



Adultos mayores pueden prevenir y tratar pérdida auditiva

26 MAY 2010 Sociedad



La Dra. Alejandra Lugo especialista en audiología impartió el taller sobre detección y rehabilitación de la pérdida auditiva en el adulto mayor. (foto Laura Rodríguez).

La presbiacusia, es decir, un déficit auditivo causado por el envejecimiento del oído, es un padecimiento común en la población adulta mayor costarricense. Sin embargo, con los **cuidados necesarios y una detección temprana**, se pueden tratar los efectos de la sordera.

Esta fue la principal conclusión del taller sobre detección y rehabilitación de la pérdida auditiva en el adulto mayor, impartido por la Dra. Alejandra Lugo. La organización de la actividad estuvo a cargo del Programa Integral para la Persona Adulta Mayor ([PIAM](#)) de la Universidad de Costa Rica y asistieron cerca de 40 miembros del programa.

La Dra. Lugo explicó que muchas personas empiezan a perder su nivel de audición y no se dan cuenta hasta que llegan a una pérdida casi total del oído.

“Hay muy poca consciencia del impacto que puede tener la pérdida auditiva en la calidad de vida, inclusive la persona no tiene una noción de cómo la pérdida auditiva puede impactar su vida”, enfatizó la Dra. Lugo.

Las señales de que una persona está perdiendo la audición son varios. Por ejemplo, hay dificultades para escuchar conversaciones de persona a persona o telefónicas. También se dan ciertas molestias hacia sonidos muy fuertes. Otro signo muy común es cuando las personas escuchan un silbido o zumbido en los oídos, el cual se conoce como acúfeno.

Un padecimiento auditivo tiene importantes **consecuencias sobre la vida de los adultos mayores**. La Dra. Lugo destacó que las personas suelen experimentar cansancio físico, tensión muscular, estrés, problemas de alimentación, sueño y funcionamiento sexual. Lo anterior es producto del agotamiento que sufre un adulto mayor cuando se esfuerza por entender y darse entender a causa de la pérdida auditiva.

A nivel psicológico, se produce ansiedad y estrés, mientras que a nivel social, los adultos mayores sienten vergüenza porque tienen que pedir constantemente que les repitan las cosas. Esto a su vez, genera sentimientos de culpabilidad, depresión y aislamiento.

Prevención y tratamiento



Durante la actividad, las y los asistentes realizaron un test para determinar si tienen signos de pérdida auditiva. Además, aprovecharon para realizar preguntas a la especialista sobre el tema (foto Laura Rodríguez).

El cuidado de los oídos es básico para mantener una buena salud auditiva. La Dra. Lugo, explicó que durante la tercera edad aumenta la producción de cera en los oídos. Sin embargo, **no es recomendable limpiar el conducto con aplicadores**. En su lugar, se puede utilizar un pañuelo con vaselina y sólo se debe limpiar la parte externa de la oreja.

Tratar las infecciones de oído también es importante. “Las infecciones de oído son básicamente fáciles de tratar, pero como todo, si no se tratan adecuadamente y si se dejan, pues pueden llegar a complicaciones y a dejar secuelas a nivel auditivo”, explicó la especialista.

Si una persona tiene señales de que está perdiendo la audición, no debe dudar en acercarse a un audiólogo para realizarse los exámenes correspondientes.

Cuando existe un deterioro en el oído, lo mejor es **recurrir a una prótesis auditiva**, que es un tipo de audífono que permite tener una estimulación y escuchar mejor los sonidos. Las prótesis se escogen de acuerdo con cada paciente y no restauran la audición perdida, pero sí mejoran la calidad de vida de las personas.

Existen muchos mitos alrededor de los audífonos. Por ejemplo, que son incómodos o poco estéticos. Sin embargo, la Dra. Lugo aseguró que **“una pérdida auditiva se nota más que un audífono”**. Añadió que la tecnología ha permitido el desarrollo de prótesis más pequeñas y menos visibles y los adultos mayores no deben tener miedo de usarlas. Además, un especialista en audiología se encarga de calibrar los dispositivos según la necesidad de cada persona.

En el país, el costo de las prótesis varía según el modelo, pero las y los adultos mayores pueden acudir a la Caja Costarricense del Seguro Social ([CCSS](#)) la Junta de Protección Social ([JPS](#)) o la consulta privada.

La Dra. Lugo destacó que si en casa hay un adulto mayor con un problema auditivo, se recomienda ponerse frente a la persona y hablarle claramente, además de que se pueden usar gestos o movimientos faciales, pues los elementos visuales también ayudan para que una persona entienda mensajes.

Es muy importante enfatizó la audióloga “que las personas que ya se diagnostican con una pérdida auditiva o usen una prótesis auditiva, pudieran involucrar a la familia en aspectos de la educación, para que haya una conciencia y un compromiso mayor...”

[Anna Georgina Velásquez Vásquez](#)
Periodista Oficina de Divulgación e Información
prensa.odi@ucr.ac.cr

Etiquetas: [piam](#), [adulto mayor](#), [audiología](#).