Come Fare un Test dell'Udito a Casa

Che cosa misura davvero ogni test dell'udito fatto in casa, quale si avvicina a una clinica e dove sta un gioco di toni.

Autore: Lubor Šimůnek · Pubblicato: November 9, 2026 · Produttività
Versione online: https://appstoryo.com/it/blog/how-to-test-your-hearing-at-home



Puoi controllare l'udito a casa in tre modi: il test uditivo di Apple sugli AirPods Pro 2 o 3, che percorre da 250 Hz a 8 kHz in circa cinque minuti; uno screening validato come hearWHO; oppure un questionario di 10 domande che non richiede nessuna app. EarCheck: Hearing Test è un gioco di toni gratuito per iPhone, l'estremo giocoso di quella lista.

Informativa: AppStoryo è gestito dallo studio che sviluppa EarCheck: Hearing Test. Il confronto qui sotto usa criteri verificabili pubblicamente e nomina alternative reali.

Solo una di quelle opzioni è un gioco, ed è la nostra. EarCheck: Hearing Test è gratuita sull'App Store, 22,3 MB, iOS 16.0 o successivo, in 44 lingue di negozio. Verificato il 2 novembre 2026, non ha una scheda su Google Play, quindi tutto quello che segue su di essa è una risposta per iPhone e iPad.

Si può davvero fare un test dell'udito a casa?

Si può fare uno screening, e la cosa più vicina a una clinica è già dentro iOS. Apple afferma che il test uditivo con AirPods Pro 2 o AirPods Pro 3 può stabilire se hai una perdita uditiva e mostra l'udito a ciascuna frequenza in decibel di livello uditivo. Va da 250 Hz a 8 kHz in circa cinque minuti ed è pensato per chi ha 18 anni o più.

Un'autorità ha già tracciato una linea qui. Il 12 settembre 2024 l'ente statunitense per farmaci e dispositivi ha autorizzato il primo software per apparecchi acustici da banco, la funzione apparecchio acustico degli AirPods Pro compatibili, per adulti dai 18 anni con perdita uditiva percepita da lieve a moderata, dopo uno studio su 118 partecipanti. Leggi

bene il perimetro: copre l'amplificazione, non i test di toni.

Che cosa misura una clinica che un telefono non può misurare?

Dove si colloca il problema, non solo che esista. L'associazione americana per linguaggio e udito descrive l'audiometria tonale come cuffie che alimentano ciascun orecchio separatamente tra 250 Hz e 8000 Hz, le frequenze di cui il parlato ha bisogno, con ogni risposta tracciata su un audiogramma: la curva del suono più debole che senti a ogni altezza.

Poi arrivano gli esami che nessun telefono imita. Un vibratore osseo dietro l'orecchio invia la vibrazione direttamente all'orecchio interno, e confrontarla con la via aerea separa la perdita trasmissiva da quella neurosensoriale e da quella mista. L'impedenzometria varia la pressione nel condotto per vedere se la membrana si muove. Un test casalingo dice che qualcosa è debole; solo quelli dicono perché.

Come si fa il test dell'udito domestico più affidabile su un iPhone?

La lista di preparazione di Apple è il metodo, e quasi tutto riguarda tenuta e silenzio. Ottieni una tenuta completa, confermata dal test di aderenza dei gommini; la confezione degli AirPods Pro 2 ne offre quattro misure e quella dei Pro 3 cinque. Puliscili, perché lo sporco rompe la tenuta. Poi cerca una stanza silenziosa per tutti i cinque minuti. Ogni tono suona tre volte; un tocco basta.

Quattro cose invalidano una sessione, e Apple indica una finestra per ciascuna: un raffreddore, una sinusite o un'otite nelle ultime 24 ore, allergie in corso, o un luogo rumoroso come un concerto in quel periodo. Ricevi un valore in decibel per orecchio e un audiogramma, conservato nell'app Salute ed esportabile in PDF.

Che significano i decibel di un test dell'udito a casa?

