

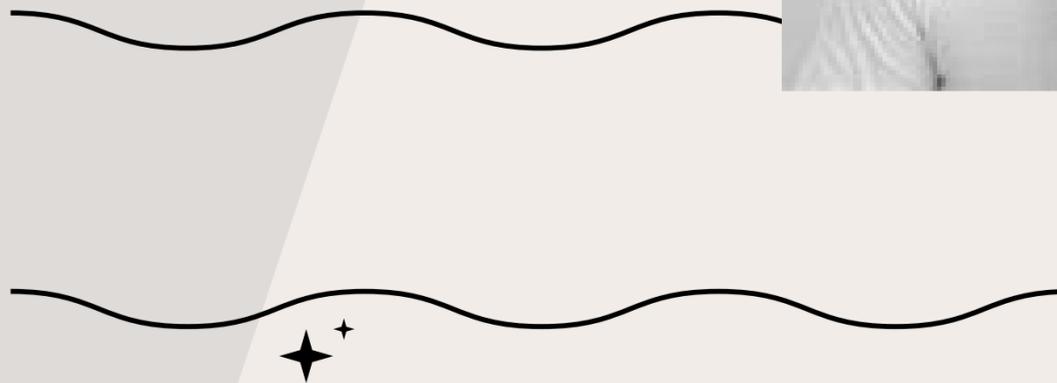
PRIORIZA TU SALUD AUDITIVA



ÍNDICE



- ¿Cuál es el límite de decibelios en los lugares?
- ¿Podríamos atraer problemas por exceso de ruido?
- El oído en ambientes ruidosos
- Consejos para cuidar los oídos
- Conclusión



¿CUÁL ES EL LÍMITE DE DECIBELIOS EN LOS LUGARES?

Podemos captar y soportar sonidos de 0 a 120 dB, y una vez se sobrepasa éste, nos lo indica el umbral del dolor.

Sin embargo, cuando se traspasa éste, los sonidos se convierten en insoportables, es decir, nos podrían producir graves daños, como por ejemplo, la rotura del tímpano.



PROBLEMAS POR EXCESO DE RUIDO



Según la OMS se calcula que el 22% de la población sufre problemas por el exceso de ruido, alrededor de 450 millones de europeos y europeas, el 65% están expuestas a niveles superiores a los 55 dB.

Esto provoca grandes molestias.

Consecuencias:

Pérdida de audición (temporal o permanente)

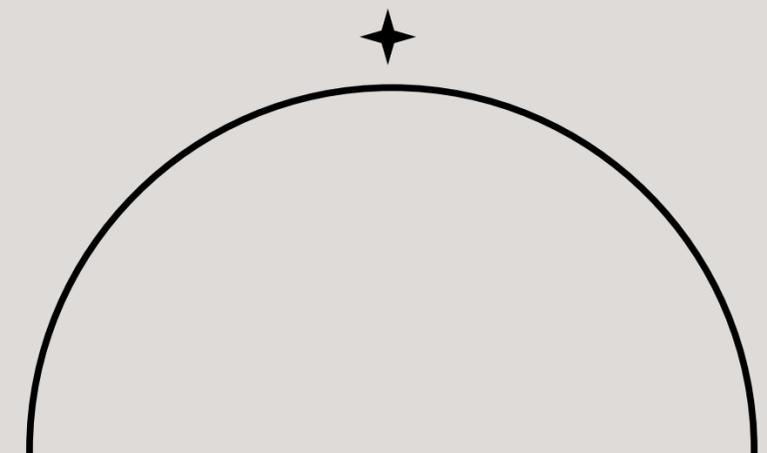
Dolor de cabeza

Mareos

Hipertensión

Ansiedad y fatiga

Nerviosismo...



EL OÍDO EN AMBIENTES RUIDOSOS

Al salir de las discotecas, tenemos la sensación de taponamiento y acúfenos, a causa de la exposición a un ruido constante. A esto se le denomina adaptación auditiva y tarda pocas horas en desaparecer. Se trata de un fenómeno fisiológico, cuando dicho fenómeno tarda días en desaparecer se puede volver patológico o crónico y se denomina fatiga auditiva.

Esto se detecta con la prueba de Tone Decay con el impedanciómetro.



CONSEJOS PARA CUIDAR LOS OÍDOS



1. No introduzcas ningún objeto en el oído.
2. Evitar los ruidos fuertes.
3. Evitar los medicamentos ototóxicos.
4. No aplicar ciertos líquidos en el oído.
5. Utilizar tapones de oído para nadar.
6. Acude al médico/a ante cualquier problema.
7. Que el/la médica te quite los tapones.
8. Pon especial cuidado en los oídos de los niños y niñas.
9. Hazte revisar el oído frecuentemente.



AYUDAS Y SUBVENCIONES PAR AUDÍFONOS EN LA C.VALENCIANA

Las ayudas y subvenciones , se asignan para comprar una solución auditiva teniendo en cuenta que la cantidad máxima a la que se puede aspirar es de 1.200 euros.

EDAD	DISCAPACIDAD	EMPADRONAMIENTO
-65 años	33%	En la comunidad valenciana

Existen otro tipo de ayudas para poder comprar audífonos:

> Mutualidad General de Funcionarios Civiles del Estado de España (MUFACE)

> Instituto Social de las Fuerzas Armadas de España (ISFAS)



CONCLUSIÓN

¿Creéis que tenéis malos hábitos en cuanto a vuestra salud auditiva?



Aprendizaje para la Acción realizado en el marco del
proyecto:

"Fase III: Del reconocimiento a la movilización transformadora para la promoción del derecho a la salud en Castelló de la Plana."

Financia:



Participa:



Organiza:

