

# COMENZAMOS CON LA PREVENCIÓN AUDITIVA

**Ruidos y Vibraciones**  
del Capítulo 13 Anexo V del Decreto 351/79

El lenguaje oral es empleado normalmente para comunicarnos, en consecuencia, si se lesiona el órgano auditivo, esa circunstancia influirá notoriamente nuestro desenvolvimiento por el resto de nuestras vidas.

Debemos tener presente siempre la importancia que el oído y los ojos poseen en el desempeño de nuestra tarea.

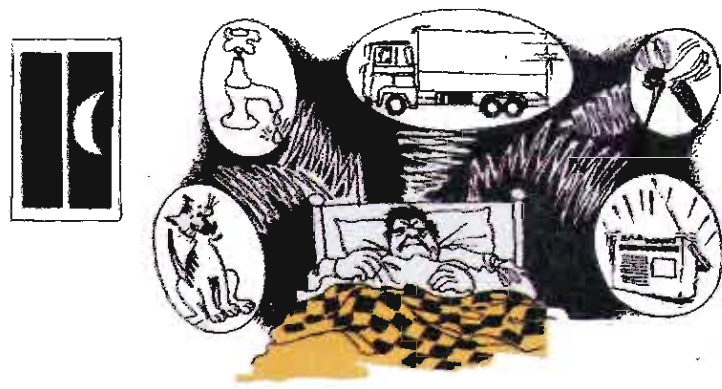
La audición se revela como el factor de mayor incidencia en nuestra personalidad, porque combinada con el habla y la vista, nos permite comunicarnos con los demás seres humanos, intercambiando ideas, opiniones, conocimientos y experiencias.

Además es el dispositivo de alarma para nuestra salud más sensible e importante.

Un simple ruido nos llama la atención ante cualquier peligro.

Desgraciadamente, las condiciones de la vida moderna, el medio ambiente de trabajo, provoca que sea la audición, la facultad humana frecuentemente más dañada con facilidad.

Los ruidos fuertes y continuos, dañan el aparato auditivo al extremo que podemos quedar parcial o totalmente aislados del ámbito que nos rodea.



El ruido que nos rodea puede ser estimulante o agradable, pero también puede ser irritable o dañino.

## Los ruidos

Cualquier tipo de sonido no puede catalogarse como ruido.

Llamamos ruido sólo a aquellos sonidos desagradables.

## ¿Qué es el sonido?

Si arrojamos una piedra en un charco de agua en reposo, podemos observar como las ondas se expanden en forma circular a partir del punto donde impactó el proyectil. Exactamente así ocurre, por ejemplo, cuando golpeamos una copa de cristal con algún elemento. Sucede que en cualquiera de los casos, se perturba el equilibrio del aire.

El golpe provoca la vibración del cristal, el aire de alrededor se pone en movimiento uniforme, en forma de onda.

Cuando la energía vibratoria llega al oído, éste órgano las comprende como sonido.

## Filosofía de la audición

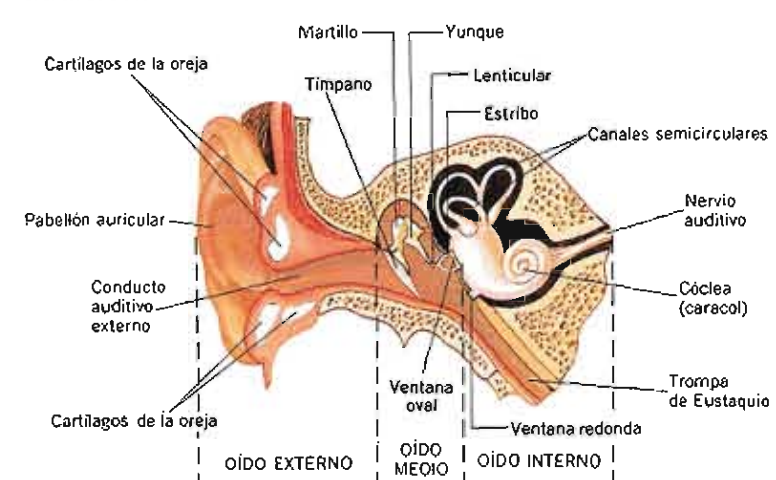
**Conozcamos en forma general, como está compuesto el órgano auditivo.**

Consta de tres partes: oído externo, oído medio y oído interno.

