

RUIDO Y SONIDO

La próxima vez que mire televisión, baje el volumen del sonido al mínimo. ¿ Puede usted seguir la historia? Probablemente no. En la TV, como en la vida real, se emplea el lenguaje oral para comunicarse. Si usted esta mirando TV y escuchando el relato de un partido de fútbol, o si habla con alguien, tiene que poder oír para comprender el mensaje.

¿Sabe cual es la diferencia entre ruido y sonido?

El primero es un sonido inarticulado y confuso, cuyo volumen excesivo resulta perjudicial para la comprensión de un mensaje, y puede serlo también para la salud. En general, un sonido ambiental permite comprender las conversaciones en tono moderado; mientras que el ruido excesivo obliga a elevar el tono de la voz para hacerse entender.

Cuando usted esta en un ambiente muy ruidoso, necesita utilizar algún tipo de protección auditiva. Si decide no emplearla, su capacidad auditiva disminuirá paulatina y constantemente, sin dolor, y sin que usted sé de cuenta de ello. La pérdida de audición causada por exposición a ruidos persistentes no se recupera: es irreversible.

COMO TRABAJA EL OIDO

El oído es un órgano complejo, diseñado para percibir sonidos; sin embargo, no posee defensas naturales contra el ruido. El oído esta constituido por tres secciones principales:

1- **El oído externo**: la oreja recibe el sonido y lo dirige hacia el canal auditivo, que conduce al tímpano. El sonido rebota en el tímpano, conectado con el oído medio.

2- **El oído medio**: contiene los tres huesos mas pequeños del cuerpo humano: el martillo, el yunque y el estribo. El sonido se transmite por ellos hasta alcanzar el medio liquido en el oído interno.

3- **El oído interno**: compuesto por una cavidad llena de liquido, en cuyas paredes en forma de espiral (coclea) se disponen miles de células sensoriales que, en sus extremos, poseen delgados cilios, sensibles a la vibración que las ondas de sonido producen en el fluido. Esta vibración estimula los nervios, que transmiten senales al cerebro. Este finalmente, interpreta estas senales como música, palabras, o sonidos de cualquier otro tipo.

PERDIDA DE AUDICION

Es necesario emplear protección auditiva cuando los ruidos en su área de trabajo son irritantes, o cuando usted precisa elevar el nivel de su voz para ser escuchado por alguien ubicado a menos de un metro de distancia. Esto ocurre si el nivel de sonido alcanza los 85 decibeles o mas, por un periodo de 8 horas; o cuando hay ruidos cortos y muy intensos que pueden causar dano auditivo. Si entonces siente dolor o aturdimiento, es la señal inconfundible de que debe Emplear la protección auditiva mientras trabaja.

PROTECCION AUDITIVA

Los elementos adecuados son de dos tipos: endoaural y exterior o de copa.

Protectores endoaurales

Los llamados tapones descartables, son fabricados con algodón encerado o espuma de poliuretano muy liviana y suave. Proveen muy baja atenuación, y deben ser descartados luego de cada uso. Se insertan en los canales auditivos.

Los tapones reutilizables son fabricados con materiales plásticos o con silicona muy suave.

Entre usos sucesivos, deben ser lavados con agua caliente enjabonada. También se insertan en los canales auditivos.

Las manos deben estar limpias antes de insertar los tapones en los oídos; asimismo debe comprobarse el ajuste para optimizar la atenuación, ya que el canal auditivo y el oído externo se expanden durante el día.

Protectores de copa

Mal llamados también auriculares, están diseñados para constituir un sello atenuador del ruido alrededor de las orejas, protegiendo el oído contra la pérdida de sensibilidad. Se mantienen en su lugar mediante un cabezal elástico. Para asegurar su efectividad, al colocar los auriculares el cabello no debe cubrir las orejas, y se deben quitar los pendientes o aretes. Los anteojos pueden también afectar el sello, por lo cual se recomienda ser cuidadoso y chequear el calce de las patillas. También mascar chicles permanentemente puede perjudicar su efectividad.

Para incrementar la protección, se recomienda emplear simultáneamente tapones y protectores de copa (particularmente, en ambientes donde el ruido supera los 100 decibeles).

Antes de seleccionar una protección auditiva, pruebe varios tipos de tapones endoaurales y/o protectores de copa, para verificar cual le resulta más cómodo; verificando asimismo que el elemento exhiba responsabilidad del fabricante o de un ente fiscalizador.

ENTRENAMIENTO

Los usuarios de elementos de protección auditiva requieren ser adecuadamente entrenados en su uso. Las normas de seguridad de la empresa deben contemplar el uso obligatorio de todos los elementos de protección personal necesarios de acuerdo con los riesgos de las tareas que se realizan.



NIVEL SONORO (dBA)	FUENTE EMISORA DE RUIDO	RIESGO PARA LA AUDICION
NIVEL SEGURO		
0-20	Imperceptible para el oído. Oficina comercial.	Bajo
40-50	Transito liviano.	
50-60	Conversación normal.	
60-70	Ruido normal de una ciudad. Transito mediano.	
70-80	Transito pesado. Restaurante ruidoso.	
UMBRAL DE DAÑO		
85-90	Dentro de un colectivo. Dentro de un subterráneo antiguo.	Moderado a alto
100-115	Aserradero. Helicóptero. Martillo neumático. Bocina de auto. Escapes libres	
UMBRAL DE SUFRIMIENTO		
120-140	Bombas hidráulicas, a 1m. Escapes de vapor o aire a alta presión. Conjunto de rock (amplificación moderada). Walkman con volumen elevado	Muy alto
Mayor de 140	Avión al despegar	

.....RECUERDE ESTA SEÑAL:



.....Y RESPÉTELA EN AQUELLOS LUGARES DONDE, POR SU SEGURIDAD, ESTA INDICADA.





ATIHST
CONSULTORA

ASESORAMIENTO TECNICO INTEGRAL EN
HIGIENE Y SEGURIDAD EN EL TRABAJO

 **3644-359809** **3644-621547**
 **3644-359792**

 WWW.ATIHST.COM.AR
 ADMINISTRADOR@ATIHST.COM.AR