

Desarrollo de competencias para la  
promoción de la salud auditiva en niños y niñas:

# ¡ESCUCHAR-NOS!



Carolina Alfaro Alfaro  
Denis Arias Ramírez  
Maydelline Chacón Campos  
Michelle Quesada Blanco



UNIVERSIDAD DE  
COSTA RICA

Desarrollo de competencias para la  
promoción de la salud auditiva en niños y niñas:

# ¡ESCUCHAR-NOS!



Carolina Alfaro Alfaro  
Denis Arias Ramírez  
Maydelline Chacón Campos  
Michelle Quesada Blanco



UNIVERSIDAD DE  
COSTA RICA

CC.SIBDLUCR - CIP/3965

**Nombres:** Alfaro Alfaro, Carolina, autora, compiladora e ilustradora. | Arias Ramírez, Denis, compilador. | Quesada Blanco, Michelle, compiladora. | Chacón Campos, Maydelline, compiladora e ilustradora. | Camacho Álvarez, María Marta, compiladora.

**Título:** Desarrollo de competencias para la promoción de la salud auditiva en niños y niñas : ¡Escuchar-nos! / compiladores Carolina Alfaro Alfaro, Denis Arias Ramírez, Michelle Quesada Blanco, Maydelline Chacón Campos, María Marta Camacho Álvarez ; Carolina Alfaro Alfaro [y otros treinta y uno] ; ilustradoras Carolina Alfaro Alfaro, Maydelline Chacón Campos.

**Descripción:** San José, Costa Rica : Vicerrectoría de Acción Social, Universidad de Costa Rica, 2023.

**Identificadores:** ISBN 978-9930-568-80-4 (PDF)

**Materias:** LEMB: Educación sanitaria. | Escolares – Salud e higiene. | Oídos – Cuidado e higiene. | Audición. | LCSH: Sordera en niños – Prevención.

**Clasificación:** CDD 372.37–ed. 23

### Compiladores

Carolina Alfaro Alfaro  
Denis Arias Ramírez  
Michelle Quesada Blanco  
Maydelline Chacón Campos  
María Marta Camacho Álvarez

### Autores I Parte

Carolina Alfaro Alfaro  
Denis Arias Ramírez  
Michelle Quesada Blanco  
Maydelline Chacón Campos  
María Marta Camacho Álvarez

### Autores II Parte

Ana Yansy Muñoz Rodríguez  
Andrea Ortiz Zamora  
Cindy Madrigal Barquero  
Dania Milena Mora  
Elizabeth Sequeira Rojas  
Fabiola Morales Arias  
Giovanna Naranjo  
Hellen López García  
Ina Marcela Pineda Aráuz  
Ligia Rojas Morales  
Lissette Sequeira Día  
Marcela María Hernández Córdoba  
María de los Ángeles Umaña Alfaro  
María Guadalupe Lobo González  
María Isabel Cortés Cortés  
Marianela Ibarra Ramírez  
Maritza Olivas Eduarte  
Mireya Sanabria Marín  
Mónica Umaña Vega  
Nathalie Gätjens Fernández  
Roxana Alfaro Solís  
Ruth Loría Solano  
Silvia Corrales Chacón  
Silvia Umaña Brenes  
Sonia Durán Obando  
Stafanie Meza Chavarría  
Yinia Bonilla Astorga

### Directora académica

Dra. María Marta Camacho Álvarez

### Asesoría en gestión

Kenneth Jiménez González  
Yanitzia Meléndez Mc Farlane

### Revisión filológica

Katherine Rodríguez Arauz

### Diseño, diagramación y diseño de portada

Hazel Aguilar Barquero  
Roberto Ramírez Quirós

### Ilustradoras

Carolina Alfaro Alfaro  
Maydelline Chacón Campos

### Editor

Vicerrectoría de Acción Social,  
Universidad de Costa Rica  
San José, Costa Rica. 2023

Con apoyo de:



UNIVERSIDAD DE  
COSTA RICA



# Agradecimiento

---

Un encarecido agradecimiento a las docentes del Circuito 02 de la Dirección Regional de Educación San José Norte, Costa Rica; por su aporte a este proyecto.

Al M..Ed. Kenneth Jiménez González, supervisor del Circuito 02 de la Dirección Regional de Educación San José Norte, Costa Rica.

Al Dr. Horacio Chamizo Esquivel, Escuela de Tecnologías en Salud de la Universidad de Costa Rica.

Al Dr. Carlos Pereira Olmo, de las Clínicas de la Audición.

Un agradecimiento especial a la Dra. María Marta Camacho Álvarez, de la Universidad de Costa Rica, por su guía, dirección y gestión durante el proceso de desarrollo y publicación de este libro.

A la Vicerrectoría de Acción Social de la Universidad de Costa Rica.



# Dedicatoria

---

Un homenaje póstumo a ***María Guadalupe Lobo González***

Quien compartió la experiencia del curso Competencias docentes para la identificación de deficiencias auditivas en niños y niñas de preescolar y promoción de la salud auditiva y es autora de una poesía y un cuento de este libro.

*Agosto 2022*





# Índice

---

Agradecimiento.....	3
Dedicatoria.....	5

## I PARTE

Presentación.....	13
Escuchemos con cuidado: Las partes del oído y los efectos del ruido.....	15
¿A qué llamamos ruido? .....	15
Partes del oído y sus funciones .....	17
La Pérdida de Audición: tipos y grados.....	19
Efectos de la Pérdidas Auditivas.....	22
Consecuencias de la pérdida de audición en niños y niñas ....	24
Detección de la Pérdida Auditiva en niños y niñas .....	26
¡Para que podamos escuchar por siempre! Promoción de buenas prácticas en salud auditiva y comunicativa .....	30

Prácticas de prevención y autocuidado para la Salud Auditiva .....	31
Protéjase del ruido .....	33
¿Qué se debe evitar? .....	33
Relación entre la institución educativa y la familia .....	34

## II PARTE

### Salud auditiva con apoyo de cuentos y poesías

Presentación.....	41
<b>Cuentos sobre salud auditiva .....</b>	<b>45</b>
Buenas prácticas auditivas .....	47
Alex el “Súper oídos” .....	49
Cuento sobre cuidados auditivos .....	55
Problemas de salud auditiva .....	59
¡Ay mis oídos! .....	61
¿Qué dijiste? .....	65
¿Qué? .....	71
No me gustan las inyecciones .....	75
No sé qué es ese ruido .....	81
El niño al que siempre le dolían los oídos .....	85
No puedo zumbiar .....	91
Uso de audífonos.....	95
Ramón el niño sordo .....	97
Remedios caseros .....	101
Sofía y las olas del mar .....	103
Conociendo las estructuras del oído.....	109
Ayyyy noooo, ¡lo va a hacer de nuevo! .....	111

<b>Poesías sobre salud auditiva .....</b>	<b>119</b>
Ruido .....	121
Armonía .....	123
Buenas prácticas de salud auditiva e higiene de oído .....	127
Vicente el elefante .....	129
Cuida tus oídos .....	131
Los oídos para escuchar .....	133
Salud auditiva .....	135
La salud es un tesoro.....	137
¡Qué bello es escuchar! .....	139
Oídos atentos por la salud auditiva .....	141
Tus oídos debes cuidar.....	143
Oíditos a cuidar .....	145
Audición .....	147
Oda a mis oídos .....	149
Mis oídos .....	151
A manera de conclusión .....	153
Referencias.....	155



# I PARTE



# Presentación

## I PARTE

La finalidad del material aquí desarrollado, es proporcionar información general y sintética, sobre los cuidados que debemos de tener las personas para proteger nuestra audición. Esta guía contiene una serie de conocimientos esenciales para que las personas docentes que trabajan con población estudiantil en etapa preescolar o escolar, puedan desarrollar las habilidades y competencias para la identificación de posibles pérdidas auditivas.

Los temas aquí desarrollados, fueron planteados y revisados por una serie de profesionales con un alto nivel de expertise tanto en el área de la educación como de la audiología. Para la comprobación de la calidad y efectividad del material, se optó por desarrollar cada uno de los temas con un grupo de docentes de preescolar en unos talleres que denominamos ¡ESCUCHAR-NOS!

Además, la información se presenta de manera muy esquemática y bastante puntual, de manera que el o la docente que lo lea, al terminar de repasar cada una de las sesiones, pueda contar con un bagaje teórico general acerca de las partes del oído, su funcionamiento, enfermedades del oído comunes en niños y niñas, las consecuencias de las pérdidas auditivas, métodos y pruebas para evaluar la audición, entre otros.

Finalmente, se debe recalcar que, la información que se presenta, no debe de considerarse por las personas docentes como una herramienta para hacer ningún tipo de diagnóstico auditivo en el niño o niña con sospecha de baja audición. Por el contrario, puede ser un instrumento de gran ayuda para propiciar el trabajo interdisciplinario entre el o la docente y el o la profesional en audiología enfocado a la identificación temprana de la pérdida auditiva, así como la promoción de la salud auditiva.



## Escuchemos con cuidado: Las partes del oído y los efectos del ruido

### ¿A qué llamamos ruido?

Antes de hablar de las partes del oído, se va a hablar de manera muy puntual acerca del ruido y sus efectos, ya que muchos sitios públicos como las escuelas y hospitales pueden ser entornos muy ruidosos cuando no se tiene una conciencia de los efectos del ruido para la salud de las personas que se exponen a este.

El ruido afecta a las personas de diversas maneras. Sus efectos están relacionados con la audición, el sistema nervioso vegetativo, la psiquis, la comunicación oral, el sueño y el rendimiento. Puesto que el ruido es un factor estresante, una carga mayor para el cuerpo produce un mayor consumo de energía y más desgaste (Cardemil, et al, 2016, p.33).

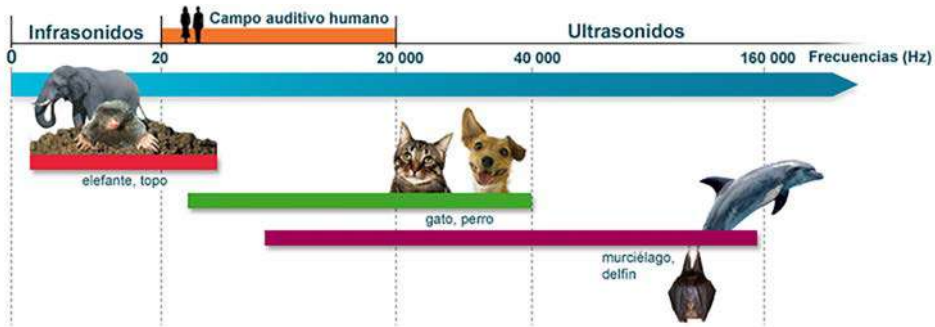
El ruido, es producto de la puesta en vibración de las moléculas que componen el medio. Para el caso del aire, las partículas contenidas dentro de este gas, vibran de manera conjunta transmitiendo el sonido de un lugar a otro, así sucede en otros medios más o menos eficientes para transmitir el sonido, ya que en medios donde las partículas estén más unidas, como en los sólidos las partículas transmiten más rápido el sonido que en los gases (Molano, 2013). Además, para que se de una transmisión del sonido debe de existir una fuente productora de ruido, así como una persona receptora de ese ruido.

También es importante recalcar, que los seres humanos no escuchamos todos los sonidos que se producen en el entorno; el rango de audición humano es muy reducido, se limita a sonidos que se ubican en los 20 Hz hasta los sonidos de 20,000. Hz (Benito y Silva, 2013), mientras que, por el contrario, para el caso de otros animales como el delfín o el murciélago, estos pueden escuchar tanto los ultrasonidos (sonidos que están por encima del rango de escucha del ser humano), así como los infrasonidos (por debajo de los 20 Hz).

Animales como el elefante o el topo, curiosamente escuchan sonidos que están por debajo de los 20 Hz (Ver figura 1). Estos ultrasonidos e infrasonidos, aunque no son audibles para los humanos, poseen distintas aplicaciones para la vida de las personas, como, por ejemplo, los ultrasonidos utilizados para diagnosticar distintas enfermedades, o en los sismógrafos empleados para determinar la magnitud de un evento sísmico.

Figura 1

Rango audible humano en y algunos otros animales



*Nota.* Adaptado de *Campo Auditivo Humano* [Imagen], por Coclear.ORG, 2018.

Por su parte, el rango de sonidos audibles en las personas, puede verse reducido por efectos de otros agentes distintos al ruido como algunas enfermedades congénitas, infecciones bacterianas, **virus**, entre otros factores (OMS, 2021). Como una manera de crear conciencia acerca del cuidado de la audición y promocionar prácticas de buena salud auditiva, se conmemora alrededor del mundo el día 3 de marzo, como el Día Internacional de la Audición (Ver figura 2).

Figura 2

Afiche conmemorativo del DÍA MUNDIAL DE LA AUDICIÓN



*Nota.* Adaptado de *Día mundial de la audición. Materiales de información*, por OMS, 2021.

Dependiendo del nivel de incapacidad auditiva que posea una persona, así va a ser clasificado el *grado* de sordera. Según la OMS (2021), la sordera puede clasificarse de acuerdo al grado en: sordera leve (21 Hz-40 Hz), sordera moderada (41 Hz-70 Hz), sordera severa (71 Hz-90 Hz) y sordera profunda (91 Hz-120 Hz). Para el caso de los niños las niñas que no escuchan sonidos por debajo de un volumen de 26 decibeles.

En el caso de las pérdidas auditivas ocurridas durante el nacimiento, se considera que más de la mitad de estas hipoacusias pueden ser evitadas, por medio de estrategias para la prevención de la sordera. Un ejemplo de este caso, son las sorderas causadas por la ototoxicidad, que es el nombre utilizado para describir la pérdida relacionada a la ingesta de diversos medicamentos administrados para combatir algunas enfermedades como el cáncer (Molano, 2013).

### Partes del oído y sus funciones

El órgano de la audición, se puede dividir en tres partes: el oído externo, seguido de un oído medio y finalmente un oído interno (Ver figura 3). En primer lugar, el oído externo está compuesto por dos partes fundamentales: el pabellón auricular y el conducto auditivo externo o CAE.

El pabellón auricular, está compuesto por estructuras denominadas: anti hélix, concha trago y el lóbulo, estas se componen de cartílago y piel principalmente, la principal función del pabellón auricular, es captar y facilitar la localización espacial de los sonidos.

**Figura 3**

Partes del oído



**Nota.** Adaptado de Manual Operativo para la aplicación de la Prueba Auditiva de las Tarjetas en las niñas y los niños CEN y CINAI, (p. 13), por M., Song, 2013 y E., Villalobos, 2013, Ministerio de Salud Costa Rica.

Seguido del trago, se encuentra el Conducto Auditivo Externo (CAE), este conducto como se suele suponer, no es totalmente recto, sino que es un conducto hueco en forma de S, compuesto por dos curvaturas, además cuenta con una longitud aproximada de 24 mm, compuesto por cartilago y una porción final interna ósea (Antolí, 2018).

El oído medio por su parte, se compone principalmente de tres huesecillos: el martillo, el yunque y el estribo, este último hueso es el más pequeño del cuerpo y se encarga de enviar el estímulo sonoro a la cóclea, estructura ubicada en el oído interno (Antolí, 2018).

La cóclea o caracol, que se encargan de convertir el impulso sonoro proveniente del exterior en un impulso eléctrico que es transmitido a través de la médula espinal, hasta la corteza cerebral, donde se da la decodificación del mensaje y se le asigna un significado (Antolí, 2018).

El proceso de convertir el mensaje proveniente del entorno en una corriente eléctrica, es llamado transducción electro-mecánica y es gracias a las células ubicadas en la cóclea, que se da esta transformación. Las células ciliadas externas ayudan a amplificar las vibraciones sonoras que entran en el oído interno desde el oído medio. Cuando la audición funciona normalmente, las células ciliadas internas convierten estas vibraciones en señales eléctricas que viajan como impulsos nerviosos al cerebro (NIDCD, 2009).

Es importante mencionar, que la pérdida auditiva causada por la edad o la presbiacusia, es causada por deterioro principalmente de las CCE del oído interno, causando graves problemas en las personas adultas mayores en la comprensión de la palabra hablada (Molano, 2013).



## La Pérdida de Audición: tipos y grados

En caso de que ocurra algún tipo de evento que pueda alterar el funcionamiento de alguna de estas estructuras, la efectividad de la transmisión del sonido se va a ver afectada en manera proporcional al daño causado. Según la OMS (2021) dentro de las causas más comunes que pueden desatar sordera en la infancia destacan los siguientes:

- Periodo prenatal:

Factores genéticos (algunos de estos hereditarios).

Infecciones intrauterinas: citomegalovirus, rubéola, entre otros.

- Periodo perinatal:

Asfisia perinatal (ausencia de oxígeno durante el alumbramiento).

Hiperbilirubinemia (ictericia grave al nacer).

Bajo peso.

- Infancia y adolescencia:

Otitis crónica (otitis media supurativa crónica).

Presencia de líquido en el oído (otitis media no supurativa crónica).

Meningitis y otras infecciones.

A pesar de todos los factores de riesgo que pueden desencadenar sordera, la implementación de buenas prácticas de salud auditiva pueden ayudar a conservar niveles de audición normales. Además de la promoción de buenas prácticas auditivas como no introducir objetos en los oídos, usar tapones para ingresar a una piscina, no mojarse los oídos cuando se tiene infecciones de oído o perforaciones timpánicas no recuperadas, existen distintas pruebas audiológicas para la identificación de dichos problemas en etapas tempranas y poder controlar los efectos dañinos para la audición (Academia Americana de Pediatría, 2019).

Dentro de las pruebas empleadas para los tamizajes auditivos en recién nacidos e infantes, se encuentran las pruebas de Emisiones Otoacústicas y los Potenciales Evocados Auditivos, éstas dos herramientas clínicas, son de gran utilidad para la detección temprana, ya que no necesitan de la participación consciente del paciente, por lo que se le puede realizar a niños y niñas de cualquier edad, incluso mientras duermen. Logrando

obtener resultados muy exactos acerca del lugar y tipo de la lesión, así como el grado de pérdida auditiva producida por dicho evento patológico (OMS, 2021).

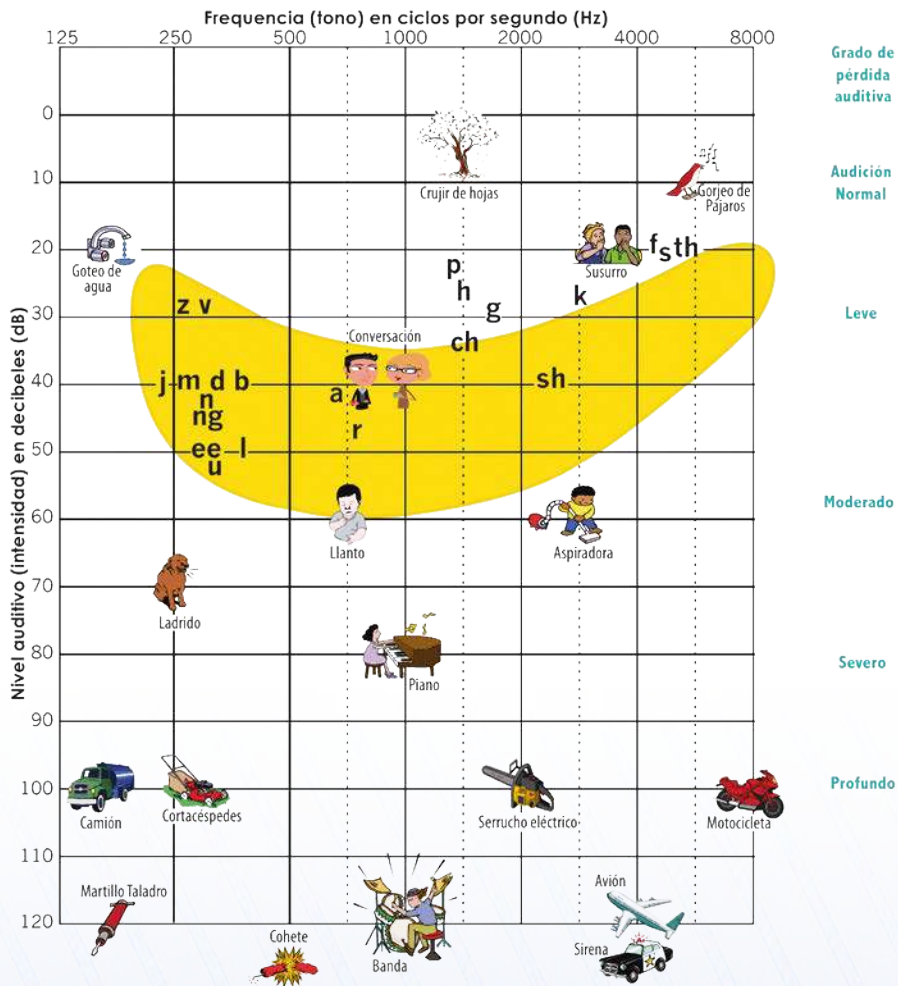
Para el caso específico de Costa Rica, es uno de los pocos países de América Latina en contar con un programa universal para la detección de la sordera en recién nacidos (Achío, 2015), aunque, como se ha demostrado, muchos problemas de audición se presentan en edades posteriores y por la ausencia de un programa de tamizaje auditivo escolar obligatorio, muchos niños y niñas con problemas auditivos no son diagnosticados a tiempo.

