



Care Partner Information

Tips for Providing Older Adult Care

La pérdida de audición en las personas mayores

La pérdida de audición es común en las personas mayores. Sin embargo, muchas personas no saben que sufren de pérdida de audición, ya que ocurre poco a poco al pasar el tiempo. La mayoría de las personas mayores no pierden totalmente la capacidad de oír. Algunos sonidos son más difíciles de escuchar, como la voz de una mujer o de un niño. Generalmente, la persona piensa que las personas alrededor murmuran. Es importante saber si una persona mayor sufre pérdida de audición, ya que esto puede llevar a otros problemas. Muchas personas mayores se sienten avergonzadas por sufrir de pérdida de audición. Pueden pasar menos tiempo con otras personas y sentirse solitarios. También, se pueden sentir solitarios, aunque estén con otras personas, ya que les resulta difícil participar en la conversación. La pérdida de audición también puede tener un impacto en la seguridad de la persona. Por ejemplo, les puede resultar difícil escuchar una alarma contra incendios, o las bocinas de un vehículo. También puede ser más difícil escuchar las recomendaciones de doctores y farmacéuticos.

Una persona con pérdida de audición puede...

Preguntar “¿Qué?” frecuentemente cuando otras personas están hablando.

Quejarse que la gente está murmurando.

Tener dificultad al tratar de escuchar a otra persona por teléfono.

Hablar en voz alta, o subirle mucho el volumen a la radio o al televisor.

Ponerse la mano en el oído para escuchar mejor, o inclinarse hacia la persona que está hablando.

Decir cosas en la conversación que no tienen sentido.

¿Por qué las personas mayores sufren pérdida de audición?

Una de las causas más comunes por la cual las personas mayores sufren de pérdida de audición son los problemas relacionados con el tímpano. Los problemas usualmente empiezan en los jóvenes adultos y continúan al pasar los años.

- **El ruido en el área de trabajo.** La gente que trabaja cerca de máquinas u otros sonidos fuertes es más propensa a sufrir pérdida de audición. Se deben usar orejeras protectoras a la hora de trabajar cerca de sonidos fuertes para así prevenir la pérdida de audición.
- **La música fuerte.** Muchas personas también escuchan música muy fuerte en el carro, en el hogar, o con audífonos y esto puede causar pérdida de audición. La música en vivo también puede causar pérdida de audición. Bájele el volumen, y use tapones para los oídos cuando vaya a conciertos, para proteger su audición.

Esta página de Información para el asistente de salud es parte de una serie de consejos para el cuidado de personas mayores. Se distribuye para ayudar a los asistentes de salud familiares y comunitarios, trabajadores de cuidado directo y representantes de la salud en la comunidad a cuidar a las personas mayores. Disponible en inglés y en español en www.aging.arizona.edu

Otros factores también pueden aumentar la posibilidad de sufrir pérdida de audición. Sin embargo, estos factores tienen menos probabilidad de causar pérdida de audición, comparados con los sonidos fuertes.

- **Las enfermedades crónicas.** Las personas que sufren de presión arterial alta o de diabetes son más propensas a sufrir pérdida de audición. Este tipo de enfermedades pueden dañar nervios y pequeños vasos sanguíneos que son vitales para poder escuchar.
- **Algunos medicamentos** pueden llevar a la pérdida de audición en ciertas personas. Consulte con el doctor cualquier cambio auditivo que note después de haber empezado a tomar un nuevo medicamento.

¿Cómo tratar la pérdida de audición en las personas mayores?

Las personas que noten algún cambio auditivo deben consultarlo con el doctor. En algunos casos, una infección de oído o la acumulación de cera en el oído pueden causar pérdida de audición. Cuando la pérdida de audición es causada por la edad de la persona o por daño auditivo, no se puede remediar. Sin embargo, por medio de aparatos auditivos y terapia, que le enseña a la persona a escuchar de manera diferente y a leer los labios, se puede aliviar el problema. A continuación, hay algunos consejos que pueden ser útiles a mejorar la comunicación.

¿Cómo hablar con alguien que sufre de pérdida de audición?

Apague el/los televisores o radio(s). Aléjese de cualquier ruido a su alrededor

Asegúrese de que la persona pueda ver la cara de la persona con la que está hablando, para que pueda leerle los labios.

Hable lenta y claramente. No alce la voz/No grite.

Suba el volumen de la voz al hablar.

Use oraciones cortas.

Si la persona tiene dificultad para entender, cambie el orden de las palabras o use palabras que tengan el mismo significado.

Si la persona escucha mejor por un oído, intente hablarle por ese lado.

Use las manos para señalar y hacer gestos.

Pregúntele a la persona si entendió lo que le acaban de decir.

Escriba el mensaje que le quiere dar a la persona.

Sitios web útiles

Profesionales de salud auditiva cerca de usted:

http://www.hearingloss.org/support_resources/search-professionals

Instituto Nacional de la Sordera y Otros Trastornos de la Comunicación (NIDCD, por sus siglas en inglés): <https://www.nidcd.nih.gov/es/espanol>

Escrito por: Laura M. Vitkus, MPH

Información para el asistente de salud ~ Consejos para el cuidado de personas mayores

Editado por un equipo interprofesional del Center on Aging de la Universidad de Arizona