

DICAS PARA OUVIDOS SAUDÁVEIS



FAZER



Usar protetores auditivos em locais ruidosos



Avaliar a sua audição regularmente



Usar os seus aparelhos auditivos regularmente, quando recomendados



Consultar um médico se tiver problemas de ouvido ou audição

NÃO FAZER



Colocar cotonetes, óleo, palitos ou ganchos nos seus ouvidos



Nadar ou lavar em água suja



Partilhar auriculares ou protetores auditivos



Ouvir sons altos ou música alta



SAÚDE AUDITIVA E DO OUVIDO PARA TODOS!
Vamos tornar isto numa realidade.

Adapted from WHO/UCN/NCD/SDR 23.1 © World Health Organization
Translated by Melissa Cravo, Portuguese Association of Audiologists (APtA), Member of the A.E.A.

#WorldHearingDay #HearingCare

