FECHA DE LA ASISTENCIA:	Mayo 06/2025

INFORMACIÓN GENERAL	
Medio de Asistencia Técnica: ☒Campo ☐Virtual ☐Oficina	
DEPENDENCIA O ENTIDAD QUE BRINDA LA ASISTENCIA: Secretaría de Salud	
DIRECCIÓN O AREA RESPONSABLE: Salud Laboral	
FUNCIONARIO O CONTRATISTA FACILITADOR	
Nombres y apellidos: Andrea Julieth Rodríguez Castelblanco	Cargo: Profesional Universitario – Referente Salud Laboral
Correo electrónico institucional: andrea.rodriguez@cundinamarca.gov.co	Teléfono: 3134825361
DATOS GENERALES DEL BENEFICIARIO (Solicitante o uno de los beneficiarios)	
Grupo de interés asistido: Coordinadora PIC	
Nombre del beneficiario: Nubia Velásquez	Correo electrónico: pic@alban-cundinamarca.gov.co
Municipio donde se realizó la Asistencia Técnica: Albán	
Número total de beneficiarios: 1	
TEMA DE LA ASISTENCIA TÉCNICA	
1207. Salud en el Entorno Laboral – Riesgo Auditivo	
OBJETIVO DE LA ASISTENCIA TÉCNICA	
Realizar asistencia técnica con el municipio de Albán con el fin de socializar el tema de Salud Auditiva dirigida a los trabajadores de la economía popular y comunitaria.	
ACTIVIDADES REALIZADAS	
Se da inicio en las instalaciones de la Alcaldía municipal de Albán la mesa de trabajo con la coordinadora PIC Nubia Velásquez junto con la referente departamental del componente de Salud Laboral Andrea Rodríguez en donde se comenta que a finales del 2024 la Gobernación de Cundinamarca inicio un trabajo arduo sobre la identificación de necesidades en los trabajadores por exposición a ruido, por lo tanto se hace necesario identificar si en el municipio de Albán hay detectado por los equipos territoriales lugares o espacios que generen contaminación auditiva, para lo que la coordinadora manifiesta lo siguiente:	

En el municipio no se ha detectado o notificado ningún tipo de trabajo informal en donde se ve a que los trabajadores están expuestos a ruido. Ella hace énfasis que el municipio su principal economía es la agricultura en donde se cultiva:

1. Café
2. Maíz
3. Plátano
4. Frutas tropicales

Es un municipio tranquilo y por lo tanto no requiere de censo auditivo, sin embargo, se aprovecha el espacio para conversar sobre la **LEY CONTRA EL RUIDO EN COLOMBIA**, aprobada el 10 de diciembre, busca controlar los niveles de ruido en el país y establece sanciones para quienes excedan los 90 decibeles, con multas que oscilan entre 15 y 20 millones de pesos. Esta legislación tiene como objetivo reducir la contaminación acústica y mejorar la gestión del ruido, asignando responsabilidades a las autoridades nacionales y territoriales. Además, se pueden presentar denuncias por ruidos excesivos, y la ley incluye lineamientos específicos para su aplicación. La ley se formaliza bajo la **ley 2450 de 2025**, que establece los objetivos y competencias de las entidades encargadas de la calidad acústica en el país. Sin embargo dentro de la asistencia técnica se comenta sobre que es la salud auditiva y la importancia del cuidado del oído, teniendo en cuenta que: La salud auditiva es la capacidad de una persona para oír y procesar el sonido de manera adecuada. Es fundamental para la comunicación, el aprendizaje y la calidad de vida. La audición es uno de los cinco sentidos principales y es esencial para el desarrollo cognitivo y emocional de un individuo. Por lo tanto, es importante cuidar la salud auditiva desde una edad temprana y mantenerla a lo largo de nuestras vidas. La importancia de la salud auditiva radica en su papel en la comunicación efectiva. La audición nos permite escuchar y comprender el habla, la música y otros sonidos importantes. En la vida cotidiana, las personas utilizan la audición para interactuar con los demás, aprender, trabajar y disfrutar de sus pasatiempos. Cuando la audición se ve comprometida, las personas pueden experimentar dificultades para participar en estas actividades, lo que puede tener un impacto significativo en su calidad de vida.

Problemas de la Salud Auditiva

Los problemas de audición pueden afectar a personas de todas las edades, desde recién nacidos hasta adultos mayores. Los niños con problemas de audición pueden experimentar retrasos en el habla y el lenguaje, lo que puede afectar su capacidad para comunicarse y aprender en la escuela. Los adultos con problemas de audición pueden tener dificultades para comunicarse con los demás, lo que puede afectar su capacidad para trabajar y relacionarse con la familia y los amigos. Además, la pérdida de audición se ha relacionado con un mayor riesgo de depresión, aislamiento social y demencia. Existen varias causas de problemas de audición, que incluyen enfermedades, infecciones, lesiones, exposición a ruidos fuertes y envejecimiento. Algunas personas también pueden nacer con problemas de audición o desarrollarlos en la infancia debido a factores genéticos. Aunque no todas las causas de pérdida de audición son prevenibles,

existen medidas que pueden tomarse para proteger la audición y reducir el riesgo de problemas auditivos en el futuro.

