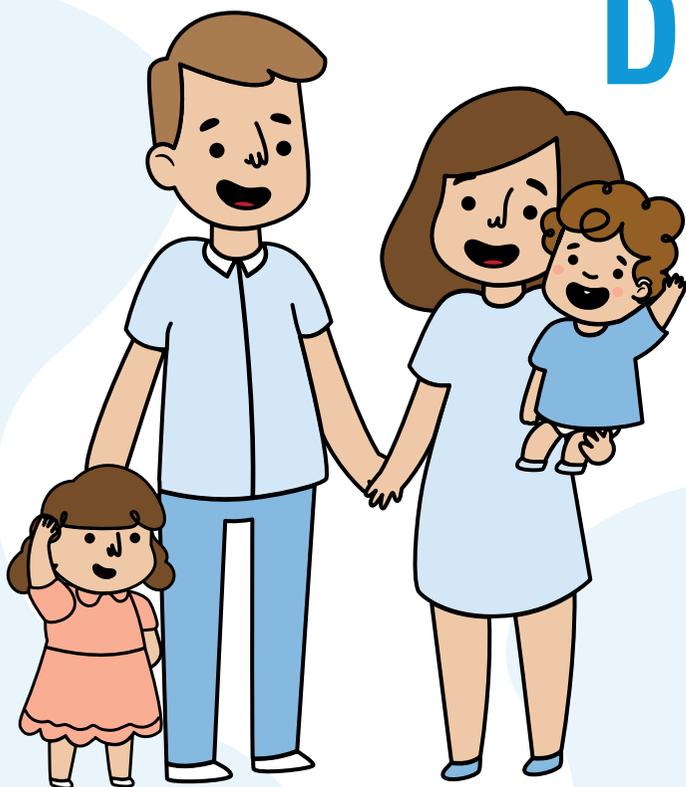




Organización
Mundial de la Salud

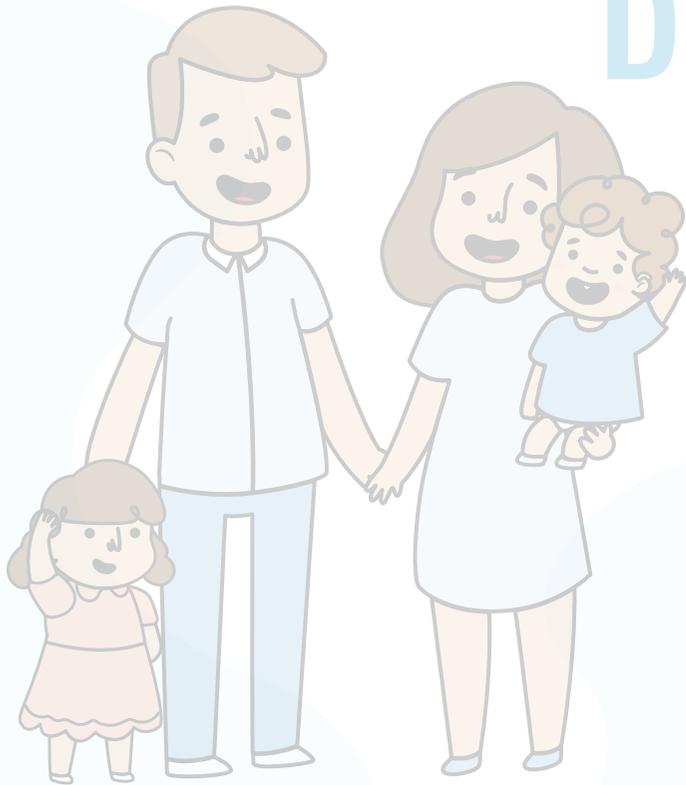
MANUAL BÁSICO DE CUIDADO DEL OÍDO Y LA AUDICIÓN





Organización
Mundial de la Salud

MANUAL BÁSICO DE CUIDADO DEL OÍDO Y LA AUDICIÓN



Basic ear and hearing care resource
ISBN 978-92-4-000225-8 (versión electrónica)
ISBN 978-92-4-000226-5 (versión impresa)

© Organización Mundial de la Salud 2020

Algunos derechos reservados. Esta obra está disponible en virtud de la licencia 3.0 OIG Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual de Creative Commons (CC BY-NC-SA 3.0 IGO; <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/igo/deed.es>).

Con arreglo a las condiciones de la licencia, se permite copiar, redistribuir y adaptar la obra para fines no comerciales, siempre que se cite correctamente, como se indica a continuación. En ningún uso que se haga de esta obra debe darse a entender que la OMS refrenda una organización, productos o servicios específicos. No está permitido utilizar el logotipo de la OMS. En caso de adaptación, debe concederse a la obra resultante la misma licencia o una licencia equivalente de Creative Commons. Si la obra se traduce, debe añadirse la siguiente nota de descargo junto con la forma de cita propuesta: «La presente traducción no es obra de la Organización Mundial de la Salud (OMS). La OMS no se hace responsable del contenido ni de la exactitud de la traducción. La edición original en inglés será el texto auténtico y vinculante».

Toda mediación relativa a las controversias que se deriven con respecto a la licencia se llevará a cabo de conformidad con las Reglas de Mediación de la Organización Mundial de la Propiedad Intelectual.

Forma de cita propuesta. Manual básico de cuidado del oído y la audición [Basic ear and hearing care resource]. Ginebra: Organización Mundial de la Salud; 2020. Licencia: [CC BY-NC-SA 3.0 IGO](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/igo/).

Catalogación (CIP): Puede consultarse en <http://apps.who.int/iris>.

Ventas, derechos y licencias. Para comprar publicaciones de la OMS, véase <http://apps.who.int/bookorders>. Para presentar solicitudes de uso comercial y consultas sobre derechos y licencias, véase <http://www.who.int/about/licensing>.

Materiales de terceros. Si se desea reutilizar material contenido en esta obra que sea propiedad de terceros, por ejemplo cuadros, figuras o imágenes, corresponde al usuario determinar si se necesita autorización para tal reutilización y obtener la autorización del titular del derecho de autor. Recae exclusivamente sobre el usuario el riesgo de que se deriven reclamaciones de la infracción de los derechos de uso de un elemento que sea propiedad de terceros.

Notas de descargo generales. Las denominaciones empleadas en esta publicación y la forma en que aparecen presentados los datos que contiene no implican, por parte de la OMS, juicio alguno sobre la condición jurídica de países, territorios, ciudades o zonas, o de sus autoridades, ni respecto del trazado de sus fronteras o límites. Las líneas discontinuas en los mapas representan de manera aproximada fronteras respecto de las cuales puede que no haya pleno acuerdo.

La mención de determinadas sociedades mercantiles o de nombres comerciales de ciertos productos no implica que la OMS los apruebe o recomiende con preferencia a otros análogos. Salvo error u omisión, las denominaciones de productos patentados llevan letra inicial mayúscula.

La OMS ha adoptado todas las precauciones razonables para verificar la información que figura en la presente publicación, no obstante lo cual, el material publicado se distribuye sin garantía de ningún tipo, ni explícita ni implícita. El lector es responsable de la interpretación y el uso que haga de ese material, y en ningún caso la OMS podrá ser considerada responsable de daño alguno causado por su utilización.

Traducido por María Laura Mazza, traductor público certificado, Universidad de la República, Montevideo, Uruguay. La OMS no se hace responsable del contenido ni de la exactitud de la traducción. En caso de discrepancia entre las versiones en inglés y en español, la auténtica y vinculante será la versión original en inglés.

Impreso en Suiza.



ÍNDICE

AGRADECIMIENTOS

I. INTRODUCCIÓN

- Antecedentes
- Propósito de este manual
- Cómo utilizar este manual

II. LA PÉRDIDA AUDITIVA Y LA SORDERA

- ¿Qué son la pérdida auditiva y la sordera?
- Tipos de pérdida auditiva
- Causas y signos de pérdida auditiva o sordera en los niños
- Causas y signos de pérdida auditiva o sordera en los adultos
- Prueba de audición

III. CUIDADO DE LAS PERSONAS CON ENFERMEDADES DEL OÍDO Y PÉRDIDA AUDITIVA

- Cuidados en caso de secreción del oído
- Cómo ayudar a las personas con pérdida auditiva
- Cómo los familiares, cuidadores y docentes pueden comunicarse con las personas que tienen pérdida auditiva
- Audífonos e implantes cocleares
- QUÉ HACER y QUÉ NO HACER

Agradecimientos

El presente documento es el resultado de un proceso consultivo dirigido por la Organización Mundial de la Salud (OMS), con la contribución de los siguientes funcionarios de la Organización: Shelly Chadha, Alarcos Cieza, Cherian Varughese, Maryam Mallik, Ricardo Martínez, Patanjali Dev Nayar, Karen Reyes, Emma Tebbutt, Florante Trinidad, Hala Sakr y Juan Carlos Silva.

El marco conceptual y el esbozo del “Manual básico de cuidado del oído y la audición” fueron elaborados con un grupo de expertos mediante una serie de consultas organizadas por la OMS. La redacción inicial estuvo a cargo de Mahmood Bhutta, Priyadarshni Carling y Sally Harvest. La revisión y distintos aportes fueron realizados por: Arun Agarwal, Mazin Al Khabouri, Ned Carter, Michael Chowen, Jackie Clark, Harvey Coates, Carolina Der, Victor De Andrade, Uta Fröschl, Suneela Garg, Sally Harvest, Linda Hood, Isaac Macharia, Norberto Martínez, Amarilis Melendez, Christopher O’Callaghan, Christopher Prescott, Hubert Ramos, Leela Agnes Sambantham, Diego Santana Hernández, Andrew Smith, Paige Stringer, George Tavartkiladze, Sian Tesni, Yufeng Wang y Bu Xingkuan.

El librito y los procedimientos explicados en él fueron ensayados sobre el terreno en la India y Uganda con el apoyo de la oficina nacional de CBM en la India, en la ciudad de Bangalore; el Hospital St John’s de Bangalore y su centro comunitario en Mugalur (India); el Departamento Académico de Salud Comunitaria del Colegio y Hospital Médico Cristiano de Vellore (India); James O’Donovan e integrantes del “Equipo de Salud de la Aldea” de Omni Med (Uganda).

CBM y el Hearing Conservation Concil brindaron apoyo financiero para la producción de este documento.



INTRODUCCIÓN

Antecedentes

La Organización Mundial de la Salud estima que hay más de 460 millones de personas en el mundo que tienen una pérdida auditiva discapacitante. Casi el 90% de ellas viven en países de ingresos bajos y medianos. Muchas más personas tienen una pérdida auditiva leve y sufren enfermedades del oído. Estos problemas a menudo pueden causar dificultades de por vida y a veces con peligro de muerte. Sin las intervenciones adecuadas, las personas sordas o con problemas de audición tienen dificultades para comunicarse con los demás. También tienen dificultades en la educación y en el trabajo, y a menudo se sienten excluidas de la vida social y familiar.

En muchos lugares, faltan servicios y personal capacitado para prevenir y tratar las enfermedades de los oídos y ayudar a las personas que tienen pérdida auditiva. La gente no tiene real conciencia de la importancia de la audición. En la sociedad hay muchos mitos y conceptos erróneos sobre las enfermedades del oído y la pérdida auditiva.

Este manual se centra en la participación de la comunidad y en la sensibilización, y proporciona información útil para prevenir y tratar las enfermedades del oído y la pérdida auditiva.

Propósito de este manual

El propósito de este manual básico para el cuidado del oído y la audición es servir como recurso de información para los trabajadores comunitarios, así como para otros miembros interesados de la comunidad. Este material puede ayudar a la comunidad a comprender las enfermedades comunes del oído y la pérdida auditiva, y a la vez los miembros de la comunidad pueden compartir información con las familias o las personas que puedan tener pérdida auditiva. Asimismo, permitirá a las personas conocer el impacto de la pérdida de audición no tratada y de las enfermedades del oído, ayudará a los miembros de la comunidad a sospechar y tratar problemas comunes del oído y la audición, y les brindará información sobre las posibles opciones para diagnosticar y manejar estas afecciones. Este material, centrado en los medios para la prevención y el reconocimiento de enfermedades comunes del oído y la pérdida auditiva, también muestra que, con la comprensión y el apoyo necesarios, las personas con pérdida auditiva pueden desempeñar un papel productivo en el hogar, la escuela o el trabajo.

