

# ASCOLTA RESPONSABILMENTE



**Guida per un udito sereno**

ASCOLTA  
RESPONSABILMENTE

“Un paese che sente meglio  
è un paese più civile”

*Bruno Vespa*

**Udito Italia** è una organizzazione no profit impegnata nella sensibilizzazione e prevenzione dei disturbi uditivi. Lo scopo principale della sua azione è quello di promuovere e sostenere una campagna globale contro tutte le forme di sordità evitabili.



Udito Italia collabora con l'**Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS)** ed è membro permanente del **World Hearing Forum**. In Italia ha instaurato una rete di collaborazioni con tutte le più importanti società scientifiche e associazioni di settore.

Il certificato di Membership OMS

È promotrice della **Giornata mondiale dell'Udito** in Italia e organizza numerose campagne di sensibilizzazione, tra cui **"Nonno Ascoltami!®"** che gode del patrocinio del **Ministero della Salute** e ha ricevuto 2 medaglie d'oro dal **Presidente della Repubblica Italiana**.



La medaglia d'oro della Presidenza della Repubblica

« Con la nostra Guida *"Ascolta responsabilmente"* vogliamo spiegare che bastano alcune semplici regole per proteggere il proprio udito. Riteniamo che la comunicazione al servizio dei cittadini sia molto importante per stimolare una coscienza sanitaria. Ma dobbiamo imparare noi per primi a prenderci cura della nostra salute ».

Valentina Faricelli  
Presidente Udito Italia Onlus

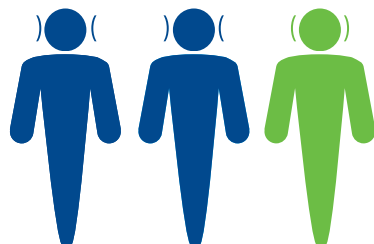
*Valentina Faricelli*

## SENTIRE BENE È VIVERE MEGLIO

L'udito è fondamentale per la vita sociale di ognuno di noi, influisce sulla nostra capacità di comunicare e stare insieme agli altri, permettendo una vita attiva e piena.

Ogni giorno in Italia 30 persone scoprono di avere un disturbo uditivo, un problema che coinvolge 1 persona su 3 oltre i 65 anni.

Nel mondo l'ipoacusia colpisce circa 360 milioni di persone, 7 milioni solo in Italia, pari al 12% della popolazione.



**1 PERSONA SU 3  
DOPO I 65 ANNI**

**360 MILIONI  
NEL MONDO**

**7 MILIONI  
IN ITALIA**



**L'UDITO, UNA VOLTA PERSO, NON SI RECUPERA PIÙ.  
PER QUESTO È FONDAMENTALE INDIVIDUARE PRECOCEMENTE  
QUALSIASI DISTURBO E AGIRE TEMPESTIVAMENTE.**

## RICONOSCERE LA PERDITA UDITIVA

Se hai riscontrato uno o più di questi sintomi è importante effettuare appena possibile un controllo dell'udito:

- non senti il campanello della porta o il telefono?
- hai bisogno di alzare il volume della televisione?
- chiedi di ripetere più volte la stessa frase perché la voce non è chiara?
- ti estranei da una conversazione di gruppo?
- hai difficoltà a comprendere le voci femminili e quelle dei bambini?
- hai difficoltà nel capire le parole delle persone se non le guardi in faccia mentre parlano?

Numerosi studi hanno dimostrato che le persone che soffrono di disturbi uditivi sviluppano preoccupazione, scarsa vita sociale, ansia, tristezza e disturbi cognitivi.

## I NUMERI

La percentuale di coloro che riconoscono e affrontano il problema della perdita uditiva è ancora molto bassa.