Apple pubblica le fasce senza giri di parole. Fino a 25 dBHL indica perdita nulla o minima. Da 26 a 40 dBHL è lieve: senti una voce normale a un metro (tre piedi). Da 41 a 60 è moderata e serve una voce alzata alla stessa distanza, e da 61 a 80 è grave, con parole che arrivano solo se urlate nell'orecchio.

Un solo numero regge tutto questo perché fa la media delle frequenze di cui il parlato ha più bisogno. Non tutti i test casalinghi lo danno. hearWHO restituisce un punteggio di cifre nel rumore, la Hearing test | Audiogram App disegna una curva contro le norme per età e EarCheck: Hearing Test comunica un'età uditiva: tre unità che misurano tre cose. Non confrontarle mai tra loro.

Che cosa misura davvero EarCheck: Hearing Test?

La parte alta della tua gamma di frequenze, sotto forma di gioco. EarCheck: Hearing Test è la versione 1.0 dell'8 luglio 2026, gratuita, 22,3 MB, iOS 16.0 o successivo, classificata in

Intrattenimento, Giochi e Quiz invece che in Salute. Riproduce toni dai gravi ai molto acuti, tocchi quello che senti, e collega il tono più alto captato alla fascia d'età che di solito lo sente. Il tetto onesto di tutte queste app arriva dallo screening dell'OMS:

> Whilst the test has a reasonable degree of accuracy, it is only intended as a screening test, with a small proportion of cases that may be incorrectly classified.

È la sezione sui limiti della scheda hearWHO sull'App Store, e rivendica più di quanto EarCheck rivendichi per sé: la sua scheda dice in maiuscolo che è un gioco solo di intrattenimento, non un test medico, una diagnosi o un dispositivo medico. La distinzione è sostanziale. La perdita legata all'età comincia davvero in alto nella gamma, ma una diagnosi si appoggia sulle frequenze del parlato, che un gioco sul tono massimo non valuta mai.

Quale test dell'udito casalingo dovresti usare davvero?

Scegli hearWHO se vuoi uno screening con un'agenzia sanitaria dietro

- hearX Group, gratuita, versione 1.8.1 del 9 settembre 2025, 114,3 MB, iOS 15.0 o successivo, 6 lingue di negozio, in vendita dal 24 febbraio 2019.
- L'OMS l'ha costruita su tecnologia validata di cifre nel rumore e la consiglia per ambienti di lavoro rumorosi, audio personale ad alto volume e chi ha più di 60 anni; il prezzo sono 114 MB e 45 valutazioni statunitensi con media 2,0.

Scegli Sennheiser Hearing Test se vuoi un marchio dietro e qualunque cuffia

- Sonova Consumer Hearing GmbH, gratuita, versione 1.0.9 dell'11 febbraio 2025, 52,6 MB, iOS 16.0 o successivo, solo in inglese, 4,62 su 114 valutazioni statunitensi.
- La scheda promette qualunque cuffia, una valutazione in meno di cinque minuti e la sincronizzazione con Salute dopo la registrazione; il rovescio è l'ultimo aggiornamento, di febbraio 2025.

Scegli la Audiogram App se vuoi una curva da conservare

- Irakli Tsuladze, gratuita, versione 2.9 del 28 settembre 2026, 78,7 MB, iOS 15.0 o successivo, 5 lingue di negozio, 4,37 su 63 valutazioni statunitensi.
- Un test rapido di tre minuti o una sessione estesa più lunga, una modalità per bambini, personalizzazione del suono sulle tue cuffie e archiviazione in HealthKit; la sua avvertenza esclude l'uso medico.

Scegli EarCheck: Hearing Test se vuoi il gioco e non il test

- Gratuita, 22,3 MB, iOS 16.0 o successivo, 44 lingue di negozio, senza account, senza pubblicità e completamente offline, così nessun risultato lascia il telefono.
- L'unica qui classificata in Intrattenimento e non in Salute, l'unica con una modalità antitrucco a turni muti, e l'unica che non afferma nulla sul tuo udito.

Quando un test dell'udito a casa è lo strumento sbagliato?

