FECHA DE LA ASISTENCIA:	Febrero 17/2026

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: Coordinador PIC y Ejecutora	
Nombre del beneficiario: Yury Alejandra Melo e Ingrid Lorena Castro	Correo electrónico: saludpublica@madrid.com.co
Municipio donde se realizó la Asistencia Técnica: Madrid	
Número total de beneficiarios: 2	
TEMA DE LA ASISTENCIA TÉCNICA	
226. Salud en el Entorno Laboral – Salud Auditiva	
OBJETIVO DE LA ASISTENCIA TÉCNICA	
Brindar asistencia técnica al municipio de Madrid, priorizado en el marco de riesgo auditivo, con el propósito de ampliar y fortalecer las actividades dirigidas a los trabajadores de la economía popular y comunitaria, incorporando prácticas de higiene auditiva y vocal que contribuyan a la promoción de la salud, la prevención de riesgos laborales y la mejora de sus condiciones de bienestar en los diferentes entornos de trabajo.	
ACTIVIDADES REALIZADAS	
El presente espacio de asistencia técnica se inicia teniendo en cuenta que el municipio de Madrid ha sido priorizado por riesgo auditivo, lo cual exige una atención especial y un seguimiento detallado de las acciones adelantadas en este campo. En este contexto, resulta fundamental reconocer que la coordinadora PIC es nueva en el proceso, por lo que	

requiere una orientación clara y completa acerca del camino recorrido hasta ahora en la identificación del riesgo auditivo dentro del municipio, así como de las intervenciones que se han venido implementando en articulación con la entidad ejecutora y el grupo de recuperadores ambientales. Este acompañamiento busca no solo fortalecer sus conocimientos sobre las dinámicas y avances logrados, sino también garantizar la continuidad y efectividad de las estrategias, promoviendo una gestión integral que permita consolidar resultados sostenibles en beneficio de la comunidad.

Si bien el gremio de los recuperadores ambientales representa un grupo complejo de abordar, debido a sus extensos horarios de trabajo, la diversidad de sus lugares de encuentro y las dificultades en la adopción de hábitos relacionados con el uso adecuado de los elementos de protección personal, durante este año se busca dar continuidad al fortalecimiento de los procesos orientados a la promoción de la salud auditiva. Este esfuerzo resulta esencial para prevenir y mitigar futuras pérdidas auditivas derivadas de la exposición constante al ruido. De igual manera, se enfatiza la importancia del cuidado de la voz, considerando que, por la naturaleza de su labor, los recuperadores ambientales se encuentran expuestos de manera frecuente a ambientes con malos olores, lo que puede afectar su bienestar integral.

La ejecutora enfatiza la necesidad de que se envíe un correo oficial desde la Secretaría de Salud del municipio, con el propósito de otorgar el respaldo institucional requerido para facilitar el abordaje de las intervenciones programadas durante el presente año. Asimismo, propone que, dentro del plan de acción, el cual debe ampliarse para este periodo, se incluya la participación en las dos jornadas de salud previstas para el primer semestre. Estas jornadas representan una oportunidad estratégica, dado que en ellas participan numerosos trabajadores de la economía informal, atraídos por la amplia oferta de servicios de salud que se brinda en dichos espacios, lo que permitiría fortalecer la cobertura y el impacto de las acciones adelantadas.

La coordinadora PIC, Dra. Yury Alejandra, manifiesta la necesidad de que se le socialice de manera resumida el tema que se trabaja con la población. En respuesta a esta solicitud, la referente departamental expone lo siguiente:

¿Qué es la pérdida auditiva por exposición al ruido?

La pérdida auditiva por exposición al ruido se produce cuando las células pilosas del órgano auditivo (la cóclea) quedan dañadas debido a la exposición a niveles de ruido más altos de lo normal.

