



Toolbox Talks

Spotlight on Safety



La Protección Auditiva

La exposición frecuente y continua al ruido fuerte puede dañar su oye. La exposición al ruido puede ocurrir en el trabajo, en casa, y en su coche o el camión. El ruido se mide en el decibels (dB), que es una medida de la amplitud. La exposición a niveles de ruido sobre 90 dB por un período de 8 horas se considera perjudicial para su oye y puede causar también hipertensión y presión elevada de sangre. Como los aumentos de nivel de ruido, la exposición permisible de tiempo disminuye. Por ejemplo, la exposición al ruido en 115 dB para más de 15 minutos se consideran perjudiciales para su oye.

- ▲ La pérdida inducida del ruido que oye es evitable pero una vez adquirido, la pérdida que oye es permanente y irreparable.
- ▲ I nivel mediano del ruido de sonidos comunes es:

Escopeta	130 dB
Un Concierto	110 - 140 dB
Estéreo	110 - 125 dB
Sierra de Cadena	110 dB
Camión de Diesel (40 kph)	84 dB
La conversación normal	50 - 65 dB

- ▲ La llave a determinar si el ruido es perjudicial depende de cuán fuerte es y el plazo de tiempo que una persona es expuesta a. Determinar el ruido cuán fuerte es verdaderamente requiere un contador del ruido, pero una regla empírica es si usted puede oír a un colaborador que se para unos pocos pies lejos de usted cuando él o ella no grita. Si la persona tiene que gritar, 's probablemente demasiado ruidoso.
- ▲ El ruido peligroso se puede quitar de la fábrica por los controles ingenieríos, tal como instalando un silenciador o la barrera sano. Eso es la manera más efectiva de reducir la exposición al ruido.
- ▲ Protección Auditiva, tal como tapones de oreja, se deben usar cuándo los controles ingenieríos no son posibles.
- ▲ Los tapones de la oreja se moldean las adiciones que se deben meter en el canal de oreja. Lea las instrucciones del fabricante' en cómo meterlos apropiadamente. Algunos tapones de la oreja se consideran para ser que se puede volver a emplear, los otros son para tirar. Manténgalos limpios para evitar la infección y nunca accióne tapones de oreja con otros trabajadores.
- ▲ El ataque de orejeras sobre la oreja entera y bosqueja más ruido que tapones. Usando lentes de ojo con orejeras reducen generalmente la cantidad de la reducción del ruido. Siga el las instrucciones de fabricante' s para usar orejeras para asegurar la reducción apropiada del ruido.
- ▲ ¡Escuche! Use su protección auditiva si el sitio de trabajo es ruidoso. ¡Proteja su oye!