pública en cualquier forma o por cualquier medio, ni su transformación, sin el previo consentimiento escrito de los titulares del copyright.



Prólogo

Este libro está destinado a las personas que no oyen bien. Pueden ser profesores, amas de casa, banqueros, abogados, mineros o médicos. Puede tratarse de cualquier persona, ya que la pérdida auditiva no entiende de edad, género o situación económica.

Deténgase a pensar por un momento. ¿Conoce a alguna persona que no oiga bien? Podría ser alguien que siempre necesita que se le repitan las cosas. ¿USTED necesita que se le repitan las cosas? ¿Ha pensado alguna vez que la gente habla entre dientes o que habla demasiado bajo? ¿Se dice para sus adentros: "le escucho, pero no entiendo todas las palabras?" ¿Le han acusado alguna vez de oír sólo lo que quiere oír –cuando quiere oírlo? Si le ha ocurrido algo de esto, en realidad tiene un problema de audición y no está solo. Desconocemos con exactitud el número de personas con deficiencia auditiva que hay en Estados Unidos, pero las estimaciones indican que alrededor de 30 millones tienen un grado importante de pérdida de audición. Sabemos también que aumenta con la edad. De hecho, las dos causas más comunes de la pérdida auditiva son el envejecimiento y la exposición al ruido.

Casi todo lo que hacemos en nuestra vida diaria tiene que ver con la comunicación. Se ha dicho que "La comunicación humana es acción; es cultura, es la historia de la humanidad, es la base de todas las sociedades, su ausencia niega la existencia de la humanidad". (Toubbeh, J. I., Communication Disorders, Rehabilitation Record. 1-4 mayo-junio, 1973).

Casi todo lo que hacemos en nuestra vida diaria tiene que ver con la comunicación.

Un agradecimiento especial a
Sharon Alpiner Cutler y Jessea Wilson
por su gran trabajo de edición y a
Wendy Driscoll por la maquetación de este libro.



En muchos casos, la aparición de la pérdida auditiva es tan gradual que puede pasar desapercibida durante años.

Hace tan sólo unos años, la creencia popular era que los audífonos no podían ayudar a las personas con una pérdida auditiva neurosensorial (antes conocida como de "tipo nervioso") que se produce, por ejemplo, por el envejecimiento o la exposición al ruido. Lo cierto es que los audífonos ayudan con frecuencia a las personas con una pérdida auditiva neurosensorial. También hay un gran número de personas que padece una pérdida auditiva que puede tratarse médicamente, por ejemplo, las debidas a una infección de oído. A veces, el tratamiento médico no es capaz de invertir el problema conductivo, pero los audífonos pueden servir de ayuda.

¿Es usted de las personas que necesitan audífonos pero no los utilizan?

La pérdida auditiva es una minusvalía oculta. No hay indicios visibles que indiquen su presencia. En muchos casos, la aparición de la pérdida auditiva es tan gradual que puede pasar desapercibida durante años. Una vez que se reconoce la existencia de esta pérdida, ¿adónde hay que acudir para recibir ayuda?

Una vez que una persona se da cuenta de que no oye tan bien como debería, es posible que se encuentre confusa y que no sepa dónde puede obtener ayuda. Este libro le ayudará a iniciar el proceso hacia una mejora de la audición y la comunicación en su vida cotidiana.

Está en sus manos emprender el camino hacia una mejor audición.

Jerome G. Alpiner, Ph.D.*

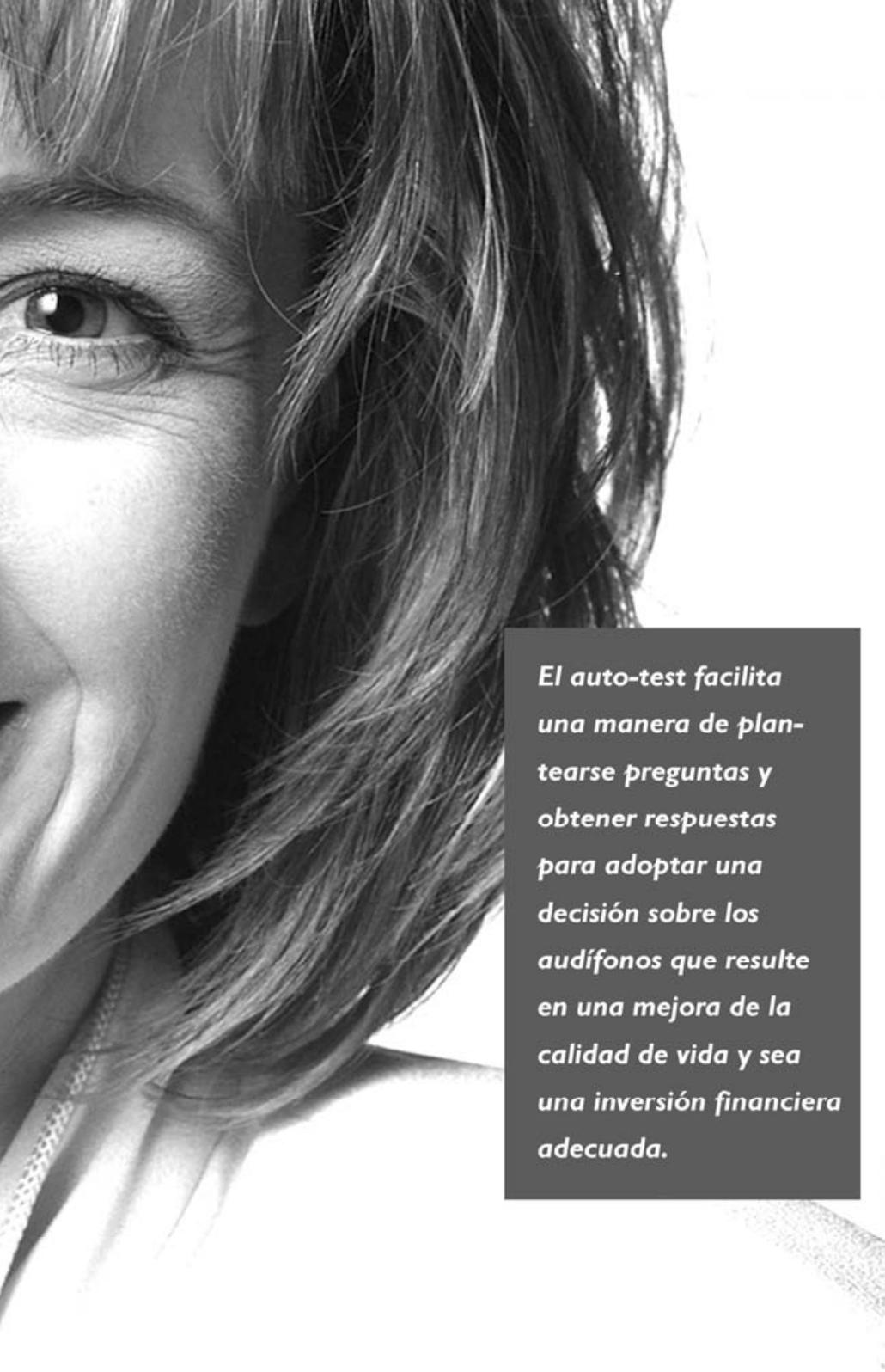
Miembro de la American Speech-Language-Hearing Association

* Alpiner, Jerome G. y Patricia A. McCarthy, *Rehabilitative Audiology: Children and Adults*. Tercera edición, 2000, Williams and Wilkins. Baltimore.



Índice

Capítulo 1	Vamos a empezar	p. 11
Capítulo 2	¿Cómo está mi audición?	p. 15
Capítulo 3	Cuidando sus oídos	p. 25
Capítulo 4	Conceptos básicos de los audífonos	p. 29
Capítulo 5	La decisión sobre los audífonos	p. 37
Capítulo 6	¿Y ahora qué?	p. 43
Capítulo 7	Comprando audífonos	p. 49
Capítulo 8	Cuidado y mantenimiento del audífono	p. 55
Capítulo 9	Adaptándose a los nuevos audífonos	p. 59
Capítulo 10	Pitidos y zumbidos en los oídos (acúfenos)	p. 67
Capítulo 11	Conclusión	p. 73



Capítulo 1

Vamos a empezar

Le damos la bienvenida a La decisión sobre los audífonos. En las páginas siguientes se facilitan respuestas claras y concisas a las numerosas preguntas que pueda plantearse sobre si usted o alguna persona allegada puede sacar provecho de la amplificación de la audición y sobre cómo adoptar una decisión inteligente en la compra de unos audífonos.

Antes de escribir este libro, pensamos que sería apropiado realizar un sondeo a los usuarios de audífonos (nuevos y habituales) y a las personas que se estaban planteando recurrir a la amplificación con el fin de conocer sus opiniones. Nos interesaba entender sus motivos de preocupación antes y después de la compra de los audífonos. Mi Autoevaluación facilita la manera de plantearse preguntas y obtener respuestas con el fin de adoptar una DECISIÓN SOBRE LOS AUDÍFONOS que resulte en una mejora de la calidad de vida y sea una inversión financiera adecuada. Para empezar, dedique unos minutos a contestar la siguiente autoevaluación.

El auto-test facilita una manera de plantearse preguntas y obtener respuestas para adoptar una decisión sobre los audífonos que resulte en una mejora de la calidad de vida y sea una inversión financiera adecuada.



Si tiene dificultad para escuchar los sonidos del habla, es posible que tenga un problema de audición.

