

MODIFICACION DEL AMBIENTE

RUIDO:

El ruido de los equipos deberá minimizarse y, a ser posible, se deben seleccionar éstos con un criterio de escala de ruido inferior a 40 dBA. El nivel de ruido de fondo total en Cuidados Intensivos debe mantenerse por debajo de 55 dBA, recomendándose que no exceda de 70 dBA. La identificación de la fuente de ruidos es importante en orden a establecer medidas de protección y nos permite disminuirlas o eliminarlas, ya que cualquier evento fuera de la incubadora produce un incremento notable del ruido básico (conversaciones del personal, apoyar objetos, golpear sobre incubadoras, abrir y cerrar sus portezuelas, radios, teléfonos, impresoras, etc.). Las incubadoras son un importante aislante acústico, ya que atenúan entre 10-15 dBA el ruido ambiental, dependiendo del material en que están construidas y el aislamiento del ventilador.

En las Unidades Neonatales la contaminación acústica es preocupante ya que esta por encima de los niveles recomendados, por lo se debe concienciar a todo el personal de los efectos nocivos del ruido sobre los niños ingresados.

Se proponen las siguiente medidas a desarrollar:

1. **Medir el nivel sonoro de la Unidad** (mediante un sonometro normal).
2. **Identificar las fuentes de ruido** (medir su nivel sonoro).
3. **Establecer medidas de protección:**
 - ✓ **Generales:** Sensibilizar al personal que trabaja en la Unidad (charla sobre efectos del ruido en el recién nacido). Carteles (hacer carteles sobre “Un Hospital Sin Ruidos” y colocarlos en sitios visibles de las Unidades o “Informativos” de los efectos del ruido sobre el niño).
 - ✓ **Ambientales:** evitar ruidos innecesarios (teléfonos, radios, timbres, megafonía, etc..). Disminuir el nivel sonoro de las alarmas y apagarlas lo más pronto posible.
 - ✓ **Personal:** evitar hablar en voz alta, no chillar. Evitar conversaciones alrededor del niño.
 - ✓ **Cuidar el entorno:** No golpear, ni depositar bruscamente objetos sobre la cubierta de la incubadora o cuna, abrir, Cerrar las puertas de la incubadora con cuidado, Desconectar los sistemas de aspiración cuando no se utilicen.. Cerrar el flujo de las CPAP cuando se desconectan temporalmente.
 - ✓ **Individuales:** usar incubadora (disminuye en 10 dBA el ruido ambiental), Minimuff (sistemas atenuadores de ruido en forma de orejeras, que atenúan 7 dBA el ruido),
 - ✓ Poner **carteles de aviso** en niños críticos e inestables de “silencio”.

- ✓ *Participar activamente* en producir el menor ruido posible y hacerlo saber a todas las personas que entran en el servicio.

Sistema semáforo.