



Never insert items inside the ear

- Yes, this means no cotton swabs inside the ear. Keep younger children away from putting items such as pencils and fingers inside ears.

Nunca inserte artículos dentro del oído

- Sí, esto significa que no hay hisopos de algodón dentro del oído. Mantenga a los niños más pequeños lejos de poner objetos como lápices y dedos dentro de las orejas.

Injuries from daily activities

- Always encourage your child to wear protective head gear when riding their bikes, scooters, skateboards, ect. Injuries from falls can cause damage to parts of the ear like the eardrum, ear canal, or cochlea.

Lesiones por actividades diarias

- Siempre anime a su hijo a usar equipo protector para la cabeza cuando ande en bicicleta, scooter, patineta, etc. Las lesiones por caídas pueden dañar partes del oído como el tímpano, el canal auditivo o la cóclea.

Resources for Parents:

Recursos para los padres:

- KidsHealth from Nemours <https://kidshealth.org/>
- Hearing Protection: Older Children and Adolescents <https://www.asha.org/uploaded/Files/WHD20-Hearing-Protection-Children-and-Adolescents.pdf>



Hear Me Hear Me!!!

escúchame

escúchame

**HEARING
HEALTH FOR
CHILDREN/SALU
D AUDITIVA
PARA NIÑOS**

*Vanessa Rangel, Katie Hunter,
and Angelina Francalancia*



Tips to Help Protect Hearing **Consejos para ayudar a proteger la audición**

Wearing protection in noisy environments

- Noisy events with prolonged noise exposure such as festivals, sporting events, and concerts, are places where children should be wearing hearing protection.

Usar **protección en entornos ruidosos**

- Los eventos ruidosos con exposición prolongada al ruido, como festivales, eventos deportivos y conciertos, son lugares donde los niños deben usar protección auditiva.

➡ **Even if your child was not born with hearing problem's they can still acquire them after birth.**

➡ **Incluso si su hijo no nació con problemas de audición, aún puede adquirirlos después del nacimiento.**

Teach them how loud is too loud

- Teaching your children to protect their hearing and knowing when its too loud can help protect their ears. A good rule to keep in mind is if your child can hear from an arm's length away while still listening to music.

Enséñeles lo fuerte que es demasiado fuerte

- Enseñar a sus hijos a proteger su audición y saber cuándo hace demasiado ruido puede ayudar a proteger sus oídos. Una buena regla a tener en cuenta es si su hijo puede escuchar desde un brazo de distancia mientras sigue escuchando música.

Arm length away rule: If you can't hear someone calling your name from an arm's length away its too loud! Regla del brazo extendido: si no puede escuchar a alguien gritando su nombre a un brazo de distancia, el ruido es demasiado fuerte

Quality Headphones

- Most headphones sold are set to have volume limiting for children.



These volume limits are set no higher than 85 dBA. However, there are still many headphones that are marketed to parents that exceed this limit. Always make sure to pay close attention to these labels when purchasing headphones especially if your child will be using them for long periods of time.

Auriculares de calidad

- La mayoría de los auriculares vendidos están configurados para tener limitación de volumen para niños. Estos límites de volumen no se establecen por encima de 85 dBA. Sin embargo, todavía hay muchos auriculares que se comercializan para padres que superan este límite. Asegúrese siempre de prestar mucha atención a estas etiquetas cuando compre auriculares, especialmente si su hijo los usará durante largos períodos de tiempo.