

**TEMA DE LA JUNTA DE SEGURIDAD:
Protección auditiva
Norma de la OSHA: 1910.95 Protección**

El ruido es un sonido indeseable que puede afectar el desempeño laboral, la seguridad y su salud. Los efectos psicológicos del ruido incluyen molestia e interrupción de la concentración. Los efectos físicos incluyen pérdida del oído, dolor, náuseas e interferencia con la comunicación si la exposición es severa.

Los niveles de ruido se miden en decibeles (dBA), siendo que una conversación se mide entre 60 y 65 dBA. Los decibeles se miden en una escala similar a la de los terremotos. Así que, a medida que los decibeles aumentan ligeramente, el ruido aumenta de forma dramática. Setenta y tres decibeles es el doble de ruidoso que setenta. La OSHA cuenta con normas que dictan por cuánto tiempo puede exponerse a un nivel particular de ruido sin que se necesite protección auditiva.

Se permite sin protección	A este nivel de ruido
Hasta 8 horas	90 dBA
Hasta 4 horas	95 dBA
Hasta 1 hora	105 dBA

La protección auditiva es vital cuando la exposición al ruido no puede controlarse en su fuente o no se puede lograr suficiente distancia entre usted y la fuente. Tanto los tapones para oídos como los tapaorejas ofrecen una barrera física que reduce los niveles de ruido en el oído interno y evitan la pérdida del oído. Sin embargo, las personas con frecuencia se niegan a usarlos o los usan de manera incorrecta.

Los empleados se niegan a usar protección auditiva más que cualquier otro tipo de equipo de protección personal. Uno de los motivos es que no creen necesitarlos, pero la pérdida del oído sucede tan gradualmente (incluso bajo exposiciones intensas) que para cuando es distinguible, ya ocurrió un daño irreversible. Otro motivo para no usar protección auditiva es que puede ser incómoda. A veces los trabajadores "arreglan" los tapaorejas de manera que no sellen adecuadamente contra la cabeza, o cortan la parte interna de los tapones, dejando solo el extremo externo para engañar a su supervisor. Si siente la necesidad de hacer esto, solicite a su supervisor ayuda para obtener un tipo o estilo diferente que se ajuste a usted de forma adecuada y cómoda.

Es de esperarse un poco de incomodidad al principio cuando se crea un buen sello entre la superficie de la piel y la superficie del protector. La cantidad de protección que obtenga depende de obtener un buen sello, pues incluso una pequeña apertura puede reducir sustancialmente la efectividad del protector. Recuerde revisar el sello varias veces al día. Los protectores, especialmente los tapones, tienden a aflojarse como resultado de hablar o masticar, y deben resellarse ocasionalmente.

Los protectores auditivos diseñados, ajustados y limpiados de forma apropiada no son más incómodos para la mayoría de los trabajadores que usar un par de gafas de seguridad. Los tapones para oídos están hechos de un material suave como el neopreno para evitar lesiones en el conducto auditivo. La irritación de la piel, tímpanos lesionados u otras reacciones adversas por usar tapones para oídos suceden con muy poca frecuencia si se les mantiene razonablemente limpios.

Algunas señales de que debería utilizar protección auditiva incluyen:

1. Si tiene que alzar la voz para que alguien a 2 pies de distancia pueda oírlo, el lugar es demasiado ruidoso y necesita protección auditiva. Necesita protección auditiva si opera con o cerca de equipo ruidoso.
2. Si escucha ruidos rugientes o tintineantes en los oídos al final del día labora, probablemente se expone a demasiado ruido.
3. Si el habla o la música le suenan amortiguados luego de salir del trabajo, pero suenan bastante claros en la mañana cuando regresa a trabajar, está exponiéndose a niveles de ruido que le están ocasionando una pérdida temporal del oído. Con el tiempo, esto puede ser permanente si no se cuida.

Firma de los empleados que asistieron: Fecha: _____

Ofrecido por: Hellman & Associates, Inc., www.ehscompliance.com, 303-384-9828

La información ofrecida está destinada a uso educativo y puede que no refleje todos los requisitos de cumplimiento definidos por la OSHA u otras agencias normativas.