



¿Por qué es importante la protección auditiva?

Por Aurora Villegas Neri



La pérdida de la audición es un proceso gradual y es menos sensible que otro tipo de lesiones, pues las personas no son conscientes del daño ante el ruido u otros estímulos sonoros a alto volumen, como la música.

Los oídos están compuestos por estructuras muy delicadas. Cuando se produce un sonido, el aire se pone en marcha como ondas sonoras, que son recogidas en el oído externo y canalizadas al tímpano; al golpearlo, este vibra y envía el sonido al oído medio, el cual amplifica las vibraciones y las manda al oído interno, donde se estimulan las células ciliadas. Así se crea un impulso eléctrico que viaja al cerebro a través del nervio auditivo, causando la sensación de sonido.

De esta manera, el daño a las delicadas estructuras auditivas puede causar pérdida de la audición, de la cual existen dos tipos:

CONDUCTIVA: provocada por daño o mal funcionamiento del oído externo y medio; produce disminución de la audición, pero puede entender el habla. Entre sus causas están los trastornos médicos, que pueden tratarse quirúrgica o médicamente, como infecciones del oído medio, perforación del tímpano, fijación de la cadena osicular y otosclerosis.

SENSORIAL: correspondiente a problemas en el oído interno, el nervio auditivo o el cerebro. Ocasiona dificultad para entender el habla, pero no disminuye el volumen. El origen puede ser hereditario o por daño fetal, envejecimiento, ruido, enfermedad, lesión o uso de drogas. Esta pérdida es permanente.

Generalmente, no oír bien en el lugar de trabajo es de tipo sensorial y por ello es importante usar dispositivos de protección para reducir el ruido ocupacional cuando se está expuesto a ruido de 85 decibeles o más por un periodo de 8 horas. Algunas opciones son los tapones de espuma de pvc y las orejeras; no obstante, cada uno tiene ventajas y desventajas.

Los tapones de espuma y pvc son pequeños y ligeros; cómodos en ambientes calientes, y pueden ser utilizados con otros equipos de seguridad. Sin embargo, entre sus desventajas se encuentra que pueden trabajar suelto y requerir readaptación ocasional; necesitan instrucciones específicas de ajuste y frecuentemente están sucios.

En el caso de las orejeras, su talla es única; se adaptan mejor a largos periodos de uso, además de que el patrón puede supervisar fácilmente que los empleados las utilicen. Empero,

entre sus desventajas se encuentra que puede que quepan firmemente o que aprieten la cabeza de quien las use. Además, son incómodas en climas cálidos y producen problemas cuando se utilizan con otros equipos.

Forma correcta de utilizar dispositivos de protección auditiva :

TAPONES DE ESPUMA

1. Llegar a la parte posterior de la cabeza y tirar suavemente de la oreja hacia atrás y hacia arriba.
2. Enrollar el tapón en un diámetro pequeño.
3. Insertar correctamente en el canal auditivo.
4. Mantener en su lugar por unos segundos mientras se expande y forma un buen sello.

TAPONES DE PVC

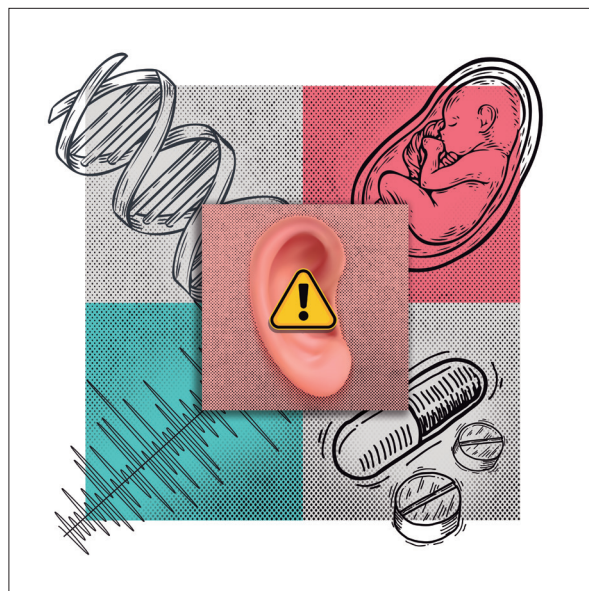
1. Llegar a la parte posterior de la cabeza y tirar suavemente de la oreja hacia atrás y hacia arriba.
2. Comenzar a introducir el tapón en el canal auditivo.
3. Colocarlo utilizando un movimiento circular.
4. Una vez insertado, esperar unos segundos para asegurarse que esté bien colocado en el oído.

OREJERAS

1. Ajustar sobre la parte exterior de las orejas.
2. Su eficacia se limita a la calidad del sello alrededor de la oreja; sin embargo, a menudo no son tan efectivas, por lo que se recomienda combinar su uso con tapones.

Además, su cuidado, implica un lugar limpio, fresco y seco cuando no se utilicen; lavarlos con una solución suave de jabón y agua, enjuagar y secar con una toalla suave. Si están sucios, rotos o rígidos, deben desecharse de inmediato.

La pérdida de audición es un problema que cada día se incrementa más y no sólo por la falta de protección; el uso excesivo de audífonos se ha convertido en un hábito común y las consecuencias pasan inadvertidas. 



Referencias

- Diario Oficial de la Federación (DOF) (2002). *Norma Oficial Mexicana NOM-011-STPS-2001, Condiciones de seguridad e higiene en los centros de trabajo donde se genere ruido*. México. <http://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=734536&fecha=17/04/2002Z>.
- Herrick, Robert F. (2001). "Protección personal. Herramientas y enfoques", en *Enciclopedia de salud y seguridad en el trabajo*. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (insht). España. <<http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/TextosOnline/EnciclopediaOIT/tom01/31.pdf>>.
- Occupational Safety and Health Administration (OSHA) (s/a). "Regulations (Standards-29 CFR). General requirements". EUA. <https://www.osha.gov/pls/osha/web/owadisp.show_document?p_id=9777&p_table=STANDARDS>.
- Secretaría del Trabajo y Previsión Social (STPS) (2017). "Estadísticas sobre accidentes y enfermedades de trabajo". México. <<https://autogestionsst.stps.gob.mx/Proyecto/Publico/Estadisticas.aspx>>.



Aurora Villegas Neri es ingeniera Química Industrial por el IPN-ESIQIE. Actualmente estudia la Maestría en Seguridad e Higiene Ocupacional en la Secretaría del Trabajo y Previsión Social del Estado de México. Su campo de acción se centra en equipo de protección personal, supervisión de residuos peligrosos, no peligrosos, así como protección civil y capacitación laboral.