Los grupos destinatarios de este manual son:

- Trabajadores comunitarios sin formación formal que participan en la prestación de atención e información a niños pequeños, adultos mayores y personas que trabajan en lugares ruidosos;
- Trabajadores de la rehabilitación basada en la comunidad (RBC);
- Padres, docentes y otros miembros de la comunidad que deseen aprender sobre el cuidado del oído y la audición.



Cómo utilizar este manual

Este manual puede ser

- leído como folleto informativo para adquirir conocimientos o explicaciones a través de una sesión educativa organizada por alguien con conocimientos especializados, como un médico, un audiólogo u otro trabajador de la salud que haya recibido capacitación sobre la atención primaria del oído y la audición.

Instrucciones para los lectores:

- Lea el librito y asegúrese de que entiende cada sección.
- Pida a una enfermera o a un médico que le ayude a entender cada sección, si es necesario.
- Solicite orientación a un médico o una enfermera para practicar las habilidades de práctica mencionadas en este manual.
- Comparta la información aprendida con otros miembros de su comunidad, por ejemplo: cuándo sospechar una pérdida auditiva, cómo cuidar los oídos, cómo cuidar un audífono, cómo colocar gotas para los oídos, etc.
- Consulte el material “Cuidado primario del oído y la audición: material de capacitación”, dirigido a trabajadores de la salud, para obtener más información, si es necesario.

Instrucciones para los instructores:

Al usar este recurso para impartir capacitación sobre el cuidado de los oídos y la audición, asegúrese de lo siguiente:

- Familiarizarse con todas las secciones del manual.

- Explicar cada sección a los participantes del curso.
- Aplicar los consejos didácticos para estimular la discusión con los participantes.
- Mostrar a los participantes las imágenes que explican lo que les está enseñando.
- Demostrar las habilidades prácticas y hacer que los participantes las practiquen bajo su supervisión.

Este manual forma parte de un conjunto de materiales de capacitación sobre el cuidado del oído y la audición, que incluye:

Cuidado primario del oído y la audición: material de capacitación. Nivel básico

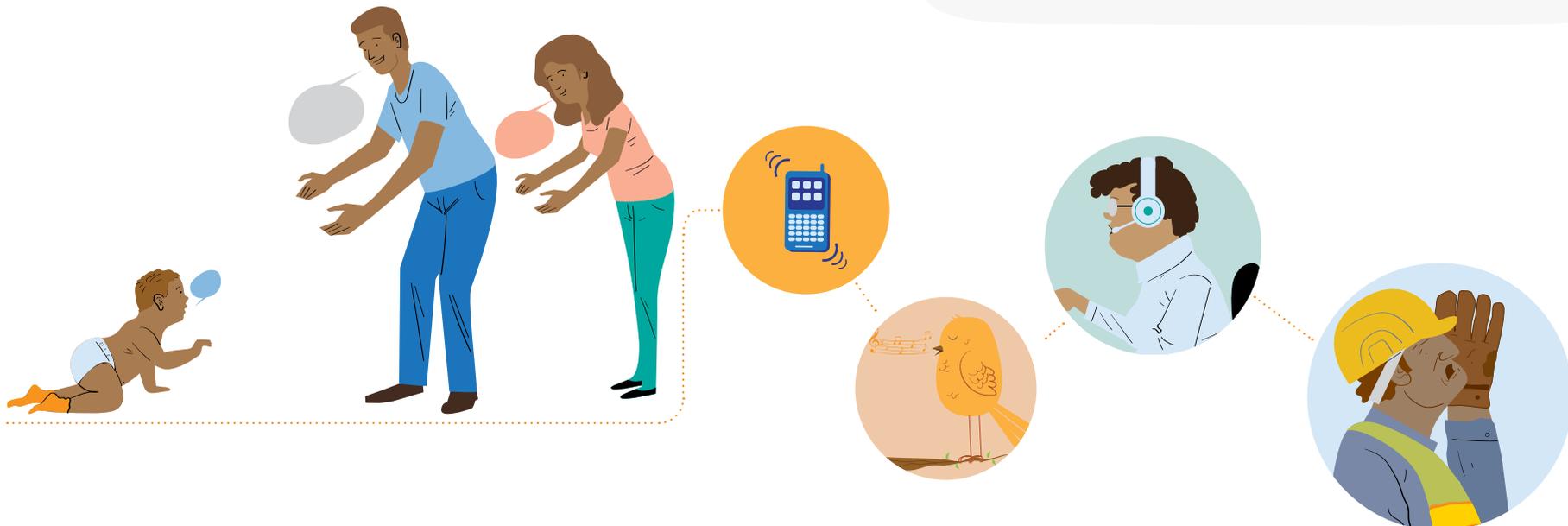
Cuidado primario del oído y la audición: material de capacitación para trabajadores de la salud

LA PÉRDIDA AUDITIVA Y LA SORDERA

Desde el momento en que nacemos, usamos nuestro oído para entender el mundo que nos rodea. El oído nos ayuda a conectarnos con nuestras familias y nos permite escuchar, hablar y comunicar nuestras necesidades. Con el paso de los años, nuestra audición nos ayuda a aprender, a trabajar, a socializar, a percibir los peligros potenciales y a escuchar los sonidos importantes, como la bocina de un coche, el ladrido de un perro, alguien que nos llama por nuestro nombre o la música que suena. Ser capaces de comunicarnos de manera efectiva nos permite contribuir a nuestra comunidad y ser parte de ella.

¿Qué son la pérdida auditiva y la sordera?

La pérdida auditiva ocurre cuando una persona es incapaz de oír tan bien como alguien que tiene una audición normal. La pérdida auditiva varía de leve a profunda, y puede afectar uno o ambos oídos. Casi una de cada dieciséis personas en todo el mundo tiene una pérdida auditiva que afecta su vida diaria.



Grados de pérdida auditiva

Audiogram



Consejo didáctico:

Pregunte a los participantes si alguna vez han experimentado pérdida auditiva o han conocido a alguien que tenga pérdida auditiva. Pídales que compartan sus propias experiencias.

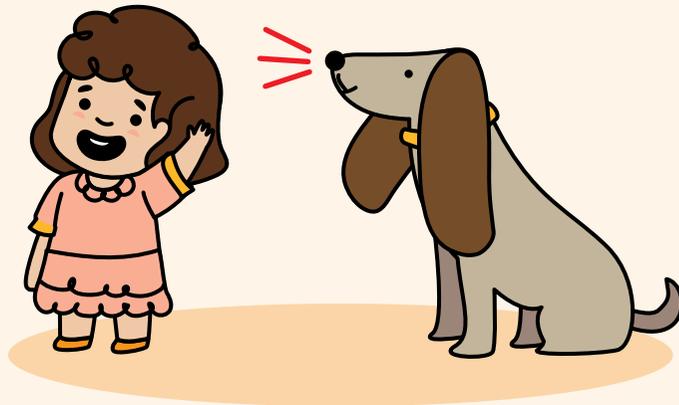


Una persona con pérdida auditiva grave o profunda en ambos oídos suele ser llamada sorda.
Una persona con pérdida auditiva menos grave es conocida como una persona con problemas de audición.

¿Cuál es el impacto de la pérdida auditiva?

Suhaila nació sorda y tiene una pérdida auditiva grave en ambos oídos. Como no se ha hecho una prueba de audición, sus padres no saben que tiene una pérdida auditiva. ¿Cómo puede esta prueba afectar su vida?

Los bebés y los niños necesitan ser capaces de oír cuando otros hablan para poder desarrollar la capacidad de escuchar y hablar. Todos aprendemos a hablar a partir de lo que escuchamos a nuestro alrededor. Cuando un bebé nace sordo y no recibe las intervenciones adecuadas, no desarrolla el habla ni el lenguaje (incluida la lengua de señas) y se retrasa con respecto a otros niños con buen oído. Sin un diagnóstico temprano y una rehabilitación adecuada, Suhaila tendrá dificultades para ir a la escuela, aprender, hacer amigos y, más adelante, conseguir un trabajo.



Consejo didáctico:

Presente las distintas situaciones a los participantes. Pregúnteles sobre el posible impacto. Pregúnteles si alguna vez han conocido una persona sorda o con problemas de audición, o si han interactuado con ella.

Una vez que se haya generado una discusión sobre cada situación, se puede explicar el impacto utilizando el texto proporcionado.



Patrick es un niño de 6 años que estudia en segundo grado. Debido a reiteradas infecciones de oído, Patrick tiene una pérdida auditiva moderada en ambos oídos. Puede oír, pero a menudo se pierde sílabas y palabras. ¿Cómo puede afectar esto su vida diaria, en casa, en la escuela y socialmente?

Los niños necesitan una buena comunicación para aprender bien en la escuela y comprender plenamente lo que pasa a su alrededor. Debido a su pérdida auditiva, Patrick a menudo no entiende del todo lo que su maestra dice en clase, especialmente cuando ella mira hacia otro lado o cuando él se sienta en el fondo del aula. A veces no entiende las preguntas que ella hace y, por lo tanto, no le gusta levantar la mano para responder. En consecuencia, la maestra siente que Patrick no está interesado en sus lecciones y que está siendo “difícil”.

Incluso en casa, Patrick tiene dificultades para entender lo que se dice y muchas veces sube el volumen de la televisión. Su madre también piensa que Patrick es “difícil”, ya que a menudo no responde cuando ella lo llama. Si la afección del oído de Patrick no se trata, es probable que se quede atrás académicamente.





Malicka es una abuela de 70 años que vive con su familia. Tiene pérdida auditiva y le resulta difícil entender lo que dicen sus nietos, especialmente cuando hablan todos juntos o cuando ponen música. ¿Cómo puede esto afectar su vida?

Incapaz de entender lo que la gente dice, Malicka empieza a evitar las reuniones sociales y prefiere quedarse en su habitación cuando su familia se está divirtiendo. Ver televisión con la familia también se ha vuelto difícil, ya que tiene que subir el volumen muy alto y los demás se quejan. A veces, los más jóvenes se ríen cuando ella malinterpreta una pregunta y responde incorrectamente. Eso la hace sentirse herida y sola. Al igual que Malicka, muchos adultos mayores con pérdida de audición se aíslan socialmente. Sin el apoyo esencial, la pérdida auditiva sin tratar puede afectar su salud mental y causarles sentimientos de soledad, ansiedad y depresión.



¿Cómo oímos?

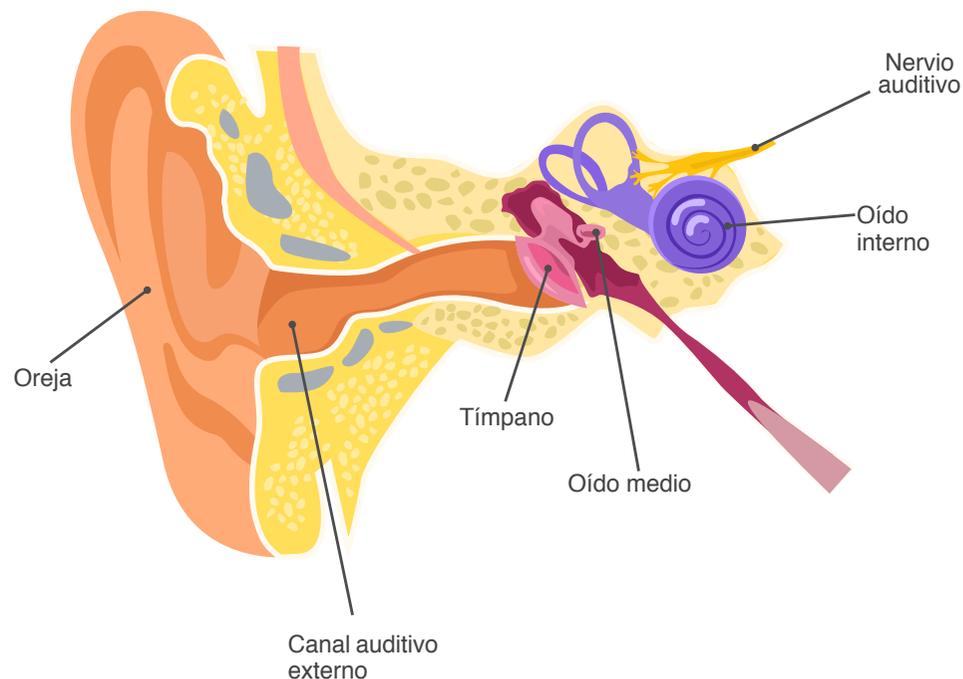
Nuestros dos oídos trabajan juntos para ayudarnos a diferenciar una variedad de sonidos, incluidos los fuertes y los suaves, y a distinguir de dónde proviene el sonido. Juntos, nuestros oídos nos ayudan a reconocer el habla de alguien, en muy diferentes ambientes. El sonido entra al oído y pasa a través de sus tres partes antes de que la señal llegue al cerebro, donde se procesa. Es entonces que somos capaces de identificar los sonidos y entender las palabras.

