FECHA DE LA ASISTENCIA:	Febrero 11/2026

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 y ejecutora	
Nombre del beneficiario: Erika Cualsipud y Luisa Fernanda Sastoque	Correo electrónico: erikacualsipud@alcaldiafacatativa.gov.co
Municipio donde se realizó la Asistencia Técnica: Facatativá	
Número total de beneficiarios: 2	
TEMA DE LA ASISTENCIA TÉCNICA	
226. Salud en el Entorno Laboral – Riesgo Auditivo	
OBJETIVO DE LA ASISTENCIA TÉCNICA	
Fortalecer las capacidades de la Secretaría de Salud del municipio de Facatativá mediante la asistencia técnica orientada a la socialización de prácticas de higiene auditiva y vocal, con el propósito de incorporar estos contenidos en las actividades programadas para los trabajadores de la economía popular y comunitaria, promoviendo su bienestar y condiciones saludables en el entorno laboral.	
ACTIVIDADES REALIZADAS	
En cumplimiento de las obligaciones contractuales relacionadas con la capacitación a los profesionales de salud pública del componente de salud laboral, la coordinadora del PIC y la ejecutora reciben asistencia técnica enfocada en las prácticas de higiene auditiva y vocal, dirigidas especialmente a los trabajadores de la economía popular y comunitaria.	

Este proceso se fundamenta en el antecedente del acercamiento realizado el año anterior con la ejecutora contratada en ese momento, a quien se le expuso la relevancia de construir y desarrollar un plan de trabajo orientado a la protección de la salud auditiva de los trabajadores informales expuestos a ruido. En el municipio de Facatativá se evidencia de manera clara que diversos sectores económicos presentan condiciones de exposición sonora que requieren atención prioritaria; por ello, se hace indispensable socializar y promover factores de prevención y promoción de la salud auditiva, garantizando que las acciones institucionales se traduzcan en estrategias efectivas para reducir riesgos y fomentar ambientes laborales más saludables en la economía popular y comunitaria.

La ejecutora manifiesta que es nueva en el proceso y que iniciará las caracterizaciones de los trabajadores informales; con base en los hallazgos obtenidos, comenzará a brindar la información previamente socializada. De manera complementaria, la referente departamental expone la temática de salud auditiva, presentando la información pertinente para orientar las acciones de promoción y prevención dirigidas a los trabajadores de la economía popular y comunitaria.

¿QUE ES LA SALUD AUDITIVA?

Es la capacidad efectiva sana del ser humano para oír, ligada a la función de comunicar a través del lenguaje, dicha capacidad depende de las estructuras y fisiología del órgano de la audición, del grado de maduración del individuo y del ambiente sociocultural en el que se desenvuelve. "Oír" y "comunicarse" constituyen una integridad biopsicosocial que no puede fragmentarse. El resultado de esta actividad neurofisiológica permite la comunicación interindividual a través de la materialización de signos multimodales de una lengua de acuerdo con la convención propia de una comunidad lingüística.

OÍDO Y AUDICIÓN SANA

El oído es el lugar donde muchas funciones complejas y delicadas se combinan para crear lo que llamamos audición, este sistema percibe sonidos audibles a través del conducto auditivo externo entre las frecuencias de 20 a 20.000 Hz. Una audición sana le permite al hombre, desarrollar y potencializar sus capacidades; la atención, percepción, identificación y discriminación auditiva son procesos cognitivos básicos que interactúan entre sí a lo largo del desarrollo evolutivo del niño estos procesos contribuyen a la adquisición de sistemas de comunicación primarios. Por otra parte, intervienen en el paso de aquellos sistemas de comunicación con valor lingüístico – signos y códigos lingüísticos. En la estimulación sensorial, que tiene lugar dentro de las pautas de cuidado y atención de los padres/progenitores del bebé o infante, estos procesos están presentes y se desarrollan progresivamente de forma natural y espontánea, cuando los requisitos básicos

(neurológicos, fisiológicos y lingüísticos) los procesos y dimensiones de la comunicación y del lenguaje se dan y funcionan correctamente

HÁBITOS Y CUIDADOS DEL OÍDO Y LA AUDICIÓN

El sentido del oído hace parte de la salud integral te permite escuchar todo lo que se encuentra a tu alrededor y te ayuda a mantener el equilibrio corporal. Por ello, debes poner en práctica los siguientes cuidados básicos.

PRÁCTICAS DE PREVENCIÓN Y DE AUTOCUIDADO A LO LARGO DE LA VIDA

Qué NO se debe hacer

• Introducir objetos extraños ni bastoncillos en el conducto auditivo externo

• Intentar extraer los tapones de cera, acude al especialista

• Sugerir o recomendar remedios caseros

• Hacer duchas o irrigaciones en el oído

• Aplicar sustancias en el oído sin prescripción médica

• Utilizar reblandecedores de cerumen sin indicación de un profesional, estas medidas resecan la superficie de las células del conducto auditivo externo; eliminan el cerumen, pero también su capacidad protectora y antibacteriana.

• Aplicar agua oxigenada sin necesidad

• Extraer el agua del oído golpeando la cabeza

• Sumergirse o nadar en aguas contaminadas

• Poner gotas de leche materna u otras sustancias dentro del oído, es peligroso, causan infección severa y no quita el dolor de oído.

• Destapar los oídos soplando o tapando las fosas nasales, porque se obstruye la trompa de Eustaquio.

