

PROGRAMA ANUAL DE CAPACITACION

Prevención de trastornos de la audición

10 Reflexiones y Consejos

Año 2016



Tome conciencia de que la exposición excesiva a ruidos continuos, ocasiona que el oído se afecte de tal manera que es imposible recuperar su capacidad original.



Por lo tanto, debemos tener cuidado con el ruido producido en nuestro centro laboral, comenzando por contemplar la posibilidad de eliminar el ruido, lo que mayormente es imposible debido a la naturaleza de los equipos o maquinaria.



Si no fuera posible eliminar el ruido, está indicado el uso de protectores auditivos adecuados y personales, como parte de nuestros EPP, para evitar cualquier lesión en los oídos.



El protector auditivo es eficiente sólo si logra aislar el ruido de manera efectiva; sin embargo esta eficiencia se reduce muchas veces, debido al mal uso de los protectores auditivos, en general por desconocimiento de cómo deben usarse.



Un protector auditivo ser usado en ambos oídos y durante todo el tiempo de exposición, ya que quitarse los protectores, no protegerá al oído de la manera correcta.



Asegúrese que el protector auditivo ajuste bien, ya que si el protector no cubre el canal auditivo completamente –ya sea por dentro o por fuera- el oído no estará protegido



Verifique que los protectores estén siempre en buenas condiciones de uso, limpios y deben colocarse adecuadamente con las manos. Los descartables, no deben reutilizarse.



Se debe usar protectores adecuados para los oídos en todo ambiente de trabajo que emita ruido excesivo (exposición a 85 o más dBA de manera continua durante 8 hs o más)



Cuide que los tapones para oídos de caucho o plástico se adapten correctamente en su canal auditivo, ya que usándolos correctamente, ambos son buenos supresores del ruido



No trate de evitar oír el ruido indeseable con otros sonidos: no use audífonos con música debajo de protector auditivo de copa.