

★ ¿Cuándo el ruido es demasiado ruido?

140-165

cohetes, disparos de armas de fuego



140

despegue de un avión



120

sirena de ambulancia

110

concierto de música rock, orquesta sinfónica



Al exponerse frecuentemente por más de 1 minuto a 110 decibeles o más, se corre el riesgo de pérdida auditiva permanente.

105

reproductor personal de música al máximo nivel



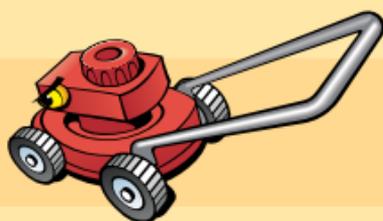
100

taller de carpintería, moto de nieve

No es recomendable exponerse sin protección por más de 15 minutos a niveles de ruido de 100 decibeles o más.

90

cortacésped



85

tráfico pesado en la ciudad, comedor escolar

La exposición prolongada a ruidos de 85 decibeles o más puede producir pérdida auditiva gradualmente.

75

lavaplatos

60

conversación normal

40

refrigerador

30

susurro

0

el sonido más bajo que puede detectar una persona con audición normal

↑
decibeles

¿Por qué debe proteger su audición?

La pérdida de audición inducida por el ruido:

- puede empeorar con el tiempo,
- es permanente y
- se puede prevenir.

Cómo proteger su audición:

- baje el volumen,
- aléjese de las fuentes de ruido y
- use protectores de oídos, ya sean tapones u orejeras.



Un programa de los Institutos Nacionales de la Salud

<http://www.noisyplanet.nidcd.nih.gov>

800-241-1044

DEPARTAMENTO DE SALUD
Y SERVICIOS HUMANOS DE LOS EE.UU.
Institutos Nacionales de la Salud
Instituto Nacional de la Sordera y
Otros Trastornos de la Comunicación

NIH Publicación No. 09-6431G-5

Septiembre de 2009

Reimpresión en septiembre de 2014