

Salud Auditiva Pediátrica (Pediatric Hearing Health Spanish Script)

Nuestros oídos son una parte esencial de nuestro cuerpos, sin ellos, hay tantas cosas que no podríamos experimentar.

(Our ears are an essential part of our body, and without them, there's so much we wouldn't be able to experience.)

es muy importante cuidar los oídos de su hijo para ayudar les a prevenir daños.

(, it's so important to take care of your child's ears to help prevent damage.)

El oído está formado por el oído externo, medio e interno, y cada parte funciona en armonía para que podamos escuchar el mundo que nos rodea.

(The ear is made up of the outer, middle, and inner ear, and every part works in harmony so we can hear the world around us)

Trabajando en conjunto, el oído externo captura los sonidos y los canaliza hasta el oído medio.

(Working together, the outer ear captures sounds and channels them into the middle ear.)

sonidos se transmiten a huesos diminutos en el oído medio y luego transmite el sonido al oído interno.

(Sound is transmitted to tiny bones in the middle ear which, in turn, transmit the sound to the inner ear)

El oído interno tiene células nerviosas especializadas que transfieren el sonido al cerebro, que es la forma en que escuchamos y finalmente interpretamos el sonido.

(The inner ear has the specialized nerve cells that transfer the sound to the brain, which is how we hear and eventually interpret sound.)

Proteger cada parte del oído es importante para preservar la audición de su hijo.

(Protecting each part of the ear is important for preserving your child's hearing.)

Para proteger el oído externo, se recomienda buenas practica de limpisa . Pero, ¿qué es una buena limpisa del oído?

(To protect the outer ear, routinely utilizing good hygiene practices are highly recommended. But what is good ear hygiene?)

Podría pensar en usar hisopos de algodón para mantener el oído externo limpio y libre de cerumen. Este es un concepto malinterpretado que tienen la mayoría de los padres y, de hecho, es peligroso para su hijo.

(You might think about using cotton swabs to keep the outer ear clean and free of earwax. This is a common misconception that most parents have and is actually dangerous for your child.)

La verdad es que su oído se limpia automáticamente y no necesita limpiar nada de la cera que está dentro de su oído.

(Truth is that your ear self-cleans, and you don't need to clean out any of the earwax that is inside your ear.)

El cerumen es importante para atrapar partículas de polvo, suciedad o cualquier otro objeto extraño que pueda entrar en su oído, por lo que no querrá eliminar una de las líneas de defensa naturales de su cuerpo.

(Earwax is important in trapping particles of dust, dirt, or any other foreign object that may enter into your ear, so you don't want to remove one of your body's natural lines of defense.)

Entonces, ¿cuáles son exactamente las buenas prácticas de limpieza del oído? Limpiar los oídos de su hijo es una tarea sencilla.

(So what are good ear hygiene practices exactly? Cleaning your child's ears is a simple task.)

Lo más importante que debe recordar es que nunca debe usar hisopos de algodón dentro de sus oídos.

(The most important thing to remember is that you should never use cotton swabs inside their ears.)

Esto puede empujar el cerumen hacia abajo y evitar que el sonido llegue al oído e dañarlo, si el hisopo de algodón se empuja demasiado.

(This can push earwax down, packing it in, and preventing sound from reaching the eardrum and even damage the eardrum, if the cotton swab is pushed in too far.)

La forma más segura y segura de limpiar los oídos de su hijo es usar una toallita o un hisopo de algodón en la parte exterior de la oreja. Solo use jabón y agua tibia en el exterior de la oreja

(The safest and most efficient way to clean your child's ears is by using a washcloth or cotton swab on the outside of the ear. Only use soap and warm water on the outside of the ear.)

El principal problema para los oídos de los niños son las infecciones de oído. El oído medio es un lugar oportuno para daños más importantes debido a las repetidas infecciones del oído, por lo que es importante cuidarlo.

(The main issue for children's ears is ear infections. The middle ear is an opportune place for more significant damage due to repeated ear infections, so it is important to take care of.)

Las infecciones del oído pueden provocar una acumulación de líquido o pus, lo que dificulta que el tímpano y los huesos diminutos del oído medio muevan el sonido al nervio auditivo del oído interno.

