



GUIA PRÁTICO II

FALAR SOBRE PERDA AUDITIVA É MUITO IMPORTANTE



FERRAMENTAS, TESTES E DICAS
Para conversar sobre uma melhor audição



WIDEX
ESPECIALISTAS
EM AUDIÇÃO





FALAR SOBRE PERDA AUDITIVA

Conviver todos os dias com alguém que sofre de perda auditiva é **difícil e pode ser uma fonte de frustração.**

A perda auditiva é uma questão que pode afetar toda a família e os amigos, sendo, muitas vezes, um tema muito **difícil de abordar.**

Este guia contém **ferramentas, dicas e testes** para que seja mais fácil conversar sobre a perda auditiva e encontrar uma boa solução para ambos.

NÃO É SÓ CONVERSA

5

FACTOS SOBRE
O **IMPACTO SOCIAL**
DA PERDA
DE AUDIÇÃO

SABIA QUE?

1 **70% das pessoas** com perda de audição acredita que deveria ter colocado os aparelhos auditivos mais cedo, porque melhoram a sua vida, saúde mental e emocional, bem como o seu desempenho no trabalho.

2 Usar aparelhos auditivos não faz parte dos objetivos de ninguém. No entanto, deixar de perceber o que se passa ao seu redor não é, igualmente, desejado. Faz parte do envelhecimento aceitar que precisamos de ajuda.

3 **94% das pessoas** que têm um aparelho auditivo acredita que este melhorou a sua qualidade de vida.

4 As pessoas que têm perda de audição e não estão a tratá-la são mais afetadas pela **tristeza** e pela **depressão**, e são **menos ativas socialmente** do que as pessoas que utilizam aparelhos auditivos.

5 As pessoas que sofrem de perda de audição poderão sentir-se **confusas, ter dificuldade em se concentrarem, pensamentos que distraem, auto-estima reduzida, e problemas de comunicação.**

6

SUGESTÕES PARA
COMUNICAR DE
FORMA EFICAZ



SUGESTÃO N.º 1 NÃO GRITAR

Normalmente, o principal problema do utilizador do aparelho auditivo não é o volume da sua voz, mas sim a articulação das palavras. É bastante mais útil que fale de forma clara e mais lenta, sem exageros. Gritar pode ser desconfortável para quem tem perda auditiva.

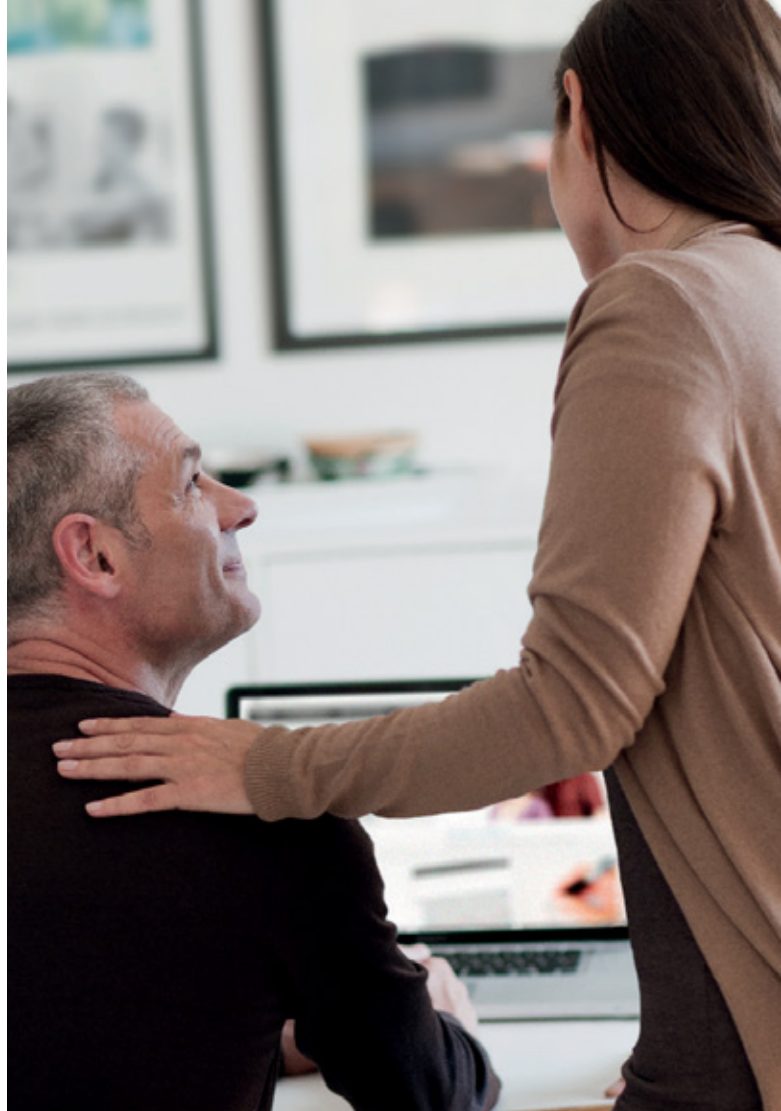
SUGESTÃO N.º 2 MANTER A SUA CARA VISÍVEL

As pessoas com perda auditiva dependem muito dos seus outros sentidos. Há muitas pessoas que leem os lábios enquanto falam consigo, mesmo que isso seja por vezes realizado de forma inconsciente.



SUGESTÃO N.º 3 **MANTER** **CONTACTO VISUAL** E DIZER O NOME DA PESSOA

Quando pretender abordar alguém, faça contacto visual. No caso de se conhecerem bem, pode tocar na pessoa para captar a sua atenção.



