

¿CUÁL ES LA IMPORTANCIA DEL OÍDO?

El oído es uno de los órganos de los sentidos altamente conectados con la comunicación, es de vital importancia para las relaciones interpersonales y de aprendizaje. El oído humano es el órgano que ayuda a sintetizar todos los sonidos, ruidos y diferentes vibraciones sonoras que existen en el medio ambiente.

¿COMO DETECTAR PROBLEMAS DE SALUD AUDITIVA?



El principal síntoma asociado a dificultades con el oído es la disminución de la audición, la cual puede asociarse a dolor de oído, alteraciones en el equilibrio; las cuales pueden ser transitorias o definitivas.

¿A QUÉ SE DEBE LA PÉRDIDA DE AUDICIÓN?

Existen diversos factores que desencadenan la pérdida auditiva, se destacan entre ellos:

- Herencia
- Infecciones recurrentes del oído
- Meningitis
- Traumas
- Exposición permanente a ruido excesivo



- Envejecimiento
- Perforación del tímpano

¿CÓMO DEBO CUIDAR EL OÍDO?

- No hay que meterse nada en el oído, los copitos de algodón son muy dañinos generan taponamientos de cera y dañan las paredes del oído. El oído posee un mecanismo de auto limpieza que elimina las partículas de cerumen que se forman en su interior.



- Controle el volumen y uso de auriculares dentro de la oreja, se genera un impacto directo al tímpano.
- El uso de alto volumen en televisores, radios, elementos tecnológicos y severos ruidos ambientales, generan pérdidas auditivas importantes que se evidencian con el paso de los años.



- No aplique sustancias ajenas al oído, como aceites, alcohol, cremas, entre otras. Siempre utilice si es necesario la medicación dada por un profesional.
- Ante presencia de dolor, secreciones o inflamación, consulte con su médico, **NO SE AUTOMEDIQUE**
- Evite sumergirse en aguas de dudosa procedencia, estas pueden generar infecciones en oído, ojos, vías respiratorias y piel.

- Si practica algún deporte de contacto, tome las precauciones y evite golpes en oído.
- Anualmente visite a su médico, es importante realizar estudios como la audiometría para analizar cómo está su audición. La pérdida de audición es un proceso lento que no presenta dolor.
- Se recomienda utilizar tapones para los oídos en los conciertos de rock o centros nocturnos. Además, es importante no permanecer demasiado tiempo cerca de los altavoces.



Tomado de: www.pulevasalud.com,
<http://www.nlm.nih.gov/>, www.bienestar.salud180.com,
http://otorrinolaringologia.mx/sal_cuido.html y aporte
equipo médico U. Libre

No olvide leer periódicamente nuestro informativo **"NOTAS DE SALUD"**, tenga en cuenta las recomendaciones de los profesionales de la salud, recuerde que **"Prevenir es mejor que curar"**.



Sus aportes y sugerencias son importantes

Mayor Información:

Servicios Médicos Tel.: 3821079 – 4232709
Oficinas de Bienestar Universitario
Tel.: 3821018 – 4232843 - 4232705

Línea Exprésate Librementemente: 4232779

NOTAS DE SALUD



BIENESTAR UNIVERSITARIO
ÁREA DE SALUD

CÓMO CUIDAR EL OÍDO...

Porque tú cuentas...Marca la diferencia