



Handy Handouts®

Folletos educativos gratuitos para maestros y padres

¿Puedes oír eso?

por Lindsey Wegner, M.A., CCC-SLP

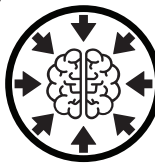


¿Puedes oír un silbido, rugido, pulsante, silbido, chirridos, silbidos o chasquidos cuando no hay otro sonido ¿está presente? Es posible que tenga tinnitus o "zumbidos en los oídos". La mayoría de los adultos han experimentado tinnitus en algún momento de sus vidas. Sin embargo, alrededor del 15% de los adultos han experimentado tinnitus tan grave que han buscado atención médica. La causa exacta del tinnitus aún se desconoce. No se considera como una enfermedad, sino más bien un síntoma de una enfermedad, al igual que una fiebre o dolor de cabeza es un síntoma de la gripe.

¿Cuáles son algunas de las causas comunes del tinnitus?



- La pérdida de audición, también conocida como presbiacusia, es muy común con el envejecimiento.
- Enfermedad de Ménière: un trastorno del oído interno causado por un líquido anormal en el oído interno.



- Ruido fuerte: exposición a corto plazo, como asistir a un partido de fútbol ruidoso o exposición prolongada a sonidos fuertes, como trabajar constantemente alrededor de la maquinaria puede causar daños permanentes.



- Migrañas
- Lesión en la cabeza o el cuello: los traumatismos en la cabeza o el cuello de cualquier forma pueden afectar la audición, nervios, que pueden provocar tinnitus.



- Acumulación de cera en el oído: cuando se acumula demasiada cera en el oído interno, puede resultar difícil de eliminar y causar pérdida de audición.



- Medicamentos o medicamentos, como antibióticos, medicamentos contra el cáncer, píldoras de agua. (Diuréticos), quinina, ciertos antidepresivos y aspirina en dosis altas puede empeorar el tinnitus.



- Anemia: una afección en la que no tiene suficientes glóbulos rojos saludables, células para transportar el oxígeno adecuado a los tejidos del cuerpo.



- Hipertensión: es una afección en la que tiene sangre anormalmente alta presión.
- Fumar cigarrillos: los fumadores tienen un mayor riesgo de desarrollar tinnitus.



Handy Handouts®

Folletos educativos gratuitos para maestros y padres
(cont.)

¿Cómo puedo ayudar a prevenir el tinnitus?



- Utilice protección auditiva. Usar tapones para los oídos en eventos ruidosos a lo largo del tiempo puede ayudar con la audición general y disminuir la pérdida auditiva asociada con el envejecimiento.



- Baja el volumen. Cuando escuche música, no suba el volumen en todo el camino. Mantenga el sonido a un volumen cómodo.



- Cuida tu salud cardiovascular. Es importante hacer ejercicio con regularidad y comer bien.



Recuerde, el tinnitus no es una enfermedad específica; es un síntoma de ser un problema mayor. Si está experimentando efectos secundarios graves debido al tinnitus, debe recibir un examen médico e informe al médico de sus síntomas de tinnitus. Además, debe tener una evaluación auditiva completa realizada por un audiólogo.

Recursos:

"Tinnitus" (2017) Retrieved 1/25/18 from <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/tinnitus/symptoms-causes/syc-20350156>

"Tinnitus" Retrieved 1/25/18 from <http://www.asha.org/public/hearing/Tinnitus/>

Más Handy Handouts® GRATIS, visite www.handyhandouts.com