Es importante reconocer, que según el sitio de la región anatómica donde ocurre la lesión, así va a ser clasificado el origen de la sordera:

- *Hipoacusia Conductiva*: problema ubicado en oído externo o medio.
- *Hipoacusia Neurosensorial*: problema ubicado en oído interno o nervio auditivo.
- *Hipoacusia Mixta*: problema ubicado de tal manera que afecta tanto la conducción del sonido, así como al oído interno.

La pérdida auditiva puede clasificarse de acuerdo a la dificultad para percibir un sonido en: pérdida leve, pérdida moderada, sordera severa o sordera profunda; las mismas, van a estar determinados por el grado de daño que se le haya causado a las diversas estructuras auditivas. En la Figura 3 se muestra una imagen de un audiograma, instrumento empleado por los profesionales en audiología para anotar los resultados de la audiometría así como el diagnóstico audiológico de acuerdo a la interpretación que el especialista realiza de los resultados (Molano, 2013).

**Figura 4**  
Imagen de un audiograma



**Nota.** Adaptado de *Audiograma de sonidos familiares y de ling*, Academia Americana de Audiología, 2012.

La implementación adecuada de esta guía, siguiendo las pautas descritas a lo largo del documento, puede ser un material de gran ayuda para mejorar los lazos de trabajo interdisciplinario para la identificación de casos de sordera entre el o la profesional en educación y el o la profesional en audiología.



## Efectos de la Pérdidas Auditivas

Los niños y las niñas aprenden el lenguaje oral a partir de la interacción con las personas de su entorno, estas interacciones les permiten almacenar experiencias y darles significados a los distintos elementos de la vida cotidiana (Ver figura 4). Para potenciar al máximo el desarrollo del habla, es necesario poseer un buen funcionamiento de tres estructuras determinantes para este proceso: órganos fonadores, estructuras cognitivas y audición.

- Poseer intactas las estructuras para la audición y el habla
- Contar con estructuras cognitivas desarrolladas
- Contar con el apoyo de otras personas y recibir retroalimentación constante

Figura 5

## Aspectos relevantes del desarrollo del lenguaje oral



**Nota.** Adaptado de Aportes teóricos derivados de las investigaciones sobre el lenguaje (p. 377), por J., Villada y L., Chaves, *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 8 (2).

Cabe destacar que, los problemas de audición no necesariamente van a tener efectos homogéneos o similares en las personas, debido a que la sordera es un padecimiento con efectos tanto en el área social, cultural, educativo y familiar. A continuación, se muestran algunos signos que, según FIAPAS (2010) pueden ser considerados como señales de alertas o "red flags" para sospechar de una posible sordera:

- Cuando se le habla al niño o niña fuera del campo de visión y este no se percata, principalmente cuando hay pocas distracciones ambientales.
- Se exalta cuando mencionan su nombre, independientemente de la cantidad de ruido presente en el ambiente.
- Sube el volumen del televisor u otros dispositivos a niveles considerados peligrosos para la audición.
- No responde a las voces del teléfono o se cambia constantemente el teléfono de un oído a otro, como si no logra escuchar lo que le dicen.

- No presenta reacción ante sonidos fuertes como de impacto.
- Se le dificulta seguir órdenes.
- Se frustra fácilmente cuando interactúa, al no comprender lo que se dice.
- Presenta algún nivel de retraso en el lenguaje.
- Constante agotamiento por esforzarse constantemente para oír, principalmente durante la clase.
- Repite con frecuencia el ¿qué? y ¿cómo?, o se coloca la mano detrás de la oreja para escuchar mejor.
- Presenta variaciones del tono de voz.
- Se presenta distraído a clases.
- Bajo rendimiento escolar, falta de motivación.

Nuevamente, esta lista no es una base para diagnosticar un problema de hipoacusia, pero si puede ser de gran utilidad para detectar de manera temprana cualquier sospecha de sordera en etapa escolar.

### **Consecuencias de la pérdida de audición en niños y niñas**

Como ya fue descrito, las consecuencias que acarrea la pérdida de audición en las diversas áreas de la vida cotidiana, a raíz de una sordera no diagnosticada, puede conducir según FIAPAS (2010) las siguientes consecuencias:

- Dificultades para el aprendizaje: a nivel de lenguaje, son variadas las limitaciones que una persona sorda puede presentar, estas van a depender principalmente del grado de dificultad que se posea para percibir la información oral (grado de sordera).

- Dificultades para el habla: para aprender un lenguaje oral, se debe de tener un buen sentido de la audición, por lo que un niño o niña con problemas de sordera, muy posiblemente va a poseer un lenguaje deficiente y con una mala pronunciación.
- Relaciones sociales: La interacción social en estas personas puede llegar a verse limitada por la incapacidad para oír. El pedir que le repitan las oraciones constantemente, así como la pérdida de información oral, puede desencadenar situaciones de aislamiento y sensaciones de incompreensión.
- Dificultades para el aprendizaje: a nivel de lenguaje, son variadas las limitaciones que una persona sorda puede presentar, estas van a depender principalmente del grado de dificultad que se posea para percibir la información oral (grado de sordera).
- Dificultades para el habla: para aprender un lenguaje oral, se debe de tener un buen sentido de la audición, por lo que un niño o niña con problemas de sordera, muy posiblemente va a poseer un lenguaje deficiente y con una mala pronunciación.
- Relaciones sociales: La interacción social en estas personas puede llegar a verse limitada por la incapacidad para oír. El pedir que le repitan las oraciones constantemente, así como la pérdida de información oral, puede desencadenar situaciones de aislamiento y sensaciones de incompreensión.



## DetECCIÓN DE LA PÉRDIDA AUDITIVA EN NIÑOS Y NIÑAS

Este apartado abarca la problemática de la sordera en la comunicación del o la estudiante, principales pruebas de detección y diagnóstico de la pérdida de audición en etapas preescolares y algunas herramientas informales de uso en el aula como apoyo en la detección de problemas auditivos.

Como dato general alrededor de cada por cada 1000 nacidos vivos una niño o niña será portadora de algún tipo de problema auditivo serio, aunque esta cifra puede variar debido a la gran diversidad de padecimientos que pueden afectar la audición, debido a que alrededor de 7 por cada 1000 nacidos vivos presentan actualmente algún problema auditivo (NIDCD, 2021).

A pesar del elevado número de casos de sorderas presentadas durante la infancia y la niñez, la literatura indica que más de la mitad de los casos de sordera infantil se pueden prevenir, por lo que son muy importantes las campañas de screening neonatal, el control del embarazo y el parto, el consejo genético, entre otros. Según la OMS, el 60% los casos de pérdida auditiva en niños se deben a causas prevenibles, y 75% de los niños en etapa escolar va a padecer en algún momento de problemas auditivos asociados, por ejemplo, a problemas de rinitis, de adenoides, amigdalitis, resfríos o frecuentes infecciones de oído.

Estos indicadores demuestran la necesidad de realizar evaluaciones auditivas periódicamente, con la finalidad de tratar estos problemas de manera temprana. La evaluación de la pérdida auditiva se divide en dos tipos de pruebas, las pruebas auditivas objetivas (que no requieren de participación activa por parte de la persona evaluada) y las pruebas subjetivas (que requieren una participación activa) (Pereira, 2021).

Dentro de las pruebas auditivas objetivas encontramos la impedanciometría, tiene como finalidad evaluar la funcionalidad del oído medio ante un estímulo sonoro y la aplicación de presión al conducto auditivo, esta prueba en complemento con la audiometría nos va ayudar a dar un diagnóstico audiológico y descartar o confirmar alguna patología de oído medio.

En esta línea de pruebas, se le suman las emisiones otoacústicas, se usan no solo a nivel de tamizaje auditivo neonatal, en recién nacidos, sino que también en el caso de las escuelas cuando los niños son difíciles de evaluar por medios subjetivos, en estos casos pueden ser fácilmente evaluados por medio de emisiones otoacústicas. En los casos más específicos, se podría evaluar a los niños por medio de los potenciales evocados auditivos. Esta

prueba permite obtener resultados confiables en niños con condiciones especiales o niños que requieren un diagnóstico de mayor especificidad.

Los tamizajes auditivos, por lo general, se sirven de estas dos últimas herramientas diagnósticas (los potenciales y las emisiones) para realizar los chequeos en los niñas y niños, principalmente en aquellos considerados por el profesional como difíciles de evaluar, ya sea por su condición de salud o de discapacidad, ya que es muy importante que todos y todas puedan ser evaluados de manera oportuna y periódica, para evitar consecuencias negativas para el lenguaje.

El retraso en la identificación de la misma, produce de forma indiscutible alteraciones en el desarrollo del lenguaje, la comunicación, el nivel educacional y por tanto, en la calidad de vida del niño hipoacúsico. Sin programas específicos de detección precoz, la edad media del diagnóstico se sitúa en torno a los tres años. Por todo ello, es importante la implantación de programas de screening auditivo neonatal. (Cardemil, et al., 2016, p.35)

Por su parte, las pruebas subjetivas ofrecen buenos resultados, pero en estas pruebas, se necesita la participación del niño o niña, dichas pruebas se inician siempre con una otoscopia, es muy importante revisar cómo está la integridad del oído externo, pabellón auricular, conducto auditivo y la membrana timpánica.

La audiometría es la base del diagnóstico audiológico se puede realizar de diferentes maneras, desde diferentes perspectivas y dependiendo del grupo etario de la persona, por ejemplo, niños y niñas de 0 a 6 meses se aplica la prueba de "observación de la conducta sin reflejos condicionados" niños y niñas de 6 meses a 2 años "observación de la conducta con reflejos condicionados", niños y niñas de 2 a 4 años "Audiometría lúdica: por juegos" y de 4 años en adelante "audiometría tonal" (Pereira, 2021). Estas pruebas tienen que ser evaluadas por un profesional en audiología en un espacio adecuado.

Para niños pequeños se realiza la prueba de conducta con reflejos condicionados o audiometría con refuerzo visual. Básicamente se pondrá a los niños a jugar, para desarrollar la evaluación se utilizan unos parlantes que van a tener algunos sonidos y luces o juguetes; ante un estímulo sonoro, el niño va a recibir una señal visual o reflejo y el niño reacciona moviendo su cabeza hacia el lado del estímulo.

La audiometría lúdica, por su parte, es una audiometría dónde se colocan los auriculares, se presenta algunos estímulos, y ante este estímulo el niño va a armar un rompecabezas, un lego o va a depositar un juguete en una cajita; en fin, el audiólogo o audióloga puede desarrollar cualquier tipo de estrategia lúdica para que el niño colabore aportando una respuesta con base en el estímulo que sea presentado.

La audiometría convencional es la prueba diagnóstica por excelencia y esto se hace en una cabina sonoamortiguada, con equipo total y completamente calibrado con estándares internacionales. Esta prueba tiene como objetivo determinar la percepción auditiva y discriminación de la palabra del niño o la niña.

Además, la prueba auditiva de las tarjetas, es otra prueba de tipo objetiva, en la que se le solicitará al niño que nombre cada una de las imágenes, el niño tiene que saber o poder determinar cada una de las imágenes que está viendo. Una vez que el niño ha reconocido las imágenes, se sienta al niño o niña en una silla, se le colocan las imágenes enfrente, seguidamente el evaluador se posiciona detrás del niño o niña a un metro de distancia y con una voz suave va a solicitarle al niño o niña que señale dónde se encuentra la imagen. Se va a tapar el oído que no será evaluado para que haya un grado de dificultad mayor y para discriminar cual oído presenta una posible deficiencia (CEN-CINAI, 2013).

**Tabla 1**

Hoja para anotar resultado de agudeza auditiva.

**Resultados evaluación de la agudeza auditiva**

Fecha (mes y año)	Edad (años y meses)	Oído derecho	Oído izquierdo	Nombre del evaluador
11-03-2010	3,6	4/4 Bien	3/4 Bien	Blanca Rui Ruiz
		/4	/4	
		/4	/4	
		/4	/4	
		/4	/4	

**Nota.** Adaptado de Manual Operativo para la aplicación de la Prueba Auditiva de las Tarjetas en las niñas y los niños CEN y CINAI, (p. 24), por M., Song, 2013 y E., Villalobos, 2013, Ministerio de Salud Costa Rica.

Con base en los resultados anotados en la hoja de agudeza auditiva (Tabla 1), si el niño o niña responde cuatro de cuatro tarjetas de forma correcta o incluso tres de cuatro, es un buen resultado. Será un resultado dudoso cuando sólo señala dos de las cuatro imágenes, y cuando reconozca únicamente una o ninguna de las imágenes se debe sospechar de una deficiencia auditiva y, por tanto, es necesaria una evaluación audiológica.

Además, es importante destacar que, a pesar de su gran valor como prueba de tamiz, la evaluación de las tarjetas no sustituye una evaluación audiológica y que es imprescindible que se realice una evaluación auditiva anual a los niños en estas etapas.

En conclusión, la audición es un sentido básico para el desarrollo del niño. Cuando un pequeño presenta trastornos auditivos, pierde algo más que la capacidad de escuchar. De ahí la importancia de la detección oportuna. La hipoacusia tiene graves repercusiones en el niño. Se compromete la adquisición normal del lenguaje y en consecuencia afecta el desarrollo intelectual, la adaptación social y su vida en general. La importancia de la detección precoz de la sordera es que crea una oportunidad de intervención, minimizando los efectos nocivos del trastorno auditivo.

El trabajo conjunto del profesional de audiología, el terapeuta de lenguaje y las familias y docentes que están en contacto con los niños y las niñas, es de suma importancia para la rehabilitación auditiva y el desarrollo integral y pleno de los niños y las niñas.

Finalmente, existen equipos especiales para realizar mediciones de ruido llamados sonómetros, estos equipos son operados por profesionales al momento de realizar mediciones de ruido en ciertos espacios, estas mediciones pueden tener gran valor al momento de evaluar las condiciones de un ambiente acústico.

El sonómetro es el instrumento más sencillo y completo para la realización de una medida precisa de niveles sonoros. En el mercado existe una gran variedad de sonómetros en función de las necesidades de medida. Básicamente los sonómetros están constituidos por: micrófono (condensador o electret), pre amplificador con ganancia variable, redes de ponderación, conexiones previstas para filtros de 1/1 ó 1/3 de octava, amplificador de ganancia variable y salidas indicadores (Echeverri y Gonzales, 2011, p.6).

A partir de estas mediciones de ruido, se puede identificar las fuentes más ruidosas en las escuelas, como pueden resultar los aires acondicionados y algunos laboratorios para poder tomar acciones de acuerdo al nivel de interferencias que puedan causar para el desarrollo de las lecciones.



### **¡Para que podamos escuchar por siempre! Promoción de buenas prácticas en salud auditiva y comunicativa**

La promoción y prevención de la salud auditiva, “integra aspectos concernientes al cuidado de la salud, adopción de conductas protectoras y medidas para prevenir los riesgos. [...] Propone estrategias, medidas preventivas, cambio de comportamientos y prácticas para la transformación de entornos, y modificación de hábitos que permitan detener, mitigar o curar los desórdenes del sistema auditivo y de la comunicación.” (Molano, 2013).

La promoción de buenas prácticas de salud auditiva, deben de ser propiciada desde distintos espacios: familiar, escolar, ONG, instancias civiles y pública; la educación en este tema, además, debe de ser una prioridad para la época en que vivimos, donde cada vez la contaminación Acústica es mayor (Molano, 2013).

## **Prácticas de prevención y autocuidado para la Salud Auditiva**

¿Qué debemos hacer? (Molano, 2013)

- Promover ambientes tranquilos en el ámbito escolar, laboral y de espacio público.
- Hacer uso de elementos de protección personal tanto para el ruido, como para el agua; existen protectores auditivos para todos los ambientes.
- Evitar usar auriculares (audífonos) dentro del oído. Los auriculares de inserción quedan muy cerca del oído, si a eso se le suma el uso desmedido del volumen, el daño es mayor.
- Extraer el agua del oído halando la oreja hacia abajo y afuera y dar saltos repetitivos en el pie del mismo lado.
- Ante la ruptura de tímpano o de otitis externa, evitar que ingrese agua al oído. Se debe cubrir con un algodón y vaselina antes de entrar a la ducha. También se pueden utilizar protectores para el agua hechos a la medida.
- Destaparse los oídos bostezando, abriendo y cerrando la boca exageradamente como cuando se tiene mucha hambre. Ésta es una medida para que la trompa de Eustaquio se dilate.
- Evitar la exposición constante a ruidos fuertes o continuos. Proteger sus oídos de los sonidos fuertes.
- Permanecer lo más alejado posible de detonaciones y explosiones repentinas.
- Ante la presencia de un cuerpo extraño dentro del oído, acudir al servicio médico.

- Ante la presencia de dolor, secreción, inflamación, resfriado común y otras afecciones respiratorias, visitar al médico o especialista del oído para evitar complicaciones auditivas, ya que la propia anatomía favorece las infecciones en el oído medio, sobre todo en los niños.
- Las personas adultas deben acudir cada año a consulta médica para que revisen sus oídos y evalúen la audición. Si padecen alguna enfermedad crónica o degenerativa como diabetes o hipertensión, es aconsejable acudir cada seis u ocho meses para que le realicen una audiometría.
- Preguntar a su médico si los medicamentos que usted toma pueden afectar su audición y cómo se puede evitar esto.
- Pida una prueba de audición para su bebé.
- Vacunación contra la rubéola, el sarampión, las paperas y la meningitis.
- Si sospecha que alguien tiene una pérdida auditiva, remítase urgentemente a un especialista. Esto es especialmente importante en el caso de los bebés y los niños y niñas.
- Solo aplique en sus oídos los medicamentos que le haya recetado el médico.
- ¡Confía en su instinto! Si sospecha que algo está mal en su oído, busque ayuda.

## Protéjase del ruido

- Muchos equipos recreativos, juguetes para niños, artefactos del hogar, y herramientas eléctricas cuentan dentro de sus manuales de uso con especificaciones de ruido. Es recomendable elegir los modelos más silenciosos.
- Evitar juguetes para niños que producen altos niveles de ruido.

## ¿Qué se debe evitar?

- NO escuche música muy fuerte (mantenga el volumen por debajo del 60% del máximo, haga descansos frecuentes por cada hora de uso)
- Evite duchas o irrigaciones en el oído.
- Evite el uso reblandecedor de cerumen sin indicación de un profesional, ya que resecan la superficie y reducen la capacidad protectora bacteriana dentro del oído.
- No aplicar agua oxigenada.
- Evite extraer el agua del oído golpeando la cabeza.
- No aplicar gotas de leche materna, etc. Esto causa una infección severa.
- Evite destapar los oídos soplando o tapando las fosas nasales. Así se obstruye la trompa de Eustaquio.
- NO introduzca nada en el oído.
- NO trate ninguna afección de los oídos con aceite caliente o frío, hierbas, ajo, etc.
- NO nade ni se bañe en agua sucia.

## Relación entre la institución educativa y la familia

Es fundamental un espíritu de colaboración y cordialidad entre la institución educativa y la familia. El objetivo es que el niño pueda crecer en un ambiente emocionalmente armónico. Cuando un estudiante lleve algún tipo de ayuda auditiva, conviene que la o el audiólogo de apoyo escolar y todos los profesionales que trabajen con ese niño se familiaricen con su uso, para garantizar su correcto funcionamiento y que se le pueda poner o retirar cuando sea preciso.

Es necesario crear un clima de mutua confianza y colaboración con la familia, ya que, para el caso de las familias de niños o niñas sordas, se deben de fomentar prácticas que favorezcan el uso cotidiano y estable del dispositivo auditivo, además la comunicación escuela- profesional en audiología, debe de ser fundamental para maximizar los resultados del uso de la prótesis (Molano, 2013).