El oído empieza a funcionar incluso antes del nacimiento, y el lenguaje se desarrolla rápidamente en los primeros años de vida. En la mayoría de los niños que tienen audición y cognición normales, se pueden observar los hitos que se describen a continuación.



Consejo didáctico:

En el diagrama anterior se muestran las partes del oído. Puede pedir a los participantes que señalen distintas partes de su oído y hacer referencia a este diagrama al hablar de las afecciones de los oídos y la pérdida auditiva.



Hitos en el desarrollo del lenguaje

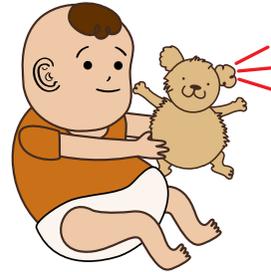
Desde el nacimiento hasta los 3 meses



Responde a sonidos muy fuertes. Parpadea en respuesta a una explosión. Se despierta ante un ruido repentino cerca de él o ella.

Se calla o sonríe cuando la madre le habla.

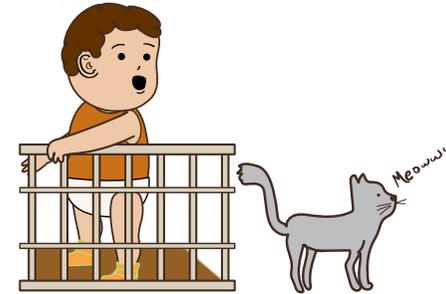
3-6 meses



Mueve los ojos hacia el lugar de origen de los sonidos. Responde a los cambios en el tono de voz de la madre. Observa los juguetes que emiten sonidos.

Presta atención a la música. Se arrulla y balbucea cuando juega.

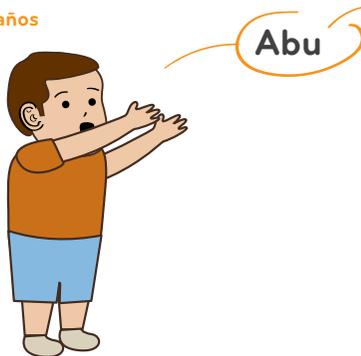
6-12 meses



Se vuelve a mirar hacia el lugar de origen de los sonidos. Se vuelve cuando alguien dice su nombre. Entiende las palabras para los objetos y personas comunes (por ejemplo, agua, papá).

Comienza a responder a palabras y frases simples, como "No", "Ven aquí" y "¿Quieres más?". Balbucea largas cadenas de sonidos.

1-2 años



Responde a su propio nombre. Empieza a decir pequeñas palabras como "mamá", "abu", "papá". Trata de imitar las palabras que escucha comúnmente.

2- 3 años



Sigue instrucciones en dos partes, como "Toma la cuchara y ponla sobre la mesa".

Entiende las nuevas palabras rápidamente. Puede combinar tres palabras para hablar de las cosas.

3 años y más



Responde cuando se le llama desde otra habitación. Sigue instrucciones más largas, como "Ponte el pijama, cepíllate los dientes y luego elige un libro".

La mayoría de la gente entiende lo que dice el niño.

Pérdida auditiva: causas, sospecha y acción

Muchos factores pueden afectar nuestra audición a lo largo de la vida:

Bebés y lactantes

Causas:

Los problemas durante el embarazo pueden complicar el crecimiento y el desarrollo de la audición del bebé. Esto puede hacer que un bebé nazca con una pérdida auditiva o que desarrolle una pérdida auditiva poco después del nacimiento.

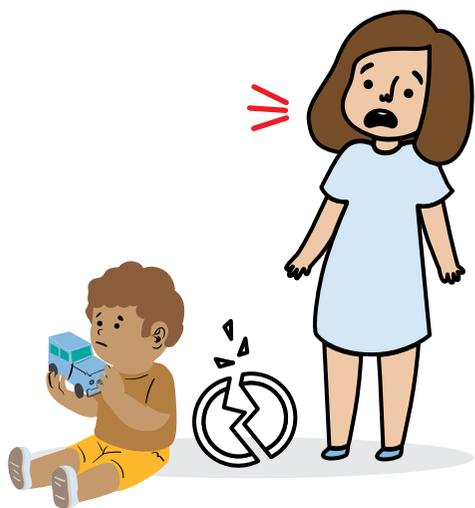
Las causas comunes de la pérdida auditiva antes, durante o inmediatamente después del nacimiento incluyen:

- Pérdida auditiva heredada directa o indirectamente de los padres.
- Nacimiento prematuro o bajo peso al nacer.
- Dificultades en el parto en las que el bebé puede sufrir falta de oxígeno (hipoxia).
- Ciertas infecciones en la madre, como la rubéola (sarampión alemán), la sífilis, la infección por citomegalovirus y la toxoplasmosis durante el embarazo pueden dañar el oído interno del bebé.
- Uso de ciertos medicamentos que dañan la audición.
- Ictericia, especialmente cuando no fue tratada.

Es importante señalar que en muchos casos la pérdida auditiva en bebés y niños no tiene una causa obvia. Por esta razón, es importante examinar a todos los bebés para detectar una eventual pérdida auditiva poco después del nacimiento.

Consejo didáctico

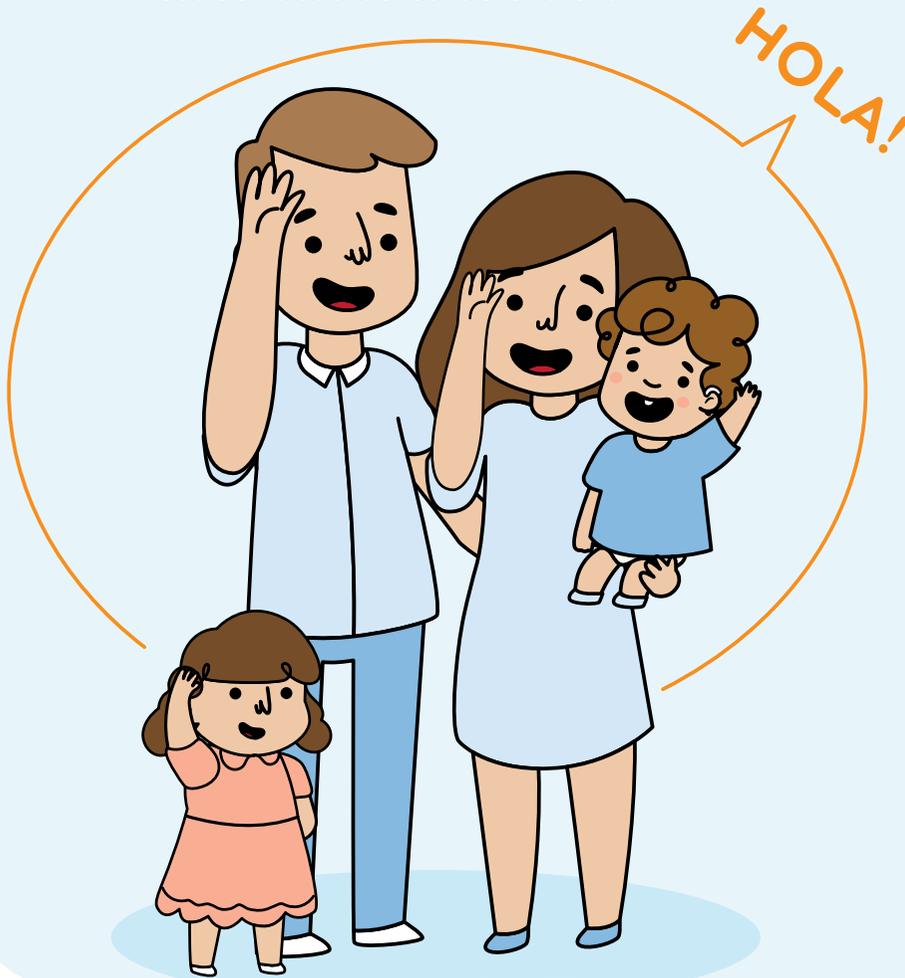
Genere un debate preguntando a los participantes cuáles creen que son algunas causas comunes de pérdida auditiva en bebés, niños y adultos.



¿Cuándo sospechar que un bebé tiene pérdida auditiva?

Cuando el bebé:

- tiene alguno de los factores de riesgo mencionados anteriormente;
- no responde a los sonidos, especialmente a la voz de la madre;
- no se asusta con los sonidos fuertes, como un golpe estruendoso cerca de él o ella.



Historia de una madre

Hace tres años, fuimos bendecidos con la llegada de nuestra dulce hija, Amina. Después de unos meses, la llevamos a la clínica para un chequeo, y la enfermera dijo que estaba sana. En casa, nos dimos cuenta de que si la llamábamos por su nombre cuando estábamos detrás de ella, no se daba la vuelta para ver quién la llamaba. Además, si había un sonido fuerte, no reaccionaba.

La llevamos nuevamente a la clínica cuando tenía dos años y explicamos que Amina no respondía cuando hablábamos y jugábamos con ella. La enfermera le revisó los oídos y nos dijo que sus oídos estaban sanos, pero sugirió hacerle una prueba para determinar si podía oír bien. También nos explicó que cuanto antes descubriéramos que Amina tenía una pérdida auditiva, mejor sería. Entendimos que era muy importante poder comunicarnos con nuestra hija. La llevamos a que le revisaran los oídos y nos dijeron que Amina era sorda. Nos explicaron que sus familiares y amigos podrían aprender a usar la lengua de señas para incluirla. También tendríamos que asegurarnos de estar frente a Amina cuando quisiéramos hablar con ella.

Al principio fue muy difícil, pero todos aprendimos la lengua de señas y Amina se volvió muy buena para “hablar” con nosotros o decirnos lo que quería. Esperamos que los maestros también puedan aprender y usar la lengua de señas, ya que Amina necesita ir a la escuela y recibir educación.

Tener una hija sorda y aprender de qué forma la podemos incluir en nuestra vida cotidiana nos mostró a nosotros y a nuestra comunidad que los niños sordos pueden hacer cualquier cosa, excepto oír.

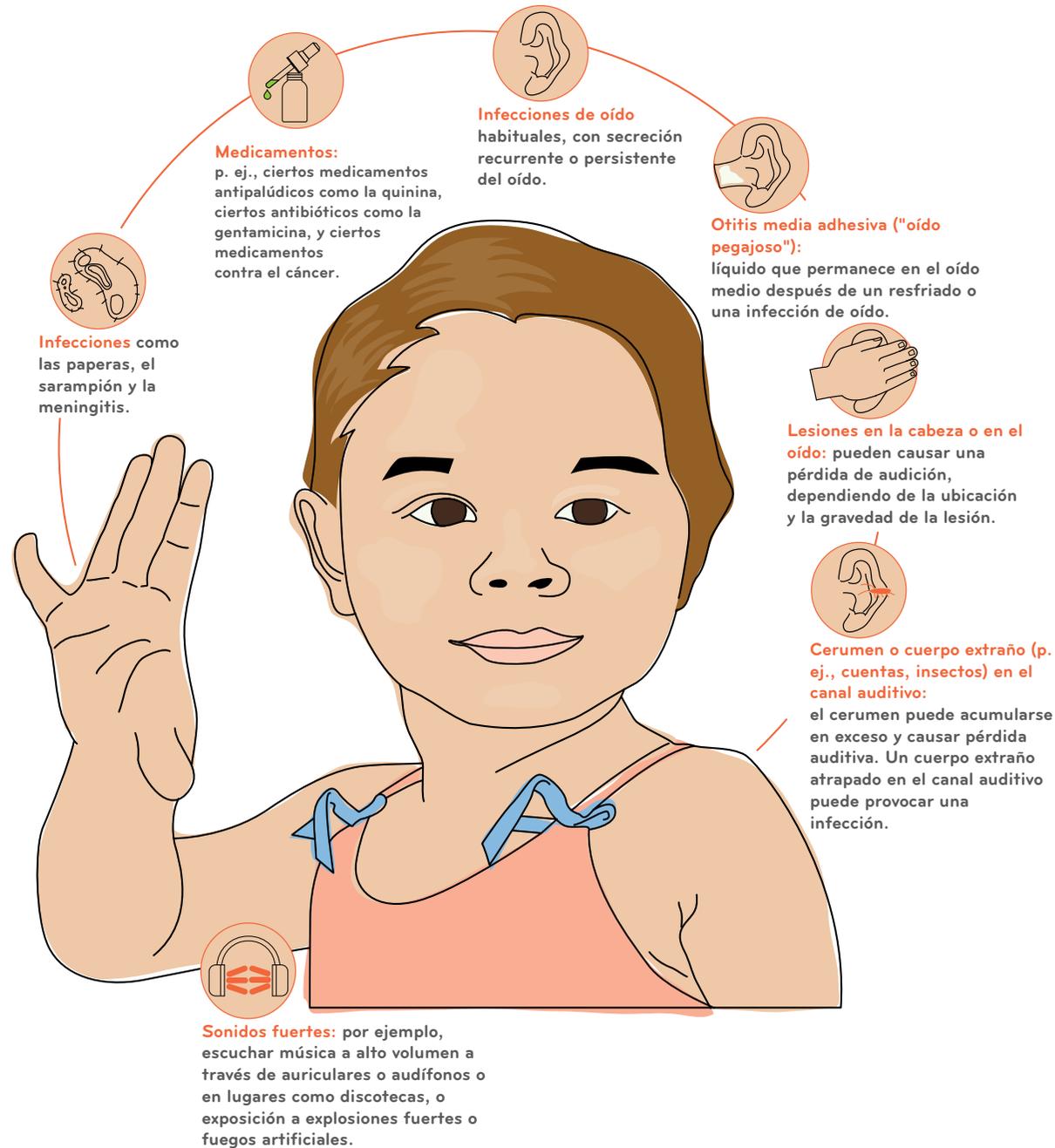
Cuando nuestro hijo varón nació el año pasado, nos preocupaba que también pudiera ser sordo. En la clínica le hicieron pruebas de audición y nos dijeron que oía algo y que con un audífono sería capaz de oír a la gente hablar y percibir otros sonidos correctamente. Nos indicaron un lugar donde le pusieron audífonos. Ahora podemos hablarle y cantarle; es un bebé feliz. Los audífonos también serán importantes para cuando vaya a la escuela. Con ellos, podrá oír a los maestros y aprender como los otros niños. Les enseñaremos a los profesores cómo manejar los audífonos y cómo cambiar las pilas en la escuela.

