

No hay ningún otorrinolaringólogo o audiólogo donde vivo

## ¿Qué puedo hacer?



Pregunta a un trabajador de la salud o a un médico de tu localidad dónde puedes evaluar tu audición. Si ese servicio no existe donde vives, es posible que debas viajar a otro pueblo o ciudad para hacerte la prueba.

Si no hay audiólogos o médicos otorrinolaringólogos en el ámbito local, podrías plantear el problema a las autoridades sanitarias locales y pedirles que proporcionen dichos servicios.

¿Qué más puede ayudar a reducir

## el impacto de la pérdida auditiva?



Mantener el nivel de ruido a un nivel bajo en la casa, en el trabajo y en lugares sociales



Aprender a leer los labios

Usar:



- Sistemas de bucle
- Mensajes de texto
- Amplificadores telefónicos
- Alarmas con luces intermitentes y con vibración
- Amplificadores de sonido portátiles



Subtitular los contenidos de audio en diferentes canales de medios de comunicación



Usar aplicaciones en los teléfonos para convertir la voz en texto

Debes ponerte en contacto con otros adultos sordos o con dificultades de audición que puedan apoyarte y guiarte.

Mi puntuación auditiva es buena, pero conozco personas que tienen pérdida auditiva

## ¿Cómo puedo ayudarlas?

### Para ayudar a personas que pueden tener pérdida auditiva:

- ✓ Anímalas a que se hagan un examen de audición
- ✓ Háblales claro y despacio. ¡No grites!
- ✓ Ponte de cara a la persona en un lugar iluminado cuando le hables
- ✓ No exageres ni distorsiones los movimientos de los labios
- ✓ No hables simultáneamente con otras personas. Pide a las personas a que hablen de a una
- ✓ Reduce el ruido de fondo o trasládase a un lugar menos ruidoso
- ✓ Incluye a la persona con pérdida auditiva en todas las actividades
- ✓ Anima a la persona a hablar de su pérdida auditiva con otros
- ✓ Promueve ante las autoridades locales que:
  - Se establezcan servicios de atención de la audición
  - Los lugares públicos se hagan accesibles
  - El subtitulado de los contenidos audiovisuales sea obligatorio



Organización Mundial de la Salud

NO DEJES QUE LA PÉRDIDA AUDITIVA TE LIMITE










Escucha de por vida



## ¿Es posible que yo tenga pérdida auditiva?

Podrías tener pérdida auditiva si

-  A menudo pides a la gente que repita lo que dijo
-  Subes el volumen de la radio o la televisión
-  Tienes dificultad para seguir conversaciones en lugares ruidosos
-  Tienes dificultad para entender lo que se dice por teléfono
-  Tienes una sensación de zumbido en el oído (tinnitus).
-  Tienes problemas para oír sonidos como el timbre de la puerta, una alarma o un teléfono
-  La gente te dice que hablas en voz muy alta

## No estoy seguro de mi audición ¿Qué debo hacer?

¡Hazte un examen auditivo!



Hazte una prueba de audición (audiometría) con un profesional. Una prueba de audición es fácil de hacer y no lleva mucho tiempo. Asegúrate de hacerlo lo antes posible.



En caso de que no estés seguro de necesitar una prueba de audición, puedes medir tu audición con la aplicación **hearWHO**, que se puede descargar gratuitamente. Sigue las sencillas instrucciones de la aplicación para conocer tu puntuación auditiva.

<https://www.who.int/health-topics/hearing-loss/hearwho>

49

Si tienes alguno de los síntomas anteriores o si tu puntuación en **hearWHO** es inferior a 50, consulta a un trabajador de la salud. **¡No te demores!**

¿Qué pasa si tengo pérdida auditiva?

## ¿Cuáles son mis opciones?

Podrías beneficiarte de



Medicamentos o cirugía



Usar audífonos e implantes cocleares



Terapia y rehabilitación auditiva



Hablar con otras personas que tengan pérdida auditiva

## Siento que la gente me estigmatizará si uso un dispositivo de audición



La pérdida auditiva no es nada que ocultar ni de lo que avergonzarse. **Una** de cada **20** personas tienen una pérdida auditiva que requiere tratamiento. Explica a tus familiares, amigos y colegas que debes manejar la comunicación con ellos de manera diferente. Aprende más acerca de la pérdida auditiva e informa a otras personas de lo común que es la pérdida auditiva. ¡Sé un modelo!