La relación entre la institución educativa y los consultorios interdisciplinarios de adaptación de ayudas auditivas (audífonos e implantes) y rehabilitación aural oral (audiología, otología, otorrinolaringología, psicología, audiología, trabajo social etc.) para atender las orientaciones sobre el manejo, cuidado de los dispositivos; estrategias comunicativas y de apoyo a la familia y a los niños como el mejor aprovechamiento del recurso (Molano, 2013).



Te invitamos a observar un video que resume los principales aspectos del tema

¡Para que podamos escuchar por siempre!  
Promoción de buenas prácticas en salud auditiva y comunicativa



## **Ciertas capacidades que la persona docente debe poseer para la identificación y abordaje de los problemas auditivos en los niños y niñas en edad preescolar**

Luego del análisis de la teoría, la aplicación de instrumentos y el desarrollo de la estrategia de capacitación se sugieren las siguientes capacidades y saberes teórico-prácticos para mejorar los procesos de educación y salud auditiva en el nivel de preescolar:

### **Conocimiento sobre las partes del oído, sus funciones y su higiene**

Debe de ser fundamental el conocimiento de aspectos básicos generales relacionados al funcionamiento del sistema auditivo así como la transmisión del sonido a través de dicho órgano y aspectos relacionados con su higiene y salud.

En la guía denominada Competencias docentes para la identificación de deficiencias auditivas en niños y niñas de preescolar y promoción de la salud auditiva, se incluye un apartado dedicado a conocer sobre el funcionamiento del órgano de la audición y sus partes, así como las posibles repercusiones que el mal funcionamiento de alguna de sus estructuras puede tener en la audición. Esta guía pretende ser un apoyo a la labor docente.

### **Constante asesoría, información y capacitación para la identificación y abordaje de las posibles deficiencias auditivas**

En la era de la información es necesario que la persona docente se sienta interesada en autoformarse en aspectos relacionados con la promoción de la salud auditiva en las aulas y el fomento las buenas prácticas cotidianas orientadas al cuidado del oído, más aún cuando se cuenta con tantos sitios, enlaces, plataformas y recursos audiovisuales, infográficos y bibliográficos.

## **Fortalecimiento de los canales de comunicación con las y los estudiantes para conocerlos y apoyarlos en los procesos de educación y salud auditiva**

La comunicación activa, con los niños y niñas, con los y las docentes y/o encargados y encargadas del cuidado de los niños es fundamental, ya que favorece la detección temprana de cualquier afección que podría tener el niño o niña, puesto que por medio del comportamiento y conducta de un niño puede llegar a sospecharse de un problema de salud auditiva. La comunicación de inquietudes sobre la salud de los y las niñas no debe aplazarse puesto que como ya se ha mencionado una detección temprana de cualquier tipo de afección puede permitir una mejor rehabilitación.

## **Promoción de procesos de diagnóstico temprano de enfermedades del oído**

Es de suma importancia que la promoción de la salud y salud auditiva, se inicie desde temprana edad, es necesario que la familia y las personas docentes se involucren en los procesos de detección y diagnóstico de la enfermedad auditiva, así como en la enseñanza de hábitos saludables para que el niño o niña aplique estos conocimientos, mantenga una salud y un desarrollo óptimo.

## **Creatividad, iniciativa e innovación para la planificación, desarrollo y evaluación de actividades para la promoción de la salud auditiva**

Es importante contar con docentes con capacidad de crear, seleccionar y divulgar materiales didácticos y el uso de herramientas que permitan generar estrategias encaminadas a desarrollar la promoción de la salud auditiva.

## **Creación o fortalecimiento de redes familiares de apoyo en educación y salud auditiva**

La familia como sabemos es el primer punto de educación de los niños y las niñas, es, de igual manera, donde se llevan a cabo la mayor parte de las actividades de la vida cotidiana, los cuidados, alimentación, higiene y cuidados preventivos. En cuanto a salud auditiva, el papel de la familia es sumamente importante al momento de la identificación de posibles deficiencias auditivas. La comunicación entre el centro educativo, persona educadora y familia permite que los casos sospechosos puedan ser intervenidos por los especialistas respectivos en forma temprana.

## **Creación de programas de educación y salud auditiva**

En el caso de las instituciones, sería propicio que se generen o implementen programas de educación y salud en conjunto, donde se incite la participación activa y se dé una intervención colectiva que estimule a los niños y niñas a ser partícipes de su salud en general y de su salud auditiva, y en la que les permita tomar decisiones informadas sobre su salud y bienestar general.

## **Implementación, reflexión y evaluación de políticas, estrategias y acciones tendientes a la salud auditiva.**

En el marco de promoción de la salud auditiva, es necesario que se realicen estrategias y acciones en el ámbito institucional, comunitario y familiar, que propicien conocimientos y herramientas para la prevención, atención y rehabilitación de la persona con pérdida o disminución auditiva.

La promoción de la salud contribuye según Molano (2013) “a garantizar el derecho a la vida y la salud mediante la formulación, implementación y evaluación de políticas, estrategias y acciones sectoriales, intersectoriales/ transectoriales y comunitarias, dirigidas a la reducción de inequidades; la afectación positiva de los determinantes sociales de la salud y el desarrollo de capacidades institucionales, sociales, comunitarias, familiares y personales.” (pág. 44)

El proceso de promoción de la salud está dirigido a fomentar hábitos, conductas y estilos de vida saludables, a educar sobre acciones positivas y negativas que influyen de una u otra manera en la salud auditiva de las personas, a incentivar el cambio de conductas que repercuten la salud auditiva y a transformar los lugares de convivencia en entornos saludables en general.

Finalmente, cabe recordar, que estas son sólo algunas de las capacidades que debe fomentarse en la docencia y que como lo indica Molano (2013), que el objetivo principal de la promoción de la salud auditiva es, en sí, la prevención de una afección auditiva, y el primer paso para alcanzar este objetivo es la educación, que consiste en una de las principales herramientas y mecanismos con los que cuenta el sector salud en procesos de sensibilización, adquisición de conocimientos, valores, actitudes y prácticas para el cuidado del oído y protección auditiva; estos procesos de educación permiten que las personas desarrollen capacidades y criterio que les permita tomar decisiones sobre su salud.

# II PARTE



# Presentación

---

## II PARTE

Este documento es el resultado de un proyecto llevado a cabo con docentes de educación preescolar en diferentes instituciones del circuito 2 de la Dirección Regional de Educación San José Norte, Costa Rica de San José, Costa Rica.

La puesta en marcha del proyecto tenía como propósito generar competencias en los docentes para la identificación de deficiencias auditivas en niños y niñas en edades preescolares y finalmente la promoción de la salud auditiva entre esta población.

Pero ¿cómo promover la salud auditiva de la niñez en edad preescolar? ¿Quién podría contestar mejor esta pregunta que aquellas personas que se relacionan con niños y niñas casi todos los días? Es por esta razón que solicitamos la cooperación de docentes de educación preescolar para la creación de textos sobre la importancia de la salud auditiva.

De esta manera nos complace presentar el siguiente documento que contiene diversos cuentos y poesías destinados a promover la salud auditiva de manera divertida, didáctica y entretenida.















# Alex el "super oídos"

María Isabel Cortés Cortés

**A**lexander o mejor conocido, como le dice su familia de cariño, "Alex"; es un niño feliz que gusta de escuchar todo lo que hay a su alrededor. Ama escuchar el sonido de la voz de los diferentes miembros de su familia, también de todo lo que esta a su alrededor. Cuando sale de paseo Alex encuentra un gran placer al escuchar y poner atención a todo, desde la risa de los niños y las niñas al jugar, las melodías, las letras de sus canciones favoritas y un montón de sonidos. Todo Alex desea escuchar...



Un día su maestra les explicó en clases, que el oído es uno de los cinco sentidos que tiene nuestro cuerpo y que por diferentes circunstancias, puede darse que haya personas que no pueden escuchar, ya sea porque tienen baja audición (hipoacusias) o pérdida auditiva en diferentes grados.

Alex no lo podía creer, será que aquello era cierto, era posible que existieran personas que no tuvieran el gran privilegio como él de escuchar. Alex no lo podía creer, pero lo que más le asombró de todo es que descubrió que la mayoría de las pérdidas auditivas se pueden prevenir con una adecuada higiene, hábitos y una buena salud auditiva, según lo explicó la maestra, inclusive, Alex investigando aprendió aún más.



Desde ese día, Alex asumió un reto importante como ser humano y como promotor de la buena salud auditiva, él se convertiría en Alex "el súper oídos", como todo un superhéroe, y su misión sería ayudar a los demás a prevenir problemas auditivos y cuidar su salud auditiva a partir de la práctica correcta de hábitos.

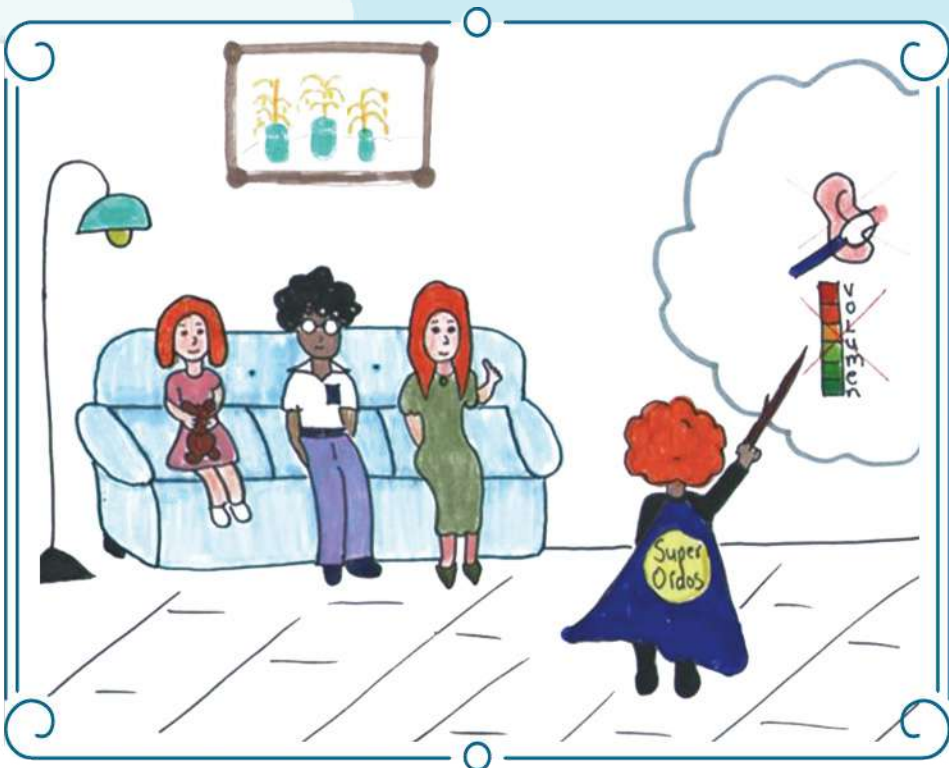


Alex comenzó su arduo trabajo desde su hogar, enseñándole a su familia que la forma más adecuada de tener una buena higiene de sus oídos es limpiarlos con un paño, pañuelo o toallita, la cual debe colocarse sobre el dedo meñique cubriendo el mismo como una capita e introduciéndolo, con mucho cuidado, dentro del canal auditivo, limpiando con este sólo la parte externa, sin forzar el canal auditivo ni introducirlo más allá de lo que se puede, es decir, en la parte interna del oído.

Su familia siempre había usado hisopos para limpiar los oídos, pero Alex les explicó que no son para nada recomendables, porque pueden hacer un efecto adverso, provocando que la cera natural que necesita el oído se vaya al fondo de este y cause problemas mayores como tacos de cerumen, pérdida de audición, entre otros. Asimismo, les recordó a sus familiares que la cera es importante para el funcionamiento óptimo de nuestro oído, por lo que sólo es necesario limpiar aquella que encontremos en la parte externa.

Por otro lado, cuando escuchan música o ven televisión Alex "el súper oídos", les recuerda que deben hacerlo con un volumen adecuado y no excesivo, ya que el ruido puede afectar nuestra audición y el funcionamiento óptimo de nuestro cerebro. Pero en caso de que tengan que usar audífonos, es importante tener el cuidado de hacerlo con un volumen adecuado.

Alex explicó, por ejemplo, cuando conversan en familia lo hacen con un tono de voz adecuado, procurando no gritar para cuidar así tanto su audición como su voz, las cuales son importantes para socializar, comunicarse y relacionarse con los demás.



Las buenas prácticas de salud auditiva se convirtieron en reglas de oro en la familia de Alex, pero él quería que todo esto que había aprendido y estaba haciendo, llegara a muchas más personas, para que así todos y todas pudieran beneficiarse y cuidar su audición.

Fue entonces que se le ocurrió la genial idea de compartir todas estas prácticas de buena salud auditiva con su comunidad, vecinos y vecinas, por medio de panfletos que sus padres le ayudaron a hacer y divulgar con diferente información sobre el tema.

Su maestra al ver el gran superhéroe en el que Alex se había convertido, no sólo en su escuela, sino también en su familia y comunidad, lo invitó a crear un blog por internet llamado "Alex el súper oídos" en el cual además de compartir sus conocimientos y prácticas para la buena salud auditiva con otras regiones de su país, pudo hacerlo también a nivel internacional.

Su experiencia fue tan exitosa que incluso creó alianzas con sus compañeros y compañeras, además de otros niños y niñas de diferentes regiones y países, para juntos fomentar iniciativas que promuevan la buena salud auditiva, haciendo uso de recursos tanto físicos como digitales aprovechando las tecnologías de información y comunicación.

Alex no podía creer todo lo que había pasado a partir de su iniciativa, su experiencia lo hace sentir como un verdadero superhéroe, pues algo tan pequeño ha causado una gran repercusión, no sólo en su vida, sino en muchas personas más. Ahora Alex tiene una nueva misión en sus manos, hacer que como él, muchos niños y niñas más se conviertan en superhéroes y súper heroínas, promoviendo juntos la buena salud auditiva. Es por esta razón que Alex te quiere invitar a vos a asumir el reto. ¿Te apuntas?

Si es así, qué propuestas le darías a Alex para seguir con este maravilloso trabajo y cómo te comprometes vos en esta nueva misión. Alex espera tus respuestas. ¡Adelante!, no hay límite de respuestas, toda respuesta es buena y aportará valiosos conocimientos para el logro de esta gran misión.

¡Bienvenidos y bienvenidas superhéroes y súper heroínas del oído y la buena salud auditiva!

## Fin

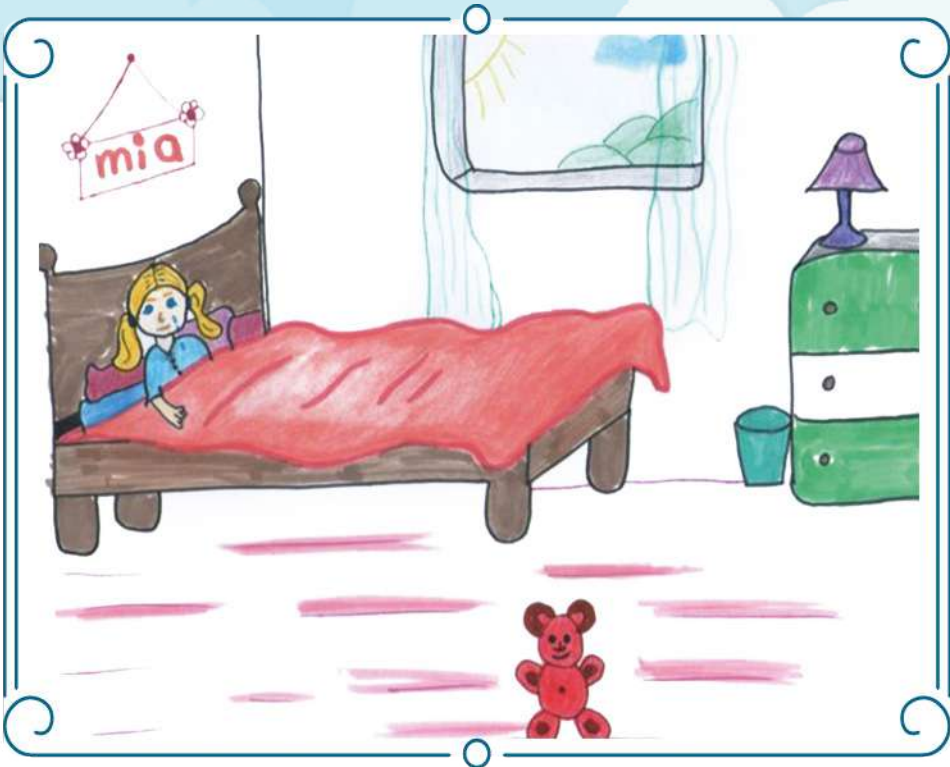


# Cuento sobre cuidados auditivos

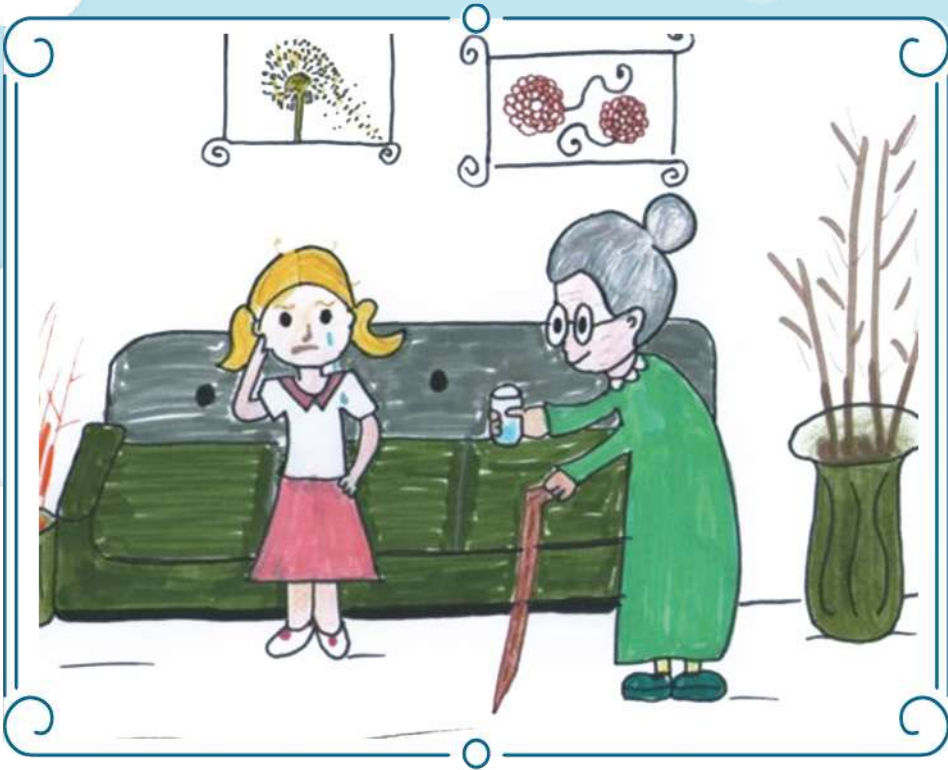
Silvia Corrales Chacón  
Nathalie Gätjens Fernández  
Andrea Ortiz Zamora

¡H

ola, amigos! Me llamo Mía. Hoy amanecí con dolor de oídos.