Capítulo 2

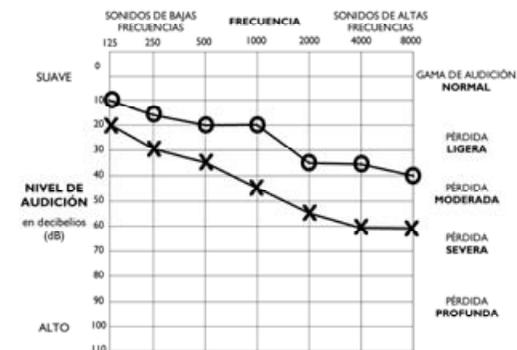
¿Cómo está mi audición?

1. ¿Qué es la audición?

La audición está relacionada con los sonidos. Existe una gama de sonidos: los que utilizamos para comunicarnos (habla) y los que no forman parte de la comunicación humana. Los sonidos que utilizamos para comunicarnos son los sonidos del habla de nuestro idioma. Si tiene dificultad para escuchar los sonidos del habla, es posible que tenga un problema de audición.

Hay dos aspectos técnicos del sonido que debe conocer. Uno es el tono (o frecuencia) y el otro es la intensidad (o volumen). En una prueba de audición, se evalúan los niveles de intensidad necesarios para escuchar una gama de frecuencias. La prueba determina el grado de intensidad que deben tener los sonidos para que usted pueda escucharlos. La información se registra en un gráfico llamado audiograma. El especialista en audiología le mostrará el audiograma cuando le explique los resultados de la evaluación auditiva. (Véase el audiograma siguiente).

En el audiograma aparecen distintos símbolos: Las O representan los niveles de audición en el oído derecho. Las X representan los niveles de audición en el oído izquierdo. Los números en la parte superior del gráfico representan los tonos o frecuencias; normalmente, se evalúa de 250 Hz (ciclos por segundo) a 8000 Hz.

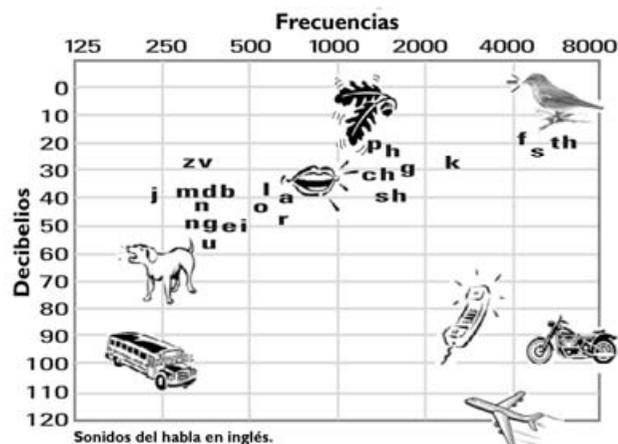


Los números en el lado izquierdo del gráfico representan la evaluación de la audición en términos de volumen o intensidad. Cuanto mayor sea el número de decibelios, mayor deberá ser el volumen del sonido para que pueda escucharlo. La clasificación general es la siguiente:

Si su audición se encuentra entre:

- 0-25 decibelios su audición es normal
- 25-40 decibelios tiene una pérdida auditiva "ligera"
- 40-70 decibelios tiene una pérdida auditiva "moderada"
- 70-90 decibelios tiene una pérdida auditiva "severa"
- Superior a 90 decibelios tiene una pérdida auditiva "profunda"

La designación de una pérdida auditiva "ligera" puede dar la sensación de que no existe un problema de audición significativo. Es importante considerar en qué medida una pérdida auditiva provoca problemas en situaciones de comunicación cotidianas. Incluso una pérdida auditiva "ligera" puede ocasionar dificultades e influir en la capacidad de comunicarse con facilidad. También es importante tener en cuenta que, en un entorno educativo, los niños puede tener dificultades con niveles de audición de 15 ó 20 decibelios.



En el gráfico de los sonidos del habla se muestra la intensidad de los sonidos ambientales y del habla. Compare el gráfico con su audiograma personal. Podrá observar hasta qué punto puede ser elevado el sonido procedente de: una motocicleta, un autobús, un avión a reacción o el canto de los pájaros. Es por ello que insistimos en la necesidad de protegerse frente al ruido EXCESIVO.

2. ¿Es la pérdida auditiva un problema corriente?

Los sondeos recientes (MarkeTrak VII, 2005) señalan que 31,5 millones de personas en Estados Unidos aseguran tener un problema de audición. Aproximadamente el 30% de las personas mayores de 65 años tiene una pérdida auditiva. Si padece algún un problema de audición, no está solo. En el gráfico siguiente se muestra el porcentaje de personas con pérdida auditiva por grupo de edad. Como se puede apreciar, la incidencia de la pérdida auditiva aumenta a medida que envejecemos, pero este trastorno afecta a personas de todas las edades.



3. ¿Cuáles son las causas de la pérdida auditiva?

Si bien existen diversas causas de la pérdida auditiva, los dos factores principales son el envejecimiento (presbiacusia) y la exposición al ruido. Otros factores son ciertos medicamentos, la herencia, los resfriados y otras enfermedades (especialmente las que se acompañan de fiebre alta). Puede hablar sobre las posibles causas con el profesional sanitario que cuida su audición.

4. ¿Qué otros problemas pueden surgir como consecuencia de la pérdida auditiva?

Las personas afectadas pueden sentir miedo, ira, vergüenza o ansiedad debido a la repercusión que la pérdida auditiva tiene en sus vidas. Algunas personas se sienten aisladas de sus familiares y amigos o se han quedado fuera del entorno a causa de la pérdida auditiva. Algunas conductas que parecen de "confusión" debido a la senilidad pueden en realidad estar ocasionadas por la pérdida de audición. La pérdida auditiva es un problema familiar pero, trabajando juntos, podemos ayudar a las personas con pérdida auditiva a integrarse en el entorno cotidiano.

5. ¿Cuál es la diferencia entre sordera y deficiencia auditiva?

Estos términos describen diferentes grados de trastornos auditivos. La deficiencia auditiva puede describir cualquier grado de pérdida de audición. Por lo general, los términos de ligera, moderada, severa o profunda indican la gravedad de la pérdida. La sordera se refiere a la pérdida profunda o total de la audición para las que los audífonos pueden no servir de ayuda.

6. ¿Cuáles son los tipos de pérdida auditiva?

Por lo general nos referimos a tres categorías de pérdida de audición:

NEUROSENSORIAL: Este es el tipo más común de pérdida auditiva en adultos. Entre las causas se encuentran el envejecimiento, las enfermedades con fiebre alta, los medicamentos, la exposición al ruido y la herencia. La "sordera del nervio" es un término que se ha utilizado para referirse a la pérdida auditiva neurosensorial.

CONDUCTIVA: Este tipo de pérdida se produce cuando el habla y otros sonidos no pueden pasar a través del oído externo y medio al nervio auditivo. Entre las causas de la pérdida conductiva se encuentran las infecciones del oído medio, el exceso de cera en los conductos auditivos y diversas enfermedades. Las pérdidas auditivas conductivas se pueden corregir a menudo sin audífonos.

MIXTA: Puede darse el caso de que las personas tengan una pérdida que sea neurosensorial y conductiva a la vez.

Es necesario identificar el tipo de pérdida auditiva para determinar el enfoque adecuado para su tratamiento.

7. ¿Cómo influye la pérdida auditiva en las conversaciones cotidianas?

Si su pérdida es:

LIGERA: Puede escuchar la mayoría de las conversaciones, pero le parecerá que algunas personas hablan entre dientes, especialmente si hay ruido de fondo.

MODERADA: Es probable que se tenga que esforzar para escuchar.

SEVERA: Es posible que no sea capaz de escuchar adecuadamente en la mayoría de las conversaciones.

PROFUNDA: Es probable que no oiga nada a no ser que alguien grite.

8. ¿Qué sonidos tendría problemas para escuchar si tuviese una pérdida auditiva en las altas frecuencias?

Podría tener dificultad para escuchar los sonidos del habla compuestos por las letras (s), (ch), (f), (t) y (z) porque son sonidos de alta frecuencia. Por ejemplo, podría no ser capaz de distinguir entre las palabras "zumo" - "sumo"- "fumo".

Si sufre de pérdida auditiva en las altas frecuencias, podría decir: "Escucho, pero no entiendo todas las palabras". Podría también tener dificultad para escuchar el canto de los pájaros o las voces de los niños pequeños (ya que estos sonidos son de altas frecuencias).

9. ¿Qué sonidos tendría problemas para escuchar si tuviese una pérdida auditiva en las bajas frecuencias?

Es posible que tenga problemas para escuchar sonidos vocales, como (i), (o) y (u). Las conversaciones pueden parecer apagadas a no ser que la gente hable en voz muy alta.

10. ¿Por qué escucho mejor las voces de los hombres que las de las mujeres o los niños pequeños?

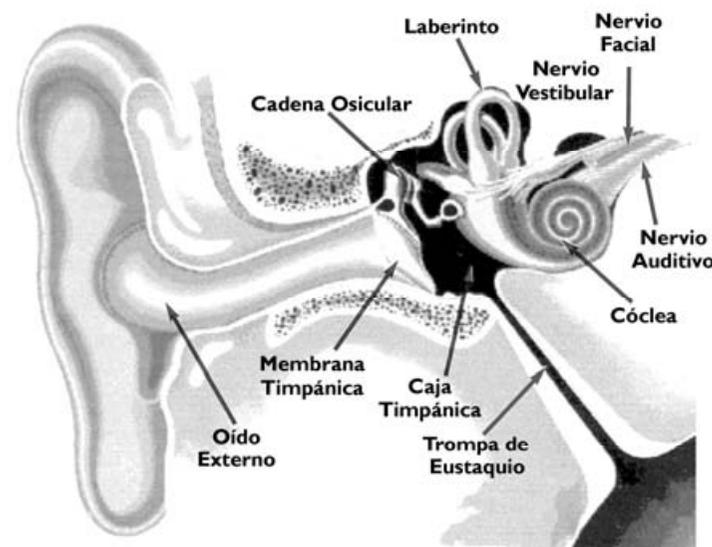
Las voces de los hombres suelen tener un tono más bajo, mientras que las de las mujeres o los niños pequeños suelen tener un tono alto. Muchos hombres con pérdida auditiva tienen más dificultad para escuchar sonidos de altas frecuencias, lo que explicaría la razón de que digan que sus esposas (u otras mujeres) no hablan con claridad. También pueden tener problemas para escuchar a los niños.

