

Protección auditiva

De acuerdo con el Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional (NIOSH), la pérdida auditiva es la enfermedad relacionada al trabajo más común en el país. Una vez que usted presenta pérdida auditiva inducida por el ruido, ésta no puede ser recuperada. La buena noticia es que la pérdida auditiva inducida por el ruido se puede prevenir.

Una única exposición a un ruido fuerte y súbito, como lo es el resonar de una explosión, puede dañar su audición inmediata y permanentemente. La pérdida auditiva también puede ocurrir gradualmente a lo largo de meses y años de exposición al ruido causado por maquinaria pesada, como lo son las motosierras, los compresores de aire, los martillos neumáticos, trituradoras y otras máquinas de operación ruidosa. La pérdida auditiva puede ocurrir tan gradualmente que tal vez ni siquiera se de cuenta de que ha ocurrido.

Usted ya podría tener pérdida auditiva si:

- Presenta dificultad para oír a las personas a su alrededor.
- Pide a alguien que repita lo que ha dicho.
- Tiene problemas para entender lo que dicen las personas por teléfono.
- Tiene zumbidos en los oídos.
- Tiene problemas para escuchar las alarmas de reversa.



Las reglas DOSH establecen que, en el transcurso de un turno de 8 horas, si usted está expuesto a niveles de ruido por encima de 90 dBA, requerirá usar protección auditiva. Entre más fuerte es el ruido, más alto es el nivel de decibeles. Por ejemplo: el nivel de ruido al utilizar un martillo neumático es de 130 dBA, el nivel de ruido al utilizar una motosierra es de 118dBA, y el nivel de ruido en una charla normal con otra persona es de 60 dBA.

Existen varias maneras de proteger su audición en el trabajo. Quizás pueda utilizar controles de ingeniería o de administración, tales como barreras de sonido, herramientas y equipo más bajos en ruido, programar el manejo de equipo ruidoso cuando haya menos personas en el sitio, o rotación de trabajo en áreas ruidosas. Si estos controles no funcionan, la protección auditiva será su último recurso. La protección auditiva puede incluir: orejeras, tapones de oídos de espuma, tapones del canal auditivo o tapones moldeables. Utilice la protección auditiva correctamente y cerciórese de que ésta sea cómoda, de tal manera que no se sienta tentado a retirarla. Siga las recomendaciones del fabricante para dar mantenimiento, limpiar y guardar la protección auditiva.

Consejo rápido: Si usted necesita gritar para ser escuchado por alguien que se encuentra frente a usted, el nivel de ruido es probablemente mayor a 85dBA. Use protección auditiva cada vez que los niveles de ruido estén por encima de 85dBA.

Haga click [aquí](#) para más información.

