



ALERTA N°
15



 JUNIO 08 DE 2020

Reportada en:
 JUNIO 09 DE 2020

 BOGOTÁ Y ESTACIONES



Actividad

El trabajo en casa y el uso de ayudas tecnológicas ha aumentado el uso de audífonos.



¿Qué sucedió?

El COVID-19 ha cambiando nuestra forma de trabajar y las herramientas que usamos. El uso de plataformas digitales es cada vez más frecuente y es posible que continúe así. Esto puede generar diferente exposición a ruido.



¿Qué ocasionó?

Los audífonos de insertar pueden generar dolor de oído o formación de tapones de cera. Los de cualquier tipo pueden afectar la audición, si se usan volúmenes altos (más 85 decibeles) o generar sensación de estrés, aún por debajo de este nivel.

Precauciones:

Mantener bajo el volumen de los auriculares, sin superar el 60% del volumen máximo..

Controlar el volumen del computador, el celular y otros dispositivos de sonido.

Preferir, cuando sea posible **los audífonos externos**

Descansar y dejar de usar los audífonos por al menos 10 minutos cada hora, para evitar la fatiga auditiva.

Procurar un ambiente tan tranquilo como sea posible para no tener que aumentar el volumen de los aparatos.

REGLAS PARA LA VIDA

01

Permiso para trabajar



03

Zona de peligro



05

Bloqueo de energía



07

Manejo de carga



09

Equipos críticos



02

Conducción de vehículo



04

Trabajo en altura



06

Espacio confinado



08

Excavación



10

Trabajo en caliente