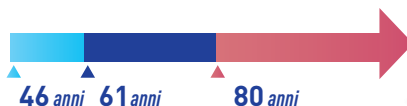
## IPOACUSIA IN ITALIA

**7 MILIONI DI IPOACUSICI**



**il 75%** non porta un apparecchio acustico

Trascorrono dai 5 ai 7 anni prima che una persona accetti di avere **PROBLEMI DI UDITO**



FONTE Anifa/Assobiomedica

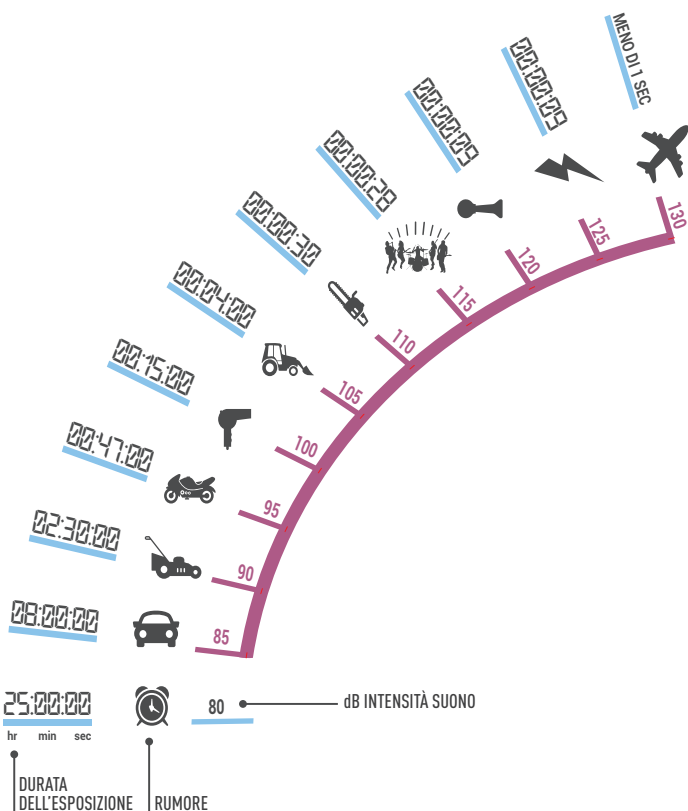
Ogni giorno 30 persone scoprono di avere problemi di udito e, da sola, la sordità rappresenta il 30% di tutte le cause di invalidità.

# L'ESPOSIZIONE QUOTIDIANA AL RUMORE: I LIVELLI AMMESSI

I livelli di ascolto sicuro dipendono dall'intensità del suono (volume), dalla durata dell'esposizione (quanto tempo) e dalla sua frequenza (quanto spesso).

Si considera "non pericoloso" un livello di intensità massimo di 85 dB, per una durata di ascolto di 8 ore.

Di seguito una tabella esemplificativa del rapporto tra intensità del suono e durata dell'esposizione:



## CAUSE DELL'IPOACUSIA

Lipoacusia non riguarda solamente le persone anziane. Oltre all'età, infatti, molteplici sono le cause che possono provocarla.



**ESPOSIZIONE PROLUNGATA  
A RUMORI >80 DB**



**INVECCHIAMENTO**



**FATTORI EREDITARI**



**INFEZIONI DA  
BATTERI O VIRUS**



**ABUSO DI FARMACI,  
ALCOL O FUMO**



**OTOSCLEROSI**

## ASCOLTARE IN SICUREZZA

### Decalogo per un ascolto senza rischi

1



Quando si utilizzano gli auricolari, non superare il 60% dell'intensità massima dell'erogatore e mai per oltre 8 ore al giorno.

2



Indossare dei mezzi otoprotettori (tappi per le orecchie) negli ambienti in cui l'intensità massima è molto elevata (discoteche, bar, locali notturni).

3



Usare i farmaci sotto uno stretto controllo medico, perché anche i medicinali possono influire negativamente sul nostro udito.

4



Ridurre l'esposizione a rumori forti, facendo delle pause durante l'ascolto.

