

¿Cómo colocarse los tapones?

- ✗ Cerciórese de que sus manos están limpias.
- ✗ Sostenga el tapón entre sus dedos pulgar e índice. Gire y comprima hasta formar un cilindro.
- ✗ Mientras, utilice la otra mano sobre su cabeza para alcanzar la oreja y estirarla hacia atrás. Esto endereza el canal del oído, haciendo que el tapón se ajuste apretando poco.
- ✗ Inserte el tapón y sosténgalo unos segundos, para que el tapón se expanda y tape bien el oído.
- ✗ Pruebe el ajuste de sus tapones tapándose las orejas con las manos. Si sus tapones están colocados correctamente no debería notar una disminución del ruido al colocar sus manos.
- ✗ Quítese los tapones auditivos lentamente, torciéndolos para romper el sello y no dañar el tímpano.



Su mantenimiento...

Para que el protector auditivo ofrezca una **protección eficaz** contra los riesgos, durante toda su vida útil, no se realizarán modificaciones no autorizadas, tales como taladros y deberá mantenerse en buen estado, comprobando diariamente el estado general del protector y en particular:

- ✗ Que las almohadillas de sellado de los casquetes no estén deformadas o endurecidas.
- ✗ La tensión del arnés.
- ✗ Elasticidad y suavidad de los tapones.
- ✗ Estado de limpieza. Tras lavarlos o limpiarlos, se secarán y guardarán en un lugar limpio.

DENTRO DEL GABINETE DE SALUD LABORAL Y MEDIO AMBIENTE DE UGT - EUSKADI, TE OFRECEMOS:

- ➔ Atención Personalizada.
- ➔ Oficina Técnica con visitas a las empresas para asesorarte e informarte de los posibles riesgos.
- ➔ Toda la Información en seguridad y salud laboral.
- ➔ Asesoramiento técnico y legal en materia Preventiva.

UGT-EUSKADIKO LAN OSASUNEN ETA INGURUMENAKO SAILTIK ESKEINTZEN DIZUEGU:

- ➔ Aholkularitza eta laguntza pertsonalizatua
- ➔ ENPRESAK BISITATU: Bertan izan litezkeen arriskuei buruz aholkatzeko eta berri emateko, gure kabinete tekniko eskeintzen dizuegu
- ➔ Lan segurtasun eta osasunari buruzko informazio guztia
- ➔ Prebentziozko gaitan aholkularitza teknikoa eta legala

PARA MAS INFORMACIÓN: 902 123 848



UGT - BILBAO

Colón de Larreategui, 46 bis

Teléfono: 944 255 594

UGT - DONOSTIA

Catalina Erauso, 7 Bajo

Teléfono: 943 445 403

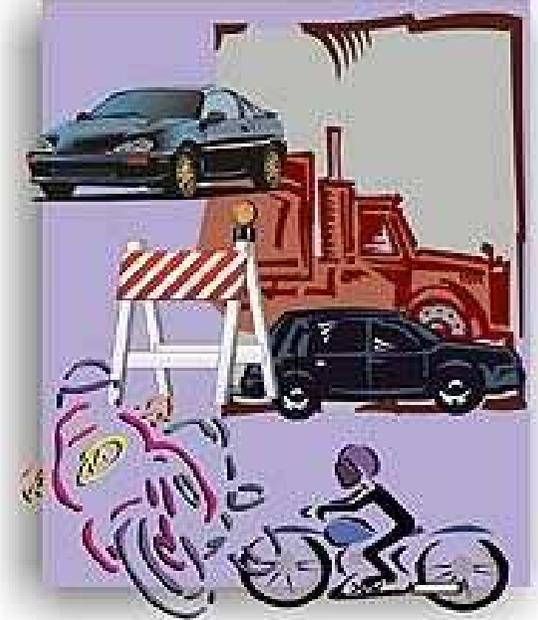
UGT - VITORIA

San Antonio, 45 bajo

Teléfono: 945 150 028

salva.aranzueque@ugteuskadi.org mar.esnaola@ugteuskadi.org amaia.calleja@ugteuskadi.org

RUIDO



HOTSA

Gabinete de Salud Laboral y Medio Ambiente



PROTECTORES AUDITIVOS

Los **protectores auditivos** son equipos de protección individual que, atenúan el sonido, reduciendo los efectos del ruido, para evitar así un daño en el oído. Existen dos tipos:

OREJERAS



TAPONES



Los efectos que puede provocar el ruido en la salud son:

- ✗ Sordera Profesional o Hipoacusia.
- ✗ Fatiga Auditiva
- ✗ Presbiacusia
- ✗ Aumento del ritmo respiratorio.
- ✗ Alteraciones en la agudeza y campo visual.
- ✗ Trastornos de memoria, atención, reflejos, digestión.