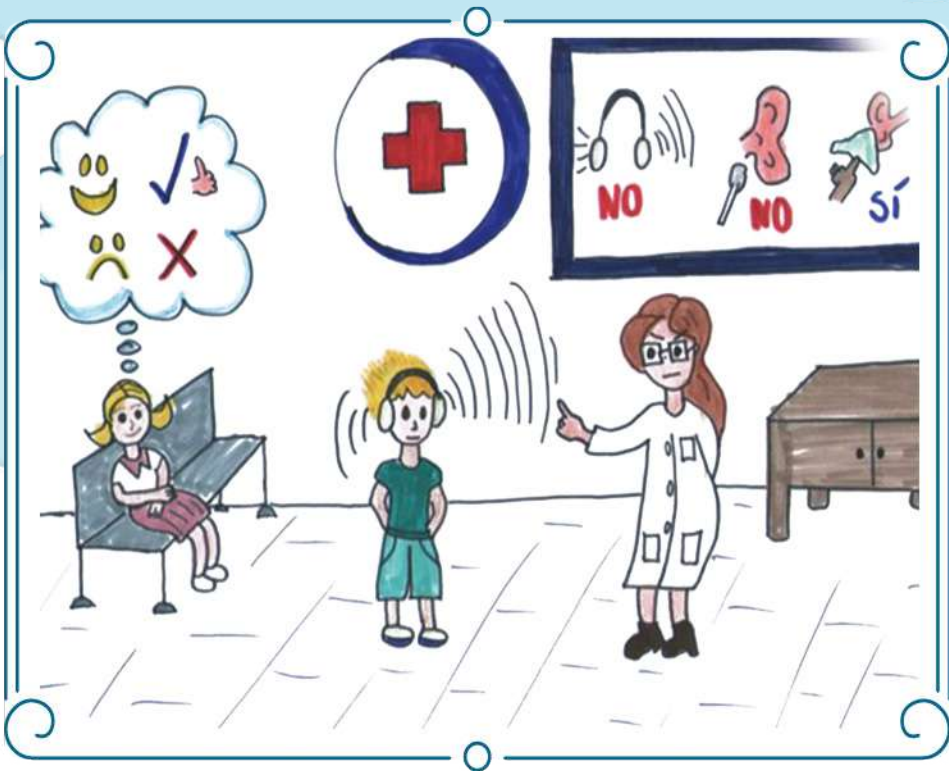


Mi abuelita me puso un remedio casero, pero me siguió doliendo. Mi mamá se fijó y vio que me estaba saliendo algo del oído. Por eso me llevó al doctor, ella nos dijo que es malo usar remedios caseros porque pueden causar un daño mayor en los oídos. Solo se debe usar medicamentos enviados por los doctores.



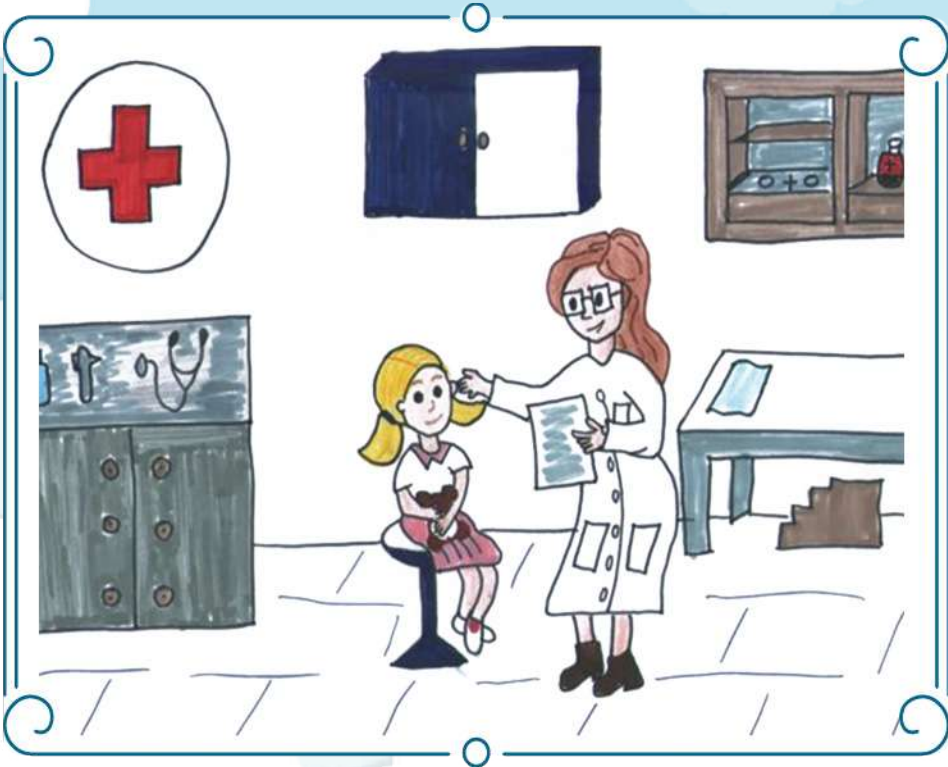
Me siento mejor después de usar los medicamentos que la doctora me mandó, aunque todavía no oigo del todo con ese oído. La doctora nos explicó que no debíamos meternos ningún objeto en nuestros oídos, ni aplicadores ni palitos ni nada, porque puede ser peligroso.

Nos explicó además, que tenemos un tamborcito que al recibir los sonidos, vibra y si nos metemos cosas a los oídos, esa membrana se puede romper.



La doctora regañó a mi hermano porque tenía la música de sus audífonos muy alta, tan fuerte era que ella podía escucharla, la doctora le advirtió que eso le puede causar que se quede sordo. Muchos sonidos a nuestro alrededor pueden causar daños en nuestra audición.

Estando en el hospital me asusté mucho porque no me quiero quedar sorda, sería muy difícil comunicarme con los demás, aunque hay muchas personas increíbles que no escuchan y se pueden comunicar con otros por medio del lenguaje de señas, yo que poseo el privilegio de oír, debo de cuidar mi salud auditiva.



Desde ese momento mantengo mis oídos limpios y los cuido mucho de los ruidos altos, además mi mamá me lleva al doctor cada año, para que los revise y ver que todo esté bien.

Recuerda que si quieres escuchar todo lo que te rodea, tu salud auditiva debes de cuidar...

**Fin**





# ¡Ay mis oídos!

*María Guadalupe Lobo González*

*Mireya Sanabria Marín*

**H**abía una vez, en la profundidad de las montañas de Costa Rica un oso perezoso llamado Pablito, era un osito juguetón, le encantaba aprender cosas nuevas y divertirse con sus amigos en los árboles y ríos de las montañas, comiendo deliciosas frutas.



En una de sus tantas aventuras en las montañas, su amiga Anita la danta, le dijo Pablito, me encontré estas semillitas, pero no sé qué hacer con estas semillitas, ¡Ah ya sé! juguemos a guardarlas en nuestros oídos, Pablito le dijo sí Anita, muy buena idea. Se metieron las semillas en los oídos, pero algo sucedió. Las semillas les ocasionaron mucha picazón dentro de sus pequeños oídos, Anita la danta busco un palo y se rascó sus oídos y le rasco los oídos a Pablito. Pero Anita lo hizo tan fuerte, que le ocasionó mucho dolor a Pablito y grito “¡AY MIS OÍDOS!”



Fue tanto el dolor de Pablito, que lloró desconsoladamente y corrió angustiada junto con su amiga a buscar a su mamá.

La mamá de Pablito lo llevo inmediatamente al doctor conejo, ahí se encontraban más niños, algunos junto con sus madres y otros junto con sus padres, estos se encontraban con el doctor por no tener hábitos adecuados de una buena salud auditiva.



El doctor conejo les dijo:

– Papitos y mamitas, estamos haciendo las cosas mal, les voy a dar los siguientes hábitos para lograr una adecuada salud auditiva y de esta manera tanto ustedes como sus pequeños puedan combatir las infecciones de oído.

Además el doctor agrego:

– Estos hábitos son muy fáciles, es sólo prestar atención y cumplirlos correctamente:

– Lo primero es mantener una buena higiene del oído. La limpieza del oído es fundamental y se centra básicamente en la parte externa del oído.

– Lo segundo es controlar el volumen de los dispositivos de audio, por ejemplo escuchar la radio y el televisor con un volumen adecuado.

– Tercero, protegerse de los ruidos demasiado fuertes. Exponerse a niveles de ruido excesivo puede dañar la salud auditiva.

– Cuarto, el uso de protectores en el agua, como en piscinas y balnearios, esto con el objetivo de evitar que entre agua en el oído.

– Quinto, cuidar el oído en situaciones sensibles. Las gripes, los resfriados y las alergias pueden provocar infecciones.

– Y finalmente, utilizar medicamentos para el oído únicamente cuando el doctor los receta.



– De esta forma siguiendo correctamente todos estos hábitos, sus hijos tendrán una adecuada salud auditiva, ¡Ah y muy importante!, le dijo a Anita y a Pablito.

– Nunca, pero nunca se metan cosas al oído, ni se los rasquen, si les pican usen un pañito.

– Si señor Doctor conejo, contestaron al doctor, le haremos caso en todo.

Y colorín colorado, este cuento se ha acabado, me meto por un huequito y me salgo por otro, para que mañana me cuenten otro...

**Fin**

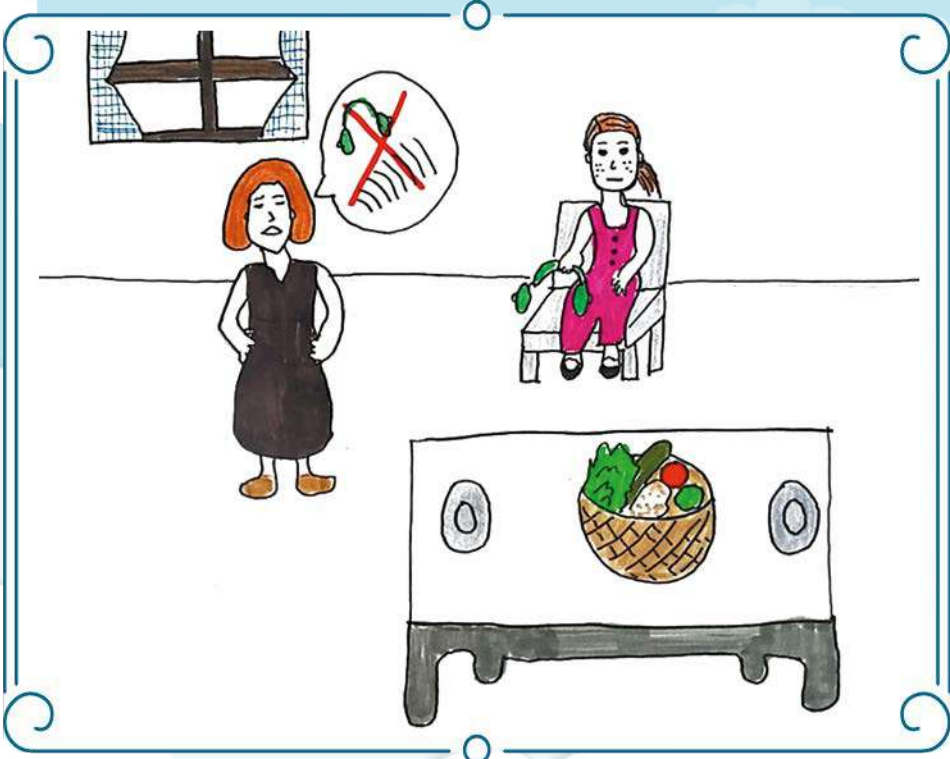
# ¿Qué dijiste?

Marcela María Hernández Córdoba

**P**aty es una niña de 8 años, está en segundo grado de la escuela. Paty era muy aplicada y estudiosa, pero desde que le regalaron unos súper audífonos, ella ya no quiere hacer las tareas como antes y se la pasa escuchando música con fuerte volumen.

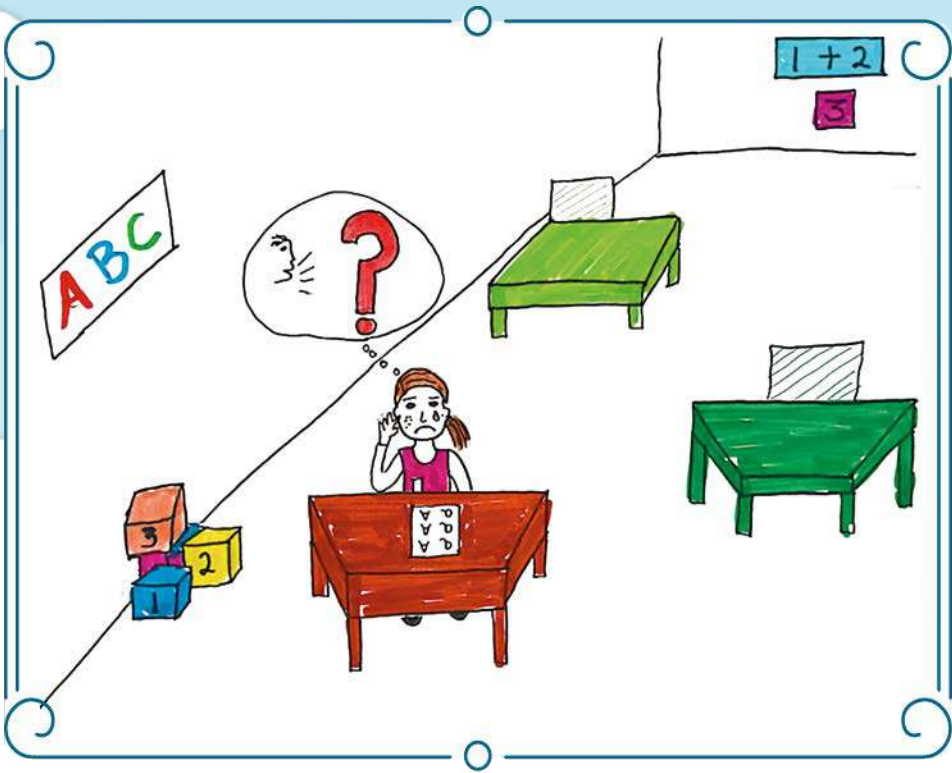


Su mamá trata de ayudarla y aconsejarla, diciéndole que no está bien que escuche música con el volumen tan alto, pero ella no quiere hacer caso...

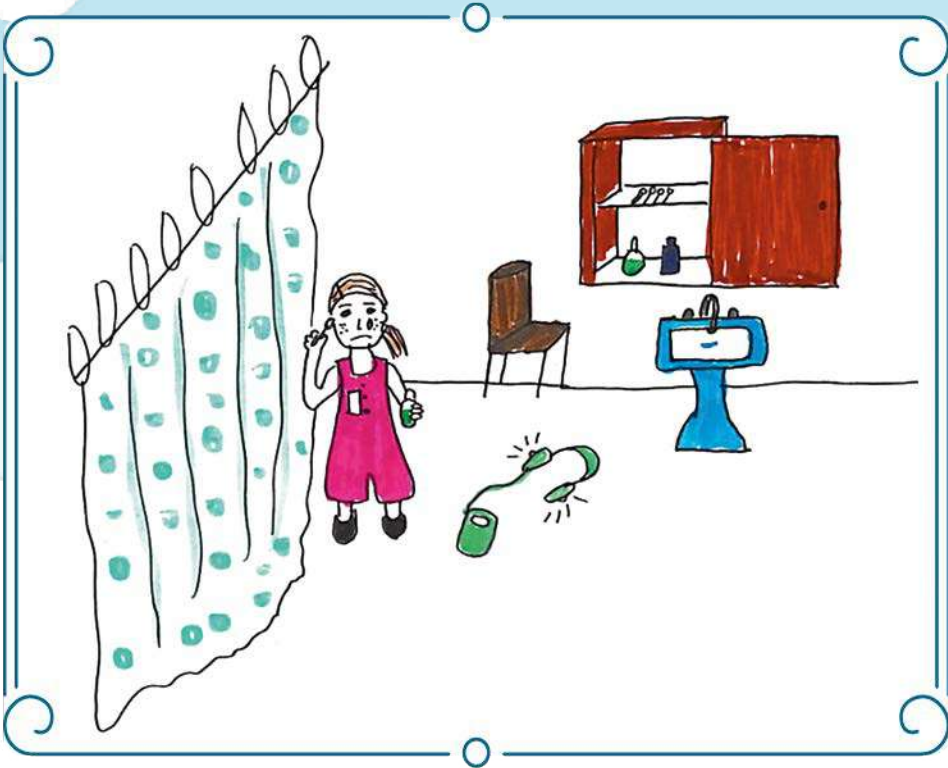


Al tiempo a Paty le empezaron a doler los oídos y sentía que no escuchaba como antes. Pensó que seguro tenía cerilla y se empezó a limpiar sus oídos con un aplicador. Cuando Paty iba a la escuela ya no lograba escuchar bien lo que le decía su maestra, por eso a veces no comprendía el tema o no hacía realmente lo que la maestra le indicaba. Ella empezó a tener pena y angustia de no poder entender y hacer algo mal, por eso ya no quería ir a la escuela.

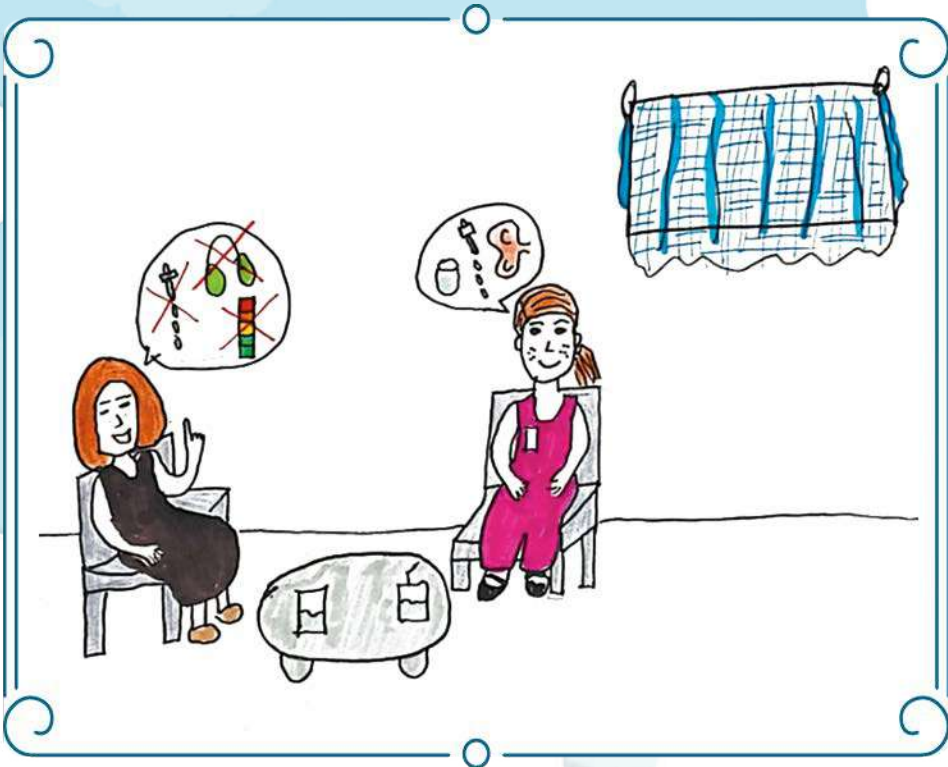
Pasaban los días y ella seguía limpiando sus oídos con aplicadores. En el botiquín de su casa se encontró unas gotas y las echó en sus oídos, aún sin estar segura y sin consultarlo con su mamá. La madre notó que algo extraño le pasaba a Paty, porque en varias ocasiones le decía algo y ella no respondía o decía algo diferente, entonces decidió hablar con ella y Paty le contó todo a su mamá.



La mamá de Paty le explicó que no es bueno escuchar música con volumen muy alto, porque con el tiempo se puede dañar la audición y hasta llegar a quedarnos sordos, además le dijo que no es bueno limpiarse los oídos con aplicadores, ya que la cera del oído se mete más y puede causar un tapón, puesto que en realidad esa cerilla ayuda a proteger el oído para que no entre polvo o algo más.



También le explico sobre el mal uso de las gotas, ya que los niños no deben meterse ni objetos en los oídos, ni medicamentos sin el permiso de un adulto, porque estos pueden causar una infección o perjudicar el oído. Fue en ese momento cuando Paty se dio cuenta que las cosas que estaba haciendo le perjudicaban sus oídos y su escucha.



Ahora Paty sabe cómo cuidar mejor sus oídos para mantener una audición saludable y duradera.

¡Espero que ustedes también hayan aprendido! Colorín colorado, este cuento se ha acabado.

