

# Recursos para la práctica de la escucha

## CONSEJOS DE USUARIOS AB

¿Estás recién implantado? ¿Tienes un procesador actualizado o tal vez quieres mejorar tus habilidades de escucha con tu implante coclear (IC)? ¿Tienes acceso limitado a internet? ¡Estamos aquí para ti!

Practica tanto como puedas, y tus resultados mostrarán la mejora. La familia de usuarios de AB proporcionó esta información, incluyendo consejos y sugerencias de sus propias experiencias personales en rehabilitación auditiva.

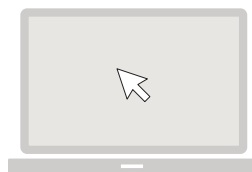
### CONSEJOS PARA EL ÉXITO AUDITIVO CON IC:



- Uso constante del dispositivo. Usa tu procesador todo el tiempo que puedas todos los días. Se recomienda de la mañana a la noche.
- Si también usas un audífono en el oído no implantado, quítate el audífono mientras realizas prácticas de audición sólo con tu IC, pero de lo contrario, úsalo todo el tiempo.
- Cuando no reconozcas un sonido en tu hogar o entorno... búscalo. Identifica el sonido para saber de qué se trata la próxima vez que lo escuches. Por ejemplo, el goteo de agua, el motor del refrigerador, la máquina de café, etc. Ayuda a que tu cerebro se adapte a todos los nuevos sonidos a los que tiene acceso.
- Sin prisa y con constancia ganarás la carrera. ¡Sé paciente!

### PORTAL DE REHAB DE ADVANCED BIONICS:

*Herramientas que te ayudarán a aprender a escuchar nuevamente o por primera vez.*



- Obtén acceso a todos los recursos de rehabilitación de AB en línea. Elige recursos diseñados exclusivamente para ti en español o inglés.
- Encuentra todo lo que necesitas en un espacio digital. Disfruta de la libertad de usar variadas herramientas a tu propio ritmo, en tu propio hogar.
- Comience ya, desde cualquier dispositivo a utilizar recursos en español o inglés que acompañen tu camino auditivo: [ABREHABPORTAL.COM](https://www.abrehabportal.com)

## EJERCICIOS DE REHAB SIN ACCESO A INTERNET:



- Actividades en [THELISTENINGROOM.COM](https://www.thelisteningroom.com). Encontrarás ejercicios descargables e imprimibles para ser realizados en casa.
- Lee en voz alta el periódico: puedes leerlo tú mismo o que alguien lo lea. Al inicio, si es demasiado difícil escuchar a otra persona leer, toma 2 copias y sigue la lectura mientras alguien la lee. Leer en voz alta el manual de usuario de tu procesador AB es aún mejor... 😊
- También puedes hacer esto con menús de restaurantes. Muchos tienen menús para llevar, puedes recoger algunas copias y llevar a casa. Otras opciones: recetas de cocina, instrucciones de algún electrodoméstico, etc.
- Sigue la lectura de un libro junto a su grabación (audio libro): puedes seguir el libro mientras escuchas la voz del lector. Tu bibliotecario puede ayudarte a estar seguro de que tengas la versión íntegra que coincidirá con el libro grabado. Visita tu biblioteca local para consultar.

## FRASES COTIDIANAS EN EL HOGAR:



- Escribe en tarjetas de notas, tantas frases cotidianas como puedas recordar que encuentres en tu casa. Ejemplo: *¿Quieres un café? ¿Qué hora es? ¿Qué hay para cenar? ¿Puedes sacar la basura? Voy a tomar una ducha. Cierra la puerta, etc.*
- Léelas en voz alta para ti varias veces al día para que puedas acostumbrarte a cómo suenan.
- Pídele a un familiar o amigo que las lea en voz alta
- Cuando te sientas listo, pídele a alguien que te ponga a “prueba” eligiendo algunas tarjetas (tal vez 3-4) y comenzando con una lectura en voz alta identifica lo que está diciendo.
- Continúa agregando más frases hasta que te sientas más seguro al identificarlas todas.

## ÚLTIMOS CONSEJOS:

Cuando practiques recuerda que al principio es importante mantener las cosas simples. Por ejemplo, al crear ejercicios de rehabilitación en casa recuerda este cuadro:

MENOR DESAFÍO	MAYOR DESAFÍO
Palabras que son muy diferentes entre sí	Frases y palabras que son más similares
Menos opciones	Más opciones
Orador cerca de ti	Orador más lejos
Hablando claramente y frente a ti	Voces suaves / cuchicheo
Hablando a un ritmo más lento	Velocidad o discurso más rápido
Voces en vivo	Teléfono o voces grabadas

## LÍNEA DE RECURSOS EN ESPAÑOL:

Contacta con Advanced Bionics en español mediante la línea de recursos exclusiva en español: [1.833.277.5647](tel:18332775647) – [escucha@advancedbionics.com](mailto:escucha@advancedbionics.com)