(Ear infections can cause a buildup of fluid or pus, making it difficult for the eardrum and tiny bones in the middle ear to move sound to the auditory nerve in the inner ear.)

Las infecciones repetidas del oído pueden dañar las estructuras del oído medio y provocar una pérdida auditiva permanente.

(Repeated ear infections can cause damage to the structures in the middle ear that can result in permanent hearing loss.)

Puede ayudar a prevenirlos evitando la exposición al humo de segunda mano, una limpieza adecuada de manos y boca, manteniéndose al día con las vacunas programadas y la vacuna anual contra la influenza. Sin embargo, debe consultar a un médico de inmediato si cree que algo anda mal porque las infecciones de oído no tratadas, pueden provocar pérdida de audición.

(You can help prevent these by avoiding secondhand smoke exposure, providing proper hand and mouth hygiene, keeping up-to-date with scheduled vaccines and the annual flu vaccine. However, you should see a doctor immediately if you think something is wrong because untreated ear infections can lead to hearing loss.)

El oído interno también puede ser una fuente de pérdida auditiva. Hay pelos finos y diminutos en el oído interno que envían señales de sonido al cerebro a través del nervio auditivo.

(The inner ear can be a source of hearing loss as well. There are fine, tiny hairs in the inner ear that send sound signals to the brain via the auditory nerve.)

Si están dañados, pueden producir una pérdida auditiva permanente. La exposición a ruidos fuertes es una de las formas en las que se pueden dañar los pelos del oído interno que envían señales al cerebro.

(If they are damaged, they can produce permanent hearing loss. Exposure to loud noise is one way in which damage can be caused upon the hairs of the inner ear that send signals to the brain.)

Los oídos internos de su hijo pueden resultar dañados si está cerca de ruidos extremadamente fuertes o de ruidos fuertes durante largos períodos de tiempo.

(Your child's inner ears may be damaged if he or she is around extremely loud noises, or around loud noises for long periods of time.)

Para proteger el oído interno de su hijo, trate de mantenerlo alejado de ruidos fuertes. Cuando su hijo vaya a estar cerca de ruidos fuertes, haga que use tapones para los oídos de orejeras.

(To protect your child's inner ear, try to keep your child away from loud noises. When your child is going to be around loud noises such as at concerts or around heavy machinery, have them use earplugs or muffs.)

Para conservar el oído interno de su hijo, controle los niveles de ruido presentes en los entornos en los que se encuentra el niño, como el patio o la escuela.

(To conserve your child's inner ear, monitor the noise levels present in the environments that the child is in such as at the playground or at school.)

También puede proteger activamente la salud del oído interno de su hijo instalando una barrera de ruido entre la fuente y el receptor, planificando y diseñando "paisajes sonoros" exteriores e interiores que utilizan estratégicamente el espacio y la ubicación, construyendo aislamiento acústico utilizando materiales absorbentes de sonido como cortinas o tapones de goma en sillas, reduciendo el ruido interno como ventiladores, y participando en la educación pública y profesional para reconocer y reducir la contaminación acústica.

(You can also protect inner ear health by installing a noise barrier between the source and the recipient, planning and designing "soundscapes" that strategically use the space and location, building sound

insulation using sound-absorbent materials such as curtains or rubber stoppers on chairs, reducing internal noise such as fans and ventilators, and participating in public and professional education to recognize noise pollution and reduction.)

Participar en una buena higiene del oído externo y medio y reducir la exposición a ruidos fuertes ayudará a preservar la audición de su hijo.

(Participating in good outer and middle ear hygiene and reducing exposure to loud noises will help preserve your child's hearing.)

Los oídos de los niños, al igual que el resto de su cuerpo, todavía están creciendo y desarrollándose.

(Children's ears, just like the rest of their body, are still growing and developing.)

Al cuidar sus oídos cuando su hijo es pequeño, puede asegurarse de que se mantenga en excelente estado de salud incluso cuando esté completamente desarrollado.

(By looking after their ears when your child is young, you can ensure that they remain in excellent health even when they are fully grown.)