11. ¿Por qué parece que hay más hombres que mujeres con problemas de audición?

Los hombres tienen más probabilidad de estar expuestos a ruidos intensos, como cuando hacen el servicio militar, van de caza o utilizan máquinas cortacéspedes o sierras mecánicas. Sin embargo, esto parece estar cambiando en nuestra sociedad debido a una mayor diversidad de empleos.

12. ¿Cómo se escuchan los sonidos y el habla?

En el siguiente diagrama se muestran las tres partes principales del oído:



Cortesía de Starkey Laboratories

El oído externo es la parte del oído que podemos ver así como el conducto auditivo que llega hasta el tímpano (membrana timpánica). Esta porción externa del oído capta los sonidos del habla y los canaliza hasta el tímpano.



El profesional sanitario que atiende su audición, le indicará la manera de mantener sus conductos auditivos limpios.

Capítulo 3

Cuidando sus oídos

1. ¿Por qué tenemos cera en los oídos?

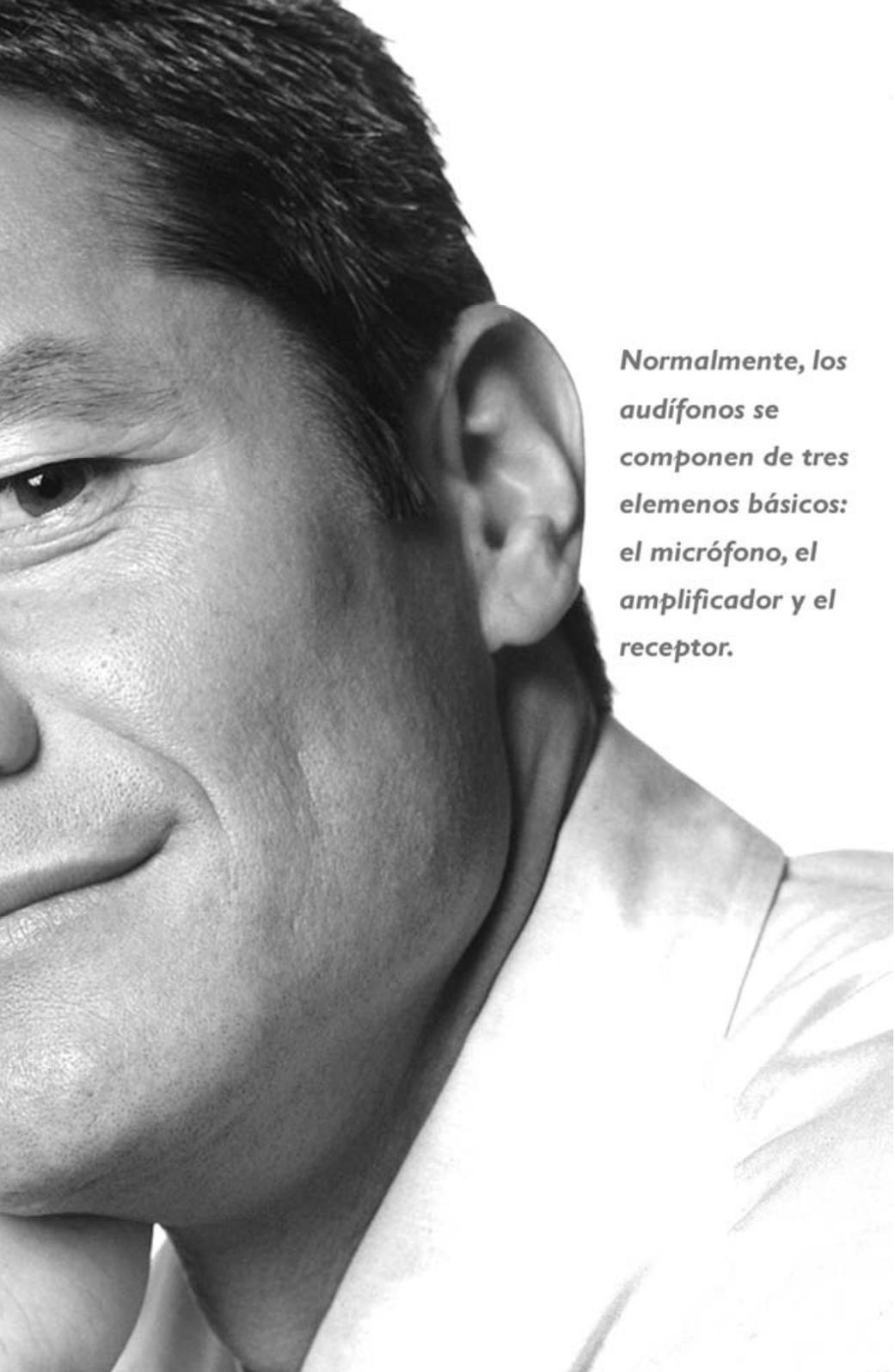
El cerumen (cera) en los oídos es normal. La cera lubrica la piel del conducto auditivo, elimina las bacterias y evita la sequedad y los picores en el conducto. Sin embargo, un exceso de cera puede bloquear el sonido y ocasionar una pérdida de audición conductiva.

2. ¿Se deben usar bastoncillos de algodón u otros productos para limpiar la cera de los oídos?

El uso de estos productos para limpiar la cera puede ocasionar infecciones y molestias en el conducto auditivo. Aunque los bastoncillos sean suaves, los hilos de algodón se pueden pegar en la cera. Al intentar limpiar la cera, puede ocurrir que se empuje a un nivel más profundo del canal. El profesional sanitario que atiende su audición le indicará la manera de mantener los canales auditivos limpios (diversos tipos de gotas para el oído pueden servirle a Vd.). Si se le taponan los oídos o empeora su audición, deberá consultar al profesional sanitario que atiende su audición. En su próxima revisión física, solicite a su médico que determine si tiene un exceso de cera en los oídos.

3. ¿El uso de audífonos puede producir mayor acumulación de cera en los oídos?

Los audífonos intraauriculares pueden provocar un aumento de cera en los oídos. Siguiendo las recomendaciones apropiadas de higiene auditiva, se pueden reducir los problemas ocasionados por un exceso de cera. La limpieza rutinaria de los audífonos reduce la acumulación de cera en las prótesis.



Normalmente, los audífonos se componen de tres elementos básicos: el micrófono, el amplificador y el receptor.

Capítulo 4

Conceptos básicos de los audífonos

1. *¿Qué es un audífono?*

Los audífonos son sistemas electrónicos de amplificación del sonido, compactos, de alta tecnología recubiertos por una carcasa plástica. Amplifican los sonidos para que la persona que los utiliza pueda oír mejor. En el caso de las personas con una pérdida auditiva severa, los audífonos pueden ayudarles a oír sirenas, el tráfico y otros sonidos del entorno con el fin de aumentar su seguridad.

2. *¿De qué partes consta un audífono y para qué sirven?*

Normalmente, los audífonos se componen de tres elementos básicos: el micrófono, el amplificador y el receptor.

- El micrófono recibe el sonido y lo convierte en una señal eléctrica.
- El amplificador aumenta la potencia de la señal y la envía al receptor.
- El receptor convierte de nuevo la señal eléctrica en sonidos del habla que se transmiten a sus oídos.

3. *¿Qué es un molde?*

En el caso de las personas que optan por audífonos retroauriculares (BTE), los moldes son necesarios para que el sonido se canalice hasta el oído. El molde de oído suele ser una pieza personalizada que tiene la forma exacta de la concha del pabellón auricular y del conducto auditivo. Para realizar los moldes, se toman impresiones de la forma de los oídos. Actualmente existen audífonos BTE que se pueden usar sin moldes. Pregunte a un especialista sobre esta opción.

4. ¿Cuáles son los diferentes diseños o tipos de audífonos?

Hay varios diseños y tamaños diferentes de audífonos, entre los que se encuentran:

- **Completamente en el canal (CIC):** Este tipo se coloca en el interior del conducto auditivo y no es muy visible. Por su reducido tamaño, tanto el cambio de pilas como la colocación en el oído pueden ser tareas complicadas sin una buena destreza manual.



- **Intracanal (ITC):** Estos audífonos son un poco más grandes que los CIC, pero siguen siendo relativamente pequeños. Son más fáciles de manipular que los CIC del tamaño más pequeño.



- **Media concha:** El tamaño de media concha se encuentra entre el tamaño del audífono intracanal y el de concha completa. Son a menudo la solución para las personas que no desean llevar ni los audífonos más pequeños ni los más grandes.

- **Concha o intraconcha (ITE):** Estos audífonos son más grandes y se colocan en la cuenca del oído externo que se prolonga en el conducto auditivo. La mayoría de las personas son capaces de manipular el control del volumen y las pilas. Su colocación es más fácil gracias a su mayor tamaño. Sin embargo, este tipo es más visible.