Normalmente, la pérdida auditiva por exposición al ruido se produce en ambos oídos y se caracteriza por no poder escuchar sonidos entre los 3000 y los 6000 Hercios (hz). Es la segunda causa más común de la pérdida auditiva, tras la pérdida auditiva relacionada con la edad (presbiacusia).

¿Qué causa la pérdida auditiva por exposición al ruido?

La exposición a largo plazo excesiva a sonidos más altos de lo normal (a partir de 70 dB) es la principal causa de la pérdida auditiva por exposición al ruido.

El alcance del daño y la velocidad del inicio dependen de varios factores, incluyendo:

- Duración de la exposición
- Nivel de sonido y proximidad
- Nivel de la protección que se usa (si la hubiera)

La pérdida auditiva por exposición al ruido está causada por ruido recreativo (música alta, conciertos, uso de auriculares, etc.), u ocupacional (trabajar en una fábrica, ruido industrial, trabajar en una obra de construcción sin protección auditiva).

4 señales comunes de la pérdida auditiva por exposición al ruido

Los principales síntomas de la pérdida auditiva inducida por el ruido a menudo desaparecen tras la exposición al ruido. Si la exposición se repite y se destruyen más células, entonces es posible que desarrolles pérdida auditiva irreversible. Los síntomas raramente son dolorosos, pero pueden ser difíciles de identificar.

1. Una sensación de presión o taponamiento en el oído
2. El habla no es clara y las personas suenan como si estuviesen murmurando.
3. Pitidos o zumbidos en los oídos (tinnitus).
4. Dificultad para oír sonidos de tonos altos

¿Cómo prevenir la pérdida auditiva por exposición al ruido?

La pérdida auditiva por exposición al ruido puede prevenirse usando protección para los oídos. Puedes comprar este tipo de protección en Internet y en tiendas, y se presenta en múltiples formatos. El coste del equipamiento protector determina en gran medida el nivel de protección que ofrece. Este tipo de protección auditiva protege el oído del daño al nervio amortiguando el nivel de ruido.

Los tipos de protección auditiva disponibles en el mercado incluyen las siguientes:

- **Tapones auditivos de espuma**: Los tapones auditivos de espuma son la forma más barata de protección disponible en el mercado, y normalmente los usan en el sector de la construcción.
- **Tapones de caucho**: Son similares a los tapones de espuma, pero son más rígidos, lo que significa que pueden no ser adecuados para todas las formas de conducto auditivo.
- **Protección auditiva con banda:** Esta forma de protección está formada por dos orejeras conectadas por una diadema. Parecen auriculares de cancelación de ruido y normalmente se utilizan para sonidos altos recreativos.
- **Moldes auditivos personalizados**: Los moldes auditivos personalizados generalmente están hechos de silicona y se personalizan para que se adapten a la forma exacta del oído del usuario.

El cuidado del oído es importante y viene de la mano con el cuidado de la voz, por eso continuando con la asistencia técnica se socializa el tema de la Higiene vocal:

Cuidar la voz: una prioridad para prevenir riesgos laborales

En numerosos entornos laborales, la **voz** es una herramienta fundamental. Docentes, teleoperadores, personal sanitario, y muchas otras profesiones dependen de su capacidad vocal para desempeñar su trabajo. Sin embargo, el uso intensivo o incorrecto de la voz puede derivar en problemas de salud que afectan tanto al bienestar de las personas trabajadoras como a la productividad de las empresas.

¿Qué es la sobrecarga vocal?

La **sobrecarga vocal** ocurre cuando se utiliza la voz de manera excesiva, prolongada o en condiciones inadecuadas, como en ambientes ruidosos o sin la técnica adecuada. Este esfuerzo repetido puede provocar desde **disfonías** (alteraciones en el tono o volumen de la voz) hasta lesiones más graves, como los nódulos en las cuerdas vocales.

Entre los principales **factores de riesgo** se encuentran:

- Hablar durante largos periodos sin pausas.
- Elevar la voz para superar el ruido ambiental.

