

Cómo ponerse los tapones de oídos de espuma blanda

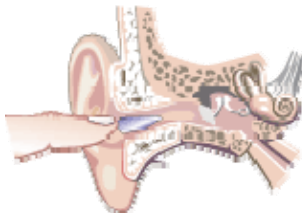
Para obtener la mayor protección de los tapones de oídos de espuma blanda, recuerde arrollar, jalar y mantener en la posición adecuada. Asegúrese de tener las manos limpias para evitar que entren suciedad y gérmenes a sus oídos.



- 1. Arrolle** los tapones con sus dedos hasta que queden como cilindros delgados en forma agusanada. Puede utilizar una o ambas manos.



- 2. Jale** la punta de la oreja hacia arriba y hacia atrás con la mano opuesta para enderezar el canal auditivo. El tapón arrollado deberá introducirse directamente.



- 3. Mantenga** con su dedo el tapón en el interior del canal. Cunte en voz alta hasta 20 o 30 mientras espera que el tapón se expanda y llene el canal auditivo. Su voz sonará apagada cuando el tapón haya sellado correctamente.

Verifique la colocación correcta cuando se los haya puesto. La mayor parte de la espuma del tapón deberá estar dentro del canal auditivo. Intente cubrir los oídos colocando firmemente las manos de forma cóncava (hueca) encima de las orejas. Si los sonidos se oyen mucho más apagados cuando las manos cubren las orejas, entonces los tapones no están sellando correctamente. Retírese los tapones e intente otra vez.

Esta página fue actualizada el 21 de octubre de 2008

Esta página fue revisada el 30 de noviembre de 2008

Fuente del Contenido: [Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional \(NIOSH\)](http://www.cdc.gov/niosh) División de Minas

Versión en español aprobada por *CDC Multilingual Services* – Order # 6136