

## Consejos para una buena audición

La reducción de la audición disminuye su capacidad de comunicarse con otros miembros de la tripulación, del control de tráfico aéreo y de identificar radio ayudas para la navegación.

Incluso, pese a no exponerse frecuentemente a ruidos intensos o continuos, usted puede sufrir una pérdida de la audición como parte del proceso normal del envejecimiento (“Presbiacusia”).

Por otra parte, la pérdida de audición inducida por ruido (PAIR) es una de las causas más comunes de tinnitus (zumbido).

Para mitigar el riesgo de perdidas auditivas por exposición a ruidos, le recomendamos que:

**1.- Proteja sus oídos**, evitándose exponerse a ruidos de fondo de larga duración, de gran intensidad, y/o que provoquen zumbidos.

**2.- Mantenga volúmenes adecuados**, por ejemplo, al escuchar música.

**3.- Utilice protectores auditivos**, adecuados e indicados por el prevencionista de riesgo, cuando utilice herramientas ruidosas, realice desplazamientos en pista o se encuentre en zonas cercanas a motores funcionando.

**4.- No vuela** si se encuentra cursando algún cuadro respiratorio alto (resfriado, alergia estacional, bronquitis, otitis) o si no puede realizar la maniobra de Valsalva por el riesgo de sufrir barotrauma.

**5.- Conozca el tratamiento** de primeros auxilios para una afección de las vías aéreas superiores y auditivas, que surjan en vuelo y que le podrían provocar una incapacitación.

**6.- Consulte a su médico** frente a cuadros de dolor, alteraciones de la audición, pérdida auditiva o cualquier sospecha de infección de sus oídos.

*Y recuerde: si presenta alguna molestia o dificultad de salud en vuelo que le impida la normal operación de sus funciones, pida asistencia de inmediato según los protocolos establecidos y posteriormente, informe de ello a la Sección Medicina de Aviación DGAC:*

**[medav@dgac.gob.cl](mailto:medav@dgac.gob.cl)**