

# BOLETÍN SALUD INTEGRAL SABANA



Nº DE PUBLICACIÓN 09 | SEPTIEMBRE 2022 |

## PROMOCION DE LA SALUD AUDITIVA



### Como el ruido causa daño auditivo permanente:

El sonido hace vibrar el tímpano y pequeños huesos dentro del oído, ue a su vez hacen vibrar las células pilosas, en el oído interno. La exposición a sonidos fuertes a lo largo del tiempo puede dañar de forma permanente las células pilosas, lo que causa pérdida auditiva.

### Como se detecta la pérdida auditiva:

Se le dificulta oír a alguien que le habla desde atrás o desde otra habitación.  
Frecuentemente le pide a las personas que le repitan.  
Ya no oye el tictac del reloj, el agua corriendo o el canto de los pájaros  
No logra identificar el timbre de la puerta o el teléfono.  
Siente que debe concentrarse para oír a alguien hablar mirando fijamente los labios para realizar una mejor interpretación de los que le dicen.  
Siente que su rendimiento y socialización laboral han disminuido.  
Tiende a colocar el volumen de los equipos de televisión, audífonos, sonido demasiado alto para los demás.



### Causas de la pérdida auditiva



### COMO PREVENIR LA PERDIDA AUDITIVA:

- No introduzca ningún objeto en el oído
- Evite la exposición a ruidos fuertes
- Utilice protectores auditivos
- No abuse de los audífonos
- Cuide los oídos del viento
- Hágase una audiometría anualmente