

# Día Mundial de la Audición

¡Preste mucha atención para escuchar de por vida!

## Protección auditiva durante toda una vida: los niños y los adolescentes

La exposición al ruido excesivo representa una amenaza cada vez mayor para los adolescentes y los niños de edad escolar. Incluso una pequeña cantidad de pérdida de audición sin tratar puede tener como resultado dificultades académicas y sociales.

**La tecnología ruidosa:** muchos niños acumulan un sinnúmero de horas diarias frente a las tabletas, los teléfonos inteligentes, las computadoras portátiles y los sistemas de videojuego, y a menudo usan audífonos y auriculares. La combinación del alto volumen y el tiempo de uso representa un peligro significativo para la audición.



**Qué hacer** Enseñe a los niños a mantener los dispositivos a medio volumen cuando usen audífonos y auriculares. Son recomendables los audífonos con regulador de volumen y eliminación del ruido exterior. Aconséjeles tomar un descanso de unos minutos cada hora.

**Los eventos ruidosos, los pasatiempos y los trabajos:** los niños y los adolescentes a menudo pasan mucho tiempo en entornos ruidosos, como los conciertos y los eventos deportivos. También es posible que tengan pasatiempos ruidosos (como tocar un instrumento musical) o trabajos ruidosos (los adolescentes trabajan con frecuencia en restaurantes, eventos y jardinería).

**Qué hacer** Hable con los niños sobre las primeras indicaciones de la pérdida de audición. Anímelos a usar protección auditiva (que quizás valga la pena que un audiólogo personalice si pasan mucho tiempo en lugares ruidosos). Ayúdelos a encontrar en sus rutinas la manera de dar descanso a los oídos.

**Las aulas ruidosas:** La Organización Mundial de la Salud (OMS) señala que la exposición crónica al ruido en clase afecta el rendimiento académico en esferas como la capacidad de lectura, la comprensión, la memoria a corto y largo plazo, y la motivación. La OMS afirma que, en promedio, los niños que están expuestos a entornos de aprendizaje ruidosos obtienen puntuaciones más bajas en las pruebas estandarizadas.

**Qué hacer** Hable con los maestros y el personal escolar si el niño menciona este problema (los audiólogos escolares pueden sugerir cambios para ayudar a reducir el ruido). Obtenga una evaluación de la audición si el niño experimenta alguna dificultad de aprendizaje inesperada o que no esté explicada por otro trastorno o discapacidad.