

¿Me Escuchas? El Ruido en la Agricultura Puede causar Pérdida del Oído

¿Escucha zumbidos? ¿Se siente como que sus oídos están llenos? ¿Tiene problemas para entender conversaciones, especialmente de niños y mujeres con tono alto? ¿Qué tan bien escucha cuando habla por teléfono? ¿Se ha quejado alguien de que habla muy fuerte o de que el volumen en su TV o radio es tan fuerte como el de un concierto de rock?

Si asienta a cualquiera de estas, lo más probable es que tenga pérdida del oído inducida por ruido. Usted no es el único. Los agricultores tienden a tener más problemas de oído que en otras profesiones. ¿Por qué? Es su maquinaria y nadie le *insiste* que use protección para los oídos.

¿Cómo escuchamos? Es una reacción en cadena. El ruido es dirigido a nuestros oídos como vibraciones de ondas de sonido. Estas golpean el tambor del oído que mueve tres huesecillos en nuestro oído interno. Ese movimiento hace que vibre una pequeña ventana en el caracol, que es una estructura con una cubierta velluda llena de líquido que parece una concha de nautilo. El líquido mueve 40,000 células auditivas parecidas a cabellos, que convierten el movimiento en impulsos nerviosos. Estos son enviados directamente al cerebro y son interpretados como sonido.

Cuando sus oídos son golpeados con mucho ruido (vibraciones medidas en decibeles) todo el día o con estallidos repentinos, se dañan las células auditivas. Retirarse del ruido puede dar a estas células la oportunidad de regenerarse. Pero si sus oídos están expuestos al ruido continuamente día tras día, las células no tienen oportunidad para recuperarse y se mueren. En este punto usted tendrá pérdida de oído permanente. Es como un jardín. Si usted camina sobre él un poco, el pasto brotará de nuevo. Pero si lo pisa constantemente, morirá.

El daño auditivo viene de la combinación de la intensidad y de la duración del ruido: muy fuerte, por mucho tiempo. ¿Qué es muy fuerte? Cualquier ruido sobre 85 decibeles (dB). Si usted tiene que gritar para hacerse escuchar sobre el ruido, si el ruido lastima sus oídos, si se siente un poco sordo después de un rato de estar alrededor de ruido fuerte, esto es mayor a 85, lo que lleva a daño. La regla es que si alguien parado a 3 pies de distancia no lo puede escuchar, es que el ruido es muy fuerte. Aparatos que generan decibeles peligrosos incluyen su aspiradora industrial con 94, la bomba de vacío de la sala de ordeña 95, tractor sin cabina y el elevador de grano 100, trilladora 110 y el reproductor de MP3 a todo volumen 100. Puercos confinados a la hora de comer generarían 120, lo mismo que un concierto de rock. En el primer lugar de la lista esta su escopeta calibre 12 con 165 dB. (Ver gráfica)



¿Cuánto es mucho tiempo? Depende de la intensidad del ruido. Por ejemplo, usar una sierra caladora a 112 decibeles sin protección para los oídos, le toma aproximadamente un minuto para dañar su oído y a un tractor sin cabina le toma 15 minutos.

Nivel de Ruido (dB)	Tiempo Máximo Sin Protección de Oídos
85	8 hrs.
88	4 hrs.
91	2 hrs.
97	30 min.
100	15 min.
103	7.5 min.
106	4 min.
109	2 min.
112	1 min.

La buena noticia es que la pérdida de oído inducida por ruido es prevenible. Si usted actualmente tiene algo de pérdida de oído, usted puede disminuir su progreso. ¿Cómo? **Todo el tiempo** que esté expuesto a ruidos fuertes use tapones para los oídos moldeables o premoldeados, tapones del canal auditivo u orejeras protectoras. Si usted no quiere que sus hijos a los 25 años tengan el oído de un hombre de 50, hágalos que hagan lo mismo. También, en primer lugar, manténgalos alejados del ruido. No use algodón. No sirve porque el sonido lo traspasa. Y mantenga cerradas las puertas de la cabina. Esto mejorará los beneficios de una cabina reduciendo el ruido en 50%.

¿Sabía usted que la protección del oído lo ayudará a escuchar mejor su equipo y las voces de otros? Esto se debe a que se bloquea el fondo del ruido. También las orejeras protectoras vienen con radios instalados para que usted pueda escuchar de manera segura música, noticias o deportes mientras trabaja.

Recuerde, una vez que usted pierde el oído, es permanente. ¡Salve sus oídos! Otra ventaja de la reducción del ruido es que reducen los accidentes, el estrés, la ansiedad y la fatiga al final del día.

Niveles de Ruidos Comunes

