

# Prevencción de Riesgo por Ruido.

## ¿Qué efectos produce el ruido?

El ruido en el ambiente de trabajo puede suponer un riesgo de pérdida de audición, siendo las frecuencias de 4000 Hzs las primeras en lesionarse. El trabajador empieza a ser consciente de esta pérdida de audición cuando se afectan las frecuencias conversacionales.

La exposición a ruido puede provocar también otro tipo de trastornos a nivel respiratorio, cardiovascular, digestivo o visual, así como trastornos del sueño, irritabilidad y cansancio. El ruido disminuye el nivel de atención y aumenta el tiempo de reacción del individuo frente a estímulos externos, ésto se traduce muchas veces en mayor número de errores y, en ocasiones, de accidentes en el ámbito laboral.

## ¿De qué depende el daño producido por el ruido en el oído?

Depende del nivel de ruido y del tiempo de exposición.

## ¿Cómo protegerse del ruido?

- Establecer las mejoras y correcciones necesarias en los diferentes puestos de trabajo, elaborando el correspondiente programa de prevención.
- Realizar un estudio de cada una de las fuentes de ruido presentes en la industria.
- Establecer un programa de control cuyo objetivo sea conseguir un nivel de ruido lo más bajo posible en los puestos de trabajo.
- Utilizar los métodos de protección que aíslen y protejan al trabajador del ruido ambiental.

## Medidas de Prevención en la empresa

- Utilizar los métodos de protección que aíslen y protejan al trabajador del ruido ambiental.
- Eliminar en origen los riesgos derivados de la exposición al ruido o reducirlos al nivel más bajo posible mediante la adopción de las medidas técnicas generales.
- Asegurar que la exposición de ningún trabajador sea superior al valor límite de exposición y adoptar las medidas necesarias en caso de que se superen.

- Realizar una evaluación basada en la medición de niveles de ruido a los que los trabajadores están expuestos.
- Proporcionar los equipos de protección individual convenientes y velar por un uso adecuado.
- Garantizar la formación e información adecuada.
- Garantizar una vigilancia adecuada y específica de la salud.

### **Obligaciones del trabajador**

- Vele por su seguridad y su salud.
- Use el material de protección personal y mantenimiento en buen estado del mismo.
- Evite exposiciones innecesarias a elevados niveles de ruido. Utilice los métodos de protección que aislen y protejan del ruido ambiental.

### **Uso de protectores auditivos.**

Los protectores auditivos son equipos de protección individual que reducen los efectos del ruido para evitar daños en el oído, sólo se deben considerar una medida complementaria cuando no es técnicamente posible reducir el nivel sonoro hasta un nivel seguro, y también mientras se implantan las medidas para reducirlo o en circunstancias especiales como puede ser el acceso esporádico a salas de máquinas.

Existen dos tipos de protectores:

- Cascos
- Tapones

Para su utilización deben de ajustarse adecuadamente, mantener una higiene adecuada en su uso, y ser de uso individual.

El protector auditivo puede producir molestias al inicio de su utilización, por lo que puede resultar necesaria una adaptación gradual.

### **Vigilancia de la Salud.**

El reconocimiento médico de los trabajadores expuestos a ruido incluye realización de audiometrías periódicas, necesarias para detectar precozmente alteraciones en la audición.

Es necesaria la formación de los trabajadores expuestos a este riesgo y una adecuada vigilancia de la salud de los trabajadores mediante exámenes de salud periódicos a través del Departamento de Vigilancia de la salud de la Sociedad de Prevención de Maz.