5



Limitare l'utilizzo di cuffie e auricolari e rispettare le soglie di sicurezza del volume negli smartphone, che ci aiutano a monitorare i livelli di ascolto sicuri.



6



**Ai primi segnali di abbassamento dell'udito, rivolgersi subito a uno specialista. La prevenzione è fondamentale.**

7



**Controllare periodicamente l'udito anche approfittando degli screening uditivi di piazza.**

8



**Ridurre il consumo di alcol e tabacco.**

9



**Prevenire e curare le infezioni dell'orecchio (otiti) con tempestività.**

10



**Non utilizzare i bastoncini di cotone per l'igiene dell'orecchio.**

**Prenditi cura del tuo udito  
con l'aiuto di uno specialista**

**AUDIOLOGO OTORINOLARINGOIATRA**

**e rivolgiti a un AUDIOPROTESISTA  
per scegliere l'apparecchio acustico più adatto a te**



## RISOLVERE IL PROBLEMA

L'ipoacusia in molti casi peggiora nel tempo, influenzando negativamente la qualità della vita. Oggi il problema, nella maggior parte dei casi, può essere affrontato con ottimi risultati sia mediante le moderne tecnologie protesiche sia attraverso gli impianti cocleari.

### Apparecchi acustici

Gli apparecchi acustici vengono selezionati, applicati e controllati dall'audioprotesista in base al livello di perdita uditiva, ai singoli bisogni e stili di vita. Una protesi acustica preparata appositamente e su misura per il tipo di perdita uditiva è sicuramente il più comodo ed efficace mezzo per vincere la sordità.

Gli **endoauricolari** vengono realizzati su misura del paziente, attraverso la presa di un'impronta del condotto uditivo da parte del tecnico audioprotesista, che di seguito viene lavorata per crearne uno perfettamente adattabile alla forma del condotto del paziente.



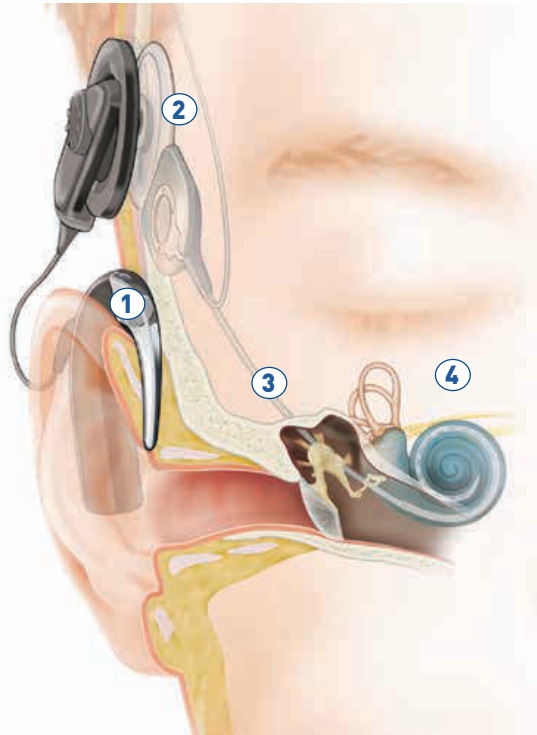
Gli apparecchi **retroauricolari** sono posizionati dietro il padiglione auricolare. La maggiore dimensione rispetto agli altri apparecchi consente di avere circuiti elettronici più complessi e amplificatori più potenti per i casi di perdite uditive gravi o particolarmente difficili.

## Impianti cocleari

Gli impianti cocleari sono concepiti per trattare pazienti con sordità grave o profonda e possono aprire le porte ad un mondo di suoni sia ai pazienti nati sordi che a quelli la cui capacità uditiva è stata danneggiata. L'intervento chirurgico per l'applicazione dell'impianto cocleare è un'operazione di routine della durata di 2-3 ore, necessarie per impiantare le parti interne dell'impianto cocleare sotto la pelle e nella coclea.

