

# CONSEJOS PARA OÍDOS SALUDABLES



## HACER



Usa tapones para los oídos en lugares ruidosos



Revisa tu audición regularmente



Usa audífonos regularmente, cuando es recomendado



Consulta a un médico si tienes problemas del oído o de audición

## NO



Colocar bastoncillos de algodón, aceite, palitos o alfileres dentro de los oídos



Nadar o lavarse en agua sucia



Compartir auriculares o tapones para los oídos



Escuchar sonidos fuertes o música alta



**¡CUIDADO DEL OÍDO Y LA AUDICIÓN PARA TODOS!**  
Hagámoslo realidad

#WorldHearingDay #HearingCare



Organización  
Mundial de la Salud