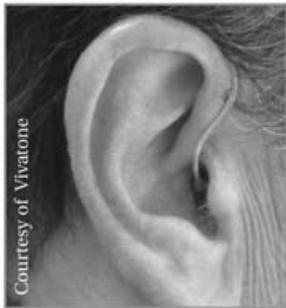


- **Retroauriculares (BTE):** Estos audífonos se colocan detrás y encima de la oreja. Un tubo de plástico conecta el audífono al molde que se coloca dentro del conducto auditivo. Los niños pequeños suelen llevar este tipo de audífonos porque, a medida que crecen, sólo es necesario reemplazar los moldes, no los audífonos. En el caso de algunas personas con pérdidas severas y profundas, los audífonos BTE pueden ofrecer mejores resultados.



- Los audífonos **CROS, Bi-Cros y Multi-CROS** se utilizan específicamente cuando la audición en un oído es mucho menor o tiene una pérdida total en comparación con el otro oído. En este caso, se coloca un micrófono en el oído más afectado y se sujeta mediante un dispositivo retroauricular. El sonido se transmite al audífono del oído menos afectado mediante un cable por detrás del cuello o un sistema inalámbrico. El audífono del oído menos afectado capta los sonidos del micrófono del oído más afectado y, a continuación, los transmite al audífono del oído menos afectado. (Consulte con su especialista la oferta de avances tecnológicos).

- **Adaptación en abierto (*Open fit*):** Estos pequeños audífonos *Open fit* pueden ser apropiados para algunas pérdidas auditivas. Los usuarios típicos son personas con una audición normal o casi normal en la gama de bajas y medias frecuencias, pero con una pérdida auditiva neurosensorial en la gama de altas frecuencias. Cada audífono abierto tiene sus propias características. Estos audífonos pueden incorporar un altavoz o un tubo pequeño, fino y transparente que se coloca en el conducto auditivo. Una de las ventajas de los audífonos abiertos es que la propia voz suena más natural y se elimina la sensación de "taponamiento". Estos audífonos son estéticamente atractivos debido a su pequeño tamaño.



Cortesía de Oticon, Inc.

Existen diversos diseños y opciones para la mayoría de estos audífonos. El especialista en audiología podrá facilitarle la información que necesite.

5. ¿En qué consisten los audífonos programables?

Los audífonos programables representan uno de los últimos avances tecnológicos en amplificación. Estos audífonos disponen de varios parámetros de programación que se pueden ajustar en un ordenador y configurarse para diferentes situaciones de escucha. Por ejemplo, un programa se puede configurar para una situación tranquila, un segundo programa para escuchar en entornos ruidosos y un tercero para escuchar música. El cambio de programas se puede realizar pulsando un botón en los audífonos o, en algunos casos, a través de mandos a distancia opcionales. Estos audífonos programables suelen utilizar tecnología digital que hace que las señales auditivas sean más precisas. La mayoría de los audífonos que existen actualmente en el mercado incorporan tecnología digital.

En el caso de los audífonos programables, se puede "probar" la tecnología en la consulta del especialista antes de realizar una compra.

La continua investigación y el desarrollo en la tecnología de audífonos, al igual que en otros instrumentos informáticos y electrónicos, permite la constante mejora de estos instrumentos de audición.

6. ¿Qué significa el término "adaptación" cuando se refiere a adaptar los audífonos?

El término "adaptación" se utiliza de manera amplia para referirse a la colocación de los audífonos en el oído, realizando todos los ajustes necesarios y programando los audífonos (si fuera necesario) para satisfacer al cliente.

7. ¿Se venden los audífonos en diferentes colores?

Las carcasas de los audífonos se ofrecen en una variedad de colores y tonos de piel. Entre los colores más comunes se



Considere la posibilidad de usar audífonos si tiene dificultad para oír y entender en su entorno cotidiano.

Capítulo 5

La decisión sobre los audífonos

1. ¿Qué grado debe alcanzar la pérdida auditiva para considerar el uso de audífonos?

Considere la posibilidad de usar audífonos si tiene dificultad para oír y entender en las situaciones de la vida diaria. Tenga en cuenta los resultados de Mi Autoevaluación y solicite la opinión de su familia y de otras personas.

2. ¿Qué ventajas aporta el uso de audífonos?

- Su audición mejorará y podrá oír y entender el habla con más facilidad.
- Se sentirá más cómodo (menos avergonzado) en situaciones sociales.
- No se esforzará tanto para escuchar a otras personas.
- Entenderá mejor las conversaciones telefónicas.
- Será capaz de escuchar y entender mejor las conversaciones cuando haya ruido de fondo.
- Podrá entender mejor el habla en muchas situaciones sociales.
- Su propia voz sonará más natural.
- Puede tener mejores oportunidades laborales tanto si está empleado como si está buscando empleo.
- Será capaz de apreciar mejor la música.
- Su pérdida auditiva no será tan evidente para otras personas.
- El habla le parecerá más natural.

3. ¿Qué es lo que no se puede esperar de los audífonos?

- Los audífonos no restablecerán completamente el nivel de audición anterior a la pérdida, pero podrá escuchar mejor.

- Los audífonos no eliminarán todo el ruido de fondo; no obstante, las últimas tecnologías han reducido en gran medida este problema.
- Los audífonos no podrán evitar que la audición disminuya con el paso del tiempo.
- Los audífonos no curan la pérdida auditiva física, pero ayudan a escuchar y comunicarse mejor.

4. ¿En qué tipo de pérdida auditiva son de ayuda los audífonos?

Los audífonos pueden ayudar a mejorar la audición de las personas con pérdida auditiva conductiva o neurosensorial.

5. ¿Se pueden utilizar los audífonos de otra persona?

Su pérdida auditiva es única, por lo que se necesitan audífonos especialmente seleccionados para su pérdida. El especialista podrá recomendarle los audífonos apropiados para su situación.

6. ¿Empeoran los audífonos mi audición o evitan que disminuya?

Unos audífonos adaptados correctamente no deberían empeorar la audición ni tampoco evitar que disminuya. Sin embargo, si nota que su capacidad auditiva se deteriora, deberá consultar con su profesional sanitario que atiende la audición. Por lo general, la pérdida auditiva que tiene como causa el envejecimiento se produce lentamente con el paso del tiempo. Se recomienda realizarse un examen auditivo anual para conocer el estado de la audición.

7. ¿Los audífonos me ayudarán a oír mejor en lugares ruidosos?

Si los audífonos se han seleccionado y adaptado correctamente le ayudarán a entender mejor el habla en entornos ruidosos. El

nivel de mejora dependerá del tipo y la intensidad del ruido y también del grado de su pérdida auditiva. Si cree que los audífonos no le sirven de ayuda, deberá consultar con su proveedor la posibilidad de que se puedan ajustar para mejorar la comprensión cuando haya ruido de fondo. Tenga en cuenta que las personas con audición normal también tienen dificultad en entornos muy ruidosos. (Observe cómo gritan las personas al tratar de entenderse en un restaurante ruidoso).

8. ¿Pueden ayudar los audífonos a sentirse más relajado?

Si padece un problema auditivo, escuchar puede ser un trabajo duro. Un gran número de usuarios de audífonos asegura sentirse más relajado cuando los utiliza. Tienden a sentir menos frustración o miedo de no oír lo que se dice. Al final del día, el usuario de audífonos se siente menos cansado y más relajado.

9. ¿Producen los audífonos una sensación de taponamiento en los oídos?

Los audífonos pueden provocar la sensación de taponamiento y, en el caso de ser un usuario reciente, se puede tardar un tiempo en adaptarse a la sensación de llevar un objeto en el oído. Al principio, su propia voz le sonará extraña. Los audífonos y los moldes de oído se pueden realizar con diversos tipos de aberturas que permiten la circulación del aire entre la parte exterior de los audífonos y el espacio interior del canal auditivo anterior al tímpano. De esta forma, se reduce la sensación de taponamiento. Si tiene una sensación de hueco o de túnel, su profesional sanitario que atiende la audición puede realizar diversos ajustes para que disminuya. Recuerde que puede tardar un tiempo en adaptarse a los audífonos.

10. ¿Soy demasiado mayor para usar audífonos?

El uso de audífonos no tiene que ver con la edad. Cualquier persona que se pueda beneficiar del uso de los audífonos debería utilizarlos. Sus oídos pueden tener más o menos edad que su edad cronológica.

11. ¿Funciona un tipo de audífonos en todas las pérdidas auditivas?

No. No existe ningún tipo de audífono que funcione en todas las pérdidas auditivas. Su profesional sanitario que atiende la audición evaluará todas las opciones disponibles para ayudarle a realizar la mejor decisión dependiendo de su estilo de vida.

12. Los sonidos fuertes me molestan. ¿Sirven los audífonos para reducir el volumen de los sonidos?

Los audífonos incorporan circuitos que pueden evitar que los sonidos (como los gritos infantiles o los golpes de ollas y sartenes) sean demasiado fuertes. En su evaluación auditiva se determinará el tipo de ajustes que sea necesario realizar en los audífonos para evitar o reducir este problema. Recuerde quitarse los audífonos cuando utilice máquinas cortacéspedes o sierras mecánicas.

13. ¿Se pueden usar los audífonos para hablar por teléfono?

En la mayoría de los casos, se pueden utilizar los audífonos para hablar por teléfono. Si los audífonos generan un pitido o la voz no es clara, se pueden utilizar audífonos con la opción de bobina telefónica (modo T). Con esta configuración, se puede cambiar fácilmente al modo T. Su proveedor le ayudará a determinar la mejor manera de utilizar el teléfono con los audífonos.