Nuestros amigos y la comunidad nos apoyan mucho y ahora entienden lo importante que es examinar regularmente a los bebés, los niños e incluso los adultos para ver si tienen algún problema de audición.



Niños

Las causas de la pérdida auditiva en los niños pueden ser:



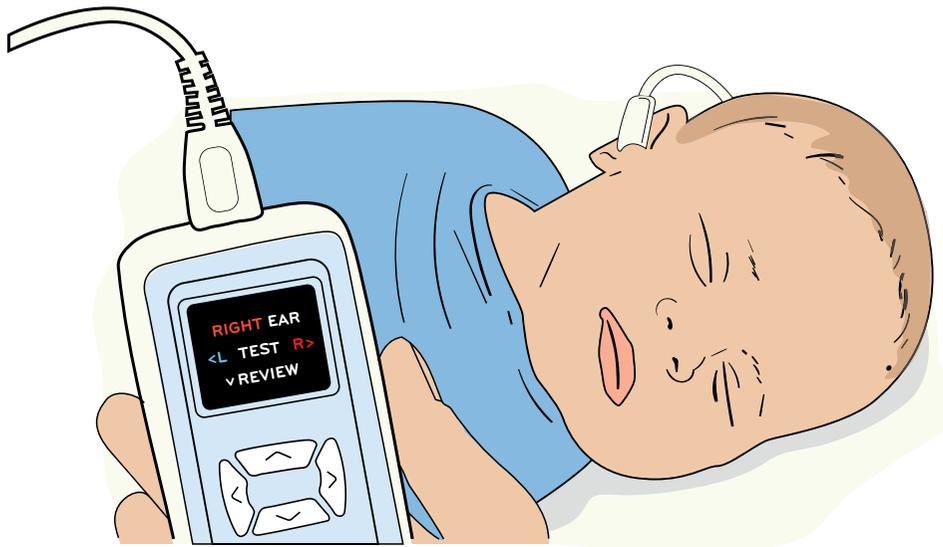
¿Cuándo sospechar que un niño tiene pérdida auditiva?

- El niño no habla ni demuestra un desarrollo del habla y el lenguaje al nivel esperado para un niño de su edad (como se muestra en la página 11).
- El niño a menudo le pide que repita lo que dice.
- El niño sube el volumen de la televisión o tiene problemas para escuchar lo que se dice por teléfono.
- El niño tiene un bajo rendimiento en la escuela o tiene problemas de comportamiento. En muchos casos, esto puede deberse a la pérdida de audición, ya que el niño no está escuchando las instrucciones correctamente y por lo tanto no responderá correctamente, porque no puede oír bien.
- El niño presenta cualquier característica que sugiera una infección de oído, como:
 - historial de secreción (pus) de los oídos, también llamada supuración del oído;
 - se queja de dolor, sensación de bloqueo o zumbido en los oídos;
 - fiebre con dolor de oído.

No intente extraer el cerumen o un cuerpo extraño del oído en casa, ya que esto puede dañar el oído. Busque ayuda en una clínica.



¿Qué hacer cuando se sospecha una pérdida auditiva en un niño?



Si sospecha que un bebé o un niño puede tener pérdida auditiva, llévalo a una prueba de audición.

Con un equipo especial, la audición puede ser revisada incluso el primer día de vida. En los bebés y los niños de hasta cinco años de edad, la audición puede examinarse usando:

- evaluación de las emisiones otoacústicas;
- pruebas automatizadas y completas de respuesta auditiva del tronco encefálico.

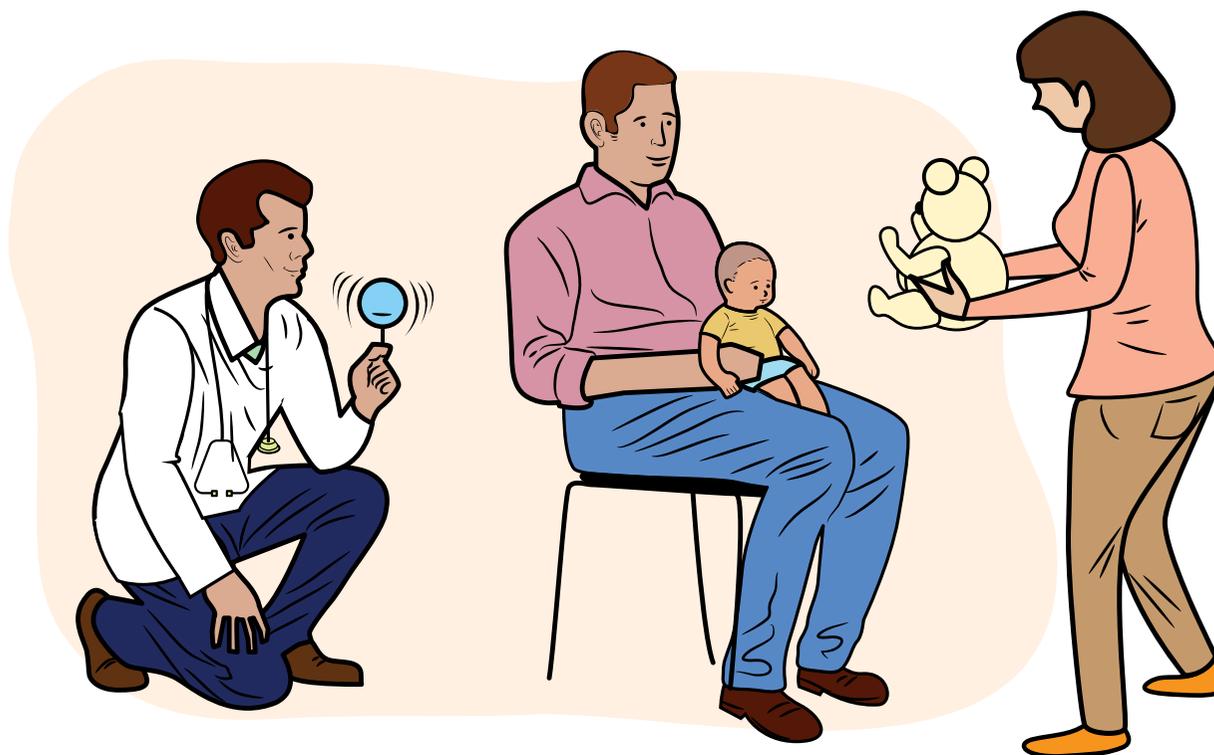
Consejo didáctico:

Demuestre el uso del sonajero; reparta unos cuantos sonajeros y pida a los participantes que practiquen su uso.



En los niños mayores de cinco años; la audición puede examinarse a través de una prueba de audiometría. En la página 38 hay más información sobre estas pruebas.

En los casos en que no se disponga fácilmente de esas pruebas de audición, se debe orientar a los padres hacia un centro de salud donde se pueda evaluar la audición del niño. En caso de no estar seguro de si debe derivar al niño para una prueba, puede utilizar un simple sonajero para comprobar la respuesta del niño. **También debe plantear la cuestión a las autoridades sanitarias locales y abogar ante ellas para que proporcionen atención auditiva.**



Compruebe la audición con un sonajero

Se puede comprobar la audición de un bebé a partir de los nueve meses de edad con un simple sonajero. Puede usar un sonajero que tenga o hacer uno poniendo unos granos de sal, arena o azúcar en un recipiente de plástico y moviéndolos de un lado a otro. El sonajero debe hacer un sonido aproximadamente tan fuerte como un susurro.

Mover (NO agitar) unos pocos granos de sal, arena o azúcar en un recipiente de plástico produce un buen sonido de alta frecuencia. Si no tiene un sonajero, pruebe a frotarse los dedos detrás de la oreja del bebé. Este debe responder girando en la dirección del sonido.

Historia de una maestra



Me estaba enojando mucho con Seema. Siempre parecía perdida y a veces no respondía cuando la llamaba. Parecía tan confundida cuando le hacía una pregunta sencilla y no podía responder a las preguntas que yo hacía en clase.

Entonces, una trabajadora de la salud de nuestro pueblo organizó una sesión informativa en la que explicó que la pérdida auditiva es bastante común. Explicó algunos signos comunes de la pérdida auditiva, como pedirle a alguien que repita lo que dice o no ser capaz de entender lo que se dice. También nos habló de las causas que pueden llevar a la pérdida auditiva en niños y adultos.

En ese momento, me di cuenta de que los problemas de Seema podían ser causados por una pérdida auditiva. Al día siguiente, le pregunté sobre sus oídos y algunas causas comunes de la pérdida auditiva. Seema me dijo que cada tanto le salía secreción por el oído, desde los 5 años de edad.

Seema me dijo que en su comunidad era común que los niños tuvieran ese problema. A veces le dolían los oídos y su madre le echaba aceite caliente.

Hablé con la madre de Seema y le pedí que la llevara a un médico del centro de salud cercano. En el centro, Seema se sometió a algunas pruebas. Les dijeron a ella y a su madre cómo cuidar los oídos y que no les pusieran aceite. Hice que Seema se sentara en la primera fila del aula y me aseguré de que pudiera escuchar claramente lo que se decía.

Pronto, las notas de Seema mejoraron y la niña se volvió más receptiva. Unos meses más tarde, Seema se sometió a una operación de los oídos, y desde entonces puede oír mejor. Aunque ya no está en mi clase, la veo por ahí. Su maestra me dice que Seema va bien en la clase. Creo que las sesiones informativas como la organizada por esa trabajadora de la salud son muy importantes para que la comunidad, y especialmente los maestros, sepan más sobre los problemas comunes a los que se enfrentan los niños.

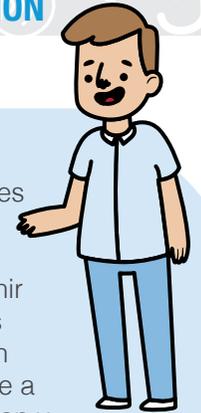


¿Qué se puede hacer si a un niño se le diagnostica una pérdida auditiva?



Consejo didáctico:

Pregunte a los participantes qué saben sobre esto. ¿Por qué es importante prestar atención e intervenir a tiempo? ¿Cuáles son las opciones para un niño con pérdida auditiva? Pregunte a los participantes qué opinan y discuta las respuestas que se detallan a continuación.