### Come funziona un impianto cocleare

- ① Un processore, generalmente indossato dietro l'orecchio, cattura il suono e lo codifica in impulsi elettrici. Il processore fornisce energia a tutto il sistema attraverso una batteria.
- ② Il processore trasmette il segnale codificato attraverso una antenna o bobina all'impianto posizionato sotto la pelle.
- ③ L'impianto converte il segnale codificato in impulsi elettrici che vengono inviati e attraverso un cavo elettrodoico (array) inserito all'interno della coclea.
- ④ I contatti presenti sull'array inviano impulsi elettrici direttamente al nervo acustico e da qui al cervello, che li interpreta come sensazione uditiva.



## COME OTTENERE GLI APPARECCHI ACUSTICI?

**Invalidi sul lavoro** e **Invalidi civili** hanno diritto a un contributo per l'apparecchio acustico, che può anche essere del tutto gratuito.

**L'invalido sul lavoro** (se è riconosciuta l'ipoacusia) deve presentare alla sua sede **Inail**:

- una domanda;
- una Scheda Progetto per l'apparecchio richiesto, rilasciata dall'audioprotesista di fiducia;
- un preventivo della ditta prescelta (alcune sedi Inail richiedono più preventivi).

**L'invalido civile** deve presentare al **Servizio di riabilitazione della Asl** in cui ha la residenza:

- una domanda;
- una copia del verbale di invalidità che attesti il diritto al contributo (deve essere stata riconosciuta l'ipoacusia);
- un esame audiometrico rilasciato da una struttura pubblica (Asl o Ospedale);
- una scheda in cui lo specialista della Asl indica la tipologia di protesi prescritta;
- un preventivo della ditta prescelta.

Ogni 5 anni si rinnova il diritto di richiedere il contributo per una nuova fornitura.

## E per chi non è invalido?

A parte le invalidità sul lavoro, che seguono una normativa speciale, tutti possono richiedere il riconoscimento dello status di **Invalido Civile**.

Per ottenere l'Invalidità civile occorre:

- presentare a un patronato il certificato medico telematico (valido 30 giorni, riporta le patologie da cui si è affetti, tra le quali sia indicata l'ipoacusia), che viene rilasciato dal proprio medico;
- predisporre la documentazione specialistica (esami, cartelle cliniche, referti) che verrà visionata dalla apposita Commissione in 30 - 60 giorni.

La quota prevista per gli apparecchi acustici permette di ottenere gratuitamente le protesi analogiche (le più semplici).

È però possibile integrare la quota dell'ente, per fornirsi di apparecchi acustici di tecnologia digitale moderna, più piccoli esteticamente e dotati di maggiori funzionalità.

In questo caso si parla di **apparecchi acustici riconducibili**.

Il tuo audioprotesista ti aiuterà a individuare la soluzione migliore e ottenere il beneficio richiesto.

A cura del dottor Bruno Odoardi, audioprotesista

## L'IPOACUSIA NEI BAMBINI: COSA FARE?

Una normale capacità uditiva è un presupposto necessario per lo sviluppo intellettuale e linguistico. È importante, dunque, individuare precocemente una perdita uditiva.

Le ipoacusie possono essere congenite o acquisite e hanno molteplici cause (ereditarie, genetiche, infettive). Circa **1-2 bambini** ogni 1000 neonati possono nascere con problemi d'udito permanenti, numero che aumenta nella scuola primaria a circa **3-4 su 1.000**.

Esistono diverse forme di ipoacusia, a seconda delle parti dell'orecchio coinvolte (esterno, medio e interno) e possono essere classificate come trasmissive, neurosensoriali o miste, possono essere temporanee o permanenti e di diversa entità (lieve, media, moderata o severa).