Cuándo usarlo...

- ✗ La protección auditiva deberá ser usada, tanto por el **operario que utilice la máquina** generadora de ruido como por los **trabajadores que se encuentren en las cercanías**.
- ✗ Deberá llevarse **mientras dure la exposición** al ruido. Retirar el protector, siquiera durante un corto espacio de tiempo, reduce seriamente la protección.
- ✗ Deberá llevarse siempre que se vea la señalización indicando su uso obligatorio.



Protección
obligatoria del oído

R.D. 286/2006, SOBRE LA PROTECCIÓN DE LA SALUD Y LA SEGURIDAD DE LOS TRABAJADORES CONTRA LOS RIESGOS RELACIONADOS CON LA EXPOSICIÓN AL RUIDO.		
Valores inferiores de exposición que dan lugar a una acción	Valores superiores de exposición que dan lugar a una acción	Valores límite de exposición (*)
LAeq,d=80 dB(A) y Lpico=135 dB (C)	LAeq,d=85 dB(A) y Lpico=137 dB (C)	LAeq,d = 87 dB(A) y Lpico= 140 dB (C)
LAeq,d > 80 dB(A) y/o Lpico>135 dBC	LAeq,d>85 dB(A) y/o Lpico > 137 dBC	LAeq,d > 87 dB(A) y/o Lpico > 140 dBC
EVALUACIÓN y medición de ruido mínimo, CADA 3 AÑOS.	EVALUACIÓN y medición de ruido mínimo, UNA VEZ AL AÑO.	Determinar las razones de la sobreexposición,
Proporcionar a los trabajadores PROTECTORES AUDITIVOS INDIVIDUALES que supriman o reduzcan al mínimo el riesgo.	Proporcionar a los trabajadores PROTECTORES AUDITIVOS INDIVIDUALES. Vigilar su uso y fomentarlo cuando éste no sea obligatorio.	Corregir las medidas de prevención y protección, a fin de evitar que vuelva a producirse una reincidencia;
INFORMAR Y FORMAR sobre los riesgos derivados de la exposición al ruido (1)	INFORMACIÓN/ FORMACIÓN sobre los riesgos derivados de la exposición al ruido (1)	Informar a los delegados de prevención de tales circunstancias.
CONTROL AUDIOMÉTRICO, como mínimo, CADA 5 AÑOS	CONTROL AUDIOMÉTRICO, como mínimo, CADA 3 AÑOS	
	SEÑALIZACIÓN de los lugares de trabajo afectados y cuando sea viable desde el punto de vista técnico y el riesgo de exposición lo justifique, se delimitarán dichos lugares y se limitará el acceso a ellos.	

(*) Al aplicar los valores límite de exposición, en la determinación de la exposición real del trabajador al ruido, se tendrá en cuenta la atenuación que procuran los protectores auditivos individuales utilizados por los trabajadores.

(1) Formación / Información de los trabajadores sobre:

- a. La naturaleza de tales riesgos y las medidas tomadas para eliminar o reducir al mínimo los riesgos derivados del ruido.
- b. Los valores límite de exposición y los valores de exposición que dan lugar a una acción.
- c. Los resultados de las evaluaciones y mediciones del ruido efectuadas, con una explicación y riesgos potenciales;
- d. El uso y mantenimiento correctos de los protectores auditivos, así como su capacidad de atenuación;
- e. La conveniencia y la forma de detectar e informar sobre indicios de lesión auditiva;
- f. Las circunstancias en las que los trabajadores tienen derecho a una vigilancia de la salud y la finalidad de la misma.
- g. Las prácticas de trabajo seguras, con el fin de reducir al mínimo la exposición al ruido.