Una vez que se haya detectado el problema, se debe discutir su tratamiento y empezarlo cuanto antes. Si se busca ayuda lo antes posible:

- el niño desarrolla las habilidades lingüísticas, recibe educación y puede integrarse socialmente.
- En un niño que tiene una enfermedad del oído, esta puede ser diagnosticada y tratada, de modo que se evite la pérdida auditiva y otras complicaciones.

Las intervenciones para los niños con pérdida auditiva incluyen:

Audífonos o implantes cocleares, según lo que aconseje un otorrinolaringólogo o un audiólogo.

Rehabilitación, que puede incluir rehabilitación auditiva, terapia del habla y el lenguaje, terapia auditivo-verbal, palabra complementada y comunicación total.

Asesoramiento y apoyo grupal entre pares para el niño, su cuidador o su familia.

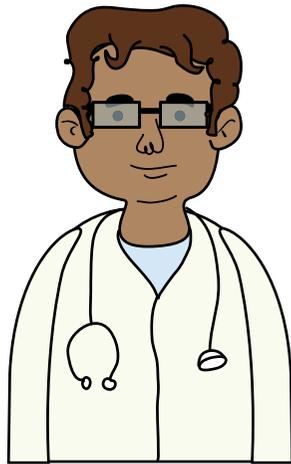
Aprendizaje de la lengua de señas, especialmente cuando los dispositivos de audición no se prefieren, no son beneficiosos o no están disponibles. Esto hará que el niño pueda comunicarse y recibir educación.

Familias, cuidadores y maestros apoyan al niño en la rehabilitación y el uso de audífonos o implantes cocleares. Aprenden a usar la lengua de señas, si es necesario.

La intervención temprana produce mejores resultados en los niños. Por ejemplo, los bebés cuya pérdida de audición se diagnostica antes de los 3 meses de nacidos y en los que la intervención se realiza antes de los 6 meses de edad pueden desarrollar el habla y el lenguaje igual que otros bebés con audición normal.



¿Qué se puede hacer ante una enfermedad del oído?

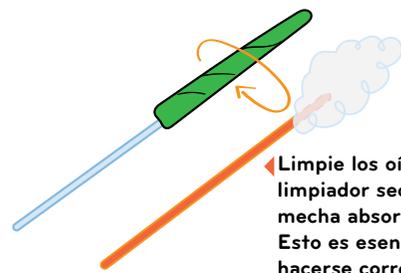


Cuando una persona muestra signos que sugieren una enfermedad del oído, debe ser remitida a un médico para que la examine y le dé un diagnóstico. El tratamiento depende de la naturaleza de la enfermedad y puede incluir:

- Tratamiento médico con medicamentos orales o gotas para los oídos
- Cirugía del oído

Tratar la enfermedad del oído a tiempo puede prevenir la pérdida auditiva o revertirla. Usted puede ayudar a las personas que tienen secreciones o infecciones del oído orientándolas adecuadamente.

Cuidados en caso de secreción del oído:



! Sospeche una enfermedad del oído en caso de:

- Dolor
- Secreción
- Pesadez persistente
- Zumbido
- Dificultad para oír

Consejo didáctico:

Pregunte a los participantes qué los llevaría a sospechar enfermedades del oído. Remítase a los puntos mencionados anteriormente para su discusión.





Consejo didáctico:

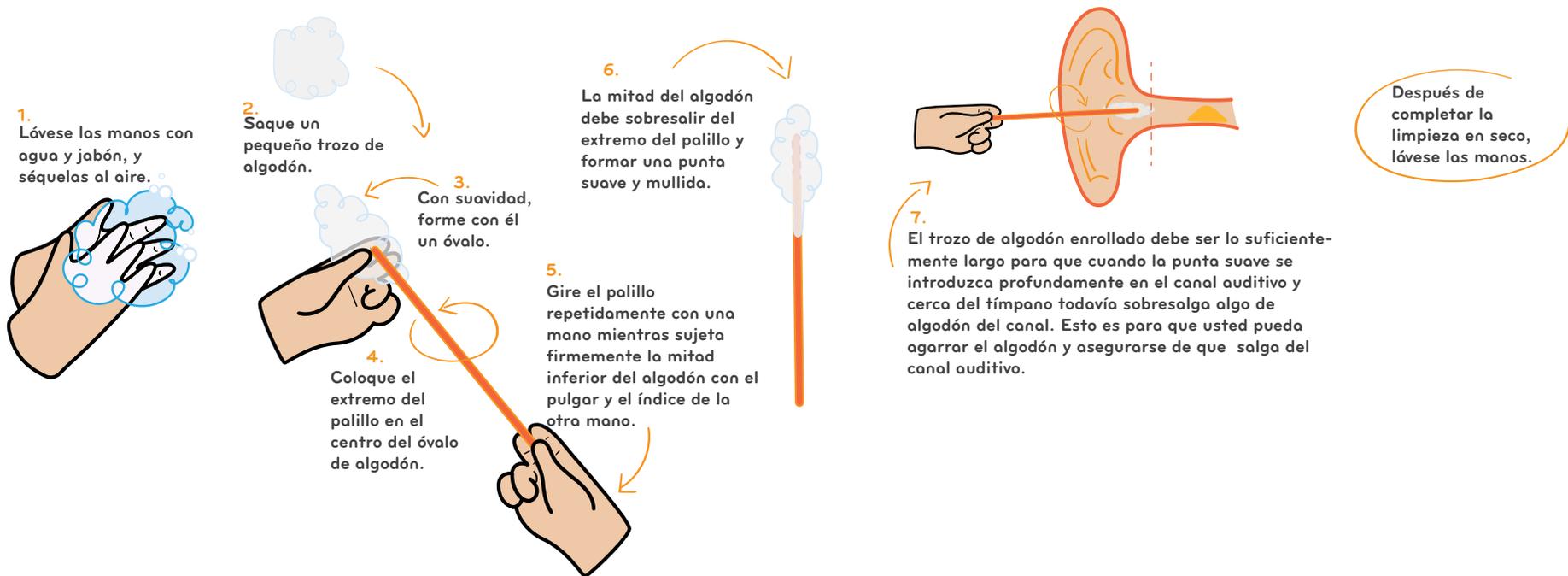
Pregunte a los participantes si alguna vez han experimentado pérdida auditiva o han conocido a alguien que tenga pérdida auditiva. Pídales que compartan sus propias experiencias.

Limpieza en seco

- Solo se limpian los oídos con un limpiador seco cuando salen secreciones del oído.
- Cuando el oído está seco no se lo debe limpiar de esta forma.
- Un limpiador seco no es lo mismo que un “bastoncillo de algodón” o un “cotonete”.
- Nunca se deben insertar bastoncillos de algodón o cotonetes en el oído, ya que son demasiado grandes y el algodón está demasiado ajustado al palillo.

Cómo hacer un limpiador seco

Materiales: un palillo aplicador delgado y algodón



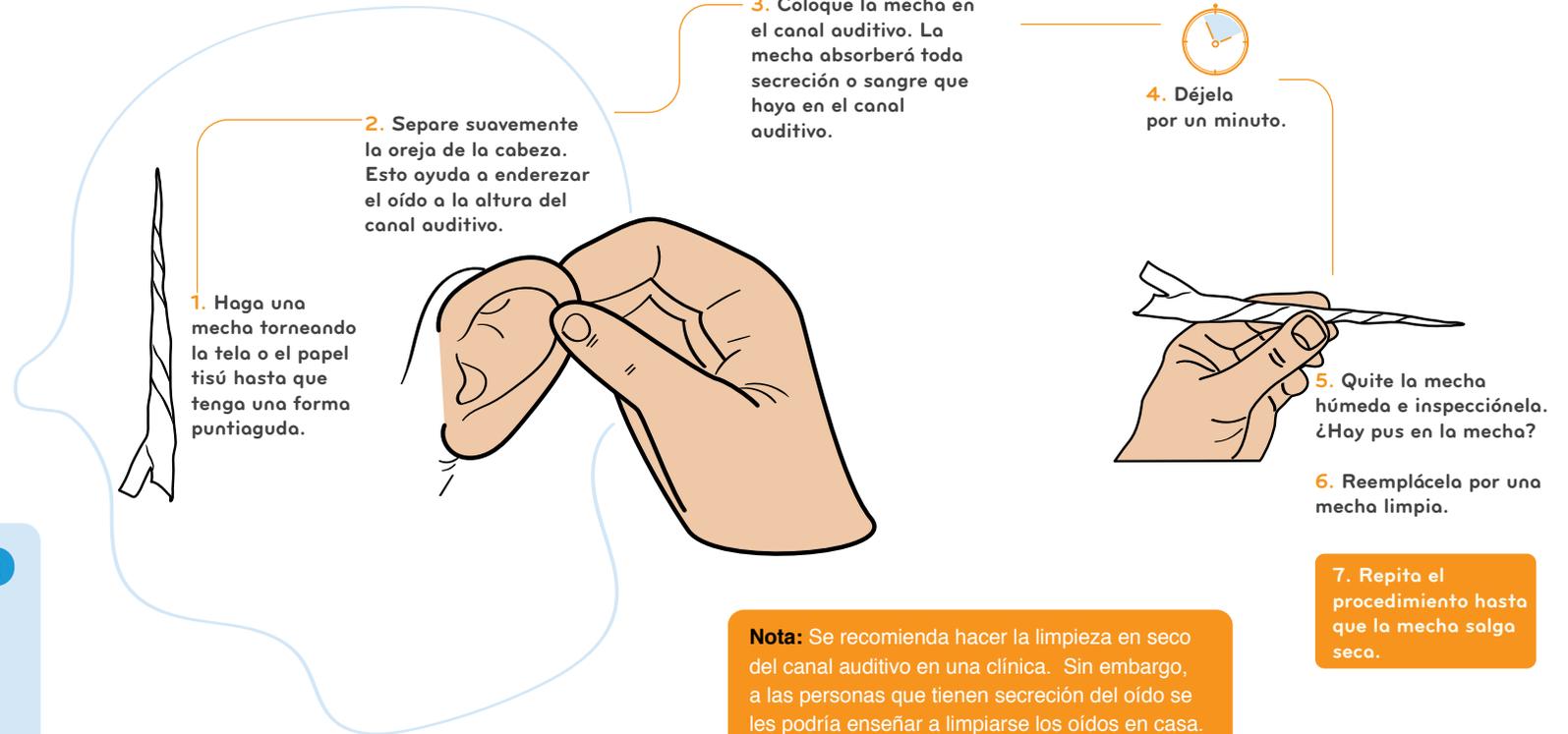
Cómo hacer una mecha para limpiar el oído

Materiales: un pequeño trozo de tela de algodón absorbente o papel suave y resistente, tipo tisú; NO use papel higiénico, porque se puede romper en el oído.



Consejo didáctico:

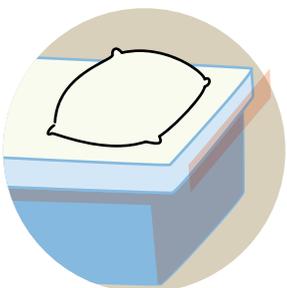
Haga que todos los participantes practiquen estas habilidades bajo supervisión.



Nota: Se recomienda hacer la limpieza en seco del canal auditivo en una clínica. Sin embargo, a las personas que tienen secreción del oído se les podría enseñar a limpiarse los oídos en casa.

Siga los pasos siguientes al colocar gotas para los oídos:

1. Limpie el canal auditivo con un limpiador seco.



2. Acueste a la persona de lado o inclínele la cabeza de manera que su oreja quede apuntando hacia arriba.



3. Tire suavemente del lóbulo de la oreja hacia atrás y hacia arriba para enderezar el canal auditivo.



4. Ponga 2 o 3 gotas para los oídos en el canal auditivo.

5. Mueva la oreja para asegurarse de que las gotas lleguen al fondo del canal auditivo.



7. Oprima y libere repetidamente el trago.



8. Haga que la persona se recueste de lado 5 minutos.



6. Coloque 2 o 3 gotas más.

Limpie toda gota que salga del oído cuando la persona se incorpore.

Consejo didáctico:

Demuestre el procedimiento (sin usar realmente gotas para los oídos) y asegúrese de que los participantes lo practiquen bajo supervisión.





Adultos

La pérdida auditiva puede ocurrir a cualquier edad. Las siguientes son algunas causas comunes de pérdida auditiva en los adultos:

1

Sonidos fuertes:

- Exposición prolongada al ruido por trabajar en lugares ruidosos; por ejemplo, fábricas con maquinaria ruidosa, industria musical, trabajo con armas de fuego u otras.
- Escuchar música a alto volumen a través de auriculares/audífonos o en lugares como las discotecas.
- Exposición única a un sonido de alta intensidad como una explosión o un estallido.

