



**Día Internacional de
Concienciación sobre el
Ruido**

29 de abril del 2020



¿Que es el ruido?

Alboroto o
mezcla confusa
de sonidos

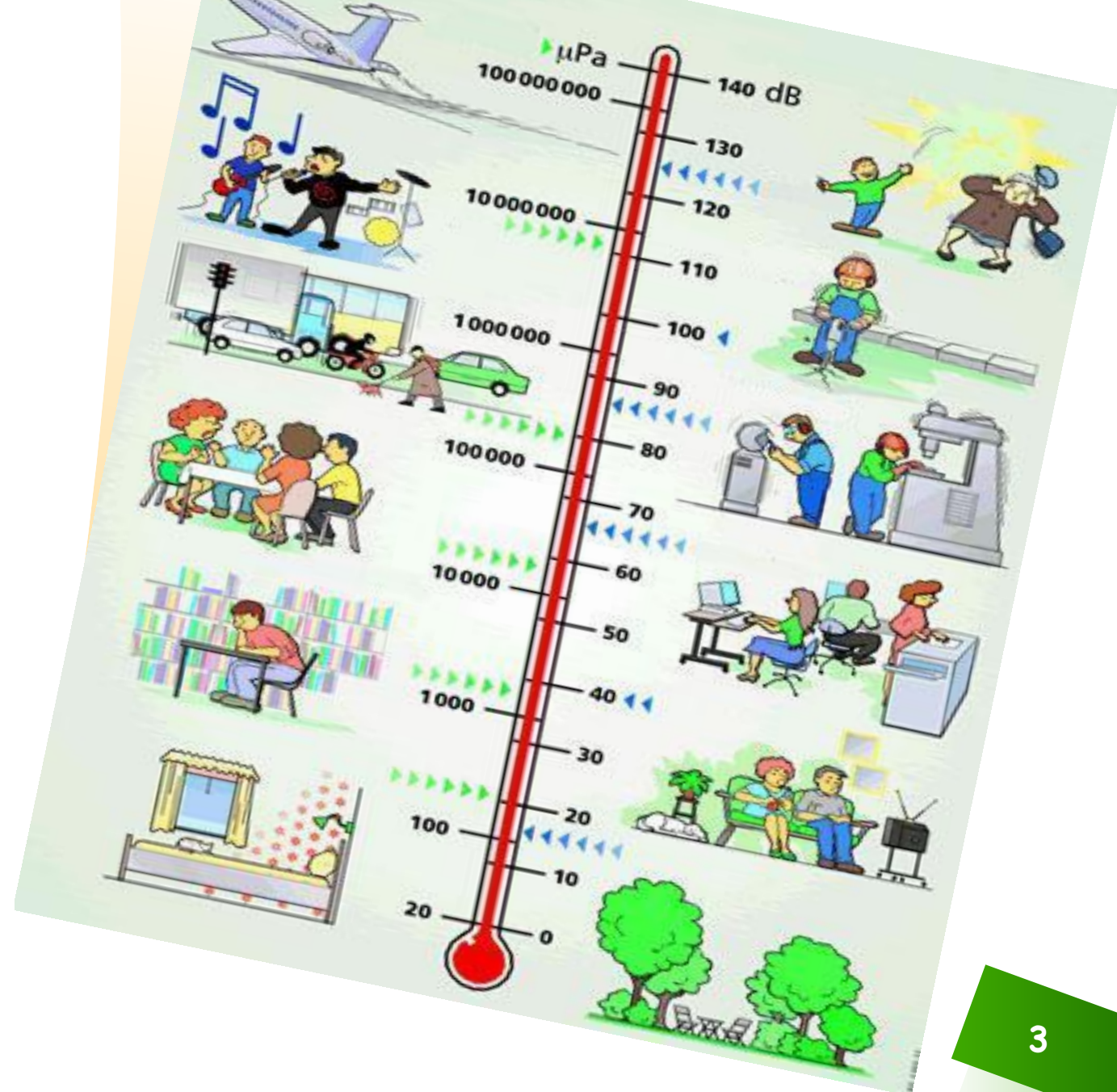


Niveles de Ruido

Consecuencias de la contaminación acústica

- Pérdida de audición
- Irritabilidad exagerada
- Alteraciones del sueño
- Baja concentración laboral
- Fatiga
- Estrés
- Dolor de cabeza

El oído humano solo puede soportar ciertos niveles máximos de ruido



¿Qué produce ruido?

El ruido es generado por las actividades que hacemos a diario.

Puede producirse en las actividades domésticas en el hogar, en la calle, en las industrias, en la construcción, medios de transporte.

El ruido es un sonido no deseado



Más salud con menos ruido

Evita hablar en voz muy alta.

Baja el volumen de la TV, la radio o música, sobre todo en la noche.

Si tienes una mascota, edúcala para que no cause molestias a otras personas.

Vete del lugar cuando el sonido sea muy alto.



Use protectores auditivos en lugares ruidosos



No escuches música a volúmenes altos ni por más de una hora



No introducir objetos dentro del oído



No gritar

Protégete de sonidos fuertes



Visita al médico especialista cuando sientas alguna molestia en tus oídos.
Evita la automedicación.

No hay cura para la pérdida
permanente de la audición

Evite la exposición a ruidos fuertes



¡Silencio por favor !!

Lic. Glenda León – DVAL



29 de abril del 2020



En el Día Internacional de Concienciación Sobre el Ruido

Hacemos un minuto de silencio

Comparte tu foto en las redes sociales

#IPHEnoalruido

#Equipotecnico

