

Salud Auditiva



INCMNSZ



EDUCACIÓN PARA LA SALUD

El oído es un órgano que nos permite percibir los sonidos que nos rodean, sin embargo también es un órgano muy delicado y tenemos que cuidarlo.

La pérdida auditiva puede ocurrir a cualquier edad. Así que es importante la salud auditiva.

Prevención de la pérdida auditiva:

- Elija un volumen adecuado en sus dispositivos, prefiera un **volumen moderado**.
- Evite la contaminación acústica al exponerse a ruidos fuertes como ocurre en conciertos, en zonas de alta concentración de tráfico o en áreas de trabajo. **Tome medidas preventivas** como el uso de protectores para los oídos.
- Mantener **una correcta higiene** nos permitirá disfrutar de una mejor salud auditiva durante más tiempo. Es necesario saber bien cómo realizar una limpieza cuidadosa de los oídos.
- **Medicación adecuada:** Algunos medicamentos tienen efectos secundarios nocivos para el sistema auditivo. Si tiene ya problemas de audición o antecedentes familiares de pérdida auditiva, infórmelo a su médico para evitar en la medida de lo posible daño auditivo.



Obtenga este cartel al escanear el código QR



ESCANEAR