2

Medicamentos que pueden dañar la audición: ciertos antibióticos, antimaláricos, medicamentos contra el cáncer e inyectables para la tuberculosis resistente.

Consejo didáctico:

Pregunte a los participantes si alguna vez han tenido alguna experiencia con sonidos fuertes y cómo los afectó.

3

Lesión en la cabeza o en los oídos

4

Infecciones prolongadas y no tratadas

5

Pérdida auditiva relacionada con la edad

6

Enfermedades del oído indicadas por secreción o dolor recurrentes o persistentes

Nuestra audición puede disminuir a medida que envejecemos. Aproximadamente una de cada tres personas mayores de 65 años tiene una pérdida auditiva relacionada con la edad.

No deje de usar ningún medicamento sin consultar a un médico. Si sospecha que un medicamento puede poner en riesgo su audición, consulte a su médico. Si se sabe que el medicamento que toma afecta la audición, entonces hágase regularmente a un examen auditivo.

¿Cómo sospechar que un adulto tiene pérdida auditiva?



Una persona con pérdida auditiva

- No responde cuando se la llama o responde de manera inapropiada.
 - Habla mucho más fuerte que lo normal (porque su propia voz le suena baja).
 - Tiene dificultades para hablar por teléfono.
 - Se vuelve introvertida, tranquila y aislada.
 - Sube el volumen para oír la televisión o escuchar música.
 - Dice que puede oír pero no entiende lo que se dice: “Puedo oírte hablar pero no sé lo que dices”, o sea que oye los sonidos amortiguados, o le parece que los otros están murmurando.
 - Tiene el habla poco clara.
 - Tiene dificultad para oír sonidos de alta frecuencia, como timbres de puertas o llamadas telefónicas.
- Se queja de zumbido en el oído (acufeno).
 - Tiene un historial de secreción del oído.



¿Qué hacer cuando se sospecha que hay pérdida auditiva en un adulto?

Anime a la persona a que se haga un examen de audición. Este examen puede ser:

- Una audiometría tonal: se suele hacer en una clínica u otro centro de salud.
- Los adultos que cuenten con un teléfono inteligente pueden usar la aplicación gratuita hearWHO para detectar la pérdida auditiva. Si la persona tiene una puntuación inferior a 50 en la prueba de hearWHO, definitivamente debe hacerse una prueba de audición sin demora.

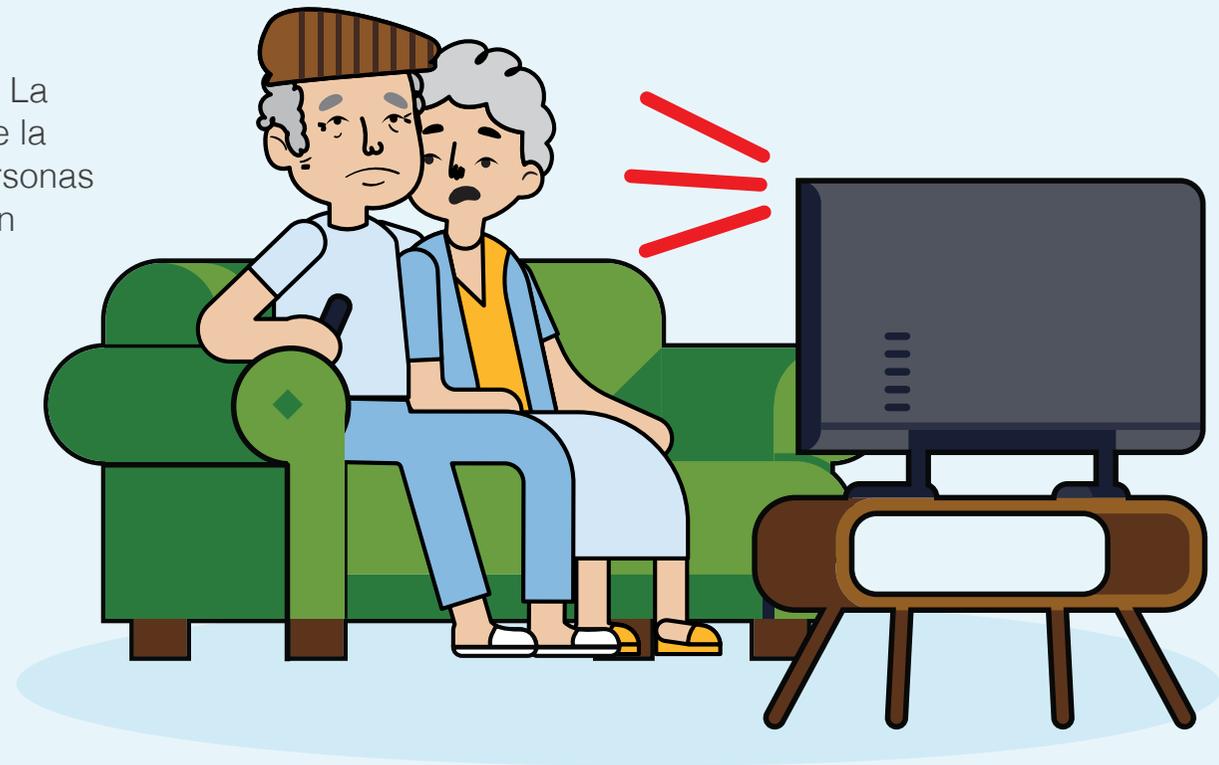
PRECAUCIÓN: Si un adulto tiene una pérdida auditiva repentina o en un solo oído, debe ver a un profesional de la salud lo antes posible.



La historia de John

John se jubiló después de trabajar en una fábrica muy ruidosa durante 34 años. En casa, a menudo subía el volumen del televisor. A veces no oía a su esposa cuando ella le preguntaba qué le gustaría cenar.

Estos cambios aparecieron gradualmente. La esposa de John habló con el trabajador de la salud, quien le explicó que cuando las personas trabajan en un ambiente ruidoso, y también a medida que envejecen, pueden no oír bien. John no sabía que la gente que trabajaba en fábricas ruidosas necesitaba protegerse los oídos para evitar la pérdida auditiva. La esposa de John le contó lo que el trabajador de la salud le había dicho pero él negaba que pudiera tener una pérdida auditiva. Decía que la familia murmuraba al hablar.



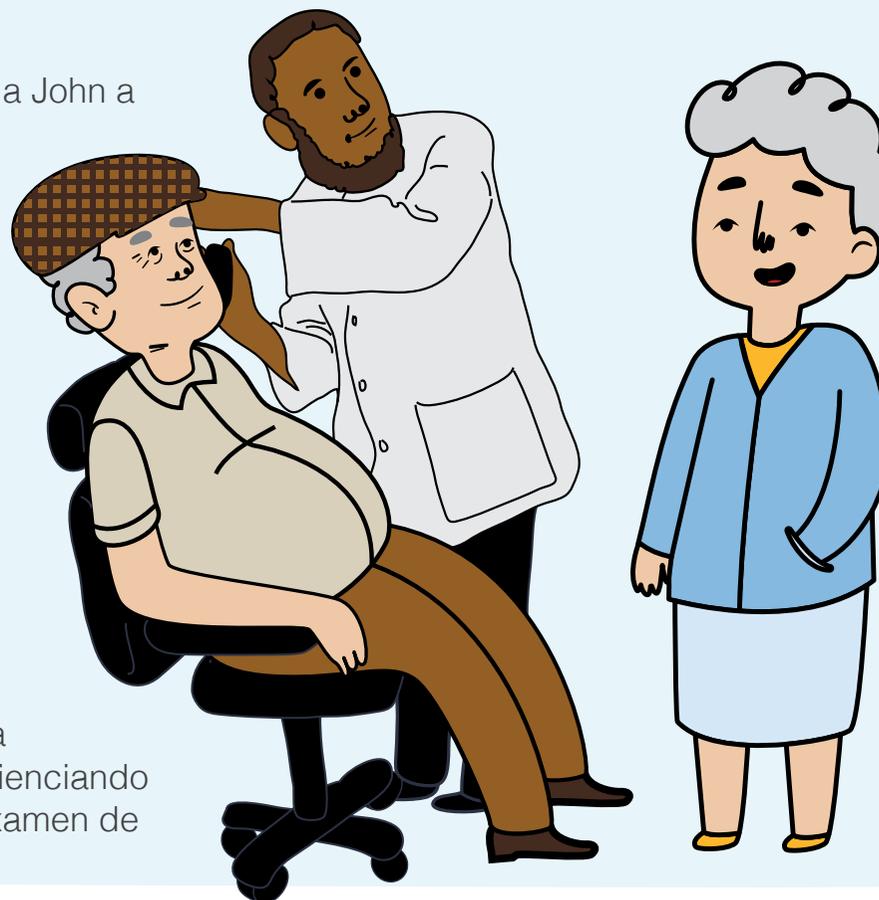
Tras unos meses, la esposa de John finalmente lo convenció de que visitara al trabajador de la salud, que le examinó los oídos y le pidió que se hiciera una prueba de audición en una clínica cercana.

Después de la prueba, el audiólogo le explicó a John que tenía una pérdida auditiva moderadamente grave. A continuación explicó que las personas mayores con pérdida auditiva pueden oír que los demás hablan, pero a menudo no entienden lo que dicen. Especialmente si están en un ambiente ruidoso, les parece que la gente murmura cuando habla. La esposa de John dijo que a él ya no le gustaba salir a celebrar eventos familiares porque no podía oír lo que la gente decía. John explicó que se sentía excluido y que esto lo hacía sentir muy solo.

El audiólogo sugirió que los audífonos podrían ayudar a John a oír lo que la gente dice, pero le explicó que debería visitar la clínica con regularidad después de recibir el audífono para obtener todo su beneficio.

La pareja está manejando la audición y los audífonos de John con el apoyo del audiólogo, así como de su familia y amigos. Sus amigos han aprendido a hablar de a uno y a hacerlo un poco más despacio y claro, para incluir a John en las conversaciones. Esto ha significado una gran diferencia para todos, pero principalmente para John, ya que no evita más a la familia y los amigos ni los encuentros sociales.

Ahora que John y su familia entienden el impacto de la pérdida auditiva en las personas mayores, están concienciando a la comunidad sobre la importancia de hacerse un examen de audición.





¿Qué se puede hacer si se detecta una pérdida auditiva o una enfermedad del oído en un adulto?

- Es importante determinar cuál es la causa de la pérdida auditiva (por ejemplo, ruido, medicamentos, enfermedades del oído) y tratar de resolverla.
- Es probable que los adultos con pérdida auditiva se beneficien del uso de dispositivos como los audífonos y los implantes cocleares.
- Los adultos también se benefician de la rehabilitación y el apoyo auditivos para obtener el máximo de su audición.

En los adultos, igual que en los niños, es importante que la pérdida auditiva se diagnostique lo antes posible y que se inicie sin demora la rehabilitación y el uso de los dispositivos.

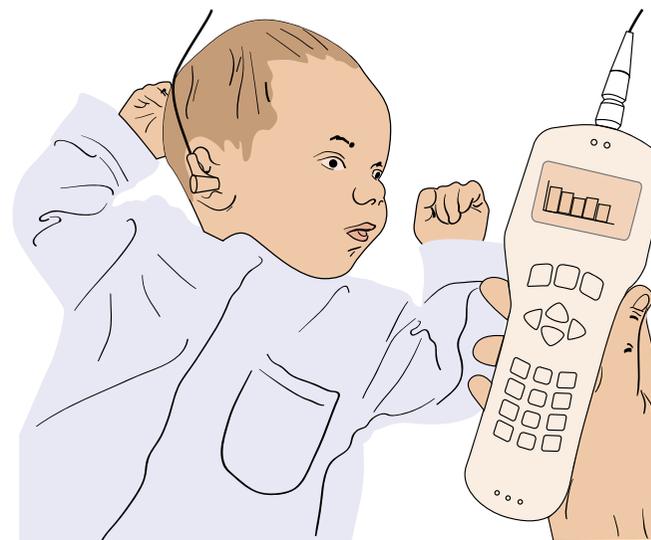


¿Cómo se prueba la audición?

La audición puede ser examinada a cualquier edad. Según la edad de la persona, se realizan diferentes pruebas para determinar el tipo y la gravedad de la pérdida auditiva. Ellas son:



1. Evaluación de las emisiones otoacústicas o prueba automatizada de respuesta auditiva del tronco encefálico, que se puede hacer en bebés y niños de hasta cinco años de edad. Estas pruebas suelen realizarse con un dispositivo manual, mientras el niño está dormido. Son rápidas y fáciles de realizar. Cuando un niño obtiene malos resultados en esta prueba repetidamente (dos veces), se lo envía prueba de respuesta auditiva del tronco encefálico.