**Fin**

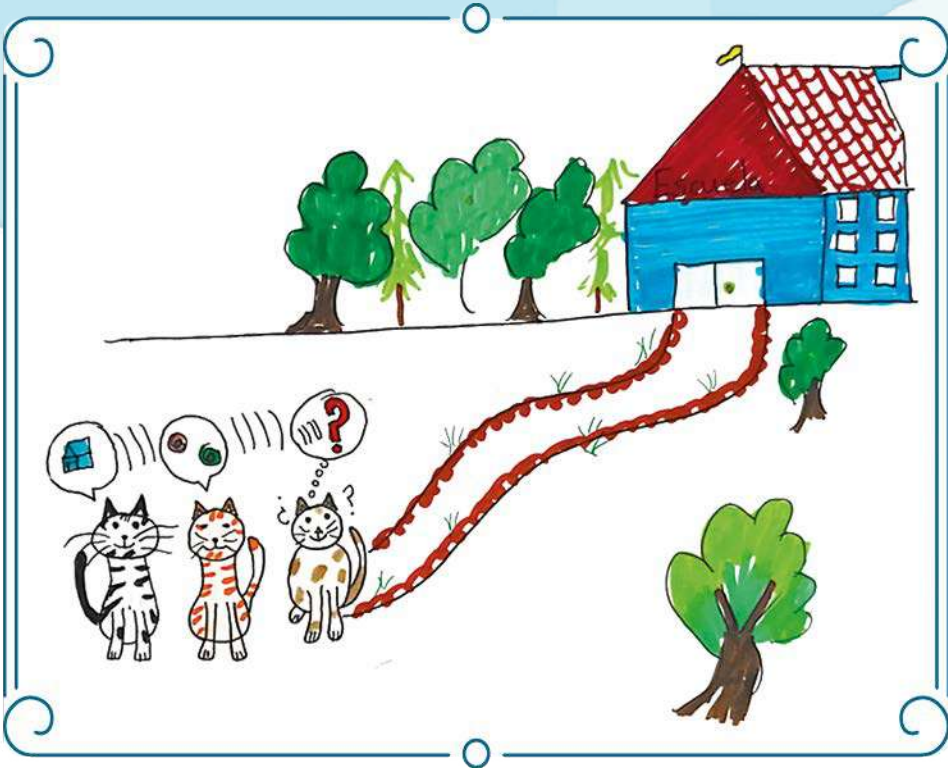


# ¿QUÉ?

Ligia Rojas Morales

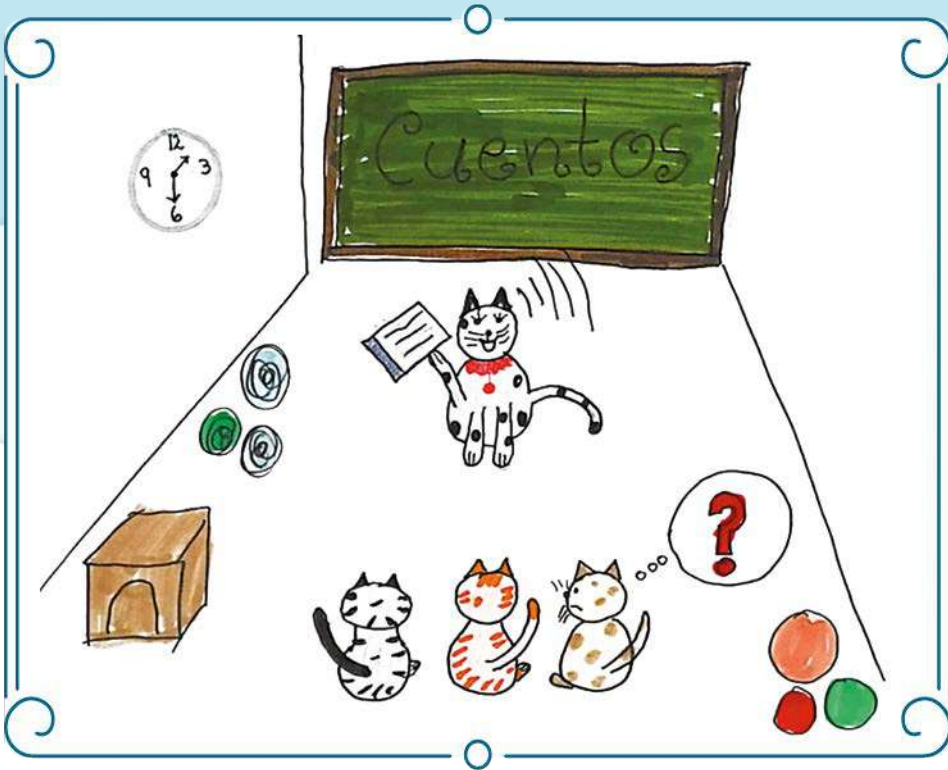
Érase una vez un grupo de alegres gatitos que se dirigían a la escuela. En el camino conversaban alegremente de los sucesos del día, pero uno de ellos cada cierto tiempo preguntaba:

- ¿Qué?

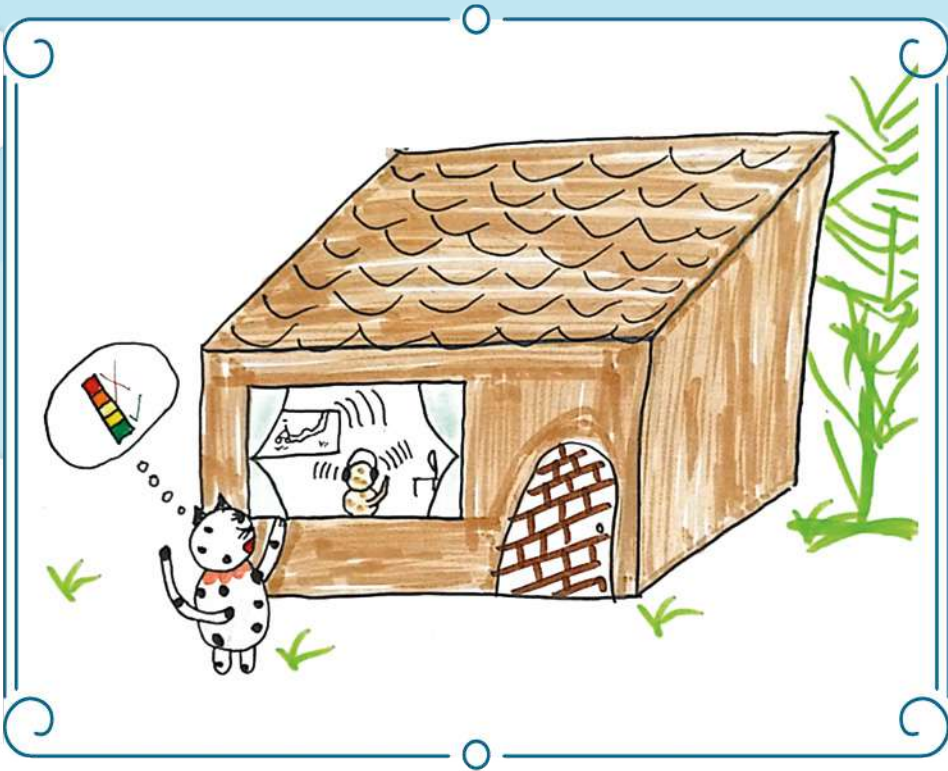


Él no entendía lo que estaban diciendo los demás. Ese día en clase, la maestra contó un cuento que nuestro amigo gatito no escuchó en su totalidad, por lo que con frecuencia decía:

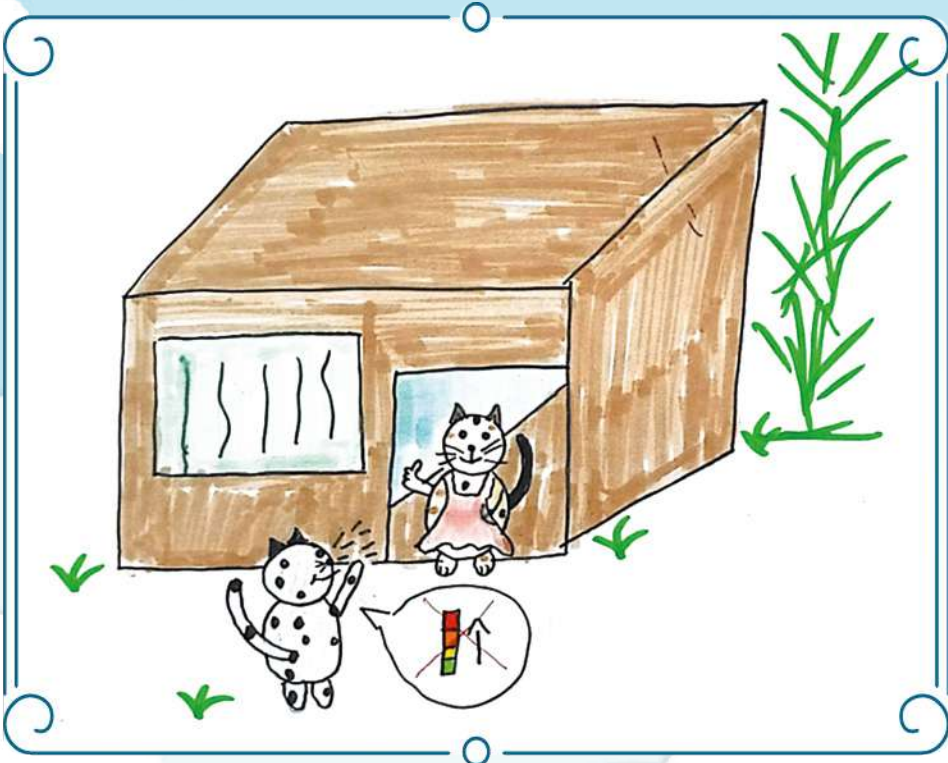
– ¿Qué dijo la maestra?



La maestra lo observó el resto del día y decidió investigar, por lo que se fue a casa del gatito y descubrió que en su casa lo dejaban que viera televisión con el volumen muy fuerte, además el gatito escuchaba música con los audífonos a gran volumen.



La maestra habló con la mamá del gatito explicándole los daños que podía generarle el escuchar la televisión y usar audífonos con el volumen alto.



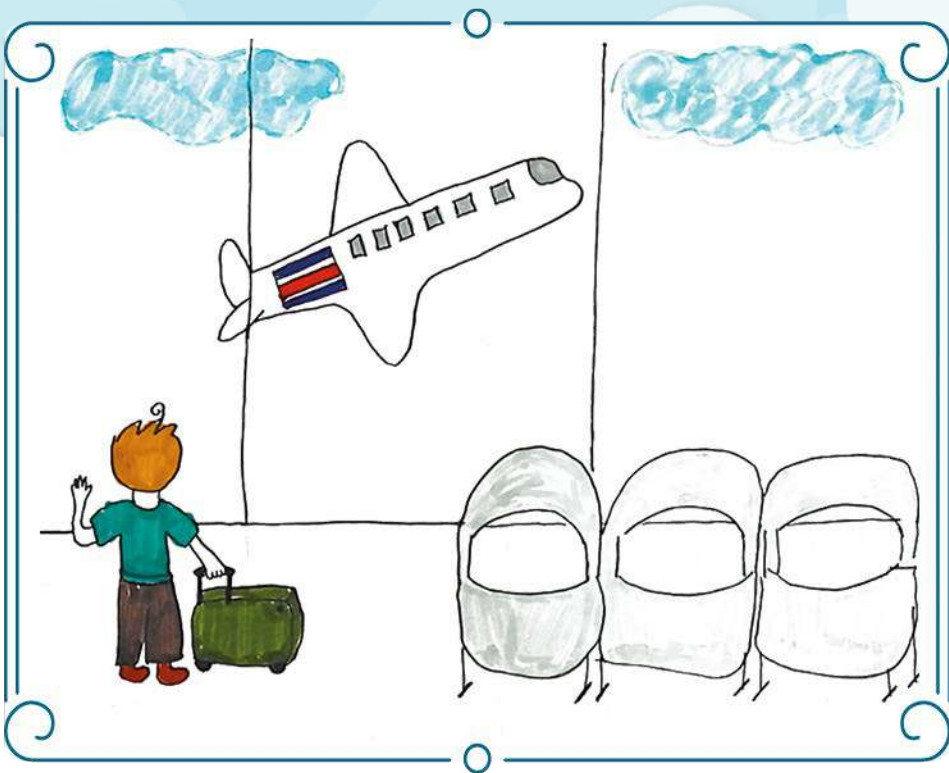
La mamá entendió y procuro que el gatito adoptara una costumbre más sana por el bien de su salud auditiva.

**Fin**

# No me gustan las inyecciones

Lisette Sequeira Díaz

Érase una vez un niño llamado Isaac, el cual vivía en Barcelona, España. Un verano Isaac decidió venir a Costa Rica con su abuela a visitar a su familia costarricense. El niño fue a visitar a su tío Marfín a la playa, para disfrutar de la piscina, el mar y la naturaleza.



– Isaac no abusés de la piscina que te van a salir escamas como un pez. Su familia le decía.

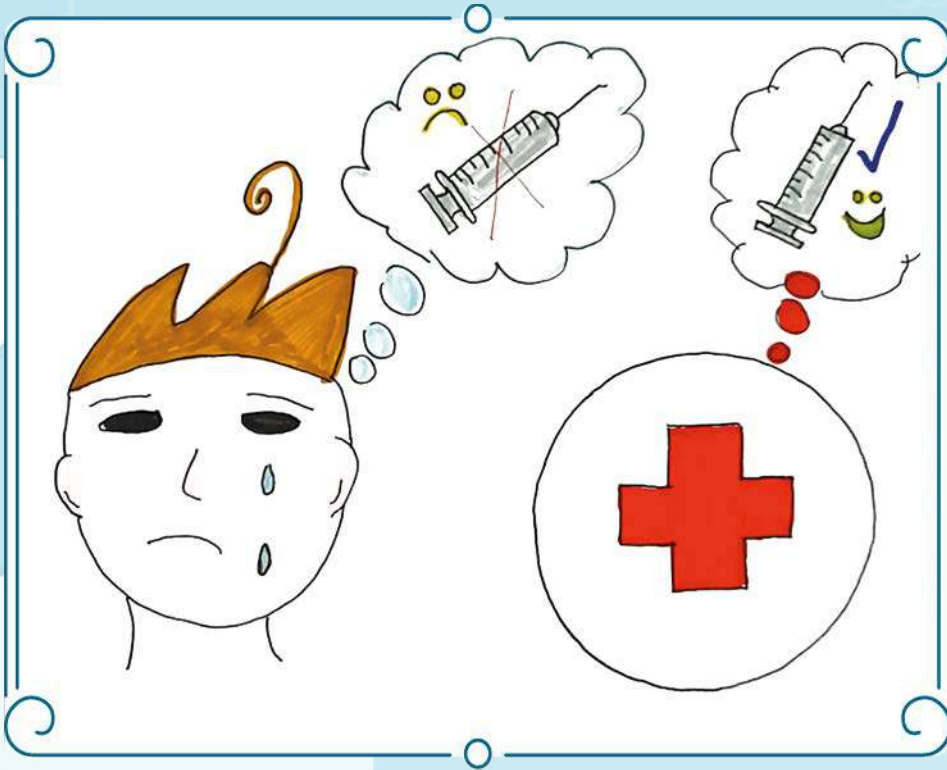


El niño no comprendía lo que realmente querían decir con la advertencia y pasaba largas horas sumergido en la piscina y en el mar, pese a las advertencias de su familia. Llegó el día en que un terrible dolor de oído lo despertó y puso fin a sus vacaciones.



La familia regresó a San José y lo llevaron al doctor, el cual le recetó varios medicamentos, entre ellos una buena inyección de antibióticos. El niño lloró mucho y dijo:

—¡No me gustan las inyecciones!



Isaac se lamentó mucho por no poder disfrutar más tiempo de sus vacaciones, mientras su abuela le decía:

-Vez Isaac nada costaba ser obediente. Tienes que cuidarte ahora mucho más porque una infección de oídos puede producirte que el tímpano se reviente y como consecuencia, la sordera

El niño al final comprendió que una mala decisión no le permitió disfrutar al máximo de la bella Costa Rica, que debía cuidarse para regresar sano a España y que resultaba muy peligroso viajar con infección en los oídos porque el ruido del avión y la altura le podrían pasar una factura cara a su salud, por lo que era mejor no jugarse el chance de una mala experiencia. De ahora en adelante Isaac prometió ser muy obediente y cuidar mucho su salud auditiva, porque él siempre quiere seguir disfrutando del ruido del mar, el sonido de las olas, el viento, el canto de las aves, la voz de sus seres queridos, amigos y hasta de sus profesores.

## Fin

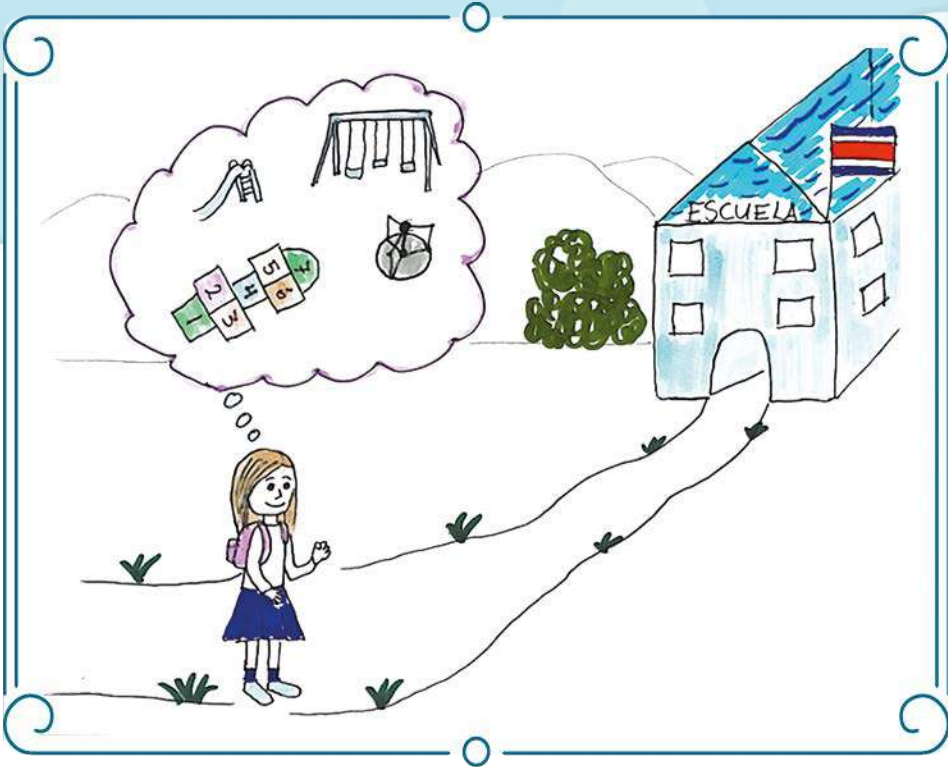




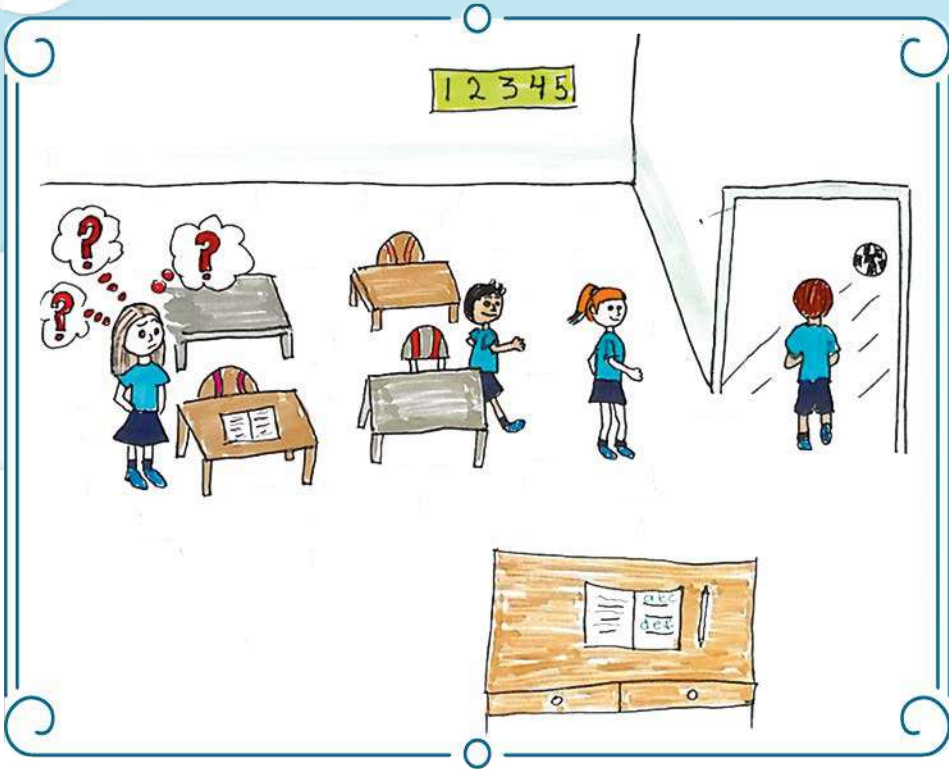
# NO SÉ QUÉ ES ESE RUIDO

Ina Marcela Pineda Aráuz

**A**na es una niña de 7 años y hoy es su primer día de escuela. Ana se encuentra muy emocionada esperando el momento del recreo para conocer y jugar con otros niños.