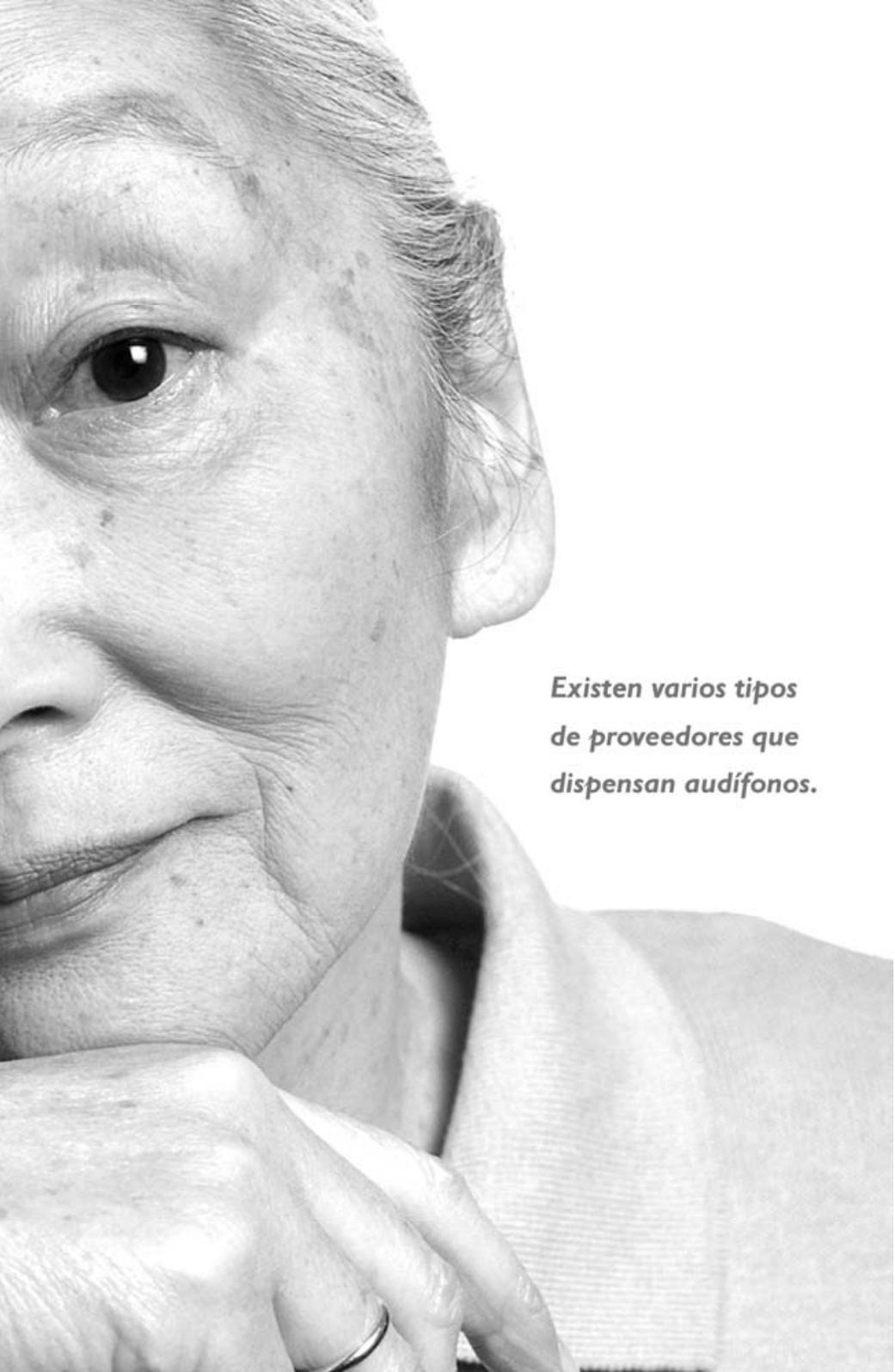
14. ¿Por qué algunas personas que necesitan audífonos se niegan a comprarlos?

- No se encuentran preparadas psicológicamente.
- No son conscientes del grado de su pérdida auditiva ya que se produce gradualmente.
- Sentimiento de que los audífonos conllevan el estigma de la "vejez".
- Piensan que los audífonos no les servirán de ayuda.
- Piensan que los audífonos son demasiado caros.

15. ¿Por qué algunas personas se niegan a usar audífonos después de comprarlos?

- Por falta de motivación personal.
- No querían usar audífonos pero los compraron debido a la presión familiar.
- Les da vergüenza llevar audífonos.
- El mantenimiento diario de los audífonos les supone demasiado problema.
- No se han cumplido sus expectativas.
- Necesitan llevar dos audífonos pero sólo compraron uno.
- Los audífonos no les sirven realmente de ayuda.
- El ruido de fondo es demasiado molesto.
- Los audífonos son incómodos.
- No les apetece pedir ayuda al proveedor cuando los audífonos no están bien ajustados o no funcionan correctamente.
- Es posible que no hayan recibido orientación suficiente después de comprarlos.

Su profesional sanitario que atiende su audición puede ayudarle a identificar y superar los problemas mencionados o cualquier otro problema que se le plantee. No dude en solicitar su ayuda. Aproveche el período de prueba de uno, dos o tres meses que proporciona el fabricante.



Existen varios tipos de proveedores que dispensan audífonos.

Capítulo 6

¿Y ahora qué?

1. ¿Quién vende o dispensa audífonos?

Existen varios tipos de proveedores de audífonos. Independientemente del proveedor, los usuarios deben asegurarse de que la persona que les atiende posee la titulación apropiada. En España solo los poseedores del título de Técnico Superior en Audioprótesis o Técnico Superior en Audiología Protésica están capacitados para seleccionar y ajustar audífonos (Real Decreto 1087/2005).

En este libro, se utiliza el término profesional sanitario que atiende la audición, proveedor de audífonos o simplemente proveedor.

2. ¿Cómo selecciono a mi proveedor de audífonos?

- Compruebe que tiene las instalaciones adecuadas.
- Asegúrese de que tiene la titulación requerida.
- Compruebe su disponibilidad para atenderle cuando lo precise.
- Busque un especialista que pase consulta en un lugar de fácil acceso: transporte público y aparcamiento.

3. ¿Cuáles son los pasos a seguir en la compra de audífonos?

- El especialista proveedor le realizará un examen auditivo, le facilitará los resultados y le hará las recomendaciones pertinentes.
- Si lo considera necesario, hágase un segundo examen auditivo y obtenga una segunda opinión.
- Consulte con un médico si es necesario.

- Seleccione el audífono o los audífonos. Infórmese sobre el período de adaptación (a menudo, se le conoce como período de prueba) de los audífonos. La mayoría de los proveedores ofrecen 30 días como mínimo. La mayoría le devolverá el dinero si no está satisfecho con el resultado de los audífonos. Es posible que le cobren una tarifa mínima por la devolución de los audífonos.
- Acuda las veces que sean necesarias hasta conseguir un ajuste y un funcionamiento adecuados.

4. ¿Puedo realizar el examen auditivo en mi casa?

Algunos especialistas en audiología realizan visitas a domicilio. Sin embargo, una evaluación auditiva completa se deberá realizar en la consulta del especialista. Las visitas domiciliarias se realizan normalmente en los casos en que la persona tenga problemas importantes de movilidad o traslado.

5. ¿Es necesario acudir a la consulta de un médico antes de comprar unos audífonos?

Deberá acudir a la consulta de un médico si tiene alguno de los problemas siguientes:

- Deformidad o lesión visible o traumática en un oído.
- Secreción en un oído en los últimos 90 días.
- Mareo agudo o crónico.
- Pérdida de audición repentina o de evolución rápida en los últimos 90 días.
- Pérdida de audición en un oído de aparición inmediata o reciente.
- Pérdida auditiva conductiva.
- Evidencia visible de cerumen o de un cuerpo extraño en el conducto auditivo.
- Dolor o molestia en los oídos.

Aunque, según el Real Decreto 1087/2005, un Técnico Superior en Audioprótesis o Audiología Protésica está capacitado para "analizar las características anatomosensoriales auditivas" y "seleccionar y adaptar prótesis auditivas", únicamente un médico especialista en otorrinolaringología está capacitado para diagnosticar la pérdida de audición. Tanto la Asociación Nacional de Audioprotesistas (ANA) como la Sociedad Española de Otorrinolaringología (SEORL) recomiendan visitar al médico especialista en ORL antes de adaptarse un audífono.

6. ¿Qué otros factores se deben considerar a la hora de seleccionar unos audífonos?

La decisión acerca del tipo de audífonos que se vaya a comprar depende del grado de la pérdida auditiva, de la anatomía del oído y del conducto auditivo, de las necesidades personales y de la habilidad para utilizar un tipo específico de audífono. Plantee a su proveedor las preguntas siguientes para seleccionar los audífonos que sean más adecuados en su caso:

- ¿Qué beneficios puedo esperar?
- ¿Satisfarán los audífonos mis necesidades?
- ¿Qué precio tienen los audífonos?
- ¿Qué otros servicios pueden estar incluidos en ese precio?
- ¿Son los audífonos fáciles de manejar? La inserción en los oídos, el cambio de pilas y el ajuste de los mandos de volumen deberán ser tareas sencillas.
- ¿Se puede acceder fácilmente al servicio y al ajuste cuando lo necesite?
- ¿Cuál es el período de garantía? ¿Cuánto cuesta y qué duración tiene?
- ¿Hasta qué punto es sencillo ponerse y quitarse los audífonos?
- ¿Con qué facilidad se ajustan los mandos de los audífonos?
- ¿Se ofrecen los audífonos con opciones especiales que hagan frente a mis necesidades específicas?



Las necesidades individuales son muy importantes en el proceso de selección.

