

Phonak

Integración de “Oír bien es sentirse bien” en Focus conversaciones clínicas

La prevalencia de la pérdida auditiva es alta¹, pero a menudo se subestiman sus efectos y en el fondo sigue estando muy infratratada^{2,3,4}. Es el momento de cambiar el tono de la conversación de “necesita un audífono porque no oye bien” a una conversación sobre qué significan realmente oír bien y rehabilitación auditiva para una persona.

No es nuevo el debate científico que afirma que el bienestar general de una persona, en varios ámbitos como el socio-emocional, el cognitivo y el físico, está estrechamente vinculado con oír bien, y cada vez existen más pruebas que lo respaldan⁵. No obstante, puede resultar complejo integrar dichas pruebas en las consultas clínicas diarias de forma que sean fáciles de comprender y tengan un gran impacto.

Sabemos que nuestro sentido del bienestar es muy personal y multidimensional. Para una persona puede ser la felicidad, la independencia o mantenerse activo. Para otra persona, puede ser la participación social, las relaciones satisfactorias con familiares y amigos o los logros en el trabajo. El bienestar parece estar intrínsecamente



relacionado con los aspectos que más valoramos y esto, como sabemos, puede cambiar a lo largo de la vida.

La pérdida auditiva afectará a distintas personas de formas muy diferentes, y comprender en qué ámbito un usuario presenta mayores dificultades o qué ámbito es más importante puede facilitar la adaptación de sus mensajes para satisfacer de la mejor forma sus necesidades, con independencia del punto en que se encuentre el usuario en el viaje de la audición.

Aquí los audioprotesistas desempeñan una función clave, ya que se encuentran en una posición única que les permite cambiar el tono de la conversación situando la pérdida auditiva en un contexto más amplio de la vida saludable y hablar sobre cómo la pérdida auditiva y las dificultades de comunicación derivadas pueden afectar a los 3 ámbitos del bienestar.

Socio-emocional	Cognitivo	Físico
Desconectado Distante Sensible Frustrado Aislado Triste, deprimido Se queda en casa	Elusivo Confundido Agotado Olvidadizo Deja las actividades Cefaleas Irritado Cansado Trabaja mucho Exhausto	Aspecto/estética Tomado por sorpresa Nervioso Asustado Sorprendido No es consciente Vulnerable

Al hablar con el usuario, esté atento a “aspectos clave” para comprender qué ámbito está afectando en mayor grado a su bienestar. Utilice esta información para adaptar su asesoramiento y plan de tratamiento en consecuencia. En la siguiente tabla verá una lista resumida (no completa) de quejas clave. Estas pueden aportarle información sobre cómo puede estar afectando la pérdida auditiva del usuario a su bienestar general y qué beneficios de oír bien pueden ser los más importantes durante la definición de objetivos y la consulta sobre audífonos.

Inicio de la conversación

Escuche activamente las preocupaciones o quejas que un usuario puede tener. Coméntelas incluyendo a la pareja, amigo/a o pariente que haya acudido con él a la cita para obtener más información. Valide y afirme las respuestas que reciba con mensajes sobre los beneficios de oír bien que vayan más allá de únicamente la capacidad de oír.

“Cuando oímos bien, estamos preparados para abrazar la vida que queremos”. Cada vez más pruebas indican que tratar la pérdida auditiva puede afectar de manera positiva al bienestar de muchas formas distintas⁵”.



Oír bien fomenta un mayor compromiso, conexiones más fuertes y una perspectiva más positiva. Los usuarios de audífonos y sus interlocutores informan de beneficios sociales del uso de tecnología de audición^{6,7}.



Oír bien ayuda a la capacidad cognitiva⁸. Usar audífonos con más frecuencia está asociado con mejoras adicionales en la función cognitiva⁹.



Oír bien permite a la gente llevar un estilo de vida más activo y saludable.

Formule preguntas para ayudar a que los usuarios comprendan los efectos globales de oír mejor y de un uso constante de los audífonos.