2. Prueba de respuesta auditiva del tronco encefálico: esta prueba solo suele estar disponible en centros especializados. Para hacer esta prueba se suele sedar al bebé.

Ambas pruebas podrían estar disponibles en un centro de salud cercano a usted. Infórmese con el trabajador de la salud o el médico sobre la disponibilidad de estas pruebas en su zona. Es una buena idea que todos los niños se hagan un examen de audición enseguida de nacer, para poder diagnosticar una eventual pérdida auditiva a tiempo.

¿Cómo se evalúa la audición?

Niños mayores de cinco años y adultos:



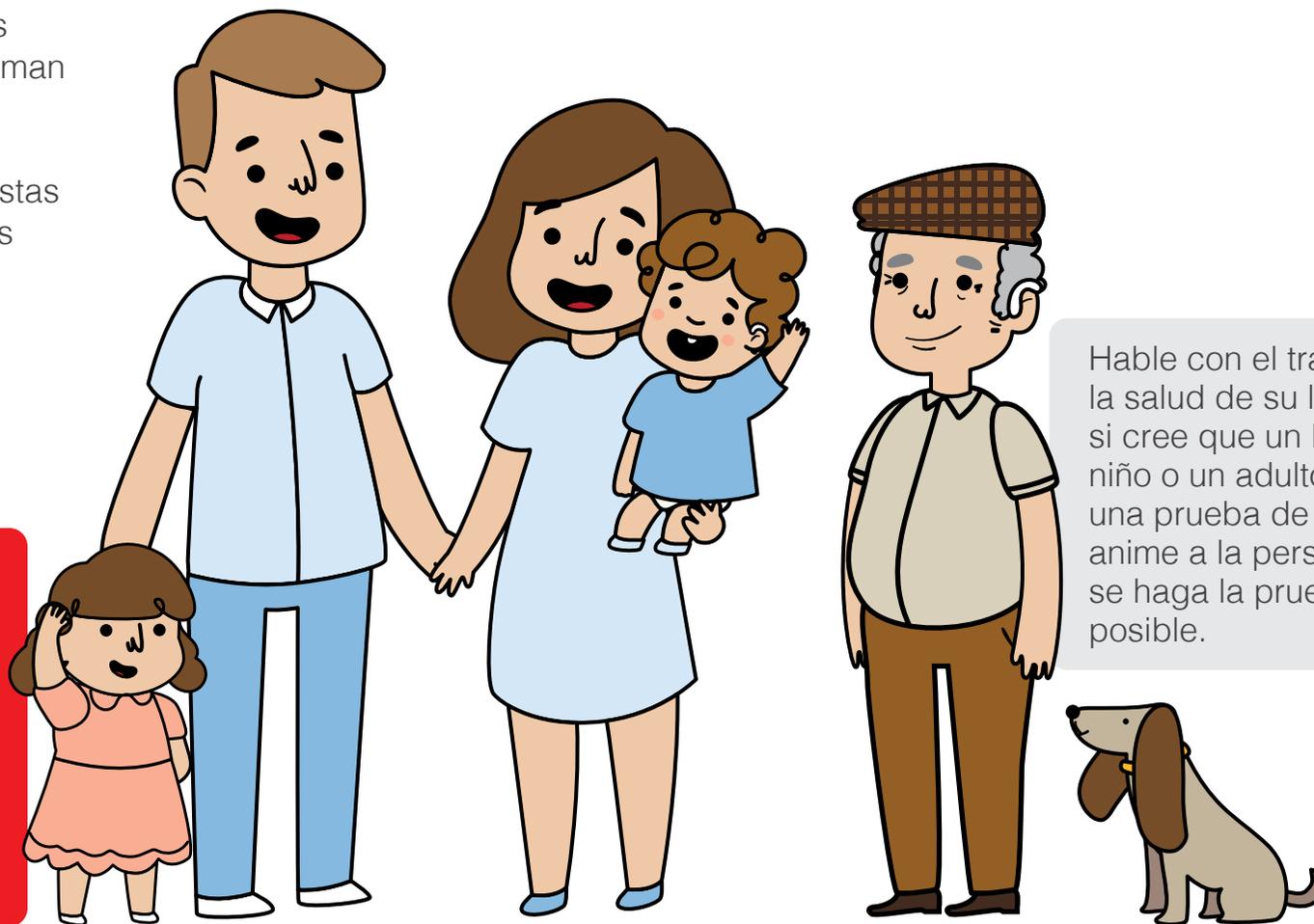
3. Audiometría tonal: los niños mayores de cinco años y los adultos pueden comprobar su audición con una prueba sencilla que se llama audiometría tonal. En esta prueba, se presentan sonidos de diferentes tonos en cada oído y se pide a la persona que responda cuando pueda oírlos.



¿Quiénes se deben hacer rutinariamente exámenes de audición?

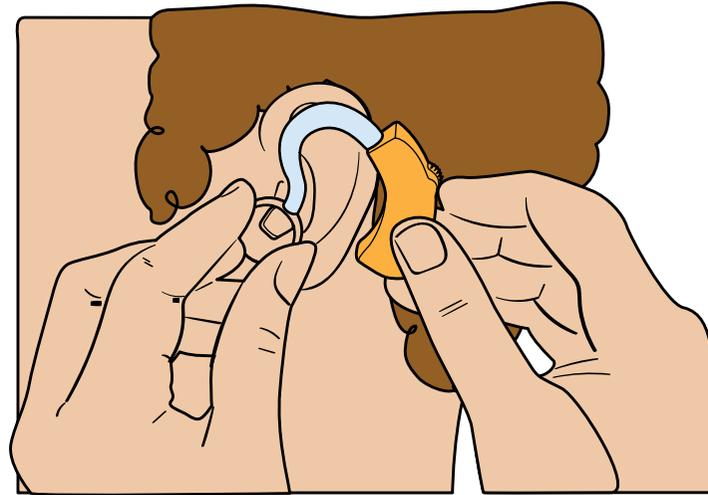
- Bebés
- Niños
- Adultos mayores
- Personas que toman medicamentos ototóxicos
- Personas expuestas a sonidos fuertes

Recuerde, cuanto antes se detecte la pérdida auditiva, antes se podrá intervenir.



Hable con el trabajador de la salud de su localidad si cree que un bebé, un niño o un adulto necesita una prueba de audición, y anime a la persona a que se haga la prueba lo antes posible.

Dispositivos de audición:



Consejo didáctico:

Pregunte a los participantes si alguna vez han visto a alguien que use un audífono y cómo creen que funciona.

Pregúnteles sobre el implante coclear. ¿Han oído hablar alguna vez de un implante coclear?



¿Qué es un audífono?

Un audífono es un dispositivo electrónico que se lleva en el oído. Ayuda a amplificar los sonidos para permitir que una persona con pérdida auditiva pueda oír mejor. Hay muchos tipos diferentes de audífonos y vienen en varios colores, tamaños y formas.

Un audífono retroauricular: tiene dos partes (el audífono propiamente dicho y el molde auricular), unidas por un tubo fino y transparente:

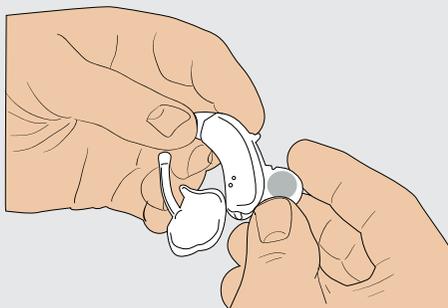
- el audífono se coloca sobre y tras la oreja
- el molde va dentro de la oreja

Un audífono intracanal: es más pequeño y tiene una forma especial para ajustarse al oído de la persona.

Cuidado del audífono

- El audífono es pequeño y puede perderse o dañarse fácilmente.
- Mantenga el audífono en un lugar seguro y fresco cuando no lo use.
- Un audífono debe mantenerse seco. Si se humedece, puede que no funcione correctamente.
- Quíteselo para bañarse.
- Cada noche, abra el compartimiento de la pila y coloque el audífono en una caja de plástico sellada con algo que absorba la humedad; por ejemplo, pañuelos finos o granos de arroz.
- Asegúrese de que esté apagado cuando no se utilice, para ahorrarle vida a la pila.
- Mantenga el audífono alejado del agua y del calor; por ejemplo, de una estufa o una llama.

Cómo comprobar que la pila funciona:



- Quite el audífono y el molde auricular del oído.
 - Encienda el audífono y aumente el volumen al máximo.
- Ponga el audífono en la palma de su mano.
 - Si hay un silbido continuo, quiere decir que la pila está funcionando.
 - Si no hay ningún silbido, la pila debe ser reemplazada. Si todavía no hay un silbido después de ponerle una pila nueva, entonces podría haber un problema con el audífono y es necesario hacerlo revisar.

¡MANTENGA LAS PILAS DE LOS AUDÍFONOS ALEJADAS DE LOS NIÑOS PEQUEÑOS!

Los niños pueden tragarse las pilas, lo que provoca graves complicaciones que requieren una cirugía para retirarlas.

Los audífonos llevan pilas y deben cambiarse cada 7 a 10 días, dependiendo de cuánto se use. Si el audífono deja de funcionar, intente en primer lugar cambiar las pilas. Es importante revisar las pilas de los audífonos de un niño todos los días.

El molde auricular debe ser limpiado todos los días y secado con un paño. Una vez a la semana, puede quitar el molde y el tubo del audífono y lavarlos en agua jabonosa. De este modo, se eliminará todo resto de cerumen que pueda bloquear el molde.

Uso del audífono

Cuando el cerumen bloquea el molde auricular, el audífono puede dejar de funcionar.

El audífono puede emitir un silbido cuando no se introduce correctamente en el oído.

El audífono en sí nunca debe mojarse, o puede dañarse y dejar de funcionar.

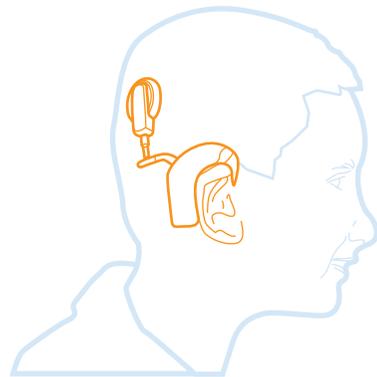
Cada pocos meses, el tubo que conecta el molde con el audífono debe ser reemplazado.

El molde auricular tiene que ser reemplazado cada año. Esto tendrá que hacerse más a menudo en los bebés y niños para asegurar que el molde se adapte a las orejas del niño, ya que están creciendo. Si el molde es demasiado pequeño para el niño, puede que el audífono emita un silbido.

¿Qué es un implante coclear?

Un implante coclear es un dispositivo médico electrónico para personas que tienen pérdida auditiva grave o profunda, para las cuales los audífonos no son lo suficientemente fuertes. A diferencia de un audífono, un implante coclear convierte los sonidos en señales eléctricas. Estas señales estimulan los vellos diminutos del oído interno y luego son transmitidas por el nervio auditivo al cerebro. El cerebro entiende estos sonidos o el habla y así la persona es capaz de oír mejor.

Para colocar un implante coclear, es necesario una cirugía.