Capítulo 7

Comprando audífonos

1. *¿Cuánto cuestan unos audífonos?*

En el coste de los audífonos se incluye a menudo el examen auditivo, los audífonos y la garantía. Consulte con su proveedor las opciones de audífonos en el rango de los precios seleccionados que mejor se adapten a sus necesidades. El tipo de audífonos que Vd. y su profesional sanitario que atiende su audición seleccione deberá basarse en sus necesidades auditivas.

Como se ha indicado en el capítulo 4, existen diversos tipos de audífonos abiertos: BTE, ITE, ITC y CIC. Normalmente, los audífonos más pequeños son más caros debido a que los circuitos están miniaturizados.

La mayoría de los audífonos que se fabrican actualmente incorporan tecnología digital y son programables. Sin embargo, algunos fabricantes siguen ofreciendo audífonos no digitales.

Las necesidades personales son muy importantes en el proceso de selección. Por ejemplo, una persona que viva sola y tenga menos necesidades de comunicación puede optar por audífonos más económicos. Compare esa situación con la de alguien como un médico o un comercial que mantiene un contacto social considerable y necesita oír las conversaciones con precisión.

Se recomienda analizar las necesidades personales con su profesional sanitario que atiende su audición y con su familia.

En algunos anuncios, los precios o ventajas que se ofrecen pueden ser exagerados. El valor de los audífonos debe basarse en el grado en que mejoran su calidad de vida.

2. ¿En qué se basa el precio de unos audífonos?

Hay varios factores que influyen en el precio de unos audífonos, como son:

- La investigación, el desarrollo y la rápida evolución de las tecnologías.
- El número limitado de unidades que se venden a nivel nacional.
- El elevado nivel de servicios profesionales involucrados en la venta y en el servicio.
- El coste de la garantía.
- El gasto en marketing.
- El coste asociado de las unidades devueltas por fallo.

3. ¿Se hace cargo mi seguro médico del coste de los audífonos?

La mayoría de los seguros médicos no se hace cargo del coste de las pruebas auditivas que se realizan para la adaptación de audífonos ni del coste de los mismos. Infórmese llamando a su compañía de seguros.

4. ¿Cubre la Seguridad Social el coste de los audífonos?

La Seguridad Social no cubre las pruebas de audición que se realizan en la selección y ajuste de los audífonos ni tampoco cubre los audífonos a los mayores de 16 años. Existen ayudas para los casos de cero a dieciséis años de edad, afectados de hipoacusia bilateral neurosensorial, conductiva o mixta, permanente, no susceptible de otros tratamientos, con una pérdida de audición superior a 40 dB en el mejor de los oídos (valor obtenido promediando las frecuencias de 500, 1000 y 2000 Hz).

La ayuda económica puede variar de una comunidad autónoma

a otra, siendo aproximadamente de 700€ por audífono. Contacte con los servicios sociales de su comunidad autónoma para informarse del proceso de solicitud de ayudas.

5. ¿Existen organizaciones que puedan ayudarme a cubrir el coste de los audífonos?

En España existen fundaciones creadas por las principales empresas distribuidoras de audífonos que otorgan ayudas para la compra de prótesis auditivas, productos de apoyo y accesorios. En casos especiales, dichas fundaciones pueden llegar a donar los audífonos a familias con muy pocos recursos económicos.

Por otro lado, muchas empresas, tales como bancos, cajas, empresas de servicios, etc., tienen consorcios con algunas casas de audífonos. Antes de adquirir sus audífonos, consulte a su profesional de la audición si su centro tiene algún tipo de acuerdo con colectivos públicos o privados.

Además, hay asociaciones que recogen audífonos que ya no son utilizados y que, convenientemente revisados, pueden ser útiles a otras personas que no tienen medios económicos para adquirirlos.

6. ¿Se deben pagar los audífonos con tarjeta de crédito?

Se trata, por supuesto, de una cuestión de elección. Sin embargo, el pago de los audífonos con tarjeta de crédito puede ofrecer al usuario una protección adicional en el caso de que no reciba los productos o los servicios que haya pagado. Dentro de ciertos límites, la empresa emisora de la tarjeta de crédito puede ayudarle a recibir los productos y servicios prometidos. Si no está de acuerdo en algún aspecto de la venta, la calidad, la entrega o las prestaciones de los audífonos, la empresa emisora de la tarjeta de crédito puede retener el pago hasta que la situación se resuelva. Antes de tomar alguna decisión de pago, puede preguntar si existe algún descuento por el pago en efectivo.



Puede alargar la vida útil de sus audífonos cuidándolos de acuerdo a las instrucciones del fabricante.

Capítulo 8

Cuidado y mantenimiento del audífono

1. ¿Cuál es el promedio de vida útil de unos audífonos?

El promedio de vida útil suele oscilar entre tres y cinco años en el caso de los audífonos ITE y entre cinco y siete años en el caso de los audífonos BTE. La duración dependerá del uso y el cuidado, del grado en que la tecnología haga frente a sus necesidades y a los cambios que puedan producirse en su audición. Puede alargar la vida útil de sus audífonos cuidándolos de acuerdo con las instrucciones del fabricante. Se recomienda también que el especialista los revise y limpie periódicamente, especialmente si sus oídos producen una cantidad de cera considerable. El cuidado inadecuado y los contaminantes ambientales pueden reducir la vida útil de los audífonos.

2. ¿Cuánto tiempo duran las pilas de los audífonos?

La duración de las pilas depende de la potencia de los audífonos y de cuántas horas al día se utilicen. Depende también del tipo de pila que se use. En general, cuanto menor sea la pila, más corta será su duración. Su proveedor de audífonos puede facilitarle la estimación del fabricante acerca de la duración de las pilas. Las pilas más pequeñas pueden durar de 5 a 10 días; las pilas más grandes pueden durar de dos a cuatro semanas. Se recomienda llevar siempre un paquete extra de pilas.

3. ¿Cuáles son las causas principales de que los audífonos no funcionen correctamente y qué se puede hacer?

Existen varias razones que hacen que los audífonos no funcionen correctamente. El exceso de cera es un problema común, especialmente si los audífonos no se limpian periódicamente.



Se irá adaptando y será más fácil a medida que tenga más experiencia en el uso de los audífonos.

Capítulo 9

Adaptándose a los nuevos audífonos

1. ¿Cómo se aprende a utilizar los audífonos?

El aprendizaje del uso de audífonos requiere un poco de motivación personal. No es igual que ponerse un par de gafas y salir de la consulta del oftalmólogo. Es una actividad que requiere compromiso en cada paso del proceso de adaptación.

Cuando le entreguen los audífonos, su proveedor repasará la información facilitada en la guía del usuario que acompaña a los audífonos y le enseñará a ajustar el control del volumen y otros mandos, si es el caso. Le enseñará también la posición del control del volumen, la manera de insertar y retirar los audífonos de los oídos y la forma de cambiar la pila.

Durante la primera semana, utilice los audífonos en casa hasta que se acostumbre al sonido. Utilícelos cuando hable con amigos o vea la televisión. Después de unos días, podrá empezar a usarlos fuera de casa. Si le resultan incómodos, apáguelos durante un rato y vuelva a encenderlos más tarde. No se los quite a menos que le molesten físicamente. Se necesita tiempo hasta conseguir adaptarse.

Es importante recordar que algunas personas se adaptan rápidamente a la amplificación y lo consiguen en poco tiempo. En el caso de otras personas, el proceso tarda un poco más. Siga practicando. Tenga paciencia. Se irá adaptando y será más fácil a medida que adquiera experiencia en el uso de los audífonos. Si sigue teniendo problemas, acuda de nuevo al especialista para que revise los audífonos y realice los ajustes necesarios.

2. ¿Hay algo específico que se pueda hacer durante el período de adaptación?

Sí. Cuando se utilizan los audífonos por primera vez, es posible que escuche sonidos que hacía tiempo que no había escuchado. Sea paciente mientras su cerebro aprende a utilizar y entender estos sonidos.

Algunas personas se adaptan rápidamente mientras que otras necesitan más tiempo. Si está teniendo dificultades para adaptarse, puede hacer lo siguiente:

- Practique la colocación de los audífonos y el ajuste de los mandos.
- Póngase los audífonos en una habitación tranquila y lea en voz alta durante un rato. (Hable con claridad. Escuche su propia voz).
- Hable solamente con una persona a una distancia que no sea superior a dos metros.
- Indíquele que hable con voz clara y natural a un ritmo que no sea demasiado rápido ni demasiado lento.
- Observe a su interlocutor y relacione lo que vea y lo que escuche (señales auditivo-visuales).
- Trate de reducir el ruido de fondo en todas las situaciones de escucha. La televisión, los aparatos de aire acondicionado, los lavavajillas y otros aparatos ruidosos pueden dificultar la comunicación.
- Escuche la radio o grabaciones de música. Pídale a un familiar que ponga el volumen de la radio o la televisión a un volumen que les permita escuchar cómodamente a una distancia de dos metros.
- Aumente gradualmente el tiempo que utiliza los audífonos. Apáguelos si le provocan cansancio o nerviosismo. Utilice los audífonos tanto tiempo como pueda tolerarlos con comodidad.

3. ¿Cómo puedo saber si los audífonos me sirven de ayuda?

Después de utilizar los audífonos durante unos días, plantéese las siguientes preguntas:

- ¿Puedo oír más fácilmente y comprender mejor lo que oigo?
- ¿Entiendo mejor el habla?
- ¿Oigo mejor otros sonidos distintos del habla?
- ¿Me han dicho otras personas que oigo mejor?
-

Revise, además, Mi Autoevaluación del principio del libro. Por último, pero no menos importante, pregunte a su cónyuge o a cualquier persona allegada. ¡Puede ser el mejor de los tests!

4. ¿Cómo puedo saber si los audífonos se ajustan perfectamente?