- Falta de hidratación o ambientes secos que afectan las cuerdas vocales.
- Estrés y fatiga, que contribuyen a una mayor tensión vocal.

Consecuencias para la salud y el entorno laboral

Los problemas derivados de la sobrecarga vocal no solo afectan a las personas trabajadoras, sino también a las empresas. Para el personal afectado, las consecuencias incluyen dolor, molestias, pérdida de voz y dificultad para comunicarse.

En el entorno empresarial, esto puede traducirse en:

- **Absentismo laboral**: La incapacidad de trabajar debido a problemas vocales.
- **Reducción de la productividad:** La voz es clave en muchas profesiones, y cualquier alteración puede dificultar el desempeño.
- **Costes asociados:** Tratamientos médicos, sustituciones o reorganización de tareas.

Cómo prevenir los daños por sobrecarga vocal

Para proteger la salud vocal de las personas trabajadoras, es fundamental adoptar medidas preventivas, tanto a nivel individual como organizacional:

1. **Formación y sensibilización:** Enseñar técnicas adecuadas para el uso de la voz, como el control de la respiración o ejercicios de calentamiento vocal.
2. **Descansos vocales:** Establecer pausas durante la jornada laboral para evitar el uso continuado de la voz.
3. **Hidratación adecuada:** Beber agua de forma regular para mantener las cuerdas vocales lubricadas.
4. **Reducción del ruido ambiental:** Mejorar las condiciones acústicas del lugar de trabajo, utilizando medidas como paneles insonorizantes o micrófonos.
5. **Revisiones médicas periódicas:** Detectar de manera temprana posibles alteraciones vocales.

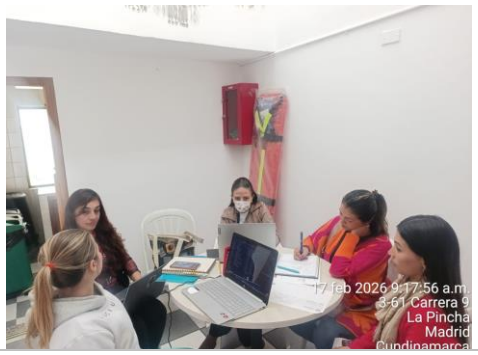
Beneficios para las empresas

Proteger la salud vocal no solo mejora la calidad de vida de las personas trabajadoras, sino que también aporta ventajas significativas para las empresas:

- Menor absentismo laboral.
- Incremento de la productividad y el rendimiento.
- Mejora del clima laboral al cuidar la salud de los equipos.
- Cumplimiento de la normativa de prevención de riesgos laborales.



Se anexa registro fotográfico.





CONCLUSIONES

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

Observaciones: En conclusión, la asistencia técnica desarrollada logró cumplir con el objetivo propuesto, al brindar claridad sobre los avances alcanzados y las acciones que se vienen implementando en el municipio frente al riesgo auditivo y la participación de los recuperadores ambientales. Se acordó mantener una comunicación constante con el municipio, con el fin de garantizar el respaldo institucional y la articulación necesaria para la ejecución de las intervenciones programadas durante el año. De igual manera, se dejó en firme el compromiso de estar atentos a la definición de las fechas de las jornadas de salud previstas para el primer semestre, reconociendo la importancia de estos espacios como escenarios estratégicos para ampliar la cobertura y fortalecer los procesos de promoción y prevención en salud auditiva y cuidado integral de la población vinculada.

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: 1207/226

LUGAR: Secretaría de Desarrollo Social Madrid - sede B — FACILITADOR: Andrea J. Rodríguez C.

DEPENDENCIA O ENTIDAD QUE COORDINA: Secretaría de Salud - Subdirección en 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
17-02-26.	Yuri Alexandra Meo G.	Coor Pic.	D.L.S	Madrid	3144472689	Salud.publicamadrid.	
17/02/2026	Ingrid Lorena Castro	Contratista	DLS	Madrid	3118163909	salud.ambitolaboralmadridcundinamarca.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