Sin embargo, de repente escucha un sonido a lo lejos, parecido al de una campana pero Ana no está segura. Entonces ve que los niños salen despavoridos corriendo y ella decide hacer lo mismo sin saber lo que ocurría, al llegar a la plazoleta se da cuenta que ese sonido que escuchó era el de la campana que indicaba el inicio del recreo.



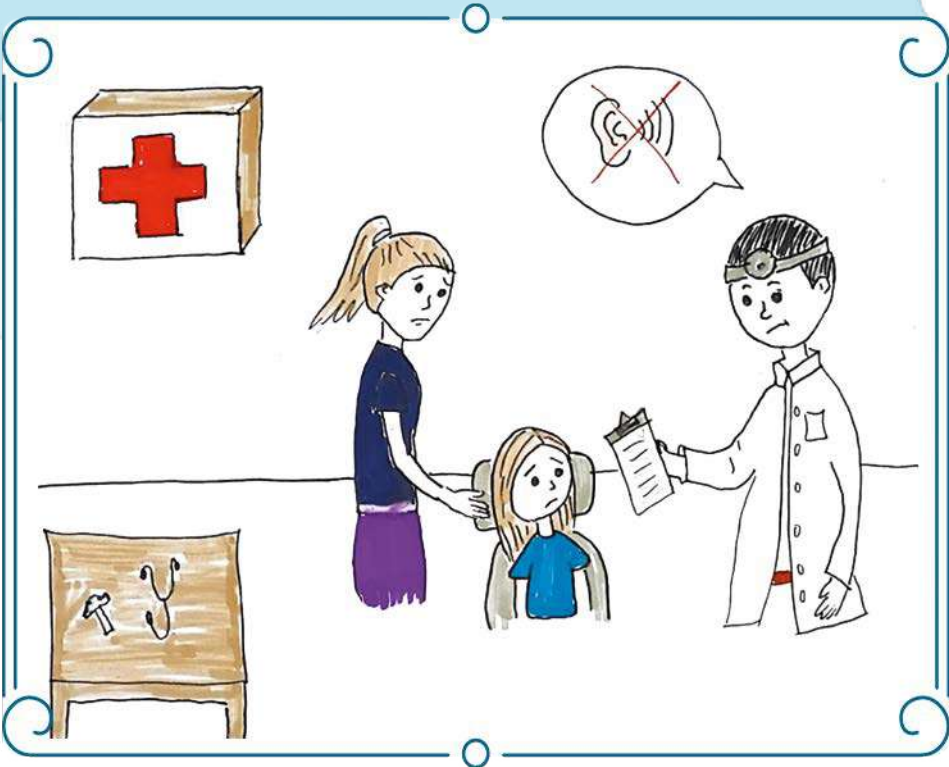
Cuando Ana llegó a su casa le contó a su mamá lo que le ocurrió y la mamá le dijo:

– ¿Ana será que tú no escuchas bien?



A lo que Ana no supo que responder, por lo que la madre decidió llevarla donde el médico para que revisaran sus oídos. Al llegar el médico les confirmó que efectivamente Ana padecía de graves problemas auditivos, por eso la niña no se daba cuenta del momento del recreo.

## Fin



# El niño al que siempre le dolían los oídos

Roxana Alfaro Solís  
Fabiola Morales Arias  
Hellen López García

**H**abía una vez, un niño llamado Pedro que vivía en un bosque.



A Pedro le encantaba jugar con los animalitos, pero cuando jugaba con ellos siempre le picaban los oídos y él se rascaba con las manitas sucias y los palitos que se encontraba en el suelo del bosque.



Un día llegó su amiga Alison para jugar con él, pero Pedro estaba muy triste porque tenía mucho dolor de oído. La niña le preguntó:

– ¿Quieres jugar conmigo?

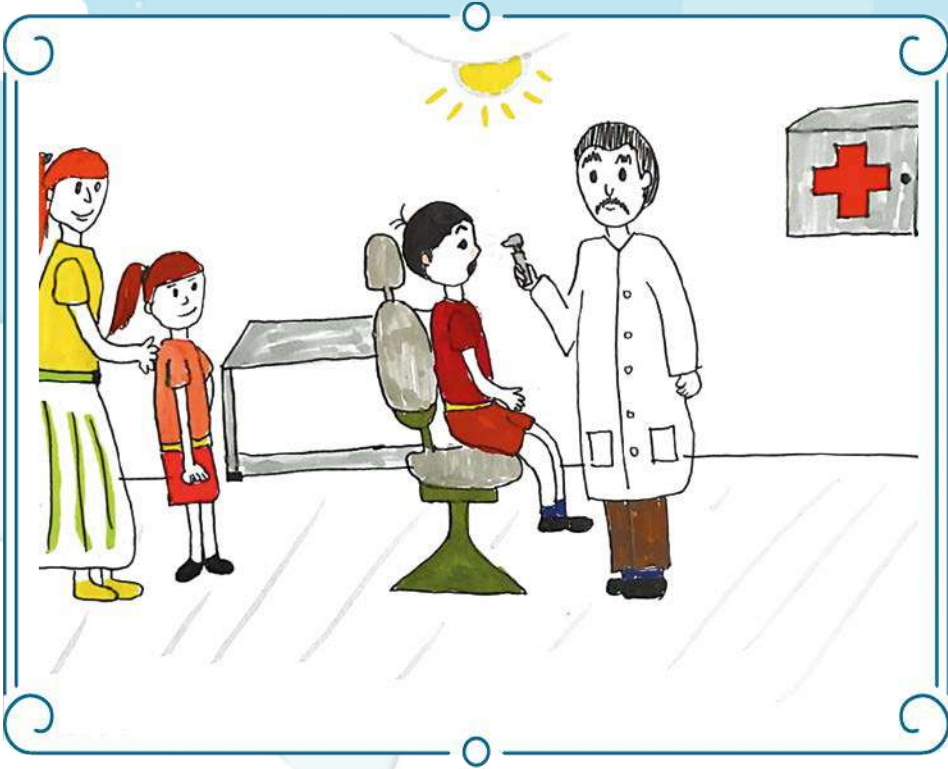
Pedro le dijo:

– ¡Estoy muy triste me duelen mucho los oídos!



La niña le dijo:

– Vamos con mi mamá ella te llevará al doctor y pronto te sentirás mejor y podrás jugar.



Cuando llegaron al doctor, Pedro estaba muy asustado, pero Alison y su mamá lo apoyaron y entraron con él al consultorio. Una vez que entraron, el doctor lo examinó y vio que Pedro tenía una infección en sus oídos, le dieron medicinas y algunos consejos importantes como por ejemplo:

– Debés limpiarte los oídos con las manitas limpias y un pañito. Además no podés introducir ningún objeto en tus oídos, también es importante recordar que cuando usés audífonos tiene que ser con poco volumen, ya que no debemos de exponernos a ruidos fuertes. Pedro recordá a tu mamá que debemos hacer remedios caseros para nuestros oídos y por lo menos una vez al año debemos de realizar una revisión, para así proteger y cuidar a nuestros oídos.



Entonces finalmente, desde ese día Pedro y su mamá practican buenos hábitos de salud auditiva, gracias a las recomendaciones del doctor. Y colorín colorado este cuento se ha acabado.

**Fin**



# No puedo zumbar

Mónica Umaña Vega

**H**abía una vez un niño que vivía en una casa tan grande que debía subir las escaleras que se encontraban en medio del bosque. Un día el niño observó que pasaba una abeja que se veía muy triste. Él la llamó y le dijo:

-Niño: Abeja, ¿por qué estás tan triste?

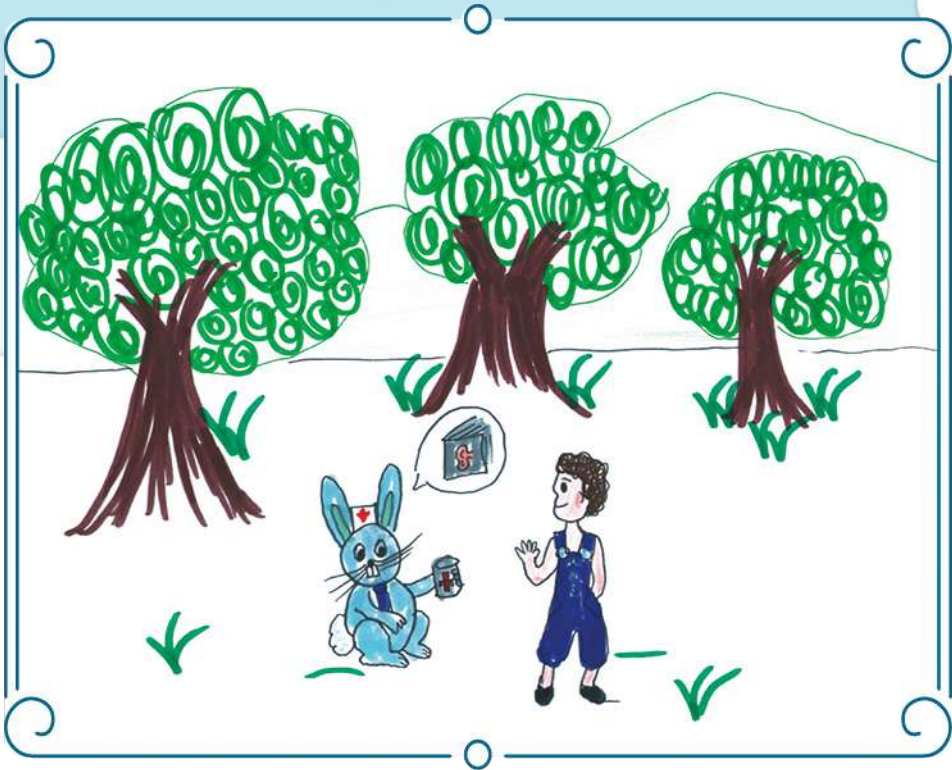


-Abeja: ¡No puedo escuchar mis alas zumbar!

-Niño: Yo te puedo ayudar.

-Abeja: Y tú ¿cómo me vas a ayudar?

El niño buscó por el bosque entre sus amigos animales un consejo, pero pensó que el único que podía darle un consejo era el Dr. Conejo. El Dr. Conejo le dijo que debía tomar medicina para los oídos y practicar buenos hábitos de higiene a la hora de limpiar sus orejitas.



El niño con ojos de asombro buscó a la abeja y le contó lo que le dijo el Dr. Conejo. Ambos llegaron hasta un árbol, se sentaron a su sombra y leyeron un poco sobre salud auditiva y hábitos de higiene, luego la abeja tomó su medicina especial.



Cuando la abeja probó la miel que brillaba como las estrellas del cielo, sus alas empezaron a moverse rápidamente, y logró escuchar zumbar sus alitas como nunca antes lo había hecho. Ella agradeció al niño su ayuda y se fue hasta su colmena de nuevo.

Ahora todos vamos a hacer el sonido de la abeja Bzzzz Bzzzz Bzzzz Bzzzz  
Bzzzz Bzzzz Bzzzz

Y colorín colorado, este cuento se ha acabado.

## Fin







# Ramón el niño sordo

Maritza Olivas

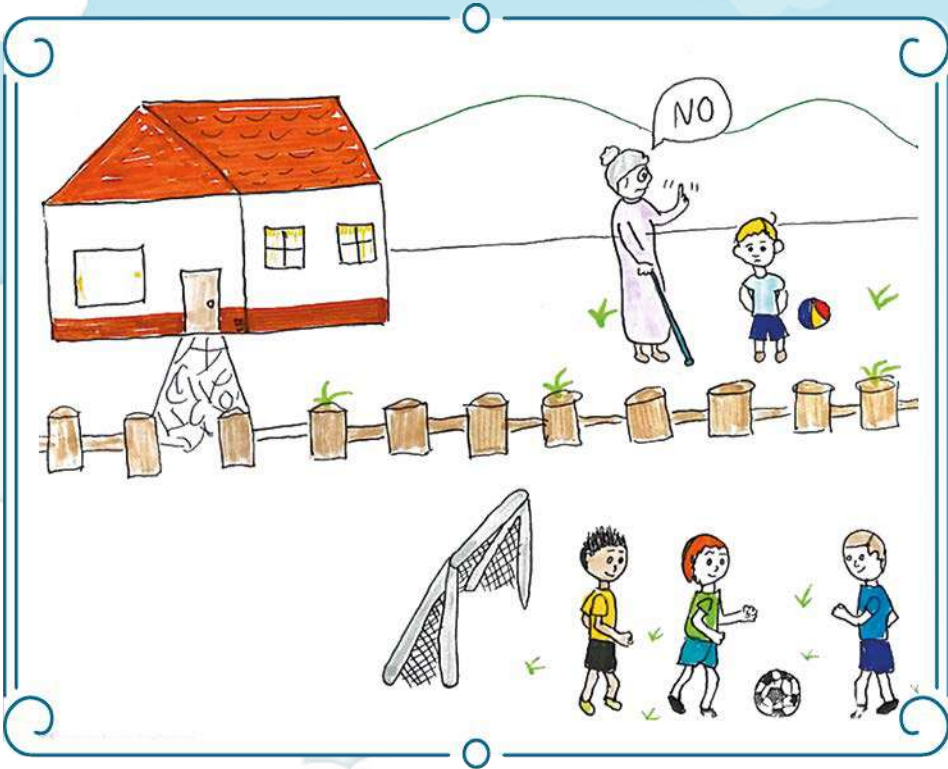
Dania Milena Mora

Giovanna Naranjo

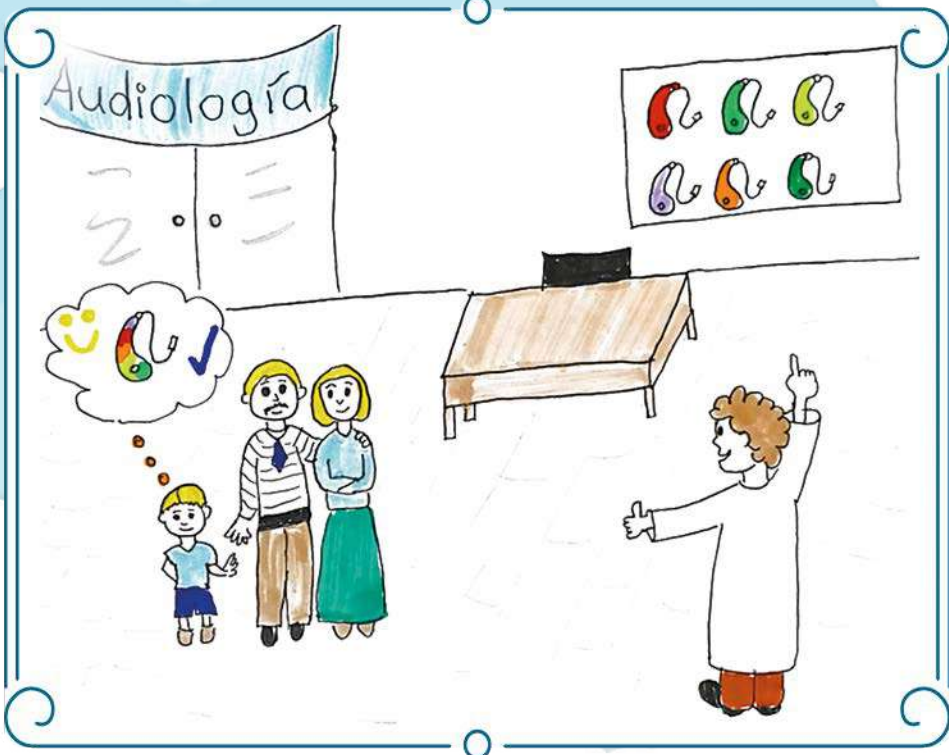
**E**n una tarde de noviembre, una familia decidió mudarse al lado de mi casa, el más pequeño de la familia era un niño sordo que se llamaba Ramón. Al pequeño lo cuidaba su abuela todas las tardes.



Ramón disfrutaba salir al corredor de su casa a jugar con una pelota, pero su abuelita no lo dejaba jugar con otros niños porque pensaba que lo podrían lastimar debido a su condición y no creía que el niño fuera capaz de socializar, por lo que Ramón siempre estaba solito y se notaba triste.



Un buen día sus padres notaron la tristeza que había en Ramón y decidieron llevarlo a un especialista, el cual les recomendó ponerle audífonos, para mejorar su capacidad auditiva. Ramón estaba feliz, él mismo escogió los audífonos, los cuales eran coloridos y muy llamativos, todo acorde al gusto del niño.



Ramón aprendió a ponérselos y a quitárselos, desde entonces Ramón juega con sus vecinos, tiene muchos amiguitos y comparte con todos sus compañeritos en el kínder. El semblante de Ramón cambio se ve diferente, feliz y contento, a su manera él les agradece a todos por estar siempre a su lado, Ramón ahora es un niño feliz y muy sociable.

Y colorín colorado este cuento sea acabado.

## Fin







# Sofía y las olas del mar

Yinia Bonilla Astorga

Marianela Ibarra Ramírez

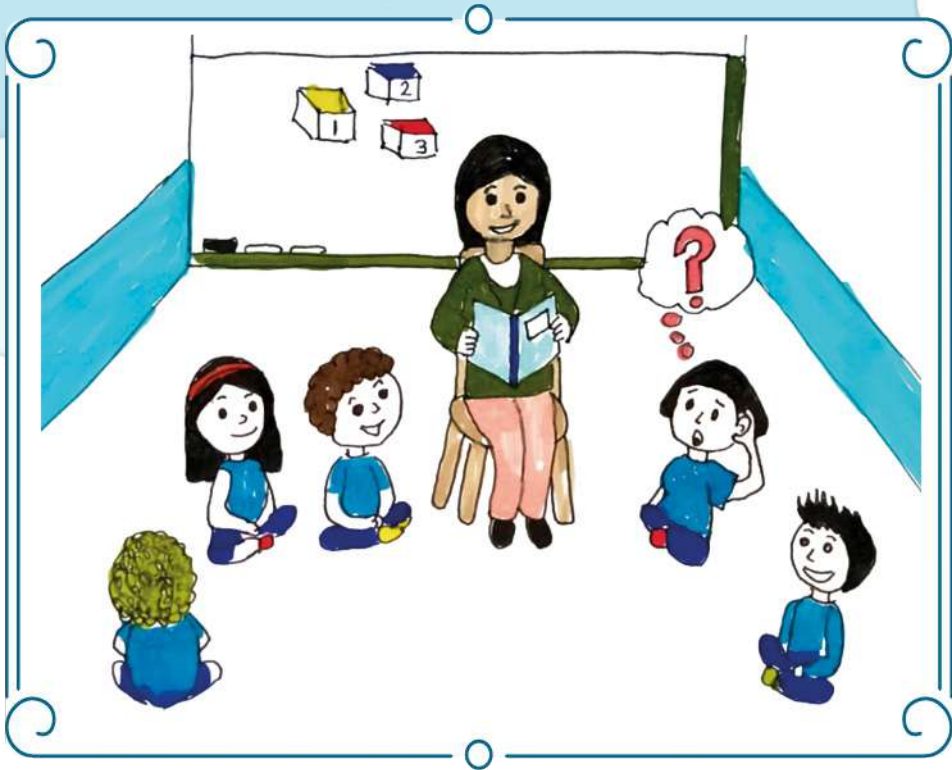
Ruth Loría Solano

**H**ola, mi nombre es Sofía y quería contarles mi historia. A mí me gusta mucho ir al kínder y compartir con mis compañeros y mi maestra.



Me encanta escuchar cuentos y bailar todas las canciones que la maestra nos enseña. Un día percibí algo extraño que me estaba pasando y no sabía cuál era la causa:

– Muchas veces cuando la maestra está contando el cuento no logro entender lo que está diciendo y trato de comprender lo que sus labios dicen. ¡Qué mal!, de verdad que no escuché bien el final. ¡Oh, qué fatal!, con mis compañeros quiero disfrutar.