## Come possiamo sospettare una ipoacusia in età infantile?

Oggi, grazie a uno screening uditivo universale a cui vengono sottoposti tutti i nuovi nati, le ipoacusie gravi o medio-gravi vengono individuate precocemente. Successivamente, grazie agli esami strumentali, è possibile valutare la capacità uditiva anche nei bimbi molto piccoli.

## Quali sono i segnali a cui fare attenzione?

Quando i bambini sono molto piccoli, la mancata reazione a rumori improvvisi e lo sviluppo del linguaggio rallentato o assente. Nei bimbi in età scolare, se il piccolo appare disattento in classe, se durante i dettati ripete sempre gli stessi errori, se tende a farsi ripetere le cose o ad alzare eccessivamente il volume del televisore.

## Ipoacusia temporanea o permanente: che fare?

Fortunatamente in età infantile **la maggiore causa dei disturbi dell'udito è reversibile**, essendo spesso causata da una otite media effusiva che comporta un accumulo di muco a livello dell'orecchio. Questo disturbo è spesso conseguente a raffreddori, tonsilliti e otiti medie. Il trattamento in prima istanza è di tipo clinico e successivamente se non regredisce è chirurgico. Meno frequentemente, l'ipoacusia è permanente.

Queste forme vanno trattate, a seconda dei casi, **con protesi acustiche o chirurgicamente mediante impianto cocleare o protesi impiantabili**.

Ad oggi infatti sia le protesi acustiche, che gli impianti cocleari e le protesi impiantabili, consentono di migliorare anche quelle forme di ipoacusia gravissime, incidendo significativamente sullo sviluppo linguistico e intellettuale.

È importante quindi porre attenzione a tutti quei segnali che possono essere spia di una ridotta capacità uditiva e consultare quanto prima il pediatra.

A cura della dottoressa Claudia Cassandro,  
Azienda Ospedaliera-Universitaria "Città della Salute e della Scienza" Torino

La Guida "Ascolta Responsabilmente" è realizzata dall'Ufficio Stampa "Nonno Ascoltami!®" con la consulenza del dottor Paolo Petrone, "UOC Otorinolaringoiatria, Ospedale Di Venere Bari".

Revisione scientifica a cura del professor Roberto Albera, direttore struttura complessa Otorinolaringoiatria - Azienda Ospedaliera Universitaria "Città della Salute e della Scienza", Torino.

## IL MANIFESTO “UNA NUOVA ALLEANZA PER L'UDITO”

*Nel maggio del 2017 l'Assemblea Mondiale della Salute ha emanato la storica Risoluzione WHA 70.13 sulla prevenzione della sordità e della perdita dell'udito, la cui attuazione è stata delegata alla creazione di un'alleanza globale, il World Hearing Forum (WHF) chiedendo il coinvolgimento di tutti i governi nazionali. Udito Italia Onlus, in qualità di membro del WHF, intende rafforzare l'azione di promozione della salute dell'udito quale priorità di sanità attraverso una Nuova Alleanza per l'Udito che accoglierà i medesimi obiettivi della Risoluzione.*



**FIRMA** anche tu il Manifesto,  
**UNISCITI** alla Nuova Alleanza per l'Udito  
SU

**uditoitalia.it**



**Abbiamo una grande occasione per promuovere una nuova cultura dell'udito in cui ipoacusia e sordità siano riconosciute quali bisogni sanitari al pari di altre cronicità.**



Giornata dell'udito

Nonno<sup>®</sup> ascolta!

OSPEDALI  
APERTI



**Sostieni la Onlus**

Dona il tuo **5X1000** codice fiscale **91145820683**

**IBAN IT90 F030 6915 4221 0000 0000 639**

**Intestato a Udito Italia Onlus**



**“Nonno Ascoltami!® – Udito Italia Onlus”**

Corso Vittorio Emanuele II, 147 - 65122 Pescara

Tel. 085 2056896 - 392 9055930

associazione@uditoitalia.it - www.uditoitalia.it

Member of:



World Health  
Organization