

# GUÍA PARA COMPRAR EQUIPOS DE PROTECCIÓN AUDITIVA



## INTRODUCCIÓN

Bienvenido a nuestra guía de compra de equipos de protección auditiva marca RS, elaborada en colaboración con uno de nuestros principales proveedores, 3M. Esta guía define todos los puntos importantes que se deben tener en cuenta al seleccionar un equipo de protección auditiva; proporciona información detallada de los diferentes tipos de protectores auditivos que le ofrecemos; le enseña cómo usar estos productos para conseguir el ajuste perfecto e incluye una descripción general de la normativa EN aplicable. Disponemos de la selección más amplia de productos de protección auditiva de las marcas líderes a nivel global, con entrega en 24 horas, a precios competitivos y con descuentos por volumen.

## PROTECCIÓN AUDITIVA PERSONAL

Se debe recurrir al uso de protección auditiva para los empleados:

- Si se necesita protección adicional tras realizar los pasos anteriores para controlar el ruido o...
- Como solución a corto plazo hasta que se pongan en marcha otros métodos de control del ruido

## ¿POR QUÉ COMPRAR PROTECCIONES DE RS?

Como expertos en el sector, ofrecemos una gran variedad de productos de protección auditiva para todos los requisitos y entornos, desde los productos marca RS con homologación profesional hasta los de 3M, líder del mercado global. De esta forma le aseguramos que encontrará lo que necesita en un único proveedor, con entrega en 24 horas, a precios competitivos y con descuentos por volumen.

## ¿QUÉ CASOS REQUIEREN DE PROTECCIÓN AUDITIVA Y POR QUÉ?

De acuerdo a la Regulación para el Control de Ruido Laboral de 2005, las empresas deben proporcionar protección auditiva a sus trabajadores si los niveles de ruido superan los 80 dB(A). Todos los estados miembros de la UE deben cumplir esta normativa desde febrero de 2006. La exposición continuada a niveles de ruido superiores a 80dB(A) puede causar daños auditivos permanentes, además de interferir en las comunicaciones y constituir un obstáculo para escuchar las advertencias de seguridad.

### NOTA IMPORTANTE:

La protección auditiva no se debe usar como alternativa para controlar el ruido. Las empresas están obligadas a eliminar o reducir los riesgos para la salud y la seguridad derivados del ruido en el trabajo.

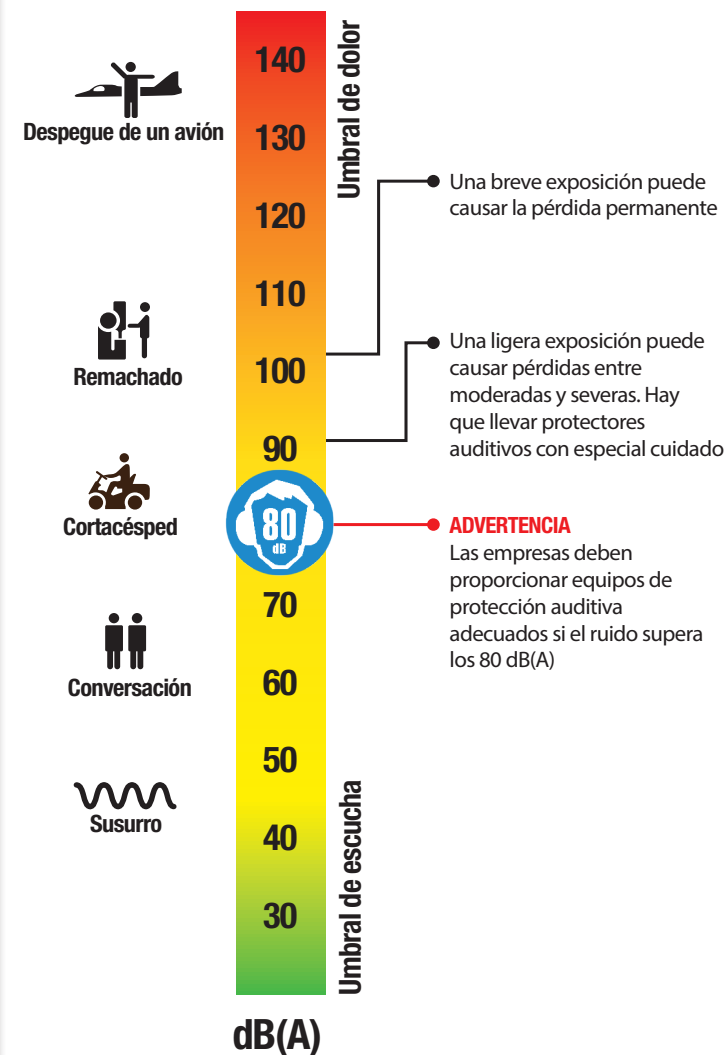
Es necesario realizar una evaluación de riesgos y tomar medidas si alguno de estos casos es aplicable:

