

Pérdida de audición: ¿debería usar audífonos?

¿Cuáles son mis opciones si he perdido audición?

- Probar los audífonos. En muchos centros auditivos, usted puede probarlos durante 30 días o más y devolverlos en el caso de que no le sean de ayuda.
- Aprender a vivir con la pérdida de audición, sin el uso de audífonos.

Datos que debe tener en cuenta

- Algunas pérdidas auditivas pueden ser tratadas y corregidas sin requerir el uso de audífonos. Acuda a un otorrino para averiguar si su pérdida auditiva puede ser tratada y si el uso de audífonos sería de su utilidad o no.
- El uso de audífonos puede ayudarle a oír mejor y a sentirse más conectado con los demás.
- Aunque puede llevar algún tiempo adaptarse al uso de audífonos, la mayoría de las personas lo consiguen y aprenden a sacarle el máximo partido.
- Puede aprender a convivir con la pérdida de audición prestando una mayor atención a los gestos, expresiones faciales, postura y tono de voz de los demás. Si su sordera es grave, puede que quiera acudir a clases para aprender a leer los labios. Todo esto puede serle de ayuda, tanto si usa audífonos como si no.

Preguntas más frecuentes

¿Qué son los audífonos?

Los audífonos son aparatos que intensifican los sonidos. Hay distintos tipos de audífonos. Algunos permiten añadir características especiales.

Casi todos los audífonos constan de los siguientes componentes:

- Un micrófono, para detectar el sonido.
- Un amplificador, para hacer el sonido más fuerte.
- Un altavoz, para que el sonido llegue al oído.

Se puede llevar el audífono detrás de la oreja, en el oído externo, en el canal auditivo o completamente implantado en su oído. El tipo de audífono que usted elija depende de distintos factores como el grado de pérdida auditiva que presente, las recomendaciones de su médico o de su audiólogo, así, como del tipo de audífono que prefiera.

La mayoría de audífonos utilizan tecnología digital y son programados de acuerdo a sus necesidades utilizando un ordenador. Muy pocos audífonos utilizan tecnología analógica.

Los audífonos externos vienen en diferentes estilos. Algunos son muy pequeños. Los más pequeños pueden encajar completamente en el canal auditivo o esconderse en una pequeña caja detrás de la oreja con un tubo delgado que pasa a través del canal auditivo. Los más grandes encajan en el oído externo. Cada tipo de audífono tiene sus ventajas e inconvenientes. Es cuestión de encontrar el que mejor se ajuste a sus necesidades con ayuda del audiólogo.

¿Cómo puede saber si un audífono le sería de ayuda?

Si su médico o audiólogo sospechan o diagnostican una pérdida auditiva le recomendarán que visite a un otorrinolaringólogo. El médico especialista será quien busque las probables causas de dicha pérdida auditiva y le recomendará en su caso distintas opciones de tratamiento si las hubiese.

Si su médico especialista determina que un audífono podría serle de ayuda, un audiólogo le podrá ayudar a elegir el modelo de audífono que mejor se adecue a sus necesidades y le ayudará a que aprenda a sacar el máximo partido del mismo.

¿Cuáles son los beneficios del uso de audífonos?

Una pérdida de audición permanente puede hacerlo sentir aislado o hacerle sentir que ha perdido su independencia con lo cuál un audífono podría serle de ayuda.

Los audífonos pueden ayudarle a oír mejor y que se sienta conectado con familia, amigos y otras personas. También pueden hacerle sentir más seguro cuando conduce, en el trabajo o en casa. Los audífonos podrían serle de ayuda en su trabajo, cuando practique sus aficiones o en sus actividades de la vida diaria, tales como hablar por teléfono. Los audífonos pueden a menudo ser programados para enmascarar el ACÚFENO (ruido en el oído).