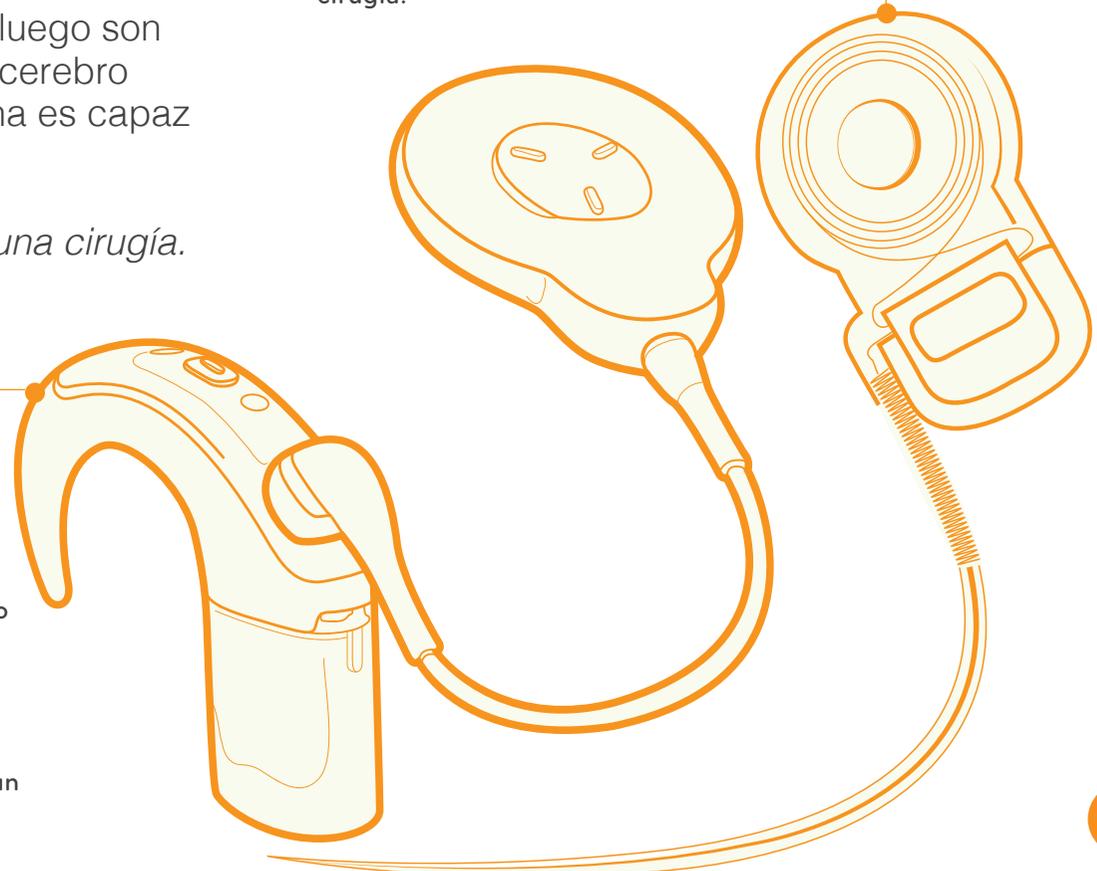
El implante coclear tiene dos partes:

1

Un procesador externo que se coloca detrás de la oreja o sobre la cabeza y tiene un aspecto similar al de un audífono.

2

Una segunda parte que se coloca bajo la piel, detrás de la oreja, por medio de una cirugía.



La historia de Shreya

Cuando Shreya tenía 7 meses, celebramos el festival indio de Diwali de la manera tradicional, con luces, dulces y petardos. Fue entonces cuando noté por primera vez que Shreya no respondía a los sonidos, ya que no se sobresaltaba ni reaccionaba, ni siquiera cuando estallaban los petardos más fuertes. Poco después, mi marido y yo la llevamos a un médico que le mandó hacerse pruebas de audición.

Después de las pruebas, quedó claro que Shreya era sorda. Nuestra familia nunca había conocido a nadie sordo antes y todos estábamos muy preocupados. Creíamos que, si no oía, Shreya no sería capaz de desarrollar el habla ni de ir a la escuela.

El doctor nos orientó y nos informó sobre el implante coclear; nos dijo que esto era una posibilidad para Shreya. Gracias al programa del gobierno, decidimos colocarle el implante. A los 3 años de edad, Shreya comenzó la rehabilitación.



Nuestra familia tuvo que trabajar duro para apoyar su rehabilitación. La llevábamos a terapia regularmente y volvíamos a ver al audiólogo cuando nos llamaban. Como resultado, Shreya pronto empezó a entender lo que se decía y lentamente empezó a hablar. Eso nos alegró mucho y continuamos con nuestros esfuerzos.

Ahora Shreya tiene diez años, asiste a la misma escuela que su hermano mayor y le encanta estudiar ciencias. También le gusta pintar y bailar. Pero lo que más le gusta es hablar. A veces, habla tanto que tenemos que pedirle que se calle.

Ahora les decimos a todos nuestros familiares y amigos que la pérdida auditiva puede ser tratada. Es importante que los padres lleven al niño a una evaluación si sospechan una pérdida auditiva. Es importante mantenerse alerta y actuar con prontitud.



Cómo ayudar a las personas con pérdida auditiva

¿Cómo hablar con alguien que tiene problemas de audición?

- Hable claro y despacio. ¡No grite!
- Póngase en un lugar con buena iluminación y mire a la persona para que pueda ver su rostro cuando usted le hable.
- No exagere ni distorsione los movimientos de los labios, ya que esto podría dificultarle a la persona entender lo que le dice.
- Intente mantener el ruido de fondo al mínimo, especialmente en la escuela y en el trabajo, ya que un ruido de fondo fuerte puede dificultar la audición de una persona con pérdida auditiva, incluso con un audífono.
- Si hay una persona con problemas de audición en un grupo (social, familiar o laboral) asegúrese de que las demás personas hablen de a una. Esto permite incluir a la persona con problemas de audición en las conversaciones.



¿Qué puedo hacer para ayudar a una persona que tiene pérdida auditiva o sordera?

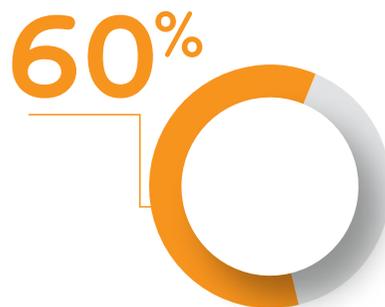
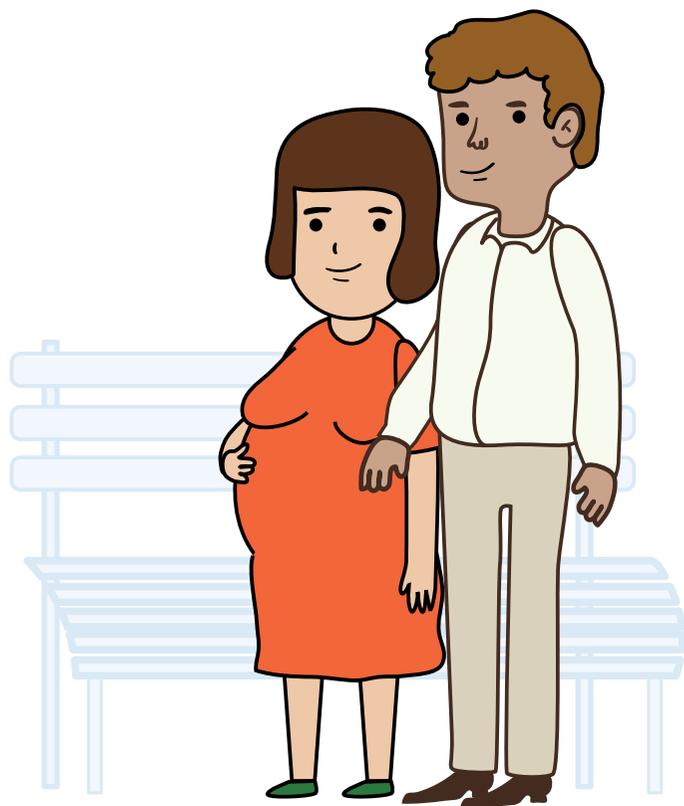
- Exhórtela a visitar una clínica y a que se haga un examen auditivo.
- Apóyela en el uso de audífonos o implantes, si usan. Ayúdela a revisar las pilas o a ver si el tubo está bloqueado con cerumen. Los niños pequeños y los adultos mayores pueden necesitar ayuda con esto.
- Enseñe a los niños a abogar por sus necesidades en casa y en la escuela. Por ejemplo, anímelos a que informen a la maestra o a sus padres cuando el audífono deja de funcionar, o que pidan a las personas que repitan lo que dicen si no pueden oírlos correctamente.
- Exhorte a las personas a que sean abiertas sobre su pérdida auditiva o la de su hijo y a no ocultarla.
- Oriente a los padres para que informen a los maestros de la pérdida auditiva de su hijo y los exhorten a colocarse



Recuerde que, con el cuidado y el apoyo adecuados, las personas con pérdida auditiva pueden hacer todo, excepto oír normalmente. Se las debe incluir en todas las actividades.

- Recuerde que, con el cuidado y el apoyo adecuados, las personas con pérdida auditiva pueden hacer todo, excepto oír normalmente. Se las debe incluir en todas las actividades.
- directamente frente al niño tanto como sea posible mientras le hablan.
- Informe a los padres y maestros sobre la lengua de señas y anímelos a aprenderla como medio de comunicación.

Prevención de la pérdida auditiva



Muchos casos de pérdida auditiva pueden prevenirse. Se estima que en los niños el 60% de la pérdida auditiva se debe a causas prevenibles. Muchas medidas sencillas pueden ayudar a prevenir la pérdida auditiva, como:

1 acunar a su hijo contra la rubéola, el sarampión, las paperas y la meningitis.



2 Asegurar que las madres y los bebés reciban una buena atención antes, durante y después del nacimiento.



3 Proteger los oídos de los sonidos fuertes en el trabajo y en el ambiente.

4



Seguir prácticas seguras mientras se escucha música con auriculares o en lugares como discotecas, conciertos o fiestas.

5



Preguntar a su médico si los medicamentos que usted toma pueden afectar su audición y cómo se puede evitar esto.

6



Cuidar bien de sus oídos de acuerdo con la lista de "qué hacer" y "qué no hacer".

Cuidado de los oídos: QUÉ HACER y QUÉ NO HACER

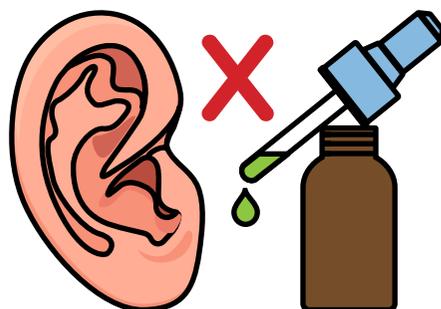
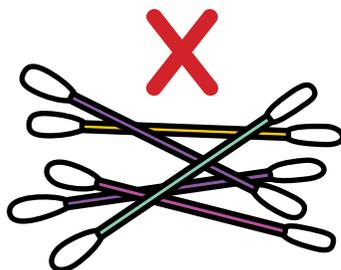
QUÉ HACER:

- Pida una prueba de audición para su bebé.
- Si sospecha que alguien tiene una pérdida auditiva, remítalo urgentemente a un trabajador de la salud. Esto es especialmente importante en el caso de los bebés y los niños.
- Consiga ayuda de un trabajador de la salud o de un médico si tiene dolor de oídos persistente, secreción del oído o cualquier otro problema del oído.
- Vea a un trabajador de la salud o asista a una clínica para que le quiten el cerumen u objetos extraños del oído.
- Ayude a los niños y adultos con el cuidado y mantenimiento de sus audífonos o implantes.
- Vaya al médico si su hijo tiene un resfriado que no mejora.
- Fomente el uso de protección auditiva para las personas que trabajan en lugares ruidosos.
- Anime a las familias y los docentes de alguien con pérdida auditiva a que aprenda la lengua de señas.
- Solo aplique en sus oídos los medicamentos que le haya recetado el médico.
- ¡Confíe en su instinto! Si sospecha que algo está mal en su oído, busque ayuda.



QUÉ NO HACER:

- NO ponga nada en el oído. No introduzca hisopos, tijeras, palillos, varillas ni velas hopi.
- NO ignore un oído que supura o secreta líquido.
- NO trate ninguna afección de los oídos con aceite caliente o frío, hierbas ni remedios caseros.
- NO nade ni se bañe en agua sucia.
- NO escuche ruidos ni música muy fuerte por largos períodos ya que esto puede causar pérdida auditiva.



Recuerde que el oído produce cerumen para protegerse y mantenerse limpio. Nunca se deben utilizar hisopos para la limpieza regular, ya que pueden empujar el cerumen más adentro y dañar el tímpano. ¡A veces el algodón puede quedarse dentro, como un cuerpo extraño!

Si alguna vez cree que una persona podría tener una pérdida auditiva, anímela a que pida ayuda a los trabajadores de la salud locales, que deberían poder realizarle algunas pruebas básicas de audición y derivarlas a especialistas médicos si es necesario.

Cuando escuche música en un dispositivo de uso personal (por ejemplo, un reproductor de MP3), mantenga el volumen por debajo del 60% del máximo, haga descansos frecuentes y limite el tiempo de escucha.



**Organización
Mundial de la Salud**

**PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN,
COMUNÍQUESE CON:**

Departamento de Enfermedades No
Transmisibles

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

Organización Mundial de la Salud
Avenida Appia 20
CH-1211 Ginebra 27
Suiza

978924002258