Aunque los resultados de mis pruebas no son buenos, creo que estoy bien por ahora

## ¿Qué puede pasar si espero unos meses o años para conseguir un dispositivo de audición?



Si vives con una pérdida auditiva sin tratar, sin saberlo dejarás de oír sonidos y palabras importantes, lo que hace difícil y cansador mantener conversaciones e interactuar socialmente.

La pérdida auditiva puede agravar la depresión y la demencia.

*La pérdida auditiva en adultos es el principal factor de riesgo modificable de demencia*



El retraso en el diagnóstico podría impedirte obtener el mismo beneficio de los audífonos y la rehabilitación que el que obtendrías si actuaras con prontitud. La edad suele afectar la capacidad de una persona para adaptarse a una nueva forma de escuchar y comunicarse.

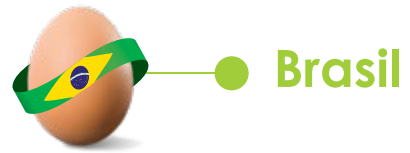


La pérdida de audición también afecta a los que están a tu alrededor y puede causar malentendidos y frustración.



Visita al médico, un audiólogo o un otorrinolaringólogo para que te hagan un examen y para discutir qué opciones pueden ser más beneficiosas para ti.

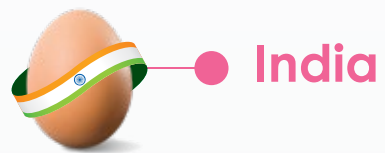
# Ejemplos:



En Brasil, la teleaudiología está reconocida y reglamentada por el Consejo Federal de Fonoaudiología. Los ensayos revelaron que las personas que recibían servicios de adaptación y asesoramiento a distancia tenían resultados audiológicos y relacionados con el uso de audífonos similares a las que asistían a consultas presenciales (Campos y Ferrari 2012).



En 2017, el Congreso de los Estados Unidos aprobó la Ley de Audífonos de Venta Libre, que hará posible que las personas compren audífonos libremente a fines de 2020. Cuando se comparó con un modelo de "mejores prácticas de audiología", este modelo tuvo resultados casi similares, con lo que se demostró el potencial del modelo de venta libre para aumentar la accesibilidad y asequibilidad de los audífonos.



En Tamil Nadu, un estado del sur de la India, el Gobierno ha establecido la implantación coclear gratuita para niños de hasta seis años de edad. Para dar seguimiento y servicios a las familias que viven en las zonas rurales del estado, las autoridades han creado un singular enfoque radial que incluye centros de servicios satelitales en esas zonas desatendidas. El apoyo en esos centros se presta mediante personal capacitado y también a distancia, por medio de la telemedicina. Como resultado, los índices de seguimiento entre los pacientes que recibieron implantes han saltado del 50% al 90% (Kumar 2018 e Informe del Comité Permanente del Ministerio de Justicia Social y Empoderamiento, Gobierno de la India).



QUE LA PÉRDIDA AUDITIVA NO TE LIMITE



Escucha de por vida



# QUE LA PÉRDIDA AUDITIVA NO TE LIMITE



Al menos el **5%** de la población tiene pérdida auditiva



El **83%** de las personas que necesitan audífonos no los usan



**Todos** se beneficiarían de la rehabilitación auditiva

La discapacidad atribuida a la pérdida auditiva podría reducirse en un **59%** si todas las personas que necesitan un dispositivo de audición lo utilizaran

