

Ruido y pérdida auditiva

¿Provoca el ruido pérdida auditiva?

Sí. Es muy probable que se haya dañado los oídos si alguna vez experimentó lo siguiente:

- Una exposición única a un ruido extremadamente fuerte
- Exposición repetida o prolongada a ruidos fuertes
- Exposición prolongada a ruidos moderados

La pérdida auditiva inducida por ruido ocurre gradualmente y sin dolor. También es permanente.

¿Cómo provoca el ruido la pérdida auditiva?

Dentro del oído interno hay una cámara. Esta cámara contiene miles de células ciliadas diminutas. Estas células ciliadas envían señales al nervio auditivo (de la audición) para que envíe impulsos al cerebro. Cuando se expone a ruidos fuertes o prolongados, las células ciliadas se dañan. Cuando las células ciliadas se dañan, el sonido no se transmite correctamente. Con el tiempo, se dañan tantas células ciliadas que se produce una pérdida auditiva.

¿Es más probable que algunas personas tengan pérdida auditiva provocada por el ruido?

Sí. Algunos tipos de quimioterapia y radiación aumentan el riesgo de pérdida auditiva a causa del ruido. Debe tener especial cuidado de proteger a su hijo de los ruidos fuertes si está recibiendo estos tratamientos.

¿Qué es el ruido perjudicial?

Los siguientes son algunos ejemplos de cosas que pueden ser peligrosos auditivos.

Electrodomésticos	Empleos	Recreación
secadores de pelo	bomberos	caza
aspiradoras	trabajadores de la construcción	paseos en bote o esquí acuático
cortadoras de césped	granjeros	andar en motocicleta o cuatriciclo
podadoras o sopladores de hojas	conductores de taxis, camiones y autobuses	auriculares estéreo

El propósito de este documento no es reemplazar el cuidado y la atención de su médico u otros servicios médicos profesionales. Nuestro objetivo es que usted desempeñe un papel activo en su cuidado y tratamiento; para este efecto, le proporcionamos información y educación. Consulte a su médico si tiene preguntas o dudas sobre su salud o sobre alternativas para un tratamiento específico.

Ruido y pérdida auditiva

¿Cuál es un nivel de ruido peligroso?

El hecho de que el ruido dañe la audición depende de 2 factores:

- La cantidad (volumen) de ruido
- La duración de la exposición al ruido

Los niveles de ruido se miden en decibelios (dB). Cuanto más alto sea el nivel de decibelios, más fuerte será el ruido. Los ruidos superiores a 80 decibelios se consideran peligrosos. La tabla de ruido que aparece abajo le da una idea de los niveles de decibelios promedio para los sonidos cotidianos.

Doloroso	Extremadamen te fuerte	Muy fuerte	Moderado	Tenue
140 dB arma de fuego	110 dB Rock	80 dB despertador	50 dB lluvia moderada	30 dB susurro
130 dB martillo neumático	100 dB motosierra	70 dB secador de pelo, aspiradora	40 dB habitación tranquila	
120 dB jet	90 dB cortadora de césped	60 dB lavavajillas		

¿Cuáles son las señales de advertencia de que los ruidos son demasiado fuertes?

- Tiene que alzar la voz para que lo escuchen.
- No puede oír a alguien que está a 2 pies de distancia de usted.
- El sonido del habla a su alrededor suena sordo después de salir de un área ruidosa.
- Presenta dolor o un zumbido en los oídos después de la exposición al ruido.

¿Qué puedo hacer para protegerme y proteger a mi hijo?

En primer lugar, evite los ruidos fuertes siempre que sea posible. Si no puede evitar la exposición al ruido, haga lo siguiente:

- Use protectores auditivos: tapones para los oídos (disponibles en los Servicios de Rehabilitación) u orejeras (disponibles en las tiendas de artículos deportivos). El uso de algodón en los oídos no funciona y puede ser peligroso. Cuando use protectores auditivos, podrá seguir oyendo y entendiendo las voces y otros sonidos con facilidad.
- Limite los períodos de exposición al ruido. Por ejemplo, si está en un concierto ruidoso, vaya a un área más tranquila por un rato para descansar los oídos.
- Sea consciente del ruido en su entorno y contrólolo cuando pueda.

El propósito de este documento no es reemplazar el cuidado y la atención de su médico u otros servicios médicos profesionales. Nuestro objetivo es que usted desempeñe un papel activo en su cuidado y tratamiento; para este efecto, le proporcionamos información y educación. Consulte a su médico si tiene preguntas o dudas sobre su salud o sobre alternativas para un tratamiento específico.

Ruido y pérdida auditiva

Si tiene preguntas sobre el ruido y la pérdida auditiva, llame a Servicios de Rehabilitación al 901-595-3621. Si está fuera del área de Memphis, llame gratuitamente al 1-866-2ST-JUDE (1-866-278-5833), extensión 3621.

St. Jude Children's Research Hospital cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo.

ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-866-278-5833 (TTY: 1-901-595-1040).

ATTENTION: If you speak another language, assistance services, free of charge, are available to you. Call 1-866-278-5833 (TTY: 1-901-595-1040).

تنبيه: إذا كنت تتحدث باللغة العربية فيمكنك الاستعانة بخدمات المساعدة اللغوية المتوفرة لك مجاناً. يرجى الاتصال بالرقم 1-866-278-5833 (الهاتف النصي: 1-901-595-1040).

El propósito de este documento no es reemplazar el cuidado y la atención de su médico u otros servicios médicos profesionales. Nuestro objetivo es que usted desempeñe un papel activo en su cuidado y tratamiento; para este efecto, le proporcionamos información y educación. Consulte a su médico si tiene preguntas o dudas sobre su salud o sobre alternativas para un tratamiento específico.