

La pérdida auditiva es un problema grave para los trabajadores en la industria de la construcción, ya que tres de cada cuatro trabajadores de la construcción están sobreexpuestos al ruido en el lugar de trabajo. Si está expuesto a demasiado ruido, puede perder la audición y posiblemente la vida.

En el trabajo, demasiado ruido puede distraerlo. Es posible que no escuche las advertencias. El ruido daña los nervios del oído interno. Esos nervios no se pueden reparar.

Con el tiempo, la sobreexposición a un sonido de alto decibelio disminuye nuestra capacidad de oír. Los trabajadores mayores pueden confundir la pérdida auditiva relacionada con el trabajo con la pérdida auditiva debida al envejecimiento. Si no usa protección auditiva, puede esperar pedirles a las personas que repitan lo que le han dicho, sin escuchar ciertos sonidos del habla, lo que resulta en la pérdida de información importante. Una vez que llega a este punto, puede resultar muy frustrante comunicarse.

Tomando precauciones es posible detener la pérdida auditiva inducida por ruido. Es importante saber que la sobreexposición al ruido no necesariamente lleva mucho tiempo. Los períodos breves de ruido muy alto pueden provocar una sobreexposición.

Por ejemplo, trabajar solo 15 minutos con una sierra de corte rápido provocará una sobreexposición y el daño ya está hecho.

El ruido generalmente se mide en decibeles (dB). La escala que se usa comúnmente para medir el ruido que puede dañar la audición humana es la escala A. Por lo tanto, los decibelios de la escala A se describen como dBA.

Se requiere que use protección auditiva si está expuesto a niveles de ruido como:

- Más de 85 dBA durante 8 horas
- Más de 88 dBA durante 4 horas
- Más de 91 dBA durante 2 horas

La mayoría de las herramientas y equipos eléctricos utilizados en la construcción funcionan muy por encima de estos niveles.

Es difícil reducir los niveles de ruido en el sitio, la siguiente mejor opción es la protección auditiva.

Los dos tipos principales de protección son orejeras y tapones auditivos. Cada uno tiene ventajas y desventajas, pero generalmente las orejeras brindan una mejor protección cuando están sobre sus orejas y no alrededor de su casco o cuello.

Orejeras

- Útil para trabajos ruidosos intermitentes, ya que son rápidos y fáciles de poner y quitar.
- No duran para siempre. Su protección y comodidad disminuyen con el tiempo. Los cojines de las mangueras deben reemplazarse cuando pierden flexibilidad o se dañan.
- La tensión en la vincha debe ser la correcta: demasiado floja, no brindan suficiente protección; demasiado apretados, son incómodos.

Tapones para los oídos

- Son ligeros y cómodos para la mayoría de los usuarios, pero para que funcionen deben colocarse correctamente. Sus manos deben estar limpias para insertarlas.
- Vienen en tipos de un solo uso o de usos múltiples. Los tipos de uso múltiple deben reemplazarse con frecuencia cuando se trabaja en entornos contaminados.

Los tapones y manguitos tendrán una clasificación de reducción de ruido (NRR) impresa en el empaque. Esta es la reducción que proporcionará la protección en una situación ideal.

Recuerde que la pérdida auditiva es:

¡Sin dolor! El ruido fuerte mata incluso de forma intermitente los nervios (células ciliadas) del oído interno.

¡Progresivo! Cuanto más tiempo esté expuesto el oído, más células se destruirán.

¡Permanente! Una vez hecho el daño, los nervios (células ciliadas) no pueden repararse. **¡¡ Es evitable!!!**

Ideas para presentadores de Toolbox Talk

- Revise los requisitos especiales de protección auditiva en el sitio.
- ¿Se usa protección auditiva cuando es necesario?
- Identificar algunos equipos que requieren protección auditiva en el proyecto.

APLICACIÓN para teléfono para medir la exposición al ruido:

Decibel X: dB, dBA Noise Meter