



SAFETY UNLIMITED, INC.

Reunión semanal sobre seguridad

Protección Auditiva Adecuada

La pérdida de audición es la discapacidad sensorial nº 1 en el mundo. La Organización Mundial de la Salud estima que el 16 por ciento de pérdida de audición mundial se atribuye a la exposición al ruido ocupacional. Para minimizar el riesgo de sufrir pérdida de audición debida al ruido, es importante que organizaciones, empleadores, y personas entiendan cómo pueden protegerse y a sus empleados mejor contra el ruido excesivo en el lugar de trabajo.

El nivel crítico de sonido a o arriba de que se debe llevar protección auditiva es de 85 decibelios (dBA), establecido por un tiempo promedio ponderado de 8 horas. El más alto y más largo su exposición, ya sea en el trabajo, en casa, o durante recreo, mayor es la probabilidad de que se dañará su audición. Si desea tener una idea de "qué volumen es qué fuerte", los siguientes ejemplos, junto con su calificación de decibelios, le dará una idea:

Decibelios:

- 30-40 sonidos tranquilos y placenteras, las canciones de los pájaros;
- 40-50 sonidos tranquilos a los normales de oficina;
- 50-60 conversación normal;
- 70-90 maquinaria pesada, motores eléctricos, eliminación de basura, tráfico de ciudad;
- 100-120 martillo neumático, sierra eléctrica, motocicleta, cortacésped, música rock; y
- 140+ motor de reacción cercano, disparo de arma de fuego (este nivel causa dolor).

Los dispositivos de protección auditiva (HPD/hearing protection devices):

Los dispositivos de protección auditiva tales como orejeras y auriculares/tapones de oído pueden ser una medida eficaz para proteger la audición en entornos ruidosos. Sin embargo, los dispositivos de protección auditiva sólo son eficaces si están dimensionados adecuadamente y cuidadosamente colocados en o por encima de la oreja.

Hay varios tipos comunes de dispositivos de protección auditiva:

- Auriculares deformables hechos de espuma expandible. Una talla sirve para casi todos.
- Tapones pre-moldeados hechos de plásticos flexibles. A menudo se venden en tamaños diferentes, éstos deben ser seleccionados para proporcionar el mejor ajuste para cada oreja.
- Dispositivos semi-aurales, o tapones de canal, compuestos de tapas flexibles sobre una banda de sujeción ligera. Ofrecen menos protección que los auriculares u orejeras, pero pueden ser suficientes para uso intermitente.
- Orejeras con tazas de plástico rígidas que tienen almohadillas suaves de plástico que sellan alrededor de las orejas.

Los tapones desechables o reutilizables:

Muchos tapones desechables o reutilizables están disponibles que reducen el ruido alrededor de 30 a 33 decibelios. Esta es la clasificación de reducción de ruido (NRR/Noise Reduction Rating) que ve en la caja. Sin embargo, dado que se establece el NRR en un laboratorio con tapones perfectamente ajustados, los expertos recomiendan que la clasificación verdadera es generalmente 7 decibelios menos a la clasificación indicada. Los protectores auditivos del tipo orejera suelen aproximarse más a su clasificación de reducción de ruido.

Cuando se usa protección auditiva, su nivel de exposición al ruido se basa en la clasificación de reducción de ruido (NRR/Noise Reduction Rating) del dispositivo de protección siendo utilizado. Sin embargo, tenga en cuenta que mientras que se mide el "NRR" en decibelios, el protector auditivo que se utiliza no reduce el nivel de decibelios circundante por el número exacto de decibelios asociados con el NRR del dicho protector. Por ejemplo, si trabaja con un martillo neumático donde el nivel de exposición al ruido es 100 dB, y lleva auriculares con una clasificación de reducción de ruido de 33 dB, su nivel de exposición no se reduciría a 67 dB. En cambio, para determinar la cantidad de deducción real de decibelios para aplicar, tome el número NRR (en dB), reste 7 y, a continuación, divida por dos. Dado el ejemplo anterior, la ecuación de reducción de ruido sería: $(33-7)/2 = 13$ dBA. El resultado es el 13 dBA, que significa 13 decibelios ajustados.

Esto significa que si usted trabaja con un martillo neumático con un nivel de exposición de ruido de 100 dB, y lleva un protector auditivo con un NRR de 33 dB, el nuevo nivel de exposición al ruido es de 87 dB. Si usa un producto con un NRR de 27, deduciría 10 decibelios ($27-7/2=10$).

Tapones para los oídos:

Se tiene que apretar y comprimir los tapones de espuma deformables por enrollarlos antes de insertarlos en el canal auditivo. Una vez insertado, el tapón se expande para llenar el canal auditivo y para reducir la transmisión de ruido en el oído. Si son incorrectamente insertados, los tapones de espuma proporcionarán mucho menos protección contra el ruido.

Para correctamente colocar un tapón de espuma deformable:

1. Con las manos y los dedos limpios, enrolle el tapón de espuma lentamente y comprímelo en un cilindro muy delgado.
2. Alcance alrededor de la cabeza con una mano para tirar la parte superior de la oreja levemente hacia afuera y arriba, mientras inserta el auricular en el conducto auditivo externo con la otra mano.
3. Después de insertarlo, aguante los auriculares en su lugar con un dedo durante unos instantes para asegurarse de que el tapón se expande en el canal auditivo sin moverse del canal de la oreja. En un ambiente ruidoso, se debe percibir la reducción del nivel de sonido el tapón cuando el tapón se expande.
4. Pide que un compañero de trabajo visualmente verifique la colocación del tapón. Si la mitad o más de la mitad del auricular sobresale del canal auditivo, no está ajustada correctamente, y no proporcionará la protección para que se ha diseñado.

Cómo colocar correctamente una orejera:

1. Ajuste la cinta craneal para que se sienta cómodamente en la cabeza, y para que las almohadillas pongan una presión uniforme alrededor de las orejas.

2. Para asegurar un sellado adecuado, recoge el pelo hacia atrás, y no permita que se mete debajo de las almohadillas.
3. Orejeras deben encerrar las orejas completamente.

Recuerde:

El prevenir la pérdida de audición es hacer un compromiso personal para llevar la protección auditiva adecuada. Una lucha constante para muchos empleadores es asegurar que los trabajadores que deben llevar protección auditiva realmente lo llevan en el trabajo, todo el tiempo. En última instancia, son los trabajadores que deciden si usen la protección para los oídos correctamente.

¡La pérdida auditiva es permanente...piensa en la audición siempre!

