

Lo mas importantes para proteger la audición son mantener una distancia entre el punto de origen del sonido y usted, y limitar por cuánto tiempo se expone al sonido.



Una regla práctica es evitar sonidos que sean "demasiado altos" y que estén "demasiado cercanos", o que duren "demasiado tiempo".



UTILIZA TU EPP COMPLETO

¿Cuándo el ruido es demasiado ruido?

140-165

cohetes, disparos de armas de fuego



140

despegue de un avión



120

sirena de ambulancia

110

concierto de música rock, orquesta sinfónica



Al exponerse frecuentemente por más de 1 minuto a 110 decibeles o más, se corre el riesgo de pérdida auditiva permanente.

105

reproductor personal de música al máximo nivel



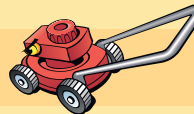
100

taller de carpintería, moto de nieve

No es recomendable exponerse sin protección por más de 15 minutos a niveles de ruido de 100 decibeles o más.

90

cortacésped



85

tráfico pesado en la ciudad, comedor escolar

La exposición prolongada a ruidos de 85 decibeles o más puede producir pérdida auditiva gradualmente.

75

lavaplatos

60

conversación normal

40

refrigerador

30

susurro

0

el sonido más bajo que puede detectar una persona con audición normal

decibeles ↑

Unach
UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO

**UNIDAD DE RIESGOS LABORALES,
SALUD OCUPACIONAL Y
GESTIÓN AMBIENTAL**

COMITES DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL
TRABAJO (ORGANISMOS PARITARIOS)



EL RUIDO
EN EL MEDIO
AMBIENTE LABORAL

INFORMATIVO No. 02
Febrero 2018

¿Qué es la pérdida de audición inducida por el ruido?

Es la que puede ser inmediata o puede tomar mucho tiempo hasta que uno la nota. Puede ser temporal o permanente y puede afectar uno o ambos oídos.

¿A quién afecta la pérdida de audición inducida por el ruido?

La exposición a niveles dañinos de ruido puede ocurrir a cualquier edad. El grupo de edad entre los 20 y 69 años, tienen pérdida de audición que pudo haber sido causada por la exposición al ruido en el trabajo o en actividades recreativas.

¿Qué causa la pérdida de audición inducida por el ruido?

La pérdida de audición inducida por el ruido puede ocurrir de una sola vez por un sonido intenso e "impulsivo", como el de una explosión. También puede ocurrir poco a poco por la exposición continua a sonidos fuertes, como los ruidos generados en una carpintería. El exponerse por mucho tiempo o repetidamente a sonidos de 85 decibeles o más puede causar pérdida de audición. Mientras más alto sea el ruido, más rápido se desarrolla la pérdida de audición inducida por el ruido.



Es tarea de las empresas que se diagnostiquen y eliminen los riesgos, del ruido y si no se pueden evitar, minimizar al máximo sus efectos mediante la toma de medidas preventivas adecuadas de protección para los/as trabajadores/as y cumplir y hacer cumplir las normas de seguridad que son de cumplimiento.



**La protección es necesaria,
pero no suficiente**

¡INFORMATE!

¿Se puede prevenir la pérdida de audición inducida por el ruido?

Es el único tipo de pérdida de audición que es totalmente prevenible.

La razón principal de controlar el ruido en el entorno laboral es proteger la audición de los trabajadores y la seguridad en el lugar de trabajo.

¿Tenemos que tener en cuenta que el sistema más eficiente que existe es la prevención?

Si usted conoce los riesgos del ruido y practica una buena salud auditiva, podrá proteger su audición de por vida. Aquí se explica cómo:

- Use tapones para los oídos u otros dispositivos de protección cuando haga alguna actividad que involucre ruidos fuertes.
- Puede usar orejeras y tapones para los oídos diseñados específicamente para ciertas actividades.
- Si no puede reducir el ruido protéjase o aléjese de él.
- Esté alerta a ruidos peligrosos en el entorno.
- Asegúrese de que su familia, amigos y colegas estén conscientes de los peligros del ruido.
- Hágase una prueba auditiva si piensa que podría tener pérdida de audición.