Medidas para una buena audición

Una de las medidas más importantes que se pueden tomar para proteger la salud auditiva es evitar la exposición a ruidos fuertes. La exposición prolongada a ruidos fuertes, como la música a alto volumen o los sonidos de maquinaria pesada, puede dañar los delicados nervios del oído interno y provocar pérdida de audición. Se recomienda el uso de tapones para los oídos o auriculares con cancelación de ruido en ambientes ruidosos, y limitar la exposición a ruidos fuertes en general.

Otro factor importante en la salud auditiva es la higiene del oído. El uso de hisopos y otros objetos para limpiar el oído puede ser peligroso y puede provocar daño al canal auditivo.

Es importante seguir las instrucciones del médico para la limpieza del oído y evitar colocar objetos extraños dentro del canal auditivo. La detección temprana de problemas de audición también es esencial para la salud auditiva. Las pruebas de audición pueden identificar problemas auditivos en etapas tempranas, lo que permite un tratamiento más efectivo. Las pruebas de audición se pueden realizar en niños en edad escolar y adultos mayores, así como en cualquier persona que experimente síntomas de pérdida.

Consejos para mantener una buena salud auditiva

- **Escoge un volumen moderado**

No aumentes los decibelios. Acostúmbrate a escuchar los aparatos electrónicos a un volumen moderado. Asimismo, evita alzar la voz e intenta prestar más atención a los sonidos. No siempre se entiende mejor por escucharlo más alto.

- **Evita la contaminación acústica**

Si vives en una ciudad quizá te expongas a niveles de ruido excesivos. Intenta, al menos, aislarte del ruido en tu hogar. En otros casos puede que sufras la exposición en tu propio puesto de trabajo. Para ello, nuestros audiólogos especializados recomiendan utilizar protectores auditivos.

- **Limpieza cuidadosa**

Si eres de los que tienden a usar copitos a diario, estás muy equivocado. Estos tienden a dañar el oído externo. Por el contrario, se recomienda limpiar las orejas y el oído con agua tras cada baño. Y secarla cautelosamente impidiendo la acumulación de agua.

- **Estilo de vida saludable**

Una alimentación equilibrada refuerza las defensas del sistema auditivo. Especialmente si optamos por la fruta y las verduras, que incluyen altos porcentajes de vitaminas.

- **Solo medicamentos indicados**

Desconfía de los remedios naturales y la automedicación. En Centros Auditivos se ha comprobado que estos son aún más perjudiciales. Toma antibióticos cuando se receten específicamente para tu caso y no abuses.

- **Prevención de patologías**

Ya sea por el cambio de estación o por una predisposición a sufrir ciertas enfermedades. Prevenir es mejor que curar. Si vaticinas que tu oído saldrá afectado, protégelo con anticipación.

Para finalizar la sesión se comenta sobre el Plan de Capacitaciones sobre **SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO** que tiene 8 sesiones y va dirigido a las GEBIS y a los funcionarios que realizan acciones en el componente de salud laboral el ultimo jueves de cada mes a las 8am modalidad virtual y la idea es que se conecten y participen.

Se agradece el espacio y el tiempo y se firma la planilla de asistencia para dejar constancia de la sesión.

CONCLUSIONES

Se cumplió con el objetivo de la Asistencia Técnica: ☒SI ☐NO

Observaciones: No se realiza censo auditivo ya que se enfocará el tema de riesgo auditivo en el manejo de la Ley contra Ruido 2450 del 04 de marzo del 2025.

Gobernación de Cundinamarca	PROCESO DE ASISTENCIA TÉCNICA	Código: M-AT-FR-011
		Versión 4
	CONTROL DE ASISTENCIA TÉCNICA	Fecha de Aprobación: 19/11/2024
		Páginas: 1 de 2

TEMA: Salud Auditiva **No TEMA:** 1207

LUGAR: Alcaldía Municipal Albán **FACILITADOR:** Andrea J. Rodríguez

DEPENDENCIA O ENTIDAD QUE COORDINA: Secretaría de Salud - Salud Pública

FECHA DE LA ASISTENCIA TÉCNICA D/M/A	NOMBRE Y APELLIDOS DE QUIEN RECIBE LA ASISTENCIA TÉCNICA	CARGO	ENTIDAD	MUNICIPIO	TEL. O CELULAR	E-MAIL	FIRMA
06/05/25	Nubia Eyired Velásquez	Coord. PIC	Alcaldía.	Albán	3103759671	pic@alban-Cundinamarca.gov.co	

«Por medio de la firma del presente formato, autorizó a la Gobernación de Cundinamarca a utilizar mis datos personales para fines necesarios relacionados con este trámite de conformidad con las disposiciones de la Ley 1581 de 2012, ley de protección de datos y el Decreto 1377 de 2013 que la reglamenta parcialmente»

Powered by CamScanner