

# ¡Actuemos para la audición! Cinco pasos para el éxito



¿Cree que podría tener pérdida de audición? Al empezar a tomar medidas hoy, emprenderá el camino para mejorar su salud y calidad de vida. **He aquí lo que puede hacer:**

1

**Haga una cita para una evaluación auditiva.** Comuníquese con un audiólogo certificado para hacerse una evaluación a fondo de la audición. El audiólogo realizará varias pruebas para obtener más información sobre su salud auditiva general. Comenzará por descartar otros problemas médicos que afectan la audición, desde la acumulación de cera hasta fluido detrás del tímpano. A continuación, realizará una prueba de audición para determinar sus niveles precisos de audición. La audición de cada persona es diferente. Por ejemplo, es posible que oiga mejor de un oído que del otro; o que tenga problemas para escuchar ciertos sonidos (como voces agudas o consonantes específicas); o quizás experimente dificultad para oír en situaciones específicas, como cuando está en entornos ruidosos o cuando habla más de una persona a la vez.

2

**Preste atención a las recomendaciones del audiólogo.** Trate de evitar las ideas preconcebidas cuando su audiólogo le explique los resultados de la evaluación y sus recomendaciones. Existen muchas soluciones diferentes para la pérdida de audición. Estas soluciones incluyen

- la *tecnología de amplificación*, como los auxiliares auditivos o los implantes cocleares;
- la *rehabilitación audiológica*, durante la cual el audiólogo proporciona estrategias para ayudarle a escuchar mejor en las situaciones en las que tiene mayor dificultad; y
- las *soluciones externas*, como los teléfonos amplificadores o la tecnología asistencial para televisores.

3

**Consulte con su plan de seguro.** Obtenga información sobre los beneficios de atención de salud para los auxiliares auditivos. Medicare y Medicaid tienen sus propios requisitos. Si tiene problemas de pago, el audiólogo puede recomendarle opciones menos costosas. Por ejemplo, los auxiliares auditivos más caros ofrecen muchas funciones que quizás usted no necesite. Es posible que también exista acceso a programas de préstamo de equipos y de ayuda financiera. Hable con el audiólogo sobre los programas locales de ayuda.

4

**Edúquese.** Obtenga información sobre los diferentes tipos de auxiliares auditivos y haga una lista de cuáles parecen ser las mejores opciones para usted. Visite foros en línea y sitios web fiables para leer reseñas. Los auxiliares auditivos tienen muchas funciones para satisfacer lo que pueda desear y necesitar. Hay otras estrategias y tecnologías asistenciales para la audición que le serían quizás también de utilidad. Hable con sus amistades y seres queridos sobre sus experiencias.

5

**Comprenda el proceso.** Para muchas personas que usan auxiliares auditivos por primera vez, no es como si encendieran un interruptor y de repente tienen perfecta audición. Los auxiliares auditivos son diferentes a los espejuelos en ese sentido. Es posible que sean necesarias varias visitas al audiólogo para obtener la configuración correcta de los auxiliares auditivos. También toma tiempo para que el cerebro se ajuste de nuevo a su capacidad de oír. El cerebro procesa la información de manera diferente mientras más tiempo haya vivido con pérdida de audición. Vale la pena invertir el tiempo en unas cuantas citas iniciales.

Para encontrar un audiólogo, puede solicitar que el médico de atención primaria le haga una recomendación, consultar con la compañía de seguros o visitar una base de datos nacional de profesionales de la audición en [www.asha.org/profind](http://www.asha.org/profind).