Los audífonos deben ajustarse en sus oídos de manera cómoda y ceñida. Un ajuste cómodo es importante porque es posible que utilice los audífonos entre 12 y 16 horas al día. Es necesario que el ajuste sea ceñido, de manera que pueda subir el volumen de los audífonos lo suficiente como para escuchar sin retroalimentación. Unos audífonos adaptados correctamente le ayudarán a escuchar y comprender el habla. Los sonidos procedentes de los audífonos deben ser altos pero cómodos. No deben estar distorsionados. Los ruidos de fondo no deben ser excesivamente altos en comparación con los sonidos del habla conversacional.

5. ¿En qué consiste el cuidado de los audífonos?

Lo que DEBE hacer:

- Limpie los audífonos con un paño seco todas las noches.
- Retire la pila o abra el compartimiento de la pila todas las noches para alargar su vida útil.

- Quítese los audífonos antes de bañarse, ducharse, afeitarse o practicar natación.
- Mantenga los audífonos tan secos como sea posible cuando participe en actividades que generen sudoración.
- Quítese los audífonos mientras se arregle el cabello o utilice laca.
- Para evitar los pitidos o la retroalimentación, apague los audífonos cuando vaya a ponérselos o quitárselos.

Lo que NO DEBE hacer:

- No deje caer los audífonos ni los sacuda innecesariamente.
- No los exponga al calor o al frío extremos.
- No los deje en lugares donde puedan tener acceso niños pequeños o animales.
- No coloque alfileres, clips ni ningún otro objeto en las entradas de los audífonos.
- No trate de reparar los audífonos por su cuenta.
- No los desarme para examinarlos bajo ningún motivo. Si lo hace, se anulará la garantía del fabricante.
- No permita que los audífonos se mojen, ya que pueden sufrir daños graves.

6. ¿Qué más puedo hacer para mejorar mi audición?

Hace algunos años, antes de que se produjeran los importantes avances en la tecnología de los audífonos, se daban recomendaciones respecto a procedimientos como la lectura labial (lectura del habla), el entrenamiento auditivo y la rehabilitación auditiva. Se pensaba que utilizando un enfoque multisensorial, es decir, la audición y la visión, las personas serían capaces de comunicarse con más facilidad que si únicamente recurrían a la audición. Estos métodos se utilizan con menos frecuencia en la actualidad. No obstante, existen algunas estrategias que pueden ayudarle a comunicarse mejor.

El control o la manipulación de su entorno auditivo pueden servir de ayuda. Para mejorar su capacidad de comunicarse con facilidad, puede tener en cuenta lo siguiente:

- La persona que habla y la que escucha deben situarse frente a frente. El uso de señales visuales que complementen las señales auditivas puede ayudar a compensar las partes de conversación "perdidas".
- Sitúese a 3 metros de la persona que habla. No hable desde otra habitación.
- Debe evitarse la iluminación directa a los ojos o el rostro del oyente. La iluminación debe estar por encima o ligeramente enfrente de la persona que habla.
- Disminuya el ruido de fondo siempre que sea posible. Por ejemplo, apague el lavavajillas.

La persona que se dirige a usted también puede ayudar a que la comunicación le sea más fácil. A continuación, se facilitan algunas sugerencias de conversación para cuando se hable con personas que tengan una pérdida auditiva:

- Hable con normalidad y pronuncie las palabras con claridad.
- Reformule una frase si la persona tiene dificultades para entenderla.
- No se tape la boca ni vuelva la cara hacia otro lado cuando esté hablando.
- No asuma que debe hablar más alto a una persona que utilice audífonos.
- No asuma que los audífonos han devuelto a la "normalidad" la capacidad auditiva de la persona que los lleva.
- Cuanto más hable con una persona con pérdida auditiva, más fácil le será entenderle.



*Si tiene acúfenos,
debe consultar el
problema con su médico
o el profesional sanitario
que le atiende.*

Capítulo 10

Pitidos y zumbidos en los oídos (acúfenos)

1. ¿Qué son los acúfenos?

Los acúfenos se describen a menudo como sonidos de pitidos, zumbidos, rugidos y siseos, pero una definición general sería "la percepción de sonidos en ausencia de ruido ambiental". (M. Sullivan, W. Katon, R. Dobie, et al. Disabling tinnitus-association with affective disorders. Gen. Hosp. Psychiatry, 1988, 10:258-291). Pueden ser continuos o intermitentes. Pueden oírse en un oído o en ambos.

2. ¿Cuál es la causa de los acúfenos?

Las causas exactas no siempre se conocen, ya que hay muchos factores asociados con los acúfenos. Se observa con frecuencia en personas con pérdida auditiva y se considera un síntoma más que una enfermedad. Entre los factores asociados se encuentran:

- El envejecimiento.
- Las lesiones provocadas por el ruido.
- Los medicamentos ototóxicos.
- El estrés.
- La presión arterial alta.
- La aspirina.

Puede haber otras causas. Si tiene acúfenos, debe consultar el problema con un médico o un especialista.

Los acúfenos pueden ser molestos y frustrantes para Vd. Dedique unos minutos a contestar el **Cuestionario sobre acúfenos**. Sus respuestas pueden ayudarle a describir el problema a su médico o al profesional sanitario que le atiende

de manera que le sea posible determinar el tratamiento médico que elimine o reduzca el problema.

Si no hay tratamiento disponible, puede consultar con el profesional sanitario que le atiende otras opciones para minimizar el problema. Si bien los acúfenos representan una molestia para algunas personas, hay otras que aseguran que no interfieren en sus vidas.

Cuestionario sobre acúfenos

A. ¿Los acúfenos son constantes_____ o intermitentes_____?

B. ¿Tiene acúfenos en un oído _____ o en ambos oídos_____?

C. Rodee con un círculo las palabras que mejor describan el sonido de los acúfenos:

- pitido
- siseo
- repiqueteo
- rugido
- zumbido
- latido
- viento
- insectos
- otro

D. Los acúfenos...

• ¿Los enmascaran los sonidos del entorno? SÍ__ NO__

• ¿Interfieren en el sueño? SÍ__ NO__

• ¿Se agravan con alguno de los siguientes estímulos?

- ruido SÍ__ NO__
- cafeína SÍ__ NO__
- alcohol SÍ__ NO__
- otro _____

• ¿Interfieren en las actividades diarias? SÍ__ NO__

• ¿Son discapacitantes en algún sentido? SÍ__ NO__

• ¿Interfieren en las relaciones familiares? SÍ__ NO__

E. Rodee con un círculo la gravedad del problema:

- Leve
- Moderada
- Severa

68.

Los siguientes factores pueden ocasionar o agravar los acúfenos:

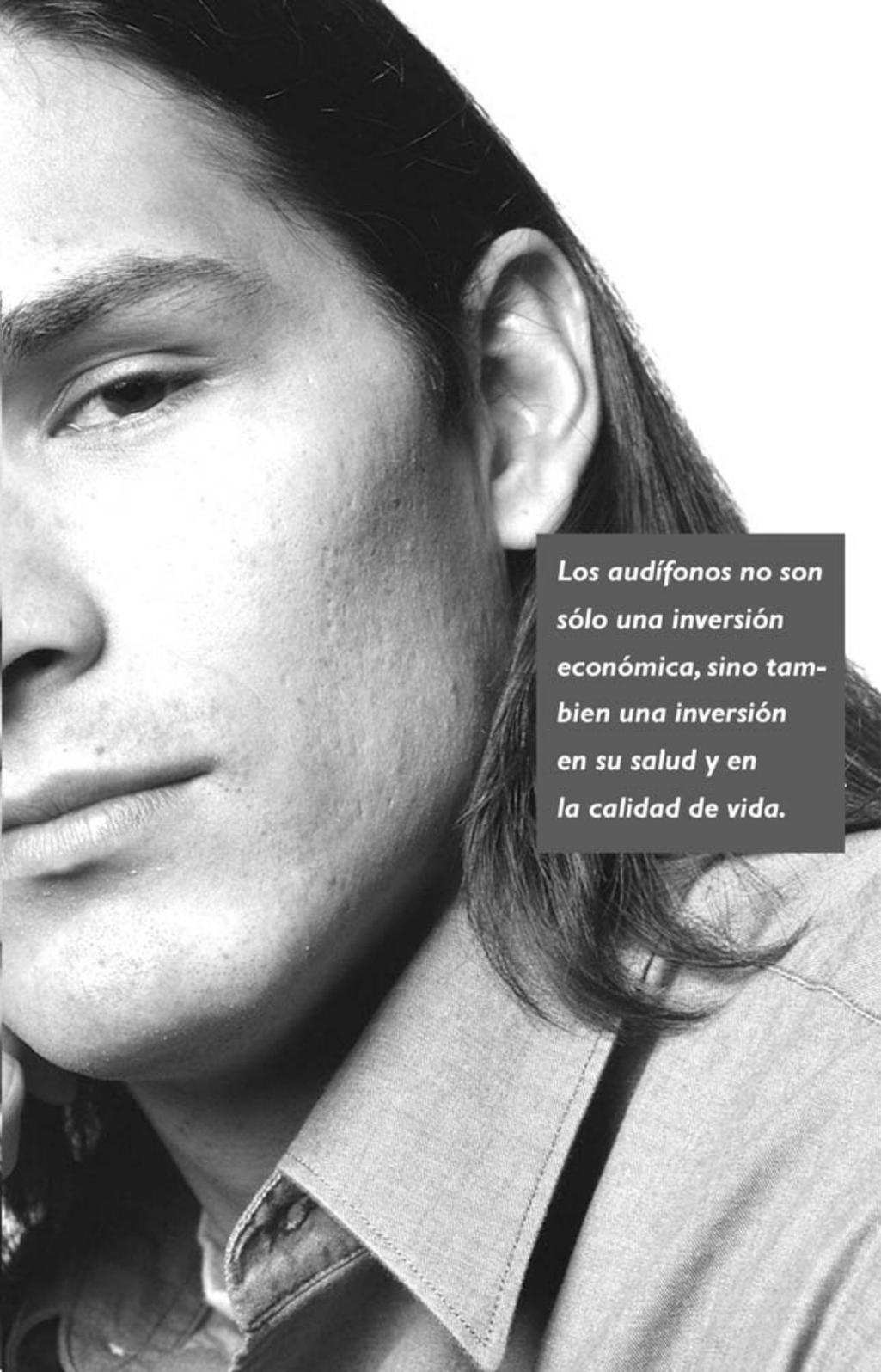
- Exceso de cera en los oídos.
- Hipertensión arterial y estrés.
- Exposición a ruidos intensos.
- Problemas de la articulación temporomandibular.
- Uso de quinina, aspirina, antiinflamatorios y otros medicamentos.
- Ingestión de bebidas con cafeína y alcohólicas.

