

LIMITES DE TOLERÂNCIA PARA RUÍDO CONTÍNUO OU INTERMITENTE

Nível de ruído dB (A)	Máxima exposição diária PERMITIDA
85	8 horas
86	7 horas
87	6 horas
88	5 horas
89	4 horas e 30 minutos
90	4 horas
91	3 horas e trinta minutos
92	3 horas
93	2 horas e 40 minutos
94	2 horas e 15 minutos
95	2 horas
96	1 hora e 45 minutos
98	1 hora e 15 minutos
100	1 hora
102	45 minutos
104	35 minutos
105	30 minutos
106	25 minutos
108	20 minutos
110	15 minutos
112	10 minutos
114	8 minutos
115	7 minutos

Imagem capa: divulgação

MINISTÉRIO DA SAÚDE



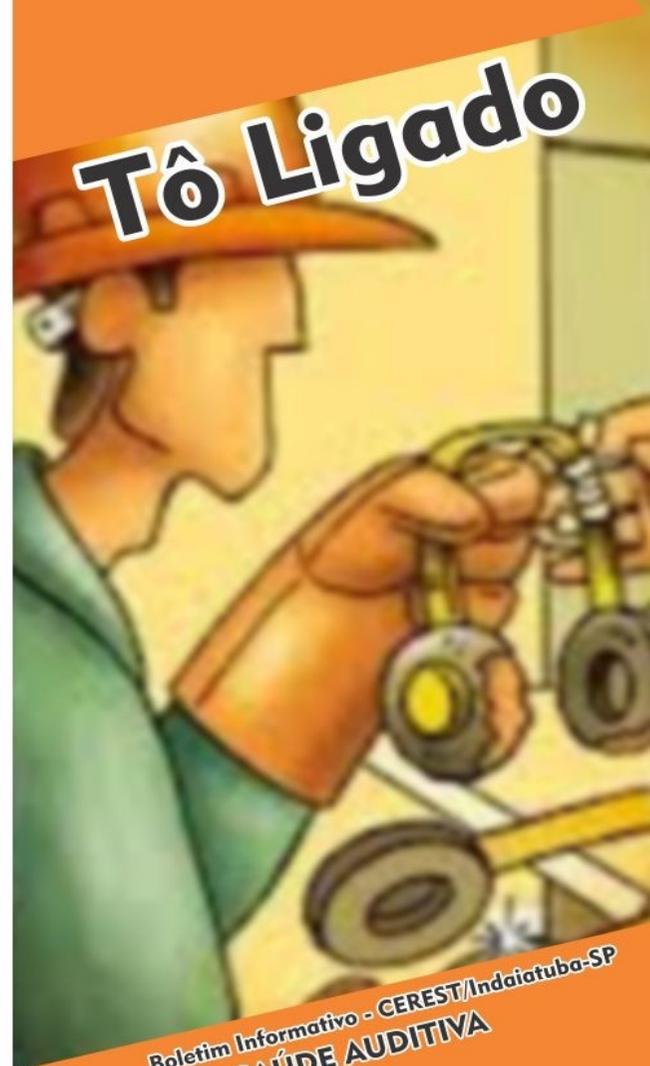
SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE



CEREST/Indaiatuba
 Av. Presidente Vargas, 457 - VL Vitória II
 Tel.: 3835-7265 / 3894.4959
www.indaiatuba.sp.gov.br/saude/cerest

ⓘ Não jogue este folheto nas vias e logradouros públicos - Mantenha a Cidade Limpa

Tô Ligado



Boletim Informativo - CEREST/Indaiatuba-SP
SAÚDE AUDITIVA

A faixa de audição humana varia numa escala de 0 a 110 Decibéis (dB).

Para se ter uma idéia, o som de uma torneira gotejando é de 20 dB; de uma conversa 50 dB; secador de cabelo e aspirador de pó 85 a 90 dB; caminhão, serra elétrica e furadeira pneumática podem chegar a 100 dB; a turbina de um avião é de mais ou menos 130 dB, podendo equivaler ao som de shows de rock!

A exposição a níveis sonoros superiores a 80 dB pode causar lesões irreparáveis ao ouvido. Para níveis superiores a 120 dB, a sensação auditiva é uma sensação dolorosa.

Você sabia que a exposição ao ruído é a segunda causa mais comum de Deficiência Auditiva?

Perda Auditiva Induzida por Ruído Ocupacional (PAIRO):

- É uma das mais frequentes doenças relacionadas ao trabalho.
- É provocada pela exposição prolongada ao ruído. Este tipo de perda auditiva é irreversível e progressiva, caso a exposição ao ruído permaneça. Uma única exposição a um som muito intenso também pode ocasionar danos auditivos permanentes (Trauma Acústico).

Sintomas:

Zumbidos, cefaléia, dificuldade para ouvir as pessoas e pequenos ruídos, desequilíbrio ao andar, tontura, abafamento da audição, dor no ouvido, distúrbios digestivos, cardiovasculares e de comportamento (irritabilidade e insônia).



O que deve ser feito?

Procurar o médico da empresa ou um especialista (otorrinolaringologista) para realizar avaliação auditiva, solicitar os exames necessários e estabelecer o diagnóstico.

Quando confirmada a perda auditiva por ruído, o trabalhador deverá diminuir ou cessar a exposição ao ruído, através de readaptação a outro setor ou diminuição do tempo de exposição, além de fazer acompanhamento audiológico periódico. Deve ser emitida a C.A.T. e outras notificações a fim de assegurar os direitos do trabalhador e para que a Vigilância em Saúde possa atuar no ambiente de trabalho para detectar outros casos e orientar medidas de proteção.



Reprodução

Como prevenir?

A prevenção se inicia com a intervenção no ambiente e no processo de trabalho, de forma que se reverta ou diminua a exposição dos trabalhadores ao risco:

- Isolamento de máquinas e substâncias potencialmente lesivas (produtos químicos);
- Informação ao trabalhador, através de ações educativas, palestras, SIPAT, sobre os riscos da exposição ao agente agressor;
- Uso de EPI (Equipamento de Proteção Individual) que neste caso são os protetores auriculares, podendo ser externos (tipo concha) ou internos (de espuma ou silicone).

Dicas para o trabalhador:

- Utilizar sempre os EPIs;
- Evitar exposição à música com volume alto, fogos de artifício);
- Cuidar de doenças que agravam a perda auditiva, como hipertensão e diabetes;
- Não tomar remédios sem indicação médica.



Reprodução