

# Ruido en el trabajo

Autor Administrator  
sábado, 24 de junio de 2006

SHHH!! puedes quedarte sordo/a

El 40% de los trabajadores expuestos a elevados niveles de ruido (90 decibelios) a los 65 años habrán sufrido pérdida auditiva y algunos estarán sordos.

La sordera por ruido es insidiosa, acontece lentamente y se diagnostica cuando el daño ya se ha producido de forma irreversible. Produce aislamiento social y limita la eficacia en el trabajo.

La sordera es entonces permanente y los aparatos para sordos no son una solución. El ruido excesivo puede producir "silbidos de oído" que en algunos/as se vuelven permanentes y provocar insomnio, irritación y llevar a la depresión. ¿Quién está en riesgo?

Si el ruido de tu puesto de trabajo te obliga a levantar la voz para hacerte entender a un metro de distancia, probablemente estas expuesto al riesgo de sordera.

Aunque te parezca que "te has acostumbrado" al ruido, que no te enteras; es porque estas sufriendo una pérdida de oído temporal.

Una exposición repetida a elevados niveles de ruido acabará, con mucha probabilidad, dejándote sordo/a.

No solo sordera

El ruido también provoca estrés, fatiga, pérdida de capacidad de reacción y comunicación que pueden ser causa de accidentes y contribuir a la aparición de problemas circulatorios, digestivos y nerviosos.

Control del ruido

Un estudio de los niveles de ruido en los diferentes puestos de trabajo de la empresa permitirá establecer un programa de reducción del ruido mediante una combinación de medidas:

Reducción en el origen

- Sustituyendo la máquina o el proceso de trabajo.
- Cambiando de lugar la fuente de ruido o aislándola con un cerramiento.
- Introduciendo modificaciones en piezas y herramientas.
- Disminuyendo el ritmo de trabajo de la máquina.
- Procurando un buen mantenimiento.

Reducción de la exposición

Si lo anterior no es posible se debe reducir el número de trabajadores/as expuestos/as o el tiempo de exposición:

- Realizar las operaciones más ruidosas cuando haya menos trabajadores/as presentes.
- Introducir rotación en las tareas. Protección personal

Cuando todas las demás medidas de control han fracasado se deben proporcionar protectores auditivos a los trabajadores/as.

Sin olvidar que los protectores son siempre molestos y en ocasiones se causa de accidentes, siempre deben ser los adecuados a las características del trabajo y lo más cómodos posible.