



EL OÍDO HUMANO NO ESTÁ HECHO PARA ESCUCHAR MÚSICA

No siempre escuchar música resulta placentero.

Los oídos no pueden protegerse de la música relativamente alta.

Aunque el oído dispone de reflejos que lo protegen de ciertos tipos de ruido, no puede tomarse ninguna medida cuando el nivel de ruido se encuentra por encima de los 85 decibeles(dB).

El tiempo de reacción (30-40 milésimas de segundo) es una limitación en sí, dado que es muy poco tiempo para proteger el oído del ruido creado por los seres humanos.

La combinación de tres factores diferentes podría tener como resultado una alteración de audición después de escuchar música:

- La duración del tiempo de escucha.
- La cercanía a la fuente de sonido.
- Lo alto que se escuche la música.

No importa cuanto se suba la música cuando la escuchas, la norma general es que cuanto más tiempo la escuches, mayor será el estrés de los músculos del oído interno. La fatiga de los oídos puede tener como resultado un desplazamiento temporal del umbral auditivo, limitando la cantidad de sonidos de tono bajo que puedes oír.



Y cuanto más sometes a tus oídos a la fatiga, mayor será la probabilidad de que sufras una alteración de la audición permanente.

LOS REPRODUCTORES DE MP3 Y CD SON UNA AMENAZA PARA TUS OÍDOS

Está de moda, pero tu nuevo reproductor de MP3 o CD también puede destrozar tu audición, y hacer que padezcas tinnitus y pérdida de audición inducida por ruido.

Una de cada diez personas que escuchan música en mp3 u otros sistemas con auriculares, puede sufrir pérdida permanente de audición por escuchar música a un volumen muy alto.

Según los científicos, aquellos que escuchan música a volúmenes elevados durante más de una hora por día durante más de cinco años, pueden sufrir daños permanentes.

Aproximadamente unas 10 millones de personas en Europa entre las que se incluyen niños y adolescentes podrían verse afectadas.

Los estándares de la Unión Europea limitan el nivel de ruido de estos aparatos personales a 100 decibeles, pero de todos modos, existen dudas sobre la exposición excesiva a la música a alto volumen.



SINDICATO DE EMPLEADOS
DE COMERCIO DE
MAR DEL PLATA-ZONA ATLANTICA



Secretaría de Higiene, Medicina y Seguridad en el Trabajo

Muchos, por ejemplo, elevan el volumen por sobre los 89 decibeles para bloquear el sonido del tráfico o del transporte público.

Es preocupante que tanta gente joven, en particular, que son usuarios frecuentes de aparatos de música personales y teléfonos celulares con niveles acústicos elevados, puedan sin saberlo perder la audición definitivamente.

La tarea que sigue es promover mejoras técnicas para minimizar los daños y considerar cambios a los estándares de seguridad para proteger a los jóvenes.

Fuentes: "Output levels of commercially available portable compact disc players and the potential risk to hearing", Ear and Hearing, diciembre 2004, Vol. 25 No. 6. "Digital music craze stores up ear trouble for iPod fanatics", Scotland on Sunday, 8 mayo de 2005.