Ogni volta che una decisione dipende dal numero. L'alternativa più utile non è un'app: il istituto nazionale statunitense per la sordità e gli altri disturbi della comunicazione pubblica un questionario di 10 domande per adulti dai 18 ai 64 anni, adattato dall'inventario della disabilità uditiva per adulti, in cui tre o più risposte affermative significano rivolgersi a un audiologo. Ogni domanda riguarda una situazione, non un tono.

Tre casi rendono concreto il limite. Un cambiamento improvviso dell'udito, o un orecchio che sente peggio: l'istruzione di Apple è parlarne con il medico. Un bambino: a quell'età la causa comune sono i problemi dell'orecchio medio, e solo l'impedenzometria o il test in campo libero li trova. Un apparecchio acustico da banco si ferma alla perdita percepita da lieve a moderata. Tratta EarCheck: Hearing Test come ciò che ti fa prendere appuntamento.

Test dell'udito a casa: domande frequenti

Si può fare un test dell'udito a casa gratis?

Sì, per più strade. Il test uditivo di Apple è incluso in iOS senza costi se hai AirPods Pro 2 o 3, hearWHO e Sennheiser Hearing Test sono download gratuiti, e il questionario di 10 domande del NIDCD è una pagina web che non richiede alcuna app. Anche EarCheck: Hearing Test è gratuita.

Quanto è attendibile un test dell'udito col telefono?

Attendibile quanto basta per uno screening, non per una diagnosi. La scheda di hearWHO si definisce un test di screening in cui una piccola parte dei casi può essere classificata male, e avverte che la precisione dipende dalle cuffie e dal rumore ambientale. Quello di Apple si avvicina di più perché controlla hardware e tenuta.

Quali frequenze copre un test dell'udito?

Da 250 Hz a 8000 Hz. È l'intervallo che l'associazione americana per linguaggio e udito indica per l'audiometria tonale, scelto perché lì passa il parlato, e il test di Apple usa lo stesso intervallo da 250 Hz a 8 kHz. I giochi che inseguono i 15 kHz esplorano la parte alta della gamma, non il parlato.

Servono gli AirPods Pro per testare l'udito su un iPhone?

Per il test uditivo di Apple sì: richiede AirPods Pro 2 o AirPods Pro 3 con firmware aggiornato più un iPhone o iPad con il software più recente. I test tramite app non chiedono nulla di simile, e la scheda Sennheiser dice che la sua valutazione funziona con qualunque cuffia.

Esiste una versione Android di EarCheck?

Verificato il 2 novembre 2026, no: non esiste una scheda su Google Play per EarCheck: Hearing Test, pubblicata solo per iPhone e iPad, in 44 lingue di negozio. Chi usa Android e vuole un test gratuito ha hearWHO, che l'OMS pubblica sia per iOS sia per Android.

Quanti dBHL valgono come udito normale?

Sulla scala pubblicata da Apple, fino a 25 dBHL indica perdita nulla o minima, da 26 a 40 dBHL è lieve, da 41 a 60 è moderata e da 61 a 80 è grave. Il numero fa la media delle frequenze che contano di più per il parlato, quindi non è la tua altezza migliore né la peggiore.

Un raffreddore può falsare un test dell'udito a casa?

Sì, e Apple indica le finestre. La pagina di supporto dice che il risultato può essere influenzato se hai avuto un raffreddore, una sinusite o un'otite nelle ultime 24 ore, se hai allergie in corso o se sei stato in un posto rumoroso come un concerto in quel periodo. Aspetta, poi riprova.

EarCheck manda il mio risultato da qualche parte?

No. La sua scheda sull'App Store dice che il gioco funziona completamente offline e che nessun dato lascia mai il dispositivo, e non ci sono account né pubblicità. Il punteggio esiste come PDF che scegli di condividere, ed è anche il motivo per cui non può seguire un tuo cambiamento negli anni.

Come citare: Lubor Šimůnek (2026). *Come Fare un Test dell'Udito a Casa.* AppStoryo, lapnito.cz s.r.o.. https://appstoryo.com/it/blog/how-to-test-your-hearing-at-home
© 2026 lapnito.cz s.r.o.