

Informe a los **PADRES**

Guía de salud auditiva para niños

La audición de su hijo es crucial para su bienestar y desarrollo general, y comprender la mecánica de la audición puede capacitar a las familias para tomar medidas para proteger este sentido vital. Esta guía ofrece consejos y recursos prácticos para proteger la salud auditiva de su hijo.

Acerca de la pérdida de audición

Aproximadamente 1 de cada 8 niños de entre 6 y 19 años ya tiene daño auditivo por ruidos fuertes. La pérdida de audición inducida por el ruido (Noise-Induced Hearing Loss, NIHL): es evitable, pero una vez que se produce, el daño es permanente. Hay tres factores que afectan la NIHL:

1. **Nivel:** cuanto más fuerte sea el sonido, mayor será el riesgo.
2. **Distancia:** cuanto más cerca esté de la fuente del sonido, más posibilidades tendrá de sufrir daños auditivos.
3. **Tiempo:** cuanto más tiempo esté expuesto al sonido, más significativo será el riesgo.

Signos de pérdida de audición

Los signos frecuentes de pérdida de audición en los niños son:

- No reaccionar a ruidos fuertes.
- No responder a su nombre.
- Subir el volumen de los dispositivos electrónicos.
- Retrasos del habla.

Protección de la audición de su hijo

Pasos sencillos como bajar el volumen, usar protección auditiva y evitar entornos ruidosos pueden marcar la diferencia. Esta es una lista de consejos prácticos del Instituto Nacional de la Sordera y Otros Trastornos de la Comunicación



para ayudar a evitar daños en los oídos de su hijo:

- **Reduzca el volumen:** reduzca el volumen de los dispositivos, especialmente de los auriculares. Los niveles altos de volumen pueden provocar NIHL con el tiempo. Muchos celulares ahora tienen parámetros de volumen que los padres pueden establecer.
- **Mantenga una distancia segura:** evite sentarse o pararse directamente frente a los parlantes en eventos y conciertos.
- **Esté atento a su entorno:** si tiene que levantar la voz para hablar con alguien que está a solo unos metros de distancia, el nivel de ruido probablemente sea demasiado alto y podría causar daños en la audición.
- **Llévelos a pruebas de audición:** las pruebas de audición regulares pueden ayudar a monitorear cualquier cambio en la audición del niño y detectar los problemas en etapa temprana.
- **Asegúrese de que usen protección auditiva:** cuando no pueda evitar los ruidos fuertes, use protección auditiva personal, como tapones para los oídos u orejeras.
- **Evite que se inserten objetos en los oídos:** nunca se debe insertar nada en el oído, ni siquiera para limpiarlo. Esto puede provocar infecciones o incluso perforar el tímpano.
- **Consulte a un médico inmediatamente:** si nota algún signo de daño en el oído o la audición, consulte a un médico.