**El oído externo**, está constituido por el pabellón de la oreja y el conducto auditivo externo.

**El oído medio**, formado por el tímpano, martillo yunque y estribo.

**El oído interno**, es prácticamente el órgano de la audición.



En el dibujo podemos observar un corte transversal del oído.

Las ondas sonoras son recogidas por el conducto auditivo y actúan sobre el tímpano haciéndolo vibrar. El martillo, que se encuentra pegado al tímpano transmite esa vibración a la ventana oval y el caracol, quien por ese intermedio deriva las ondas al nervio auditivo hasta alcanzar el cerebro, lugar donde se interpreta el sonido.

El caracol es el que daña, al estar expuesto a ruidos fuertes durante largos periodos de nuestra vida. La pérdida se produce en forma gradual y a través de los años.

Dentro del caracol, las pequeñas células que transmiten las ondas al nervio auditivo resultan lesionadas y mueren. Una lesión de este tipo es irreversible.

A continuación podemos observar un caracol normal y otro dañado.

## Otros efectos del ruido.

Una de las anomalías más comunes que señalan la pérdida de la audición, es el zumbido constante, que se denomina *Tinnitus*. Actualmente no tiene cura.

Pero además pueden aparecer síntomas tales como: pérdida de equilibrio, estrés, alta presión arterial, tensión muscular, cansancio de la vista.

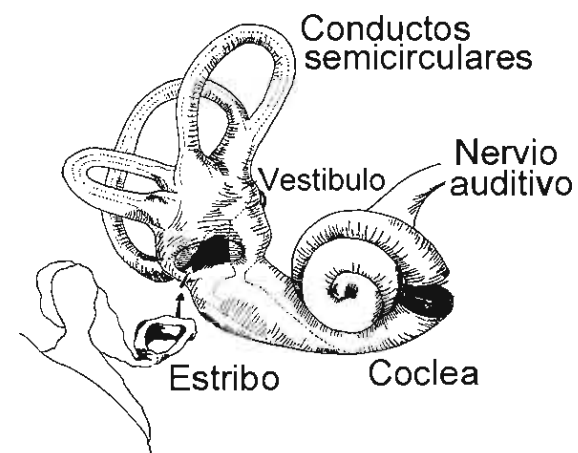
En fin, debemos preocuparnos y estar alertas.

## ¿Qué debemos hacer para no dañar nuestros oídos?

Debemos saber que en la mayoría de los lugares de trabajo existen ruidos que pueden provocar lesiones auditivas.

Cuando en la jornada laboral, el ruido ininterrumpido se mantiene entre los niveles de sonido de 85 y 90 decibeles A

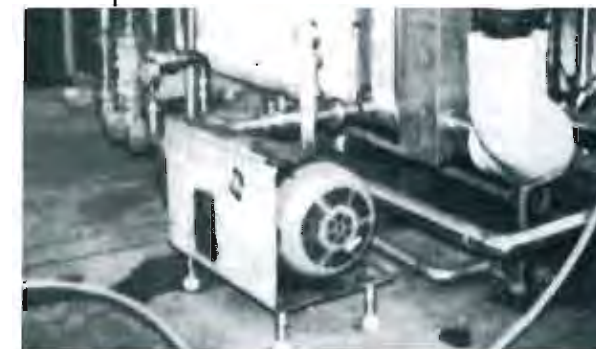
(Unidad de medida que equivale a la percepción del oído humano), se corre el riesgo de sufrir lesiones auditivas.



Anora bien, la Ley expresa en su Decreto Reglamentario que ningún trabajador podrá estar expuesto a una dosis superior a 90 decibeles A de nivel sonoro continuo equivalente para una jornada de trabajo de ocho horas y cuarenta minutos ( 8 hs. 40 min. )semanales. Cuando se supere este nivel, se deben producir correcciones en el orden que se detallan:

1° Procedimiento de Ingeniería. ( Disminuir los valores en la fuente ). ( Línea de montaje con bajo nivel de ruido. )

2° Protección auditiva al trabajador. Existen varios tipos de protectores: De copa; endoaurales y autoexpandibles.



Bomba y compresor sin cerramiento.

Bomba y compresor con cerramiento. En esta fotografía puede observarse la solución para bajar el nivel de ruido. A la bomba y compresor se le efectuó un cerramiento fonocústico.