El hecho de llevar audífonos también es un gesto de cortesía a los demás ya que no tendrá que preguntar constantemente que repitan lo que acaban de decir. Podrá disfrutar de una conversación con los demás sin que usted ni su interlocutor necesiten realizar un esfuerzo extra.

¿ Es difícil adaptarse al uso de audífonos?

El adaptarse al uso de audífonos podría llevarle desde semanas a meses. Usted se dará cuenta de que:

- Los sonidos parecen diferentes. Es bueno recordar que el uso de audífonos no le hará oír como lo hacía antes. Nada sonará completamente como antes. Si los sonidos le parecen muy extraños o estridentes coménteselo a su audiólogo.
- Escuchará sonidos que no ha escuchado en mucho tiempo. Por ejemplo, sonidos de fondo (movimiento de hojas de papel, el tintineo de los cubiertos) de una manera mucho más clara.
- Estará más atento a ruidos de su alrededor. El sonido de las pisadas, el latido del corazón, el ruido del motor de los coches, serán más notables. Con el tiempo, su cerebro se adaptará a los mismos y será capaz de ignorarlos.
- Los audífonos pueden ser incómodos pero no deberían de ser dolorosos. Antes de salir del centro auditivo asegúrese de que se ajustan bien, ya que no deben de doler en su oreja ni quedarse suelto en la misma.
- En ocasiones con el uso del audífono al utilizar el teléfono móvil podrá oír un sonido equivalente a un zumbido. Este sonido puede ser molesto y podrá hacer que sea difícil escuchar a la persona con la que está hablando por teléfono. Si usted usa teléfono móvil asegúrese de hacerlo saber a su audiólogo ya que en este caso le podrá sugerir audífonos que se adapten mejor al uso de móviles. Cuando compre un móvil asegúrese de que es compatible con su audífono.

Estos son una serie de consejos para adaptarse a su audífono:

- Comience por usarlo cuando esté hablando con una única persona. Estas son las conversaciones que escuchará con mayor claridad. Progresivamente hágalo con conversaciones con más de una persona.
- Continúe prestando atención a las gesticulaciones y expresiones faciales, postura y tono de voz. Su audífono no lo ayudará a escuchar cada palabra que se dice, especialmente en ambientes ruidosos.
- Use su audífono. A mayor uso del mismo, especialmente al principio, más rápido se adaptará.

¿Cuándo debe su otorrino recomendarle el uso de audífonos?

Su médico o audiólogo podrían recomendarle el uso de audífonos si:

- Si usted padece una pérdida de audición que no puede ayudarse de otros tratamientos.
- Cuando el uso del audífono pueda mejorar su calidad de vida.

Valore las opciones de que dispone.

Usar audífonos.

- Implicaciones.
 - El audífono se coloca detrás de su oreja, en el oído externo, en el canal auditivo o completamente implantado en su oído.
 - Dependiendo del tipo de audífono, podrá controlar su sonoridad o diferentes situaciones auditivas.
 - El audífono no restaurará una audición normal. Cuando se lo quite, oírás igual que antes de usarlo.
- Beneficios.
 - El audífono lo ayudará a oír mejor y a sentirse conectado con los demás.
 - Al oír mejor se sentirá más seguro cuando conduzca, en el trabajo, en casa.
 - Los audífonos pueden a menudo ser programados para enmascarar el acúfeno(ruido en el oído).
- Riesgos y efectos secundarios.
 - El audífono puede hacer que sea difícil detectar ciertos sonidos o adaptarse a distintas situaciones auditivas.
 - Podrá llevarle semanas o meses el adaptarse a su uso.
 - Podrá sentir una sensación rara en la oreja al principio y puede causarle cierta molestia o sensibilidad en el canal auditivo.
 - Pueden ser caros y no siempre los sufragará la Sanidad Pública.

No usar audífonos.