– Al percatarme de esto, cuando llegué a mi casa le conté a mi mamá lo sucedido y ella me revisó los oídos y al final me dijo:

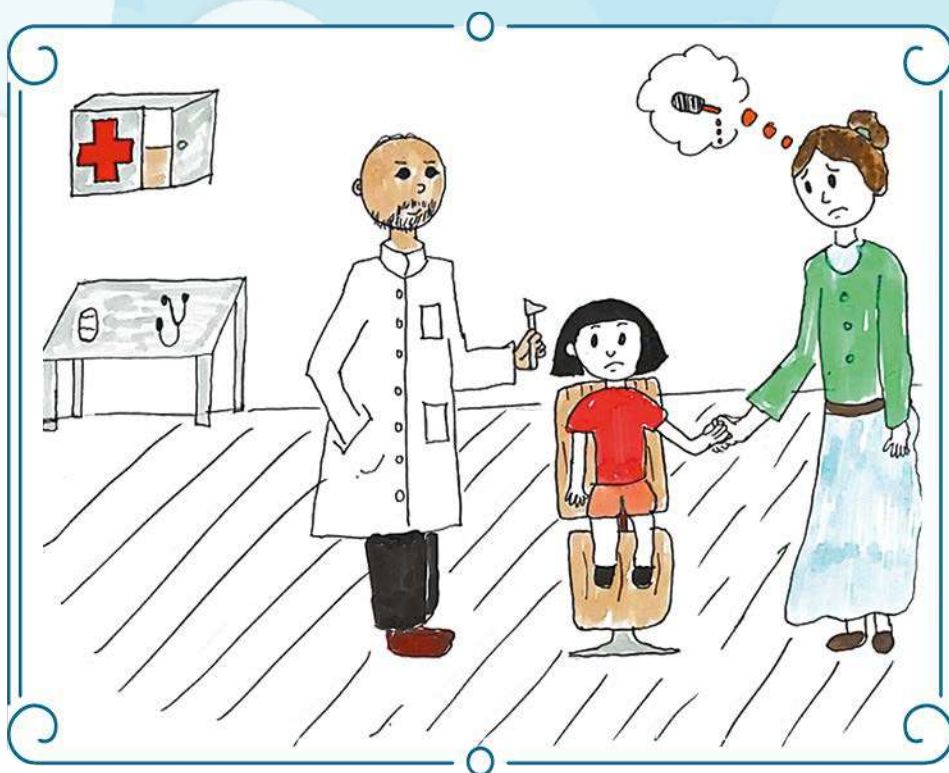
– Mamá de Sofía: Sofía seguro debes tener cera en tus oídos y esto no te deja escuchar bien, te voy a poner estas gotitas de jengibre que es un remedio casero y es muy bueno, además te voy a poner estos tapones de algodón para que sientas calorcito y así estarás mejor.



– ¡Uy, uy, uy! Sentí como una ola de mar me llegaba hasta el estómago. Al día siguiente en el kínder la maestra nos iba a enseñar una canción nueva y divertida llamada “¡ay noooooo!”, lo malo de todo es que no escuche bien cuál era el nombre al final, solo veía que dábamos vueltas y brincos sin parar, levantando nuestros brazos sin cesar.

– Cuando mi mamá fue a recogerme, le conté desesperada lo sucedido, asustada y gritando le dije: ¡Mamá, mamá, mamá! no pude escuchar muy bien la canción nueva que nos enseñaron hoy, solo escucho una gran ola de mar.

– Mi mamá asustada me volvió a revisar el oído, abrió con susto sus ojos y dijo ¡ay Dios!, Sofía esto que veo no me gusta nada, el remedio no funcionó. Mamá me llevó corriendo donde nuestro amigo el Doctor Alfonso, a mí me encanta ir donde él, porque siempre le dice a mi mamá cómo me puedo sentir mejor cuando estoy enferma o me duele algo.



– Doctor: Buenas doña María, qué gusto verlas por aquí. Hola Sofía. Me dijo tu mamá que no estabas escuchando nada y que sientes una gran ola de mar dentro del oído, vamos a revisarte a ver que encontramos por ahí.

El doctor la revisó con un foquito de luz y lo mejor es que Sofía no sintió molestias.

– Doctor: ¡Santo Dios.

– Mamá de Sofía: ¿Doctor dígame qué pasó?

– Doctor: ¡No lo puedo creer!, por este pequeño oído ha pasado una gran ola de mar, que casi se lleva un botoncito al que llamamos tímpano.

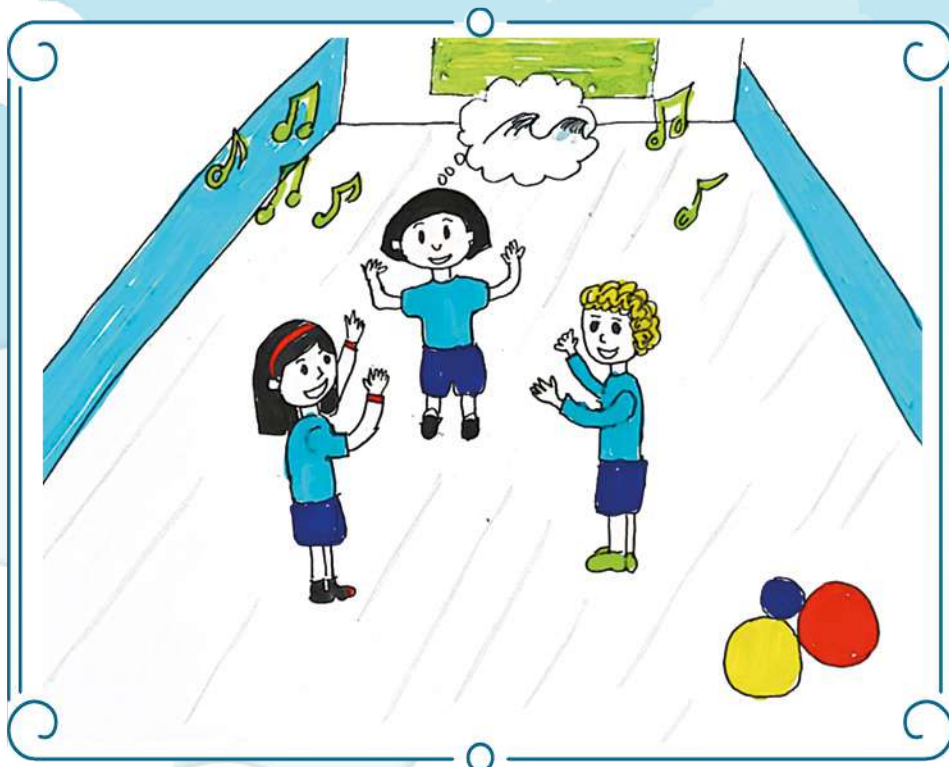
La madre de Sofía avergonzada le dijo al Doctor que solo le había puesto un remedio casero que le enseñó su abuelita.

– Doctor: ¡Oh no doña María!, eso nunca se debe hacer. Los oídos son una parte de nuestro cuerpo muy importantes y son delicados, jamás debemos introducir nada ninguna sustancia o medicamento que no sea indicado por un doctor especialista, tampoco introducir objetos como aplicadores para limpiar los oídos, u otros objetos como lápices o cosas pequeñas que pueden hacer daño a los oídos.

– Para quitar esta ola de mar que sentía en mi oído, el doctor me recetó un medicamento especial para quitar la molestia y poco a poco ir recuperando la audición.

– Hoy aprendí algo nuevo e importante, dijo Sofía saltando de alegría, les contaré a mis compañeros que nunca debemos colocarnos nada en los oídos, y que solo nos debemos limpiar con un pañito y jamás meternos un aplicador, un lápiz o juguetes pequeños. Solo el doctor puede revisar nuestros oídos y si sentimos alguna molestia, solo él nos puede ayudar con medicamentos especiales.

– Al día siguiente cuando fui al kínder, la maestra nos puso a bailar la canción nueva y ahora si supe el nombre de la canción y ¿adivinen?, se llama "Bailando con las Olas".



Recuerden niños y niñas: los oídos son un pequeño tesoro en nuestro cuerpo porque podemos escuchar sonidos lindos, divertidos e importantes para aprender, debemos cuidarlos y no dañarlos metiendo en ellos objetos o sustancias desconocidas, no debemos escuchar música con volumen muy alto y debemos evitar los sonidos fuertes y ruidosos, para así disfrutar por siempre de una buena salud auditiva.

**Fin**

# Conociendo las estructuras del oído





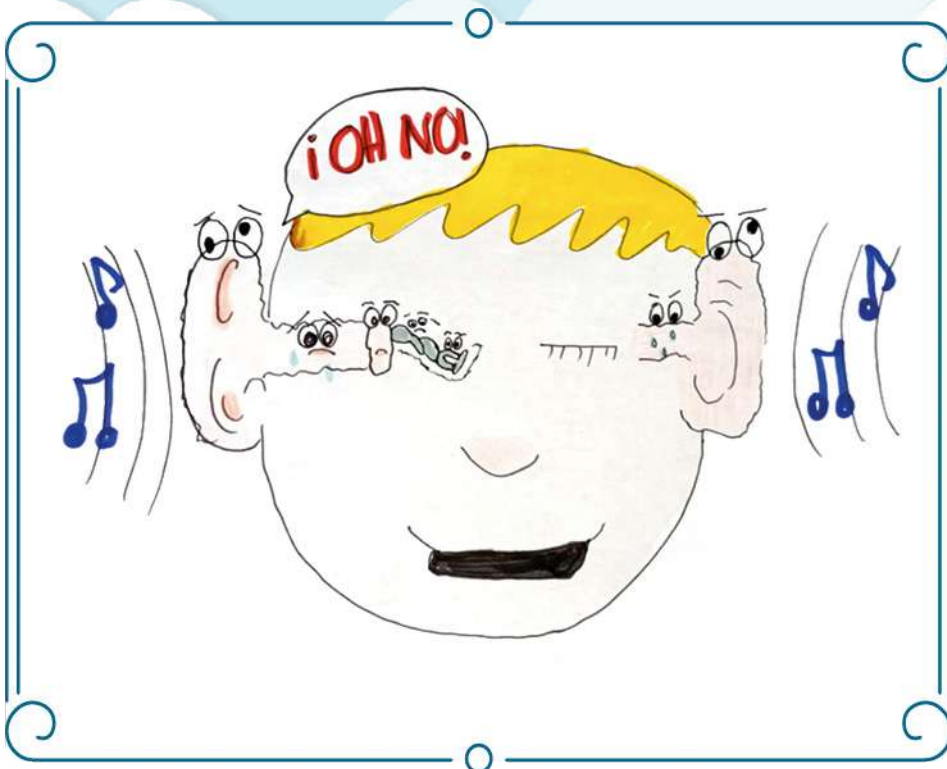
# Ayyyy nooooo, ¡lo va a hacer de nuevo!

Silvia Umaña Brenes

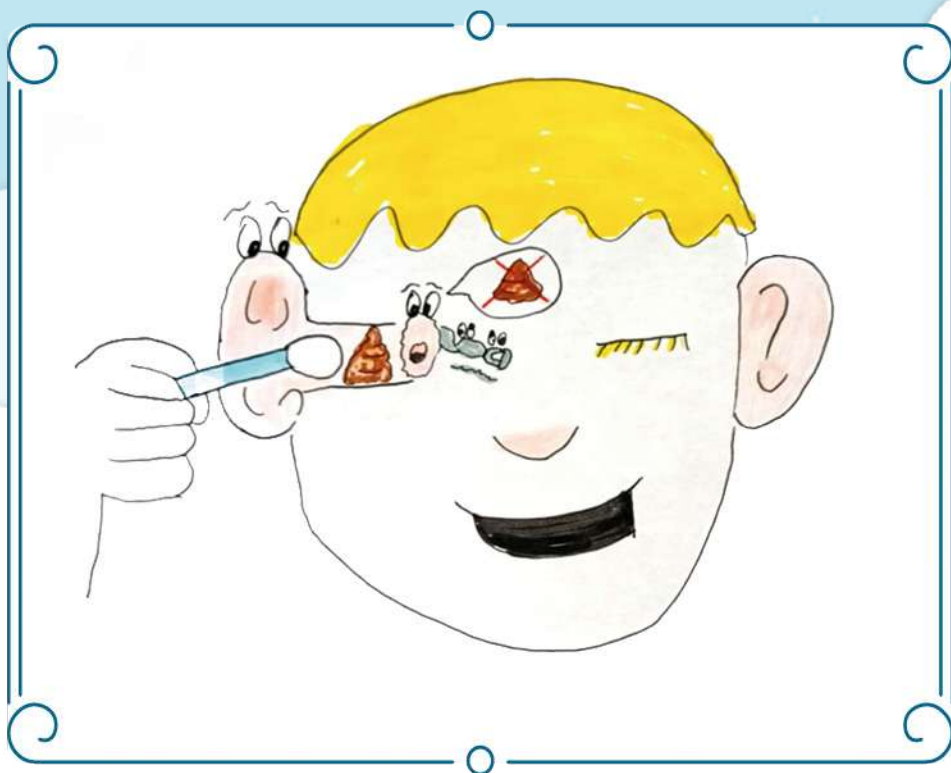
“Ayyyy nooooo lo va a hacer de nuevo” dijeron el pabellón u oreja y el canal auditivo; cuando Camilo se puso los auriculares del celular y le subió el volumen al máximo. El Pabellón y el Canal retumbaban del ruido y todos los de adentro del oído solo se quejaban:

-Qué le pasa a Pabellón y Canal, nos van a matar con ese ruido.

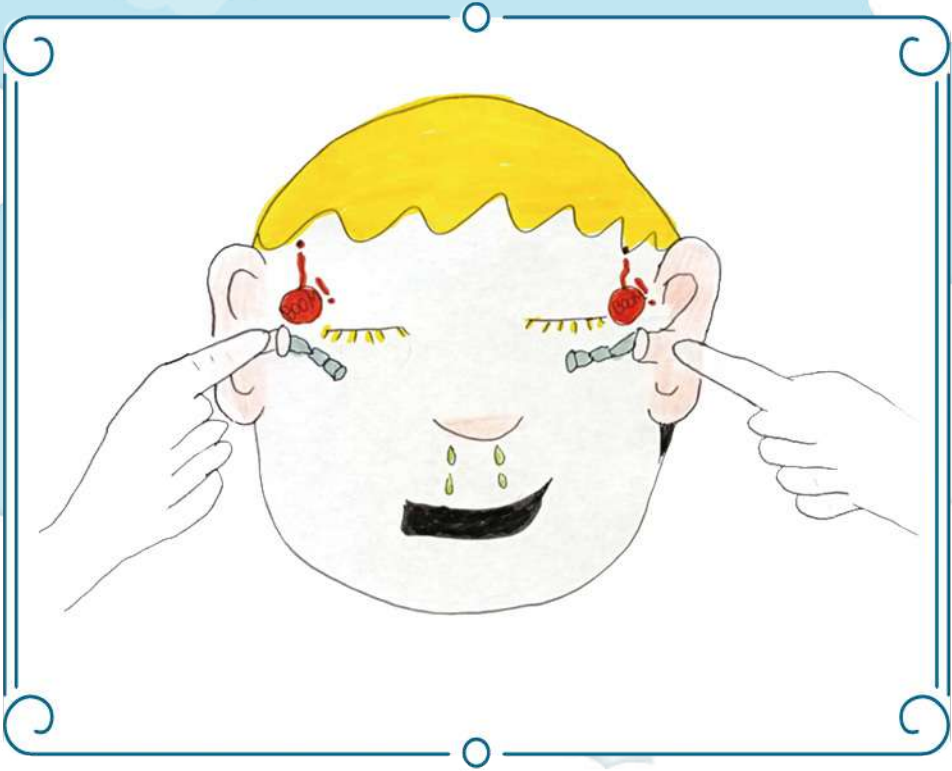
-Es Camilo otra vez, que no entiende, que eso no lo debe hacer, contestaron Pabellón y Canal



“Ayyyy noooo, lo va a hacer de nuevo”, dijeron el delgado tejido del tímpano, y los huesecillos: Martillo, Yunque y Estribo; cuando Camilo metió un aplicador a su oído y comenzó a empujar y a empujar la cera hacia adentro. “Ayyyy qué me estripa, ahí viene ese taco de cera”, dijo el Tímpano. Muévanse Martillo, Yunque y Estribo que si sigue empujando me va a rompeeeeeerrrr, les suplicó el Tímpano. Aguanta Tímpano, ¡¡¡aguanta!!!, le dijeron Martillo, Yunque y Estribo.



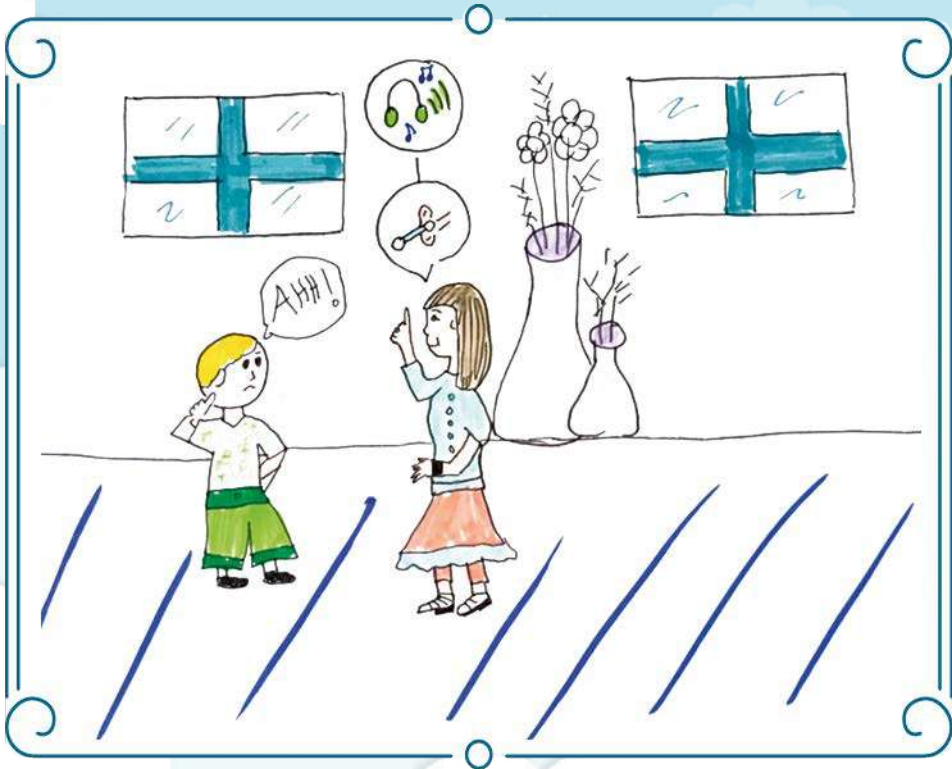
“Ayyyyy noooo, lo va a hacer de nuevo, este niño me va a matar”, dijo el Tímpano, cuando Camilo se sonó la nariz, tapándose los dos huecos e hizo tanta fuerza que la presión del aire quedó atrapada en los oídos, no pudo escapar por la trompa de Eustaquio y Camilo quedó sordo por algunos segundos.



– Qué peligroso, alguien le tiene que explicar a este niño que así no se debe sonar la nariz, dijeron Martillo, Yunque y Estribo.

No oigo nada, qué me ha ocurrido, gritaba Camilo. Calma, calma, dice mamá. Recuerda Camilo que siempre te lo he dicho, cuando te suenas la nariz, tapa solo uno de tus orificios, te suenas y luego haces lo mismo con el otro, no tapes los dos huecos porque ocurre esto.

- Y ahora qué hago, siento aire en mis oídos, dijo Camilo.

