



# Oídos curiosos desean saber

## Datos importantes acerca de su examen auditivo

Este folleto explica lo que es un audiograma (examen auditivo) y le da información básica acerca de cómo proteger su audición. Manténgalo a mano para futura referencia.

### ¿Qué es un audiograma?

- Un audiograma es más frecuentemente llamado “examen auditivo,” pero no consiste en pasar la prueba.
- Es un reporte escrito de los niveles de audición.
- Una serie de audiogramas puede identificar cambios en su audición con el transcurso del tiempo.
- Su umbral de audición (el sonido más bajo que pueda oír) es medido en decibelios (dB) a diferentes frecuencias desde las bajas (500 Hz) hasta las altas (8000 Hz).

### ¿Por qué debería hacerse un audiograma?

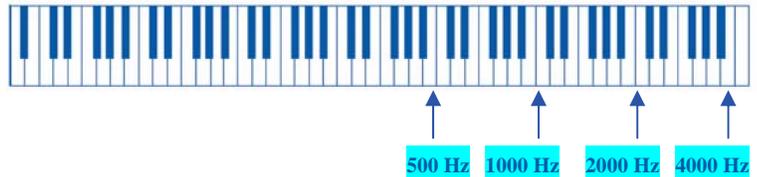
- Para medir su habilidad auditiva.
- Para identificar problemas de audición.
- Para monitorear el logro de mantener su nivel de audición.
- Para verificar si la exposición al ruido está afectando su audición.

### ¿Tiene una audición normal?

Compare sus niveles umbrales de audición con los niveles de la siguiente escala:

-10 – 25 dB	Audición normal
26 – 40 dB	Pérdida leve
41 – 55 dB	Pérdida moderada
56 – 70 dB	Pérdida moderada/grave
71 – 90 dB	Pérdida grave
91 – 100 dB	Pérdida muy grave

Los audiogramas prueban un rango de sonidos desde las bajas hasta las altas frecuencias (tonos). Las frecuencias de prueba, medidas en hercios (Hz), generalmente caen en el rango de 500 Hz (alrededor del centro de la escala de un piano) hasta 6000 u 8000 Hz (un poco más de lo que la nota más alta del piano puede producir).



## Ejemplo de los resultados de un audiograma

Frecuencia de la prueba de tono en Hz

Umbral del oído izquierdo							Umbral del oído derecho						
500	1000	2000	3000	4000	6000	8000	500	1000	2000	3000	4000	6000	8000
0	-5	0	10	5	0	5	5	0	10	15	30	40	35

Niveles normales de umbral de audición (25 dB o menos, los números negativos son especialmente buenos)

Peor que los niveles normales (más de 25 dB)

## ¿Qué puede ocasionar que la audición empeore?

El ruido representa el mayor peligro para la audición para la gran mayoría de los trabajadores; sin embargo, cualquiera de los siguientes factores pueden ocasionar o contribuir a la pérdida de la audición:

Ruido peligroso	Bloqueo por exceso de cera	Enfermedades
Lesión cerebral	Factores hereditarios	Infecciones de oído frecuentes
Edad	Medicamentos	Exposición a químicos

Consulte a un audiólogo o a un médico para mayor información acerca de estas causas.

## ¡Hay ruido en todas partes! ¿Cómo puede protegerse?

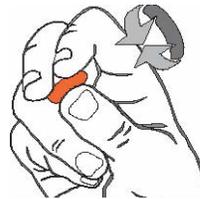
- ¡Si necesita gritar para que lo escuchen por encima del ruido, el nivel de ruido es alto!
- El ruido no solo está presente en el lugar de trabajo. Las actividades ruidosas de entretenimiento y en el hogar pueden también ser peligrosas.
- Tenga protectores de oído a la mano. Utilícelos en el trabajo y fuera del trabajo.

## ¿Cómo debe seleccionar y usar los protectores de oído?

- Comodidad — para que los pueda utilizar.
- Constancia — utilícelos todo el tiempo cada vez que esté en presencia de ruido peligroso.
- Limpieza — mantenga los tapones y las manos tan limpios como sea posible.

## ¿Cómo insertar un tapón de espuma blanda para proteger sus oídos?

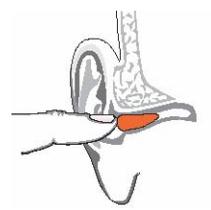
1. **Arrolle** el tapón
2. **Jale** su oreja para abrir el canal auditivo. Este paso es especialmente importante. Deberá jalar de la parte superior de la oreja hacia arriba y hacia afuera con la mano opuesta para que el tapón pueda ser introducido con facilidad.
3. **Mantenga** el tapón en posición por unos 20 segundos después de ser insertado.



**Arrolle**



**Jale**



**Mantenga**

## ¡Los resultados de su prueba son muy valiosos, no los pierda!

1. Guarde una copia de su audiograma en un lugar seguro.
2. Dele una copia a su médico de cabecera.
3. Provea de otra copia al administrador de su programa de conservación de la audición.

Para recibir documentos de NIOSH o para mayor información acerca de temas de salud y seguridad ocupacional, contáctese con:

1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636) • 1-888-232-6348 (TTY)

e-mail: [cdcinfo@cdc.gov](mailto:cdcinfo@cdc.gov)

o visite la página Web de NIOSH en [www.cdc.gov/niosh](http://www.cdc.gov/niosh)

DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES  
Centers for Disease Control and Prevention  
National Institute for Occupational Safety and Health



**GENTE · SEGURA · SALUDABLE**  
DHHS (NIOSH) Publication Number 2008-102