SUGESTÃO N.º 4 **PERMANECER** **PERTO** DA PESSOA COM QUEM ESTÁ A FALAR

O nível da sua voz está associado à distância a partir da qual está a falar.

Até alguns passos mais longe da pessoa pode dificultar a conversa.





SUGESTÃO N.º 5 **EVITAR SONS** **ALTOS** DOS MEIOS ENVOLVENTES

Qualquer tipo de ruído de fundo dificulta bastante a comunicação de uma pessoa que usa um aparelho auditivo. E normalmente as pessoas não querem que a sua perda auditiva seja um incómodo para os outros. Desligue a TV ou o rádio, ou leve a conversa para um local mais silencioso.

SUGESTÃO N.º 6 **REFORMULAR** AS SUAS FRASES, SE NECESSÁRIO

Os problemas de audição estão muitas vezes associados à incapacidade de ouvir determinados sons ou à confusão de determinados sons por outros.

As pessoas com perda auditiva poderão ouvir algumas das palavras de uma frase, mas não entender a mensagem oral. A reformulação pode ajudar.



JÁ ESTÁ **PREPARADO**

Vamos terminar este assunto para que se possa juntar à conversa.

Lembre-se de:

- Não gritar
- Manter a sua cara visível
- Manter contacto visual e dizer o nome da pessoa
- Permanecer perto da pessoa com quem está a falar
- Evitar sons altos dos meios envolventes
- Reformular as suas frases, se necessário

CONVERSE HOJE **SOBRE AS** **POSSIBILIDADES**

A tecnologia dos aparelhos auditivos nunca se desenvolveu tão rapidamente como nos últimos anos. O que é possível hoje em dia era impensável há apenas 5 anos atrás. **Os aparelhos auditivos estão cada vez mais inteligentes, rápidos, pequenos e precisos.**

Alguns aparelhos até **aprendem com a experiência auditiva real do utilizador, por meio de algoritmos de aprendizagem avançados.**



Falem um com o outro.
Falem connosco.



COMO **COMUNICAR** COM OS UTILIZADORES DE APARELHOS AUDITIVOS

Uma boa comunicação requer sempre algum esforço por parte das pessoas envolvidas na conversa. Quando se trata dos utilizadores de aparelhos auditivos, isso não muda. De facto, requer um pouco mais de atenção.

É possível que tenha um amigo, familiar ou colega de trabalho que use um aparelho auditivo. Talvez não saiba realmente como deve comunicar de forma eficaz com eles para evitar qualquer frustração e constrangimento.

Não se preocupe, dar-lhe-emos algumas sugestões simples que farão com que isso seja muito mais fácil.



OS APARELHOS AUDITIVOS **NÃO RESTABECEM** A NORMALIDADE DA SUA AUDIÇÃO

Antes de passarmos para as sugestões, queremos partilhar consigo uma mensagem importante: os aparelhos auditivos não restabelecem a normalidade da audição.





Os aparelhos auditivos são uma ajuda preciosa para as pessoas com problemas auditivos, mas nunca será como ouvir normalmente. Normalmente, os utilizadores inexperientes em particular precisarão de algum tempo para se adaptarem aos aparelhos auditivos e aos sons esquecidos.

Até o som da própria voz é diferente. E os sons não ouvidos durante anos, como os barulhos das folhas de um jornal ou o chilrear dos pássaros à distância, surgem todos de repente. Habituar-se a todos estes sons demora tempo E é necessária muita energia para se concentrar numa conversa.

A boa notícia é que pode tornar tudo bastante mais fácil para si e para os utilizadores de aparelhos auditivos.

A close-up photograph of a woman with blonde hair, wearing a white knit beanie and a blue and white striped scarf. She is smiling broadly, showing her teeth, and looking slightly to the right. A hand is visible on her shoulder, suggesting she is being embraced. The background is a bright, clear blue sky.

“Desde que o meu marido colocou os aparelhos auditivos, nunca mais os retirou. Fez uma enorme diferença nas nossas vidas.”

Maria

A photograph of a man and a woman in winter clothing. The man is wearing a blue knit beanie and a dark turtleneck, with his arms around the woman. The woman is wearing a grey knit sweater. They are both smiling and looking down. The background is a soft, out-of-focus landscape.

BOAS NOTÍCIAS PARA QUEM DIZ HÁ MUITO TEMPO **“POR FAVOR MELHORA A TUA AUDIÇÃO”**

Existem tantas maneiras de devolver a audição aos seus entes queridos. **O seu parceiro poderá estar a evitar procurar ajuda por se preocupar com o estigma associado à visibilidade dos aparelhos auditivos.**

Hoje em dia, os **aparelhos auditivos são muito pequenos e discretos**. Pode, inclusivamente, optar por escolher uma cor semelhante à do seu cabelo ou da sua pele e torná-los praticamente invisíveis.

NÃO É SÓ CONVERSA

5

FACTOS
SURPREENDENTES
SOBRE A **TECNOLOGIA**
DE APARELHOS
AUDITIVOS

SABIA QUE?

1 A maioria dos aparelhos auditivos modernos são concebidos para serem tão discretos que quase nem dá por eles.

2 Hoje em dia, um aparelho auditivo pesa aproximadamente duas gramas – o mesmo que dois cliques.

3 Não existem dois aparelhos auditivos iguais. Os aparelhos auditivos modernos são como impressões digitais – são ajustados à sua medida.

4 Muitos aparelhos auditivos avançados têm a capacidade de um computador portátil.

5 Muitos aparelhos auditivos já podem ser controlados a partir do seu telemóvel.



Av. Duque D'Ávila, 141 - 6º
1050-081 Lisboa, Portugal

Nº Verde: **800 200 343**
www.widex.pt