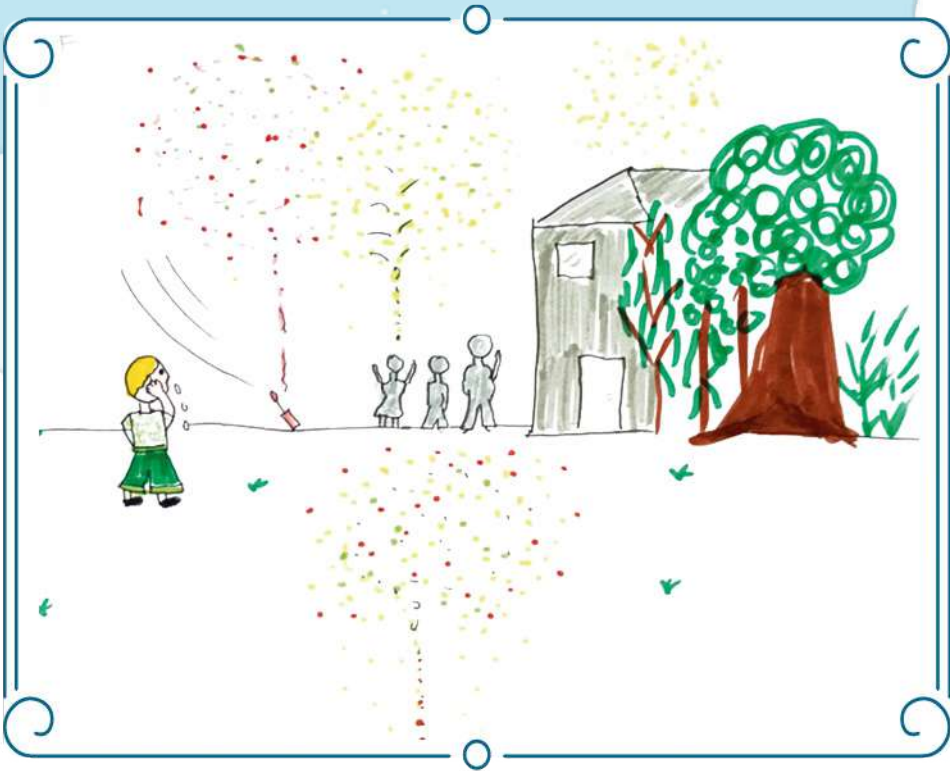


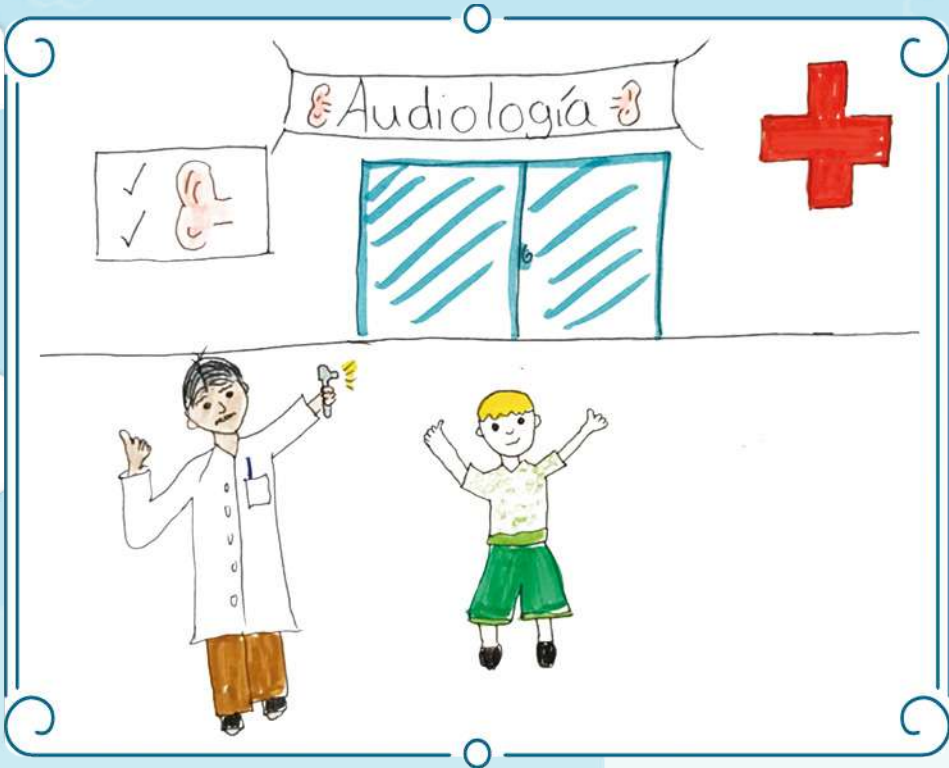
– Mastica este chicle, pero recuerda no volverte a sonar la nariz así Camilo, dijo mamá.

“Ayyyyy nooo, lo va a hacer de nuevo” dijeron la Cóclea con forma de caracol y los Canales semicirculares, que están en el oído interno; cuando Camilo se puso a jugar dando vueltas y vueltas para marearse. El líquido de los canales subía y bajaba sin parar, moviendo los pelitos que envían señales al cerebro. El cerebro de Camilo lo hacía sentir mareado, se divertía muchísimo, hasta que: Pacataaaán, Camilo cayó al suelo y se golpeó la cabeza tan duro, que lo hizo llorar.



Otro día otra desafortunada situación ocurriría. "Nooooo Camilo, por favor noooo; cubre tus oídos lo antes posible", dijeron todos: Pabellón, Canal Auditivo, Tímpano, Martillo, Yunque, Estribo, Cóclea, Canales Semicirculares, Nervio Coclear y Cerebro; cuando Camilo se acercó a unas personas que estallaban bombetas. De pronto, Camilo dejó de escuchar, un silencio profundo le llenó sus oídos. Veía a los muchachos hablar, pero no podía escuchar lo que decían. Observaba a los carros pasar, pero no escuchaba los motores. Esta vez se quedó sordo por muchos, muchos minutos. Asustado corrió a buscar ayuda de su familia.





Terminó en el hospital, y con la ayuda de una doctora Audióloga, Camilo pudo volver a oír.

Ahora Camilo es un niño que escucha los auriculares a un volumen moderado, no usa aplicadores en sus oídos, estornuda y se suena la nariz correctamente, no volvió a jugar a marearse y por nada del mundo se acerca donde alguien estalla bombetas; porque cuida de los amigos que tiene dentro del oído que le ayudan a escuchar y nunca más los volverá a defraudar.

**Fin**







# Ruido





# Armonía

Ana Yansy Muñoz Rodríguez  
 Stafanie Meza Chavarría  
 María de los Ángeles Umaña Alfaro

En un hermoso lugar  
 en lo alto de una colina,  
 vivía una niña  
 llamada Armonía.

Es una niña alegre Armonía,  
 con una voz muy tranquila.  
 No le gusta el ruido,  
 los gritos o las mentiras.

Armonía siempre juega  
 con sus amigos en el parque.  
 Con todos se divierte  
 y también comparte.

Un día después de ir al parque,  
 la niña se enfermó.  
 No quería comer,  
 hablar, cantar o beber.

Su madre muy preocupada  
 se fue a buscar al doctor.  
 No sé qué ha pasado  
 mi niña ha enfermado.

Vamos señor doctor  
 acompáñeme a mi casa,  
 por favor venga conmigo  
 para ver qué es lo que pasa.



El doctor apresurado siguió a la señora Lola y pronto llegaron a la casa en menos de una hora.

El doctor revisó a Armonía pero todavía no entendió que estaba pasando con ella, no encontraba lo que tenía.

Después de revisarla y hacer varios exámenes, el doctor tuvo la idea de conversar con ella.

Armonía muy triste le contó al doctor que allá en el parque hay una construcción.

Ese lugar es muy ruidoso y también todo lo ensucian, casi no nos escuchamos y ahora todos gritamos.

Esos ruidos no me gustan me hacen sentir muy mal, queremos divertirnos y hablar normal.



El ruido es molesto,  
los gritos también.  
Yo prefiero más silencio  
para sentirme bien.

Tienes razón Armonía,  
el ruido puede enfermar y  
puede dañar tus oídos  
haciéndote sentir mal.

Vamos a buscar a los adultos.  
Solucionaremos el problema.  
Trataremos de que se diviertan,  
sin pasar por esas penas.

Gracias señor doctor.  
La luz rodeo a Armonía.  
Ya me siento mejor,  
me ha dado una alegría,

Al poco tiempo los niños  
ya se divertían.  
Los llevaron a otro parque  
mientras la construcción concluía.

Al terminar la construcción  
regresaron a su parque.  
Los niños ahora felices,  
ríen, juegan y comparten.





# Buenas prácticas de salud auditiva e higiene de oído





# Vicente el elefante

Ruth Loría Solano  
 Marianela Ibarra Ramírez  
 Yinia Bonilla Astorga

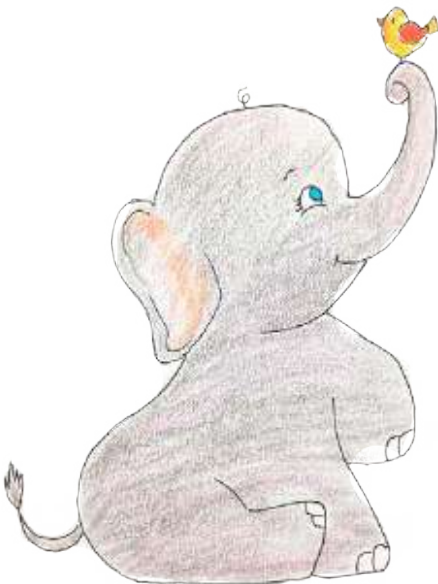
Vicente el elefante  
 con sus orejas elegantes,  
 deja que mamá elefante  
 te cuide tus oídos.

Mamá, mamá,  
 qué lindas mis orejas  
 y mis oídos también,  
 los cuidas con un pañito

Limpiemos alrededor elefantito.  
 Mamá, mamá,  
 tú me cuidas de objetos raritos,  
 que dañan mis oídos.

No quiero hisopos,  
 dice Vicente.  
 No me gustan los ruidos fuertes  
 porque me dañan los oídos.

Quiero escuchar  
 sonidos bonitos  
 de mis amigos los animalitos.





# Cuida tus oídos

Ruth Loría Solano

Marianela Ibarra Ramírez

Yinia Bonilla Astorga



Al cantar y bailar  
utilizo mis oídos  
que los cuido  
sin mucho pensar,  
facilito y divertido.

Nunca meto nada ahí  
el oído es muy sensible,  
en mi pequeño escondite,  
solo limpio suavemente  
con mi pañito color confite.

Cuida tus oídos  
no los maltrates  
ni los descuides.  
Cuida tus oídos  
piensa en el mañana  
y después sonríe.





# Los oídos para escuchar

Silvia Umaña Brenes



Los oídos son para escuchar  
y jamás para jugar.  
Metiendo juguetes en su interior,  
se pueden ahí trabar.

Los oídos para escuchar,  
con un pañito vas a limpiar.  
Los aplicadores no debes usar  
porque al Tímpano puedes dañar.

Los oídos son para escuchar,  
en aguas sucias no debes nadar,  
porque seguro te da infección  
y un dolor que se quita con medicación.



Los oídos para escuchar,  
el televisor, la Tablet y el auricular,  
con un volumen moderado  
para evitar ensordecen.

Los oídos son para escuchar  
no dejes que te vayan a gritar,  
ni aplaudir, ni halar,  
tus orejas debes cuidar.

Al doctor(a) en Audiología,  
una vez al año debes visitar  
para que tus oídos  
sanos estén y de la vida vayas a disfrutar.



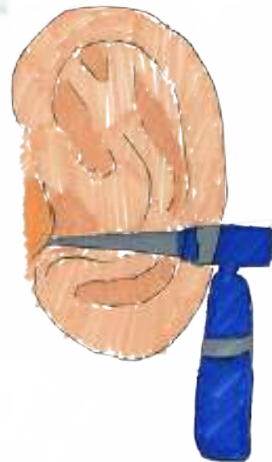
# Salud auditiva

*María de los Ángeles Umaña Alfaro*

De salud auditiva se trata esta poesía  
para que los oídos cuidemos cada día.  
Nuestros oídos, dice el doctor que debemos cuidar,  
para con ellos siempre poder escuchar.

Nos recomienda que en nuestros oídos  
nada debemos insertar,  
porque el tímpano podemos estropear.

En nuestras orejitas, limpieza debe haber,  
con un pañito y nuestro dedito debemos hacer,  
para que siempre nuestros oídos podamos proteger  
y salud auditiva podamos tener.





# La salud es un tesoro

*Fabiola Morales Arias  
Hellen López García  
Sonia Durán Obando  
Roxana Alfaro Solís  
Cindy Madrigal Barquero  
Elizabeth Sequeira Rojas*

La salud es un tesoro  
que debemos valorar.  
Poder oír, bailar y cantar,  
eso se debe de apreciar.

La salud es un regalo que se debe de cuidar,  
para estar muy sano te debes esforzar.



Si te gusta oír, no debes de gritar,  
no te piques los oídos,  
ni uses aplicador sin pensar,  
ya que te puedes lastimar.

Con el oído atento siempre vas a estar  
si estos consejos vas a acatar.



# ¡Qué bello es escuchar!

Maritza Olivas Eduarte

Escucho con atención,  
escucho con amor,  
qué bello es escuchar.

Escucho el sonido de la mañana,  
escucho el sonido de mi hogar.  
Escucho el mundo que me rodea,  
no puedo parar de escuchar.

Qué bello es escuchar cada uno de estos sonidos,  
para esto lograr mis oídos debo de cuidar,  
sin duda disfruto el escuchar.

Con una toallita me voy a limpiar  
no me voy a introducir ningún objeto y  
de los audífonos no voy a abusar nunca jamás,  
qué bello es escuchar.





# "Oídos atentos por la salud auditiva"

*María Isabel Cortés Cortés*

Si una buena salud auditiva quieres tener, mucha atención a tus oídos y a los siguientes consejos debes poner.

Revisalos anualmente con un especialista que te indique si estás bien o si algo necesitas. Ante una mínima sospecha de que algo no está bien, una evaluación auditiva te sentará muy bien.

Evita los ruidos fuertes y no introduces en tus oídos objetos extraños, no golpees tus oídos, ni te hales tus orejas.

Procura los ambientes tranquilos y usa protección de oídos para agua o ruidos. Escucha música con un volumen adecuado y evita mojar tu oído.

Prefiere los auriculares de diadema, sin duda, ya eres todo un experto en el tema. Oídos atentos por la salud auditiva.

Si tu salud auditiva quieres cuidar estos y más consejos debes practicar. cuidar de nuestra salud auditiva nos dará una vida positiva.





# TUS OÍDOS DEBES CUIDAR

Cindy Madrigal Barquero

Si quieres escuchar  
tus oídos debes cuidar.

No poner la música muy fuerte  
ni introducir en tus oídos objetos,  
limpiar solo por fuera, los oídos debes de cuidar  
son recomendaciones que te harán gozar.

Si quieres escuchar  
tus oídos debes cuidar.

Si te duelen los oídos y no sabes a quién recurrir  
a un médico audiólogo debes asistir.  
Es muy importante para tu vida  
una buena Salud Auditiva construir.





# Oiditos a cuidar

Ana Yansy Muñoz Rodríguez  
Stafanie Meza Chavarría

Si tus oiditos quieres cuidar  
estos consejos debes escuchar.

Preguntar a los papás  
sí puestas están las vacunas,  
ya que así no te enfermarás  
y muy, muy sano crecerás.

Correr si escuchas ruidos fuertes  
pues tus oídos son muy exigentes,  
y nada nada de bombetas  
ni mucho menos trompetas.

Si tus oiditos quieres cuidar  
estos consejos debes escuchar.

Nunca, nunca nada debo meter  
o en mis dos orejas esconder,  
ya que dañar se pueden  
y las orejas mucho me duelen.

Limpiecitos deben estar  
pero atención con qué limpiar.  
No con un hisopito  
pero si con un pañito.

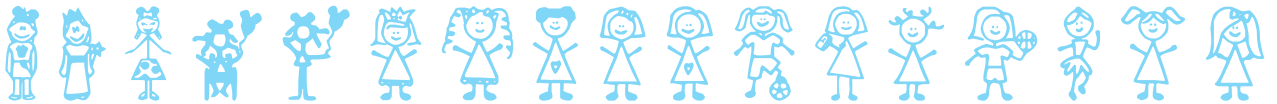
Los oídos no debo halar o golpear  
ya que se pueden enojar

Y si por último, si hay mucho dolor  
es importante y mejor  
visitar a nuestro amigo doctor.





# Audición





# Oda a mis oídos

*Ligia Rojas Morales*

Un regalo he recibido  
y es una bendición,  
el regalo tan divino  
que es una buena audición.

Mi sentido del oído  
trabaja sin parar  
y me permite en el mundo  
descubrir y disfrutar.

Pero al ser un regalo  
lo debo de cuidar,  
no subir el volumen  
sí música quiero escuchar.



Al ir a la piscina  
o al jugar en el mar,  
protectores yo me pongo  
y no me voy a afectar.

Finalmente yo mantengo  
mis orejitas aseadas,  
con un trapito las limpio  
sin hisopos ni pomadas.  
La salud de mis oídos  
muy importante es,  
y los tendré saludables  
desde hoy a la vejez.



# Mis oídos

*Mireya Sanabria Marín*

*María Guadalupe Lobo González*

Todas las mañanas  
escucho al despertar  
a los pajaritos  
que me cantan  
sin cesar.

Es por eso que yo cuido  
mis oídos sin parar  
y utilizo una toallita  
cuando los voy a limpiar.





# A manera de conclusión

---

Como se ha descrito a lo largo de este documento, la promoción de la salud auditiva, así como la implementación de buenas prácticas auditivas, son dos herramientas fundamentales para la lucha contra las pérdidas auditivas, ya que, como muchas de las deficiencias auditivas presentadas durante la infancia, pueden ser prevenibles por medio de estrategias para la promoción de la salud del oído (OMS, 2021).

Se recomienda a los y las docentes, así como a cualquier otra persona que tenga a su cargo niñas y niños, implementar en los salones de clase los conocimientos adquiridos a partir del estudio de este manual y con esto fomentar una cultura de buenas prácticas auditivas al igual que se incentiva el abordaje temprano de las personas estudiantes que presenten sospechas de deficiencias auditivas.

Finalmente, recalcamos una vez más, que el uso de este manual no es un incentivo para generar ningún tipo de diagnóstico audiológico, sino más bien es un documento para que el lector o lectora interesados en el tema de la promoción de la salud auditiva, así como en la detección de posibles casos de pérdida auditiva, pueda contar con los conocimientos básicos para justificar dichas sospechas y poder referir aquellos casos para que sean abordados por profesionales con amplia formación el tema.



# Referencias

---

American Academy of Pediatrics. (2019). 10 enfermedades comunes de la infancia y sus tratamientos. 1–5.

Achío, K. (2015) Manual de procedimiento para la aplicación del Tamizaje Auditivo Neonatal Universal. Universidad de Costa Rica. Sede Rodrigo Facio. Costa Rica. <http://repositorio.sibdi.ucr.ac.cr:8080/jspui/bitstream/123456789/3173/1/38909.pdf>

Antolí-Candela, H. [Instituto de Otorrinolaringología IOM] (2018, octubre 30) ¿Qué es la hipoacusia y cómo tratarla adecuadamente? [Archivo de video] Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=V25sQEB3vzs>

Cardemil, F., Mena, P., Herrera, M. J., Sanhueza, D., & Rahal, M. (2016). Prevalencia y causas de hipoacusia en una muestra de escolares de la zona sur de Santiago. Scielo. Published. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/orl/v76n1/art03.pdf>

Cen-Cinai (2013). Manual Operativo. Prueba de las tarjetas en las niñas y los niños. CEN- CINAI. Dirección Nacional de Cen-Cinai. <https://www.binasss.sa.cr/opac-s/media/digitales/Manual%20operativo%20prueba%20auditiva%20de%20las%20tarjetas%20en%20las%20ni%C3%B1as%20y%20ni%C3%B1os%20de%20CEN%20CINAI.pdf>

Coclear (2018). Campo Auditivo Humano. Recuperado de <http://www.coclear.org/es/sonidos/campo-auditivo-humano>

CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA DE FAMILIAS DE PERSONAS SORDAS [FIAPAS] (2010): Estudio-Investigación. Interacciones comunicativas entre padres/madres e hijos/as con sordera. La comunicación entre madres oyentes y niños/as con sordera de 1 a 7 años de edad (2ª ed.). Madrid, España

Echaverri, C y Gonzáles, A., (2011). «Protocolo para medir la emisión de ruido generado por fuentes fijas» Revista Ingenierías Universidad de Medellín 10(18): pp. 50-59. [https://www.researchgate.net/publication/279425574\\_Protocolo\\_para\\_medir\\_la\\_emision\\_de\\_ruido\\_generado\\_por\\_fuentes\\_fijas](https://www.researchgate.net/publication/279425574_Protocolo_para_medir_la_emision_de_ruido_generado_por_fuentes_fijas)

Molano, C. (2013). Manual de buenas prácticas en salud auditiva y comunitaria. <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/ENT/manual-buenas-practicas-salud-auditiva-comunicativa.pdf>

NIDCD (25 de marzo de 2021) Quick Statistics About Hearing. National Institute on Deafness and Others Communication Disorders. Recuperado de <https://www.nidcd.nih.gov/health/statistics/quick-statistics-hearing>

Organización Mundial de la Salud. (2021). Informe sobre audición. <https://www.who.int/teams/noncommunicable-diseases/sensory-functions-disability-and-rehabilitation/highlighting-priorities-for-ear-and-hearing-care>

Pereira, C., (2021) Métodos y pruebas de detección de pérdida auditiva en niños y niñas en etapa escolar. Salud auditiva [Material de curso] Universidad de Costa Rica.

Postán, D. [David Postán] (2012, julio 12) HIPOACUSIAS EN LA INFANCIA / DESARROLLO DEL LENGUAJE - Parte 1-. [Archivo de video] Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=YALqoaqozQ0>