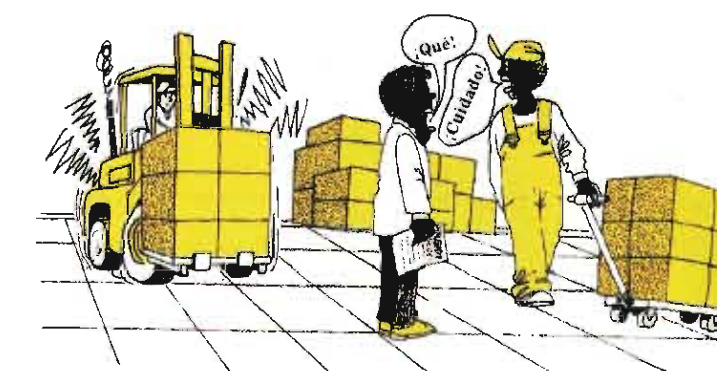
Lo importante es que el tipo de protector se adapte a la persona, que lo use en forma constante durante la exposición al sonido. Si, en cambio, se utiliza en periodos cortos no se obtendrán resultados satisfactorios.



Los protectores auditivos son considerados de uso personal, deben mantenerse en buenas condiciones y deben ser obligatorios en un nivel sonoro que supere los 85 decibeles A. También debemos saber que estos protectores tienen una atenuación del ruido indicada en cada uno de ellos. Es importante saberlo para que el responsable de seguridad pueda seleccionar el que corresponde a cada caso.

3° De no ser suficientes las correcciones indicadas, se procederá a la reducción de los tiempos de exposición, como prevé la Ley.

Otro artículo refiere: Que todo trabajador expuesto a una dosis superior a 85 decibeles A, debe ser sometido a los exámenes audiométricos prescriptos.



Los trabajadores, conversando en medio del ruido de una máquina.



# Nuestra Subsecretaría se adhiere a la conmemoración del "Día de la Higiene y de la Seguridad en el Trabajo"

21 de Abril

"Día de la Higiene y de la Seguridad en el Trabajo"



SMATA

Los mecánicos, dignos representantes del quehacer laboral, no aceptan ni aceptarán jamás resignar la prevención y el cuidado que debe prevalecer en su actividad como norma clave de su tarea.

Porque la dignidad no se clama, sino que se debe defender y uno de los elementos claves de nuestra dignidad como trabajadores, es garantizar nuestra protección.

Hombres y mujeres que ofrecen días enteros de su vida al trabajo merecen el respeto más elemental, basado en la seguridad de sus actos.

Por todo ello, nuestra Subsecretaría trabaja inalcanzablemente por alcanzar y profundizar estos objetivos.

"Las normas sanitarias que aseguran una mejor calidad de vida y que no reconocemos como exclusividad para nuestro país, sino que son patrimonio y derecho de todos los Trabajadores del mundo".



## Clasificación de los distintos niveles de sonidos y tipo de presión que ejercen

Relacion de presión de sonido	Nivel de sonido en dB(A)	Fuente sonora
Rango nocivo	10.000.000	140
		130
	1.000.000	120
Zona Crítica		110
	100.000	100
		90
	10.000	80
	1.000	70
Rango de Seguridad		60
		50
	100	40
		30
	10	20
	10	
	0	

# Subsecretaría de Higiene y Seguridad en el Trabajo

Ley de Riesgos del Trabajo (L.R.T 24.557), con la intención de que los compañeros sepan cómo desenvolverse cuando ocurre un accidente, pero también respecto a lo que debemos saber para que no "ocurran". Como Organización Gremial, es de interés educar en Higiene y Seguridad en el Trabajo.



Son los propios trabajadores quienes deben tomar conciencia de la defensa de su seguridad en el trabajo.

## Los trabajadores debemos preguntarnos

¿Qué hay que hacer para que no ocurran accidentes?.

**La clave es la prevención.**

Los trabajadores no podemos transitar la etapa laboral de nuestra vida, desconociendo los riesgos que ella ocasiona.

Debemos aprender a cuidarnos, para llegar en las mejores condiciones psicofísicas a la época del retiro o jubilación.

Es importante saber que la legislación vigente en Higiene y Seguridad del Trabajo es la Ley 19.587 y su Decreto Reglamentario 351/79. A la vez existen disposiciones y reglamentaciones complementarias, por las cuales se regulan las condiciones de Higiene y Seguridad en el Trabajo, en todo el territorio de la República Argentina con la finalidad de proteger y preservar la integridad física de los Trabajadores.



Proteger y preservar la integridad física de los Trabajadores