Socio-emocional	Cognitivo	Físico
<p>“Oír bien nos permite tener una vida social activa, conectar con los demás y comunicarnos de manera eficaz: sin barreras”.</p> <p>“El uso de audífonos puede mejorar su calidad de vida, las interacciones sociales y la satisfacción de sus relaciones para usted y sus seres queridos”.</p> <p>Pregunte: <i>“Dígame cómo le afectaría no tener dificultades para oír. ¿Cree que afectaría a la decisión de salir más con amigos y familia?”.</i></p>	<p>“El cerebro desempeña una función esencial a la hora de escuchar y comprender los sonidos verbales, por lo que es importante mantenerlo estimulado”.</p> <p>“El uso de un audífono está relacionado con una mejor memoria⁸ y otras funciones cognitivas”.</p> <p>“El uso de un audífono reduce la cantidad de esfuerzo que tiene que realiza al escuchar, lo cual le deja energía mental para otros asuntos”.</p> <p>Pregunte: <i>“¿Cómo le afectaría poder oír mejor y participar en interacciones con otros sin sentirse agotado al final del día?”.</i></p>	<p>“Disponer de la solución auditiva adecuada significa estar preparado para enfrentarse a diferentes ambientes sonoros y tener un estilo de vida activo”.</p> <p>“Oír bien le proporciona una mayor conciencia ambiental y le ayuda a sentir más seguridad y confianza”.</p> <p>“Se ha observado que los audífonos facilitan la audición⁷, con lo cual usted se siente menos cansado”.</p> <p>Pregunte: <i>“Dígame, ¿de qué forma cambiaría su manera de interactuar con el entorno que le rodea si oyera mejor? ¿Saldría más a menudo? ¿Estaría más activo?”</i></p>

Ejemplos de la conversación “Oír bien es sentirse bien”

Socio-emocional	Cognitivo	Físico
<p>Janet comenta que le cuesta oír en entornos ruidosos y oír a sus nietos. Ha dejado de salir a comer y a menudo se queda en casa viendo la televisión y extraña poder relacionarse.</p>	<p>Carlos afirma que su audición está bien pero que debe trabajar mucho en ella. Su mujer dice que está cansado todo el tiempo y que a menudo se olvida de cosas que le acaban de decir.</p>	<p>María es viuda y vive sola. El año pasado, su casa se incendió y no fue consciente porque no pudo escuchar la alarma de incendios del piso de abajo. Le preocupa que su pérdida auditiva afecte a su capacidad de vivir de forma independiente.</p>
<p>El audioprotesista de Janet escucha sus quejas y reconoce sus dificultades para conectar con otros.</p> <p>Comentan los efectos de la pérdida</p>	<p>El audioprotesista de Carlos incluye de forma activa a la mujer de Carlos en la cita. Juntos comentan los estragos que supone la pérdida auditiva en el bienestar mental de Carlos.</p>	<p>El audioprotesista de María comprende que la pérdida auditiva puede afectar al sentimiento de seguridad y protección de una persona, en especial cuando esta vive sola.</p>

<p>auditiva en nuestro bienestar social y emocional, y cómo esto puede provocar introversión y aislamiento social.</p> <p>Por suerte, los audífonos están diseñados para corregir estos problemas y ayudar a mejorar la audición, en especial en entornos sociales.</p>	<p>Hablan sobre la interacción entre las funciones intelectuales y la audición, y sobre cómo las exigencias de escuchar con pérdida auditiva pueden sobrecargar la memoria y provocar dificultades en la vida diaria.</p> <p>Ríen juntos cuando se dan cuenta de que, incluso ahora, Carlos está completamente centrado en la conversación para no perderse nada de lo que se está diciendo.</p>	<p>Comentan las formas en que los audífonos abordan directamente estas cuestiones mejorando la consciencia circunstancial y su capacidad de utilizar el teléfono si necesitara ayuda.</p>
<p>El audioprotesista de Janet recomienda una prueba de tecnología de audición que incluirá el uso de los audífonos en un restaurante ruidoso.</p> <p>También comentan la participación de Janet en una organización local de personas con pérdida auditiva para ayudarla a socializar en un entorno cómodo.</p>	<p>El audioprotesista de Carlos recomienda una prueba de amplificación en la que participarán tanto él como su mujer de forma activa para supervisar la evolución de Carlos.</p> <p>También comentan el regreso de Carlos a algunas de sus viejas aficiones, como jugar a cartas o al ajedrez para ver si disfruta de ellas otra vez.</p>	<p>El audioprotesista de María recomienda una prueba de tecnología de audición con un seguimiento remoto para garantizar resultados satisfactorios con los audífonos en su entorno doméstico.</p> <p>El audioprotesista de María también recomienda accesorios asistenciales para abordar algunas de sus preocupaciones por la seguridad física en casa.</p>

