

“DÍA INTERNACIONAL DE CONCIENCIACIÓN SOBRE EL RUIDO”

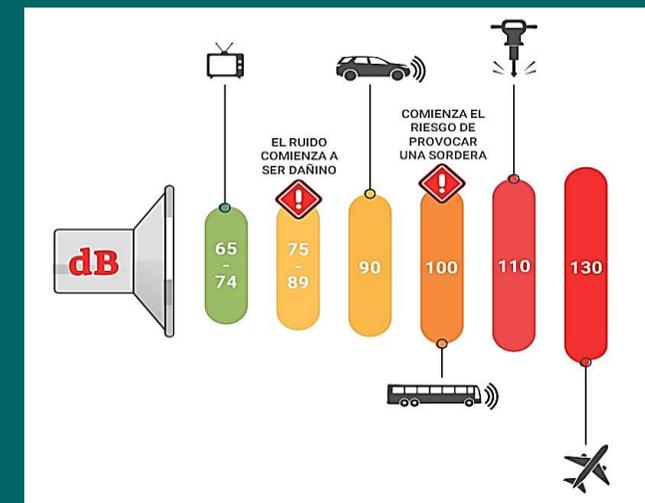
24 de abril 2025



Según la OMS MÁS DE 1000
MILLONES DE PERSONAS
ENTRE LOS 12 Y 35 AÑOS
CORREN RIESGO DE
PERDER LA AUDICIÓN

Esto es debido a la exposición prolongada y excesiva a música fuerte y a otros sonidos recreativos.

El riesgo se intensifica porque la mayoría de los dispositivos de audio, lugares y eventos de entretenimiento no ofrecen opciones de niveles de escucha seguros.



¿POR QUÉ ES IMPORTANTE LA CONCIENCIACIÓN SOBRE EL RUIDO?

La pérdida auditiva no tratada es una de las principales causas de morbilidad. Además, se espera que su prevalencia aumente debido a los factores: envejecimiento de la población, exposición al ruido recreativo y falta de tratamiento de afecciones auditivas.

“MUCHAS DE LAS CAUSAS DE PÉRDIDA DE AUDICIÓN SON PREVENIBLES”

Recomendaciones para prevenir la pérdida de audición:

1. Mantener el volumen bajo en los dispositivos electrónicos.
2. Utilizar auriculares/cascos bien ajustados y, de ser posible, con cancelación de ruido.
3. Uso de tapones auditivos en lugares ruidosos.
4. Efectuar con regularidad reconocimientos de la audición.

¿QUÉ PODEMOS HACER PARA AYUDAR?

- Toca la bocina del auto sólo en casos de emergencia.
- Evita usar herramientas con ruido en horarios de descanso.
- Si escuchas música en tu celular, evita el altavoz.
- Si haces una fiesta, mantén la música a un volumen moderado.

“TODOS PODEMOS CONTRIBUIR A DISMINUIR LA CONTAMINACIÓN AUDITIVA”

Fuentes:

<https://www.who.int/es/news/item/02-03-2022-who-releases-new-standard-to-tackle-rising-threat-of-hearing-loss>

<https://www.who.int/publications/m/item/world-hearing-day-planning-guide-2025>

<https://www.who.int/campaigns/world-hearing-day>

Elaboración: Facultad de Ciencias de la Comunicación
Turismo y Psicología.