- El ruido resulta intrusivo durante la mayor parte del día, como el generado por una aspiradora o una carretera con mucho tráfico
- Es necesario elevar la voz al mantener una conversación con una persona que se encuentra a unos 2 metros de distancia durante la mayor parte del día
- Se trabaja con máquinas o herramientas eléctricas durante más de la mitad del día
- Se trabaja en entornos ruidosos, como fabricación, construcción, ingeniería, labores en carretera, ocio
- Ruido de impacto, como el uso de herramientas neumáticas o martillos
- Ruido de fuentes explosivas, como detonadores

**SOLO se debe recurrir a protección auditiva para los empleados si se han tomado primero medidas para controlar y minimizar el ruido, como:**

- El uso de equipos o procesos más silenciosos
- La aplicación de cambios técnicos para reducir el ruido en el origen
- El uso de protecciones, barreras, cajas o materiales absorbentes
- La limitación del tiempo que pasan los empleados en las zonas ruidosas

## ES FÁCIL SUFRIR DAÑOS... Y FÁCIL EVITARLO.



## GUÍA DETALLADA PARA ELEGIR LA PROTECCIÓN ADECUADA

### 1 Factores para elegir la protección auditiva

Al elegir la protección auditiva, debe tener en cuenta:

- Los tipos de protectores que resultan adecuados para el trabajo en concreto
- Cualquier otro equipo de seguridad, como cascos rígidos, protección ocular o máscaras, que deban utilizarse junto con el equipo de protección auditiva
- La atenuación (reducción del ruido) que ofrecen
- Los patrones de exposición al ruido
- Factores ambientales, como la suciedad, el polvo, el calor y la humedad
- Costes de mantenimiento/sustitución
- Comodidad/preferencias del usuario
- Problemas médicos del usuario

#### ¿Cómo se mide el ruido?

El ruido se mide en decibelios (dB). Para medir los niveles de ruido medios se usa una ponderación A, normalmente abreviada como dB(A), mientras que para medir los niveles de ruido más altos, explosivos o de impacto se usa la ponderación C o dB(C). Por la forma en la que funcionan nuestros oídos, la equivalencia del nivel de ruido es de 3 dB. Puesto que el ruido se duplica cada 3 dB, la diferencia puede ser bastante importante aunque numéricamente no lo parezca.

#### INDICACIÓN DE LOS FACTORES DE PROTECCIÓN

Nivel de ruido con ponderación A (dB)	Elija un protector con una SNR de...
80-90	20 o menos
90-95	20-30
95-100	25-35
100-105	30 o más

### 2 Detección

Para garantizar que el nivel de exposición al ruido de los empleados se mantenga en un nivel mínimo, es necesario medir y controlar los niveles de ruido en el lugar de trabajo. Además de los productos de protección auditiva, RS ofrece una amplia gama de medidores de nivel de ruido de la sección de herramientas de medición y pruebas. Estos medidores le ayudarán a descubrir el nivel de protección que necesita y, por tanto, a seleccionar el producto adecuado.

### 3 Tipos de protección auditiva

#### TAPONES DESECHABLES

Suelen estar hechos de espuma expansiva de recuperación lenta y combinan comodidad y protección. Una vez colocados en el oído, los tapones de espuma se expanden para proporcionar una fijación segura y personalizada. Este tipo de tapón suele ser desechable después de un solo uso y está disponible de manera individual o como un par unido con un cordón.

#### TAPONES REUTILIZABLES

Los tapones reutilizables, también llamados "tapones premoldeados", están hechos de materiales flexibles que se han premoldeado para adaptarse al oído. Estos tapones reutilizables, que suelen estar unidos con un cordón para evitar su pérdida, son higiénicos, económicos y cómodos. Además, tienen talla única (son adaptables) y también están disponibles en formato de detección de metales.

#### TAPONES CON BANDA

Son fáciles de usar, prácticos y muy cómodos. Estos tapones se pueden quitar y poner de manera rápida y sencilla, además se pueden dejar sobre el cuello cuando no se utilizan, por lo que resultan ideales para un uso intermitente.