## Rehabilitación auditiva

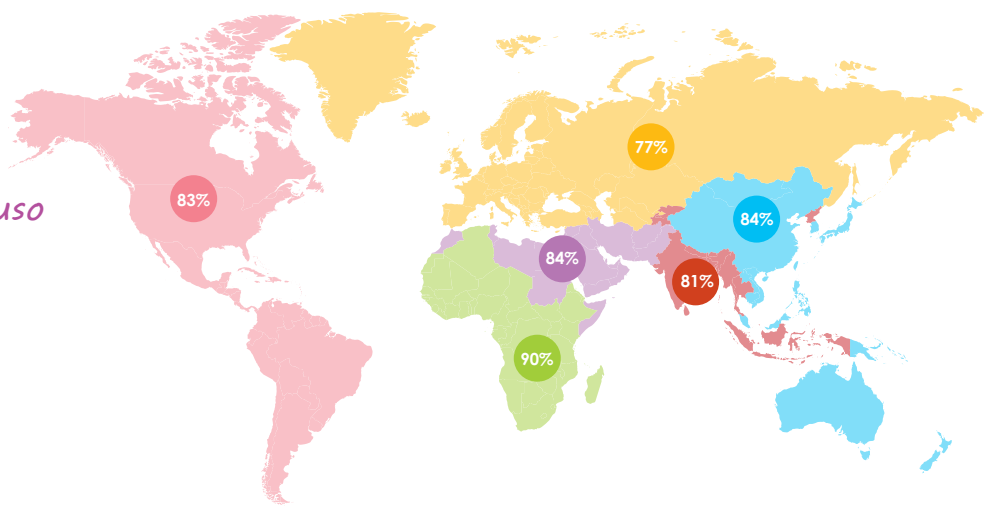
<p>Audífonos e implantes cocleares</p>	<p>Rehabilitación auditiva y de lenguaje</p>	<p>Lengua de señas y comunicación</p>	<p>Tecnologías y servicios de apoyo</p>
----------------------------------------	----------------------------------------------	---------------------------------------	-----------------------------------------

## Beneficios de la rehabilitación auditiva

<p>Mayor acceso a la educación</p>	<p>Mayor empleabilidad y ganancias que benefician a la economía</p>	<p>Menores costos relacionados con la depresión y el deterioro cognitivo</p>	<p>Una sociedad integrada</p>
------------------------------------	---------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------

## Deficiencia actual en el uso de audífonos en las regiones de la OMS

MUNDIAL **83%**



Región de las Américas | Región Europea | Región del Mediterráneo Oriental | Región del Asia Sudoriental | Región de África | Región del Pacífico Occidental

## ¿Por qué necesidad insatisfecha?

<p>Por el alto costo de los audífonos e implantes cocleares, las baterías y el cuidado</p>	<p>Por la falta de personal y servicios</p>	<p>Por la falta de conocimiento sobre los beneficios de la rehabilitación auditiva</p>	<p>Por el estigma relacionado con la pérdida auditiva y el uso de dispositivos de audición</p>
--------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------

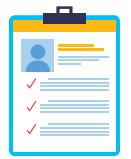
## ¿Cómo se puede subsanar esta deficiencia?



**Crear y aplicar** políticas que puedan garantizar un fácil acceso a tecnologías y servicios de alta calidad, asequibles y seguros.



**Adoptar** productos asequibles y de alta calidad que se ajusten a las recomendaciones de la OMS. Consulte el documento de la OMS. *\*Preferred profile for hearing-aid technology suitable for low- and middle-income countries\* (https://bit.ly/2tQIHx).*



**Proporcionar audífonos e implantes cocleares como parte de los servicios dirigidos por el Gobierno. Inclúyalos como ayudas técnicas prioritarias disponibles en el país.**

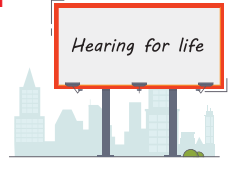


**Probar y aplicar** modelos eficaces de prestación de servicios que no dependan exclusivamente de profesionales altamente capacitados, como la teleaudiología, la utilización de audífonos entrenables; los servicios de atención directa al paciente, la utilización de plataformas de salud electrónica y móvil, y la capacitación de la mano de obra disponible localmente. Esos modelos de prestación de servicios deben adaptarse a las necesidades y al sistema de salud del país.



**Iniciar una campaña de comunicación** para desestigmatizar la pérdida auditiva a través de información precisa y accesible.

**Empoderar a las personas con pérdida auditiva** mediante el fortalecimiento de sus asociaciones y actividades.



**Reducir los costos** mediante medidas como la supresión de aranceles o impuestos de importación, la adquisición mancomunada, y el uso de baterías solares y materiales de origen local.



**Fomentar la investigación y la innovación** en el diseño y el suministro de audífonos e implantes cocleares dentro del país.

