



Reunión semanal sobre seguridad

Ruido y Pérdida Auditiva Ocupacional

Es importante entender cómo puede ocurrir la pérdida auditiva ocupacional y cómo se puede prevenirla. La pérdida de audición ocupacional puede ocurrir cuando se está expuesto a ruidos fuertes o sustancias químicas ototóxicas mientras se trabaja.

- El ruido se considera fuerte (peligroso) cuando alcanza los 85 decibelios ponderados A (dBA) o más. Los decibelios ponderados A están en una escala para medir el ruido. El ruido peligroso puede causar pérdida de audición y tinnitus. El tinnitus es un ruido molesto (zumbidos, pitidos, o repiqueteo) en los oídos o en la cabeza.
- Los decibelios son una unidad de medida utilizada para describir la cantidad de potencia sonora presente. Las medidas estándar como libras o pies tienen relaciones lineales, los decibelios no. Las diferencias en el nivel de decibelios representan una relación logarítmica, por ejemplo, un sonido que es 10 dB más fuerte que otro es diez veces más intenso.
- La exposición a ciertas sustancias químicas puede causar daños en diferentes partes del oído, lo que significa que son ototóxicas. La exposición a sustancias químicas ototóxicas puede causar pérdida de audición y hacer que los oídos sean más sensibles a los efectos nocivos del ruido. Según el Instituto Nacional de Seguridad y Salud Ocupacional (NIOSH, por sus siglas en inglés), alrededor de 10 millones de trabajadores están expuestos a solventes y un número desconocido están expuestos a otros ototóxicos.

Al igual que con el ruido, la pérdida de audición causada por sustancias químicas ototóxicas varía en función de:

- Con qué frecuencia está expuesto (frecuencia de exposición);
- A cuánto está expuesto (fuerza/potencia química); o
- Cuánto tiempo está expuesto (duración).

La exposición a otros peligros en el lugar de trabajo (como el ruido) y otros factores individuales (como la edad y el tabaquismo) también influyen en el efecto de las sustancias químicas que dañan la audición.

Ejemplos de Sustancias Químicas que Dañan la Audición:

- Disolventes (por ejemplo, tolueno, estireno, xileno, etilbenceno y tricloroetileno);
- Metales y compuestos (por ejemplo, compuestos de mercurio, plomo y compuestos orgánicos de estaño);
- Asfixiantes (por ejemplo, monóxido de carbono, cianuro de hidrógeno y sus sales, y humo de tabaco);

- Nitrilos (por ejemplo, 3-butennitrilo, cis-2-pentenenitrilo y acrilonitrilo);
- Productos farmacéuticos (por ejemplo, ciertos medicamentos antineoplásicos); y
- Pesticidas.

Signos de Pérdida Auditiva:

- Tener dificultad para oír cuando hay ruido de fondo;
- Pensar que la gente murmura cuando le habla; y
- La necesidad de pedir a los demás repetir lo que dicen a menudo.

A menudo, las personas cercanas a usted notarán que tiene problemas de audición antes de que usted mismo lo note.

La Pérdida Auditiva Ocupacional Es Permanente pero Prevenible:

- Los empleadores, los profesionales de la salud y la seguridad y los trabajadores pueden tomar medidas para prevenir la pérdida de audición.
- Los empleadores y los profesionales de la salud y la seguridad pueden medir el ruido, implementar controles de ruido y establecer programas de prevención de la pérdida auditiva.
- Los trabajadores deben someterse a una prueba de audición anual si están expuestos a ruidos peligrosos o sustancias químicas ototóxicas.

La Pérdida de Audición Puede Provocar Otros Problemas de Seguridad y Salud:

La exposición a ruidos fuertes y sustancias químicas ototóxicas puede provocar algo más que daños auditivos. Las investigaciones muestran que la pérdida de audición está asociada con el deterioro cognitivo y los problemas cardíacos. La pérdida de audición y el tinnitus también pueden afectar su salud mental, lo que puede provocar depresión, ansiedad y una sensación de aislamiento y tristeza.

La pérdida auditiva puede afectar la seguridad en el hogar y en el trabajo. Es posible que se pierda el sonido de un detector de humo, el pitido de advertencia cuando un montacargas retrocede y el motor de un automóvil que se aproxima. Los trabajadores con pérdida auditiva tienen más probabilidades de lesionarse en el trabajo.

Trabajar en un trabajo ruidoso durante el embarazo puede aumentar sus niveles de estrés, lo que puede afectar la salud de su bebé en desarrollo. Los sonidos muy fuertes también pueden afectar la audición de su bebé.

¡PROTEGE SU AUDICIÓN, ES UNA BUENA INVERSIÓN!

