



¿Por qué hay que enseñar a los niños sobre la pérdida de audición inducida por el ruido?

<http://www.noisyplanet.nidcd.nih.gov>

Los niños preadolescentes están en una etapa en la que comienzan a actuar con mayor independencia. Este es un buen momento para enseñarles a protegerse contra la pérdida de audición inducida por el ruido.

Los niños, al igual que los adultos, corren el riesgo de perder audición debido al ruido. Este tipo de pérdida auditiva ocurre cuando las diminutas células ciliadas auditivas, las células sensoriales del oído interno, sufren lesiones provocadas por la exposición a sonidos demasiado fuertes durante un tiempo prolongado. La pérdida de audición inducida por el ruido es permanente.

Poder de escuchar bien ayuda a los niños a alcanzar el éxito escolar, en los deportes y otras actividades y también en sus relaciones personales. Existen muchas fuentes de ruido que a diario rodean a los niños y que representan un peligro para la audición. Algunas de estas fuentes son:

- herramientas y máquinas de taller y equipo de jardinería,
- conciertos de todo tipo de música,
- eventos deportivos, la caza y otras actividades recreativas,
- trenes, aviones, vehículos todo terreno, tractores y otros vehículos de motor y
- comedores escolares y las áreas comunes de los establecimientos de comida rápida.

Sin embargo, la mayoría de los jóvenes no conocen sobre la pérdida de audición inducida por el ruido ni cómo evitarla. En una encuesta realizada por el sitio web de MTV, sólo 16 por ciento de los jóvenes y jóvenes adultos que respondieron expresaron haber oído, leído o visto alguna información sobre este tipo de pérdida auditiva (*Pediatrics*, 2005).

Incluso cuando los jóvenes entienden el riesgo de la pérdida de audición inducida por el ruido, no siempre adoptan buenos hábitos para proteger su audición. Estos hábitos son fáciles de aprender, usted puede bajar el volumen de los equipos de entretenimiento (por ejemplo, los MP3) o usar tapones de oídos u orejeras en ambientes ruidosos. En una investigación con alumnos universitarios se encontró que, aún entre los que sabían algo de la pérdida de audición inducida por el ruido, casi el 75 por ciento nunca había usado protección contra el ruido (*Journal of the National Medical Association*, 2004).

Estos ejemplos demuestran por qué es importante enseñar a los niños desde muy temprana edad sobre las causas y la prevención de la pérdida de audición inducida por el ruido. Es importante educarlos desde temprano para que adquieran hábitos saludables de forma natural.





La preadolescencia es una etapa en la que el individuo se desarrolla y comienza a tomar sus propias decisiones. Los niños buscan más libertad en lo que tiene que ver con sus actividades extracurriculares, la música que escuchan y la ropa que visten. También están desarrollando sus propios hábitos y actitudes con respecto a la salud, los cuales tendrán consecuencias (buenas o malas) para toda la vida. Esta etapa es una oportunidad ideal para promover que los preadolescentes adopten hábitos

auditivos saludables. Es decir, que los preadolescentes aprenden a cuidar de su audición a la vez que desarrollan otros hábitos importantes incluyendo cómo usan el uso del tiempo libre y los hábitos de trabajo. Lea la hoja informativa para padres y madres *Momentos oportunos para la enseñanza de la audición saludable* en el sitio web https://www.noisyplanet.nidcd.nih.gov/info/espanol/momentos_ensenanza.pdf e infórmese sobre cómo tocar el tema con los preadolescentes.

El Instituto Nacional de la Sordera y Otros Trastornos de la Comunicación (NIDCD, por sus siglas en inglés) patrocina la campaña nacional *El mundo es ruidoso. Proteja la audición de sus hijos. (It's a Noisy Planet. Protect Their Hearing.)* Esta campaña de educación pública tiene como objetivo concientizar a los padres de niños entre 8 y 12 años de edad (preadolescentes) sobre las causas y prevención de la pérdida de audición inducida por el ruido. Con esta información padres, madres y otros adultos pueden motivar a los niños a adoptar buenos hábitos auditivos mientras desarrollan otros hábitos, incluyendo el uso del tiempo libre y los hábitos de trabajo. Para aprender sobre cómo proteger su audición y la de su familia, visite el sitio web de El mundo es ruidoso (Noisy Planet): <http://www.noisyplanet.nidcd.nih.gov>.

Para más información sobre la audición y la pérdida de audición, comuníquese con:

Centro de Información del NIDCD

1 Communication Avenue
Bethesda, MD 20892-3456
Llamada gratuita: (800) 241-1044
Llamada gratuita TTY: (800) 241-1055
Fax: (301) 770-8977
Correo electrónico: NPInfo@nidcd.nih.gov

Publicación de NIH No. 9-64315
Octubre de 2009