• Cuanto sientas algún tipo de secreción o sangrado visita a tu otorrinolaringólogo y evita auto medicarte o ingerir cualquier medicamento recomendado

Qué SI se puede hacer

• Extraer el agua del oído halando la oreja hacia abajo y afuera y dar fuertes saltos repetitivos en un solo pie.

• Ante la presencia de ruptura de tímpano o de otitis externa evite que le entre agua al oído, cúbralo con un algodón y vaselina entes de entrar a la ducha

• Destaparse los oídos bostezando, abriendo y cerrando la boca exageradamente como cuando tiene mucha hambre.

• Evite la exposición constante a ruidos fuertes o continuos

• Trata de permanecer lo más alejado posible de detonaciones, explosiones y modula el volumen del sonido de bocinas, micrófonos y audífonos. Si es necesario utiliza tapones para amortiguar el ruido y proteger al oído.

• Ante la presencia de un cuerpo extraño acuda al servicio médico o aun profesional experto

• Ante la presencia de dolor, secreción, inflamación, resfriado común y otras afecciones respiratorias visita a tú médico o especialista del oído para evitar complicaciones auditivas, ya que la propia anatomía favorece las infecciones en el oído medio, sobre todo en los niños.

• Evita las contusiones en la cabeza y el oído. Si practicas algún deporte de contacto, toma las precauciones recomendadas para evitar daños, como algún equipo especial.

• Antes de someterte a cualquier cirugía otológica, consulta a dos médicos diferentes (opiniones o conceptos distintos) y la mejor opción de comunicación ofrecida.

• No te exponga a ruidos de alta intensidad

• Ante la presencia de un cuerpo extraño en el oído no intentes sacarlo.

• Evaluación de la Agudeza auditiva y de la comunicación efectiva

• Si eres adulto asiste cada a año a consulta médica para que te revise el oído y evalúen tu audición. Si padeces alguna enfermedad crónica o degenerativa como diabetes o hipertensión

RECOMENDACIÓN GENERALES PARA PROTEGER EL OÍDO DEL RUÍDO

• Es esencial que los músicos usen protección de oídos.

• Cuando usa auriculares estéreo o escucha música amplificada en un lugar cerrado como un automóvil, baje el volumen pida a los demás que hagan lo mismo. Si el sonido de un auricular puede escucharse por otros a 3 pies, el volumen es demasiado alto.

• Busque la especificación de ruido cuando compra equipo recreativo, juguetes para niños, artefactos del hogar, y herramientas eléctricas.

• No se siente cerca de parlantes en conciertos, festivales y eventos deportivos.

• Evite productores de ruidos tales como petardos (mechas de tejo) y armas.

• Si sospecha pérdida de audición consulte a un médico o especialista de oído y hágase evaluar la audición. La detección temprana puede evitar un daño grave.

10 señales de Pérdida de la Audición

• Parece como si las personas estuvieran hablando entre dientes. Dificultades para oír la televisión o le dicen que la televisión tiene un volumen demasiado alto.

• Dificultades para oír a alguien cuando le llama desde detrás o desde otra habitación.

• Dificultades para comunicarse en un grupo pequeño de personas, por ejemplo, en reuniones.

• Dificultades de comunicación en ambientes ruidosos, por ejemplo, en un coche, un autobús o una fiesta.

• Una necesidad frecuente de pedir a las personas que repitan.

• Ya no oye el tictac del reloj, el agua corriendo o los pájaros cantando.

• Dificultades para oír el timbre de la puerta o el teléfono.

• Su familia, compañeros y amigos dicen que puede estar sufriendo una pérdida de audición.

• Tiene que leer los labios de las personas que le hablan.

• Siente que debe concentrarse realmente para oír a alguien hablar o susurrar.

La intervención concluye con la intervención de la coordinación PIC, quien resalta la importancia de desarrollar durante el presente año actividades orientadas a la salud auditiva. Asimismo, se enfatiza la necesidad de lograr una intervención presencial con un

grupo focalizado, organizado conjuntamente con la ejecutora, de manera que se garantice un abordaje directo y efectivo hacia los trabajadores de la economía popular y comunitaria expuestos a factores de riesgo auditivo.





CONCLUSIONES

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

Observaciones: Se establece como compromiso el envío de las diferentes presentaciones utilizadas en torno a la salud auditiva, dirigidas a los trabajadores de la economía popular y comunitaria, contando con la autorización para emplearlas en las intervenciones con la comunidad. Asimismo, se concluye la necesidad de programar una nueva asistencia técnica orientada a fortalecer la intervención con los equipos básicos de salud, garantizando la articulación institucional y la continuidad de las acciones de promoción y prevención en este ámbito.

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: 2 de 2

TEMA: Salud Auditiva – Salud en el Entorno Laboral **No TEMA:** 226

LUGAR: Hospital San Rafael – Auditorio **FACILITADOR:** Andrea J. Rodríguez

DEPENDENCIA O ENTIDAD QUE COORDINA: Secretaría de Salud – Subdirección de 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
11/02/2026	Luisa Fernanda Sastoque	Ejecutora SST	PIC	Facatativa	3216290664	luisa.fernandasastoque@hospitalsanrafael.gov.co	
11/02/2026		Profesional Universitario	Secretaría salud		3155004855	encargadopic@alcaldiafacatativa.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