3. ¿Cómo se tratan los acúfenos?

Las causas exactas no siempre se conocen, ya que hay muchos factores asociados con los acúfenos. Se observan con frecuencia en personas con pérdida auditiva y se considera un síntoma más que una enfermedad.

- Para enmascarar los acúfenos, utilice una grabación con un sonido de fondo agradable o ruido blanco. Algunas personas que tienen dificultad para conciliar el sueño han utilizado esta técnica. En las tiendas de electrónica o de música se pueden adquirir CDs.
- Los enmascaradores comerciales de acúfenos que se utilizan en los oídos, como los audífonos retroauriculares, han ayudado a algunas personas, ya que los enmascaradores "tapan" los acúfenos.
- Las técnicas de relajación pueden ayudar a minimizar las molestias de los acúfenos. Combinado con *biofeedback*, este enfoque ha sido beneficioso en el caso de algunas personas con acúfenos persistentes.
- También se han utilizado algunos medicamentos y hierbas. Consulte con su médico este punto.

69.



Los audífonos no son sólo una inversión económica, sino también una inversión en su salud y en la calidad de vida.

Capítulo 11

Conclusión

El objetivo de esta publicación ha sido facilitar información a los consumidores sobre los numerosos aspectos que se deben tener en cuenta al enfrentarse a la decisión de utilizar audífonos. Es posible que no hayamos dado respuesta a todas sus preguntas, pero esperamos haberle proporcionado una información útil sobre los aspectos relacionados con la compra de audífonos, como, por ejemplo, si necesita realmente llevar audífonos, el tipo de audífonos que necesita, si debe comprar uno o dos y dónde adquirirlos. En este caso, sus esfuerzos se traducirán en una mejor audición.

Los audífonos no son sólo una inversión económica, sino también una inversión en su salud y calidad de vida. Lo cierto es que no hay muchas actividades que podamos realizar en esta sociedad sin la capacidad de hablar, oír y entender lo que escuchamos.

Si tomó la decisión de utilizar audífonos y los ha adquirido, le sugerimos que vuelva a realizar **Mi Autoevaluación**, presentada al principio del libro, para comprobar en qué han variado sus respuestas.

Mi Autoevaluación

¿Me pierdo a menudo lo que quiero oír?	SÍ__NO__
¿Pido con frecuencia a la gente que me repita lo que acaban de decir?	SÍ__NO__
¿Pienso que la mayoría de la gente habla entre dientes?	SÍ__NO__
¿Tengo que esforzarme para oír a otras personas?	SÍ__NO__
¿A menudo malinterpreto lo que dice la gente?	SÍ__NO__
¿Oigo lo que se dice pero no entiendo todas las palabras?	SÍ__NO__
¿Evito las actividades sociales por culpa de mi pérdida auditiva?	SÍ__NO__
¿Tengo problemas para entender en lugares ruidosos?	SÍ__NO__
¿Oigo mejor cuando sólo habla una persona?	SÍ__NO__
¿Tengo problemas para oír por teléfono?	SÍ__NO__
¿Oigo pitidos o zumbidos constantes en los oídos?	SÍ__NO__
¿En ocasiones no oigo cuando llaman al timbre o tocan en la puerta?	SÍ__NO__
¿Oigo el sonido de los intermitentes de mi coche?	SÍ__NO__
¿Se queja mi familia de que pongo el televisor o la radio demasiado altos?	SÍ__NO__
¿Se queja la gente de que no presto atención a lo que dice?	SÍ__NO__
¿He frecuentado a menudo lugares ruidosos?	SÍ__NO__
¿Alguien de mi familia tiene problemas de audición?	SÍ__NO__

Piense en qué ha cambiado su audición con el empleo de audífonos. Si lo desea, puede analizar las respuestas con su familia y amigos y comparar los resultados anteriores con los del test inicial. Si los audífonos no cumplen ninguna de sus expectativas, comparta sus inquietudes con el especialista en audiología.

BUENA SUERTE con SU decisión de utilizar audífonos.

Si todavía se le plantean dudas, a continuación le facilitamos un listado de organizaciones en España que pueden ofrecerle información adicional:

Asociación Española de Audiología, AEDA

Avda. Pintor Xavier Soler 8-C, 9º M
03015-Alicante.
Teléfono: 966 355 862.
Fax: 922 38 21 40
www.aedaweb.com

Asociación Española de Logopedia, Foniatría y Audiología, AELFA

C/ Violante de Hungría 111-115, Portal 4, escalera B
08028-Barcelona
Teléfono: 93 330 91 41
Fax: 93 491 51 26
www.aelfa.org

Asociación Nacional de Audioprotesistas, ANA

C/ Clot 192, Entl. 2
08027-Barcelona
Teléfono: 93 408 20 96
Fax: 93 408 24 56
www.audioprotesistas.org

Clave atención a la deficiencia auditiva

C/ Ruiz de Alarcón 12, bajo izquierda.
28014-Madrid
Teléfono: 91 523 99 00
SMS: 650 732 956
Fax: 91 531 56 94
www.oiresclave.org

Acerca de los autores



Randall D. Smith, M.Ed. ha dedicado su carrera a ayudar a las personas con problemas de comunicación. Ha trabajado como asesor en lenguaje hablado y audición, ha dado clases en universidades, ha trabajado como clínico de lenguaje hablado y audición en hospitales y actualmente tiene su propia consulta. Como logopeda y audioprotésista certificado, Smith ha trabajado con personas con problemas de habla y de audición.

Su esfuerzo se dirige a entender los problemas de comunicación específicos de cada paciente y recomendar las opciones que mejor satisfagan sus necesidades.

Es autor del precursor de este libro, *About Hearing Aids and Hearing Loss*, así como de numerosos artículos sobre la gestión y atención a los casos. Ha dado conferencias en universidades y entornos profesionales sobre el habla, el lenguaje y los problemas de audición. Entre las actividades de voluntariado de Smith se encuentran la colaboración con el Developmental Disability Resource Center de Lakewood CO, el programa Interfaith Community Services' Gift of Hearing Program, HearNow y SERTOMA.



Jerome G. Alpiner, Ph.D. ha dedicado su carrera profesional a la mejora de la audición de niños y adultos. Lo ha hecho involucrándose en programas universitarios de audiología y trabajando en centros médicos y consultas privadas. El Dr. Alpiner es autor de más de 100 artículos, libros y capítulos de libros que tratan principalmente de los

aspectos de la rehabilitación audiológica de la audición, entre los que se incluyen los audífonos, el entrenamiento auditivo, la lectura labial y la orientación y asesoramiento.

Gran parte de su trabajo se ha centrado en los mayores. El Dr. Alpiner ha sido además presidente y vicepresidente de distintas organizaciones. Es miembro de la American Speech-Language-Hearing Association y recibió el Premio de Honor de la Academy of Rehabilitative Audiology por sus trabajos en el campo de la audición. En la actualidad, colabora como voluntario en Friends of Man, una organización que presta asistencia a las personas necesitadas.



Megan Mulvey se encuentra actualmente cursando su Doctorado en Audiología en la Universidad Rush de Chicago. Graduada por la Universidad de Iowa en Ciencias del Habla y la Audición. Tras obtener el título, espera dedicar su carrera a la Audiología Pediátrica y trabajar en la investigación clínica.

LA DECISIÓN SOBRE LOS AUDÍFONOS

RESPUESTAS A SUS MÚLTIPLES PREGUNTAS

Este libro está destinado a las personas que no oyen bien. Pueden ser profesores, amas de casa, banqueros, abogados, mineros o médicos. Podría ser cualquier persona, ya que la pérdida auditiva no sabe de edad, género o situación económica.

En este libro hallará respuestas claras a las preguntas más frecuentes acerca de la decisión de utilizar audífonos.

"La decisión sobre los audífonos" facilita una gran cantidad de información que permite ahorrarse horas de confusión y frustración. *Es el primer paso para tomar una buena decisión* y proporciona la información básica necesaria para tomar una decisión acertada en un formato breve y de fácil lectura".

Nannette Nicholson, Ph.D.

Universidad de Arkansas de Ciencias Médicas

"Este libro es fácil de leer y desvela el misterio de la compra y el uso de audífonos. Ojalá lo hubiera tenido en mis manos cuando adquirí mis primeros audífonos".

Marion Downs, D.Sc. Hon.

Marion Downs Hearing Center Foundation

"Este libro bien escrito, informativo y de fácil lectura es una herramienta excelente para las personas que se encuentran en el proceso de adquirir unos audífonos o de adaptarse a ellos".

Patricia McCarthy, Ph.D.

Centro Médico de la Universidad Rush