V1.00/2020-06/NLG © 2020 Sonova AG All rights reserved

Conclusiones

Como hemos visto, la pérdida auditiva y sus repercusiones pueden pasar factura en muchos ámbitos de nuestra vida... Los audífonos son una de las mejores opciones de tratamiento para la pérdida auditiva, pero no la única. Plántese qué otras recomendaciones de tratamiento puede realizar para promover un mejor bienestar. Por ejemplo, recomendar un entorno social como un grupo de apoyo para pérdida auditiva para una persona a la que le cuesta superar el aislamiento. Anímelos a participar en conversaciones y en actividades. La construcción de relaciones es fundamental para una rehabilitación auditiva exitosa y para el bienestar general. Así como le animamos a pensar más allá de la pérdida auditiva, recuerde pensar más allá de los audífonos.

Referencias

1. Organización Mundial de la Salud (OMS). (2018). *WHO global estimates on prevalence of hearing loss*. Ginebra, Suiza: OMS. Extraído de <https://www.who.int/pbd/deafness/estimates/en/> el 1 de junio de 2020.
2. Laureyns, M., Best, L., Bisgaard, N., & Hougaard, S. (2015). *Getting our numbers right on Hearing Loss, Hearing Care and Hearing Aid Use in Europe*. Joint AEA, EFHOH, EHIMA report. Extraído de https://www.ehima.com/wp-content/uploads/2016/09/Getting-our-numbers-right-on-Hearing-Loss-and-Hearing-Care-26_09_16.pdf el 1 de junio de 2020.
3. Abrams, H. B., & Kihm, J. (2015). An Introduction to MarkeTrak IX: A New Baseline for the Hearing Aid Market. *The Hearing Review*, 22(6), 16. Extraído de

5. <http://www.hearingreview.com/2015/05/introduction-markettrak-ix-new-baseline-hearing-aid-market/> el 1 de junio de 2020.
6. Hougaard S., Ruf S., Egger C., & Abrams H. (2016) Hearing Aids Improve Hearing—and A LOT More. *Hearing Review*; 23(6):14 Extraído de <http://www.hearingreview.com/2016/06/hearing-aids-improve-hearing-lot/> el 1 de junio de 2020.
7. Vercammen, C., Ferguson, M., Kramer, S.E., et al. (2020). Well-Hearing is Well-Being. *Hearing Review*, 27(3), 18-22. Extraído de <https://www.hearingreview.com/hearing-loss/patient-care/counseling-education/well-hearing-is-well-being> el 1 de junio de 2020.
8. Ferguson MA, Kitterick PT, Chong LY, Edmondson-Jones M, Barker F, Hoare DJ. Hearing aids for mild to moderate hearing loss in adults. *Cochrane Database Syst Rev*. 2017;9: :CD012023.
9. Kamil RJ, Lin FR. The Effects of Hearing Impairment in Older Adults on Communication Partners: A Systematic Review. *J Am Acad Audiol*. 2015;26(2):155-182.
10. Karawani, H., Jenkins, K., & Anderson, S. (2018). Restoration of sensory input may improve cognitive and neural function. *Neuropsychologia*, 114, 203–213.
11. Winneke, A., Schulte, M., Vormann, M., Latzel, M. (2018). Spatial noise processing in hearing aids modulates neural markers linked to listening effort: an EEG study. *AudiologyOnline*, Article 2385