

👉 ¿QUE ES EL SONIDO?

Es la percepción de las variaciones en la presión del aire por parte de nuestro oído.

👉 ¿QUE ES EL RUIDO?

Es todo sonido desagradable, y que se presenta con una cierta intensidad.

👉 ¿QUE ES EL RUIDO INDUSTRIAL?

Es todo sonido que, cumpliendo las características antes citadas, se genera en un proceso de producción.

👉 ¿QUE EFECTOS PRODUCE EL RUIDO?

Además de otros efectos el ruido puede producir sordera profesional, la cual presenta un carácter irreversible y tiene una incidencia significativa en la capacidad de comunicación y en las relaciones sociales de la persona afectada.

👉 ¿DE QUÉ DEPENDE EL DAÑO PRODUCIDO POR EL RUIDO EN EL OÍDO?

El daño que el ruido produce en el oído depende del nivel de ruido y del tiempo de exposición, es decir, del tiempo que el ruido esté afectando al oído.

**NIVEL DE RUIDO + TIEMPO =
DAÑO AUDITIVO**

👉 ¿COMO PROTEGERSE DEL RUIDO?

- Efectuando un estudio y valoración de todas las fuentes de ruido presentes en la industria.
- Estableciendo un programa de control, cuyo objetivo sea conseguir un nivel de ruido lo más bajo posible en los puestos de trabajo.

👉 ¿QUE MÉTODOS DE CONTROL EXISTEN?

- Un control técnico, cuya actuación corresponde a los departamentos técnicos de la empresa.
- Un control audiométrico que, realizado de forma periódica, permite una detección precoz del daño auditivo.
- La utilización de material de protección personal.

**CONTROL + AUDIOMETRÍA +
PROTECTORES =
PROTECCIÓN**

👉 ¿QUÉ MEDIDAS DEPENDEN DIRECTAMENTE DEL TRABAJADOR?

- La utilización de protectores auditivos, adecuados al nivel de ruido y a las frecuencias existentes.

👉 ¿QUÉ SE DEBE TENER PRESENTE EN EL USO DE PROTECTORES AUDITIVOS?

- Pueden ser tapones u orejeras, ambos son válidos para amortiguar el ruido.
- Para su utilización deben ajustarse adecuadamente, así, las orejeras ejercerán siempre una cierta presión.
- Cualquiera que sea el protector usado, es necesario mantener una higiene adecuada en el uso y manipulación del mismo, para evitar posibles infecciones auditivas.
- El protector auditivo utilizado debe ser de dimensiones adecuadas al oído que lo va a usar.
- Una vez asumido, el uso de protectores auditivos, debe ser continuado y constante.
- El protector auditivo puede producir molestias al inicio de su utilización, por lo que puede resultar necesaria una adaptación gradual.

**ES TU OIDO, PROTÉGVELO O LO
PERDERÁS**

👉 ¿CUÁNTOS TRABAJADORES ESTÁN EXPUESTOS AL RUIDO?

- La V Encuesta de Condiciones del Trabajo del INSHT estima que el 40 % de los trabajadores se encuentran expuestos a ruidos que consideran molestos, elevados o muy elevados.
- Según estudios efectuados un 35% de los trabajadores están expuestos a niveles superiores a 85 dB (A).

👉 PROGRAMAS DE ADAPTACIÓN DE PROTECTORES AUDITIVOS

- Comenzar el primer día utilizando el protector dos periodos de 30 minutