



Mejorando  
la Calidad de Salud

## Healthy Insights

INFORMADO • COMPROMETIDO • EMPODERADO

Abril 2023

### Pérdida Auditiva

La pérdida auditiva es un problema común para los adultos mayores. Puede ser particularmente frustrante debido a sus efectos sobre la vida cotidiana y las actividades sociales. El Instituto Nacional de la Sordera y Otros Trastornos de la Comunicación (<http://bit.ly/3K0dgRI>) informa que el 25 por ciento de las personas de 65 a 74 años de edad tienen pérdida auditiva. La cifra aumenta a 50 por ciento entre las personas de 75 años de edad o más. Es importante reconocer los signos de la pérdida auditiva, cómo prevenirla y cómo afrontarla.

#### Conozca los Signos

La pérdida auditiva puede ser leve, como no escuchar sonidos agudos, o tan grave como la pérdida total del oído (sordera). La pérdida auditiva relacionada con la edad (presbiacusia) ocurre con el paso del tiempo, conforme alguien envejece. Con la pérdida auditiva relacionada con la edad, las personas pueden presentar tinnitus, que causa un zumbido, chasquidos o silbidos en los oídos. Algunos otros signos de pérdida auditiva a los que es necesario prestar atención son:

- Problemas para seguir una conversación con dos o más personas, sobre todo en un lugar ruidoso.
- Pedir con frecuencia a las personas que repitan lo que dijeron.
- Subir el volumen del televisor a un nivel que molesta a otras personas.
- No poder escuchar a las personas por teléfono.



Si percibe alguna de estas conductas en su vida cotidiana, hable con su médico.

#### Cómo Prevenir la Pérdida Auditiva

Algunas formas de pérdida auditiva se deben al envejecimiento o a otras enfermedades y no pueden controlarse. Sin embargo, sí es posible prevenir la pérdida auditiva inducida por el ruido, que se debe a daños a las estructuras del oído interno causados por sonidos fuertes. Para prevenirla, reduzca su exposición a sonidos fuertes en el ambiente que puedan provenir de herramientas motorizadas, podadoras de césped, trenes, radios y televisores. Cuando estos sonidos sean inevitables, use dispositivos protectores, como orejeras o tapones de oídos, y baje el volumen de los aparatos electrónicos.

#### La Tecnología Puede Ayudar

Los audífonos son pequeños dispositivos electrónicos que se usan en el interior o el exterior del oído para que los sonidos externos suenen más fuerte. Los audífonos pueden ser recetados por un médico o pueden comprarse sin receta (venta libre). Los audífonos detrás de la oreja, con receptor en el conducto y de calce abierto tienen una pieza de plástico que se apoya sobre la parte exterior de la oreja y se conecta a un molde que se introduce en el

## TIPOS DE AUDÍFONOS



DETRÁS DE LA OREJA



RECEPTOR EN EL CONDUCTO/OÍDO



CALCE ABIERTO



EN EL OÍDO



EN EL CONDUCTO



COMPLETAMENTE EN EL CONDUCTO



INVISIBLE EN EL CONDUCTO

conducto auditivo. Los audífonos en el oído, en el conducto, completamente en el conducto e invisibles en el conducto se colocan solamente en el interior del oído o conducto. Su médico o un especialista auditivo, llamado audiólogo, pueden medir su pérdida auditiva y ayudarle a decidir cuál sería la mejor opción para usted.

### Cómo Afrontar la Pérdida Auditiva

La pérdida auditiva puede ser difícil. Las personas con pérdida auditiva pueden sentirse deprimidas y retraerse de las situaciones sociales. Pueden sentirse frustradas y avergonzadas por sus dificultades auditivas. Los estudios también muestran que los adultos con pérdida auditiva tienen mayor riesgo de sufrir demencia. Estas son algunas formas de afrontar la pérdida auditiva y continuar sus actividades sociales:

- **Comuníquese claramente** a sus familiares, amigos y personas que lo rodean que tiene un problema auditivo y que quizá necesite que le repitan las cosas ocasionalmente. Pídale que hablen fuerte y con claridad cuando se dirijan a usted.
- **Cambie de lugar** si está en un lugar ruidoso y está tratando de hablar con alguien.

- **Sea un buen oyente y al observe la expresión facial de una persona** para entenderle mejor.

Quizá sea buena idea hablar con su médico sobre una consulta con un otorrinolaringólogo (médico especialista en oídos, nariz y garganta) o con un audiólogo.

### FUENTES

[La Pérdida Auditiva: Un problema común para los adultos mayores | NIA](#) ([bit.ly/3TXGKnh](https://bit.ly/3TXGKnh))

[Estadísticas rápidas sobre el oír | NIDCD](#) ([bit.ly/3K0dgRI](https://bit.ly/3K0dgRI))

[Previniendo la pérdida auditiva inducida por ruido | CDC](#) ([bit.ly/40Isile](https://bit.ly/40Isile))

[Qué saber de los audífonos y productos personales de amplificación de sonido. | FDA](#) ([bit.ly/42TObjr](https://bit.ly/42TObjr))

*IPRO Healthy Insights de IPRO* proviene de la Dra. Clare Bradley, Vicepresidenta Sénior/Directora Médica de IPRO, y una defensora de la salud pública reconocida a nivel nacional.

IPRO es una organización sin fines de lucro que trabaja con agencias gubernamentales, proveedores y pacientes para medir y mejorar la atención médica para todos. Durante más de 35 años hemos hecho uso creativo de la experiencia clínica, la tecnología emergente y las soluciones de datos para hacer que el sistema de atención médica funcione mejor.



Mejorando  
la Calidad de Salud

**IPRO Healthy Insights**  
1979 Marcus Avenue  
Lake Success, NY 11042  
(516) 209-5403  
<https://ipro.org>