- Implicaciones.
 - Aprenderá a vivir con la pérdida auditiva prestando una mayor atención a los gestos, expresiones faciales, postura y tono de voz de las personas. También podrá aprender lectura de labios.
- Beneficios.
 - No se gastará el dinero en un audífono.
 - No tendrá que invertir tiempo en adaptarse al uso del audífono.
- Riesgos y efectos secundarios.
 - Continuará teniendo pérdida auditiva.

- Se podrá sentir fuera de lugar en conversaciones y sentirse más desconectado con familia y amigos.
- Sus relaciones personales pueden verse afectadas porque a menudo les tendrá que preguntar a los demás que repitan lo que dicen o porque siempre tenga que tener la televisión a muy alto volumen.
- Puede que no se sienta tan seguro en su trabajo o cuando conduce debido a su problema auditivo.

¿Qué es lo más importante para usted?

Sus sentimientos son tan importantes como los hechos médicos. Piense en que es lo que más le importa en su decisión y muestre como se siente ante las diferentes circunstancias.

- Razones para utilizar un audífono / Razones para no llevarlo

-Necesito escuchar mejor para realizar mi trabajo y otras actividades de la vida diaria.

-Escucho lo suficientemente bien en mi día a día.

(Muy importante/ igualmente importante/ muy importante)

-El hecho de prestar atención a los gestos y expresiones faciales de la gente no es suficiente para ayudarme a entender lo que están diciendo.

-Puedo vivir con la pérdida auditiva prestando atención a los gestos y expresiones faciales de la gente, postura y tono de voz.

-Mi problema auditivo está afectando la relación con mi familia, amigos y otros.

-No siento que mi problema auditivo afecte a mi relación con los demás.

-Estoy dispuesto a dedicarle tiempo a adaptarme al uso de audífonos.

-Pienso que el adaptarme al uso de audífonos y que me sean útil del modo que quiero sería difícil.

Y debe tener en cuenta otras razones importantes para usted:

¿Qué prefiere usted?

Ahora que usted ha pensado en los hechos y sus sentimientos, es posible tener una idea general de su posición sobre esta decisión. Mostrar en qué dirección se inclina en este momento.

- **Usar audífonos / No usar audífonos.**
(Inclinándose hacia / indeciso/ inclinándose hacia).

¿Qué más necesita para tomar su decisión?

Compruebe si lo que cree coincide con la realidad:

No importa la causa de mi pérdida auditiva, solo los audífonos harán que recupere mi audición.

Verdadero/Falso/ No estoy seguro.

-Si cree que es *Falso*, tiene razón. Algunas pérdidas auditivas pueden ser tratadas y corregidas de modo que no necesitará el uso de audífonos.

Me resultará muy difícil adaptarme al uso de audífonos.

Verdadero/Falso/ No estoy seguro.

-Si contestó *Falso*, está en lo cierto. Aunque lleva algo de tiempo el adaptarse al uso de audífonos, muchas personas lo hacen y aprenden a sacarle el máximo partido.

El uso de audífonos podrá ayudarme a que me sienta más feliz, ya que seré capaz de participar en conversaciones con mi familia.

Verdadero/Falso/ No estoy seguro.

-Si ha contestado *Verdadero*, tiene razón. Una pérdida de audición permanente puede hacerlo sentir solo o depresivo o hacer que sienta que ha perdido su independencia. Los audífonos pueden ayudarle con estos asuntos.

Elija entre las opciones siguientes

¿Entiende las distintas opciones de las que dispone?

Si/No.

¿Tiene claro cuales son los beneficios y efectos secundarios que más le importan?

Si/No.

¿Dispone de apoyo y recomendaciones suficiente de los demás para tomar una decisión?

Si/No.

¿Cómo de seguro se siente ahora sobre su decisión?

No seguro del todo/ Algo seguro/ Muy seguro.

Valore en que punto se encuentra ahora

- Ya tengo mi decisión tomada
- Quiero discutir mis opciones con los demás.
- Quiero aprender más sobre mis opciones.

Use el siguiente espacio para hacer preguntas, preocupaciones y próximos pasos.