#### OREJERAS

Las orejeras están formadas por dos copas rígidas con almohadillas de plástico suave que se ajustan alrededor de las orejas para reducir el ruido. Son unos protectores auditivos muy populares por su facilidad de uso y el alto nivel de comodidad. Además, están disponibles en modelos de diadema, sujeción para el cuello, ajustables para casco y plegables para adaptarse a la mayoría de aplicaciones.



#### OREJERAS DE COMUNICACIÓN

Nuestra gama de orejeras de comunicación está disponible en dos opciones: El tipo de "Solo escucha" ofrece al usuario la posibilidad de pulsar un botón en la carcasa para reducir la atenuación, por lo que podrá escuchar conversaciones sin quitarse las orejeras. Por otra parte, también hay orejeras de "Escucha activa", que se suministran con una radio integrada para ofrecer comunicación de corto alcance y sin cables con otras orejeras y radios portátiles bidireccionales programadas en la misma frecuencia.



#### DISPENSADORES Y ACCESORIOS DE PROTECCIÓN AUDITIVA

Si tiene necesidades adicionales de mantenimiento y protección auditiva, RS pone a su disposición una gran variedad de kits de higiene auditiva para mantener la protección, dispensadores de tapones para garantizar que la protección siempre esté disponible en las zonas principales y cajas de almacenamiento especiales para las orejeras.



## USO Y CUIDADOS DE LOS PROTECTORES AUDITIVOS

### MÉTODO DE USO

### CUIDADOS Y LIMPIEZA

#### Tapones desechables



Enrolle y comprima lentamente los tapones de espuma hasta formar un cilindro muy delgado. Una vez comprimido, inserte el tapón en el conducto auditivo. Tenga en cuenta que la colocación es más sencilla si pone una mano sobre la cabeza y estira la oreja hacia arriba y hacia atrás mientras lo inserta.

Mantenga los tapones limpios y libres de materiales que puedan irritar el conducto auditivo. Algunos tapones pueden limpiarse con detergente líquido y agua caliente. Estruje los tapones para quitar el exceso de agua y deje que se sequen al aire. La limpieza se puede repetir varias veces. Deseche los tapones si muestran un cambio importante en su firmeza o no recuperan su tamaño y forma original.



#### Tapones reutilizables



Coloque la mano detrás de la cabeza y estire la oreja hacia atrás mientras inserta el tapón hasta que note que se ha ajustado. Puede que lo note un poco apretado al principio, especialmente si es la primera vez que usa un tapón para los oídos.

Los tapones premoldeados pueden durar varios meses, según el tipo y el entorno laboral, las condiciones de higiene y los componentes. Deben sustituirse si se contraen, endurecen, desgarran, rompen o deforman de manera permanente. Lávelos con agua caliente y jabón, y aclare bien. Cuando se sequen, guárdelos en su funda de transporte.



#### Tapones con banda



Sostenga los extremos más anchos de los tapones y gírelos para dirigir las puntas hacia la entrada del conducto auditivo. Empuje con firmeza y mueva los tapones dentro del conducto auditivo hasta obtener una fijación óptima. Para la mayoría de usuarios sirve de ayuda tirar un poco de la oreja hacia fuera mientras se insertan los tapones.

Casi todos los protectores auditivos semiaurales pueden limpiarse de la misma forma que los tapones reutilizables. Como la banda sostiene las puntas en su sitio para mantener el aislamiento acústico, evite moverla para que no se reduzca la protección que proporciona el dispositivo.



#### Orejeras



Las orejeras deben cubrir totalmente las orejas para ajustarse a la cabeza. Ajuste la diadema de manera que las almohadillas apliquen una presión uniforme alrededor de las orejas para que se reduzca mejor el ruido. Échese el pelo hacia atrás para que no quede debajo de las almohadillas. No lleve gorra ni se ponga un lápiz u otros elementos tras las orejas, ya que pueden afectar al ajuste de las orejeras.

Las almohadillas pueden limpiarse con agua caliente y jabón, y aclararse a continuación. No utilice alcohol o disolventes. Normalmente es necesario sustituir las almohadillas al menos dos veces al año, o incluso más si se vuelven rígidas, se rompen o dejan de ajustarse correctamente. No modifique las orejeras y, sobre todo, no estire ni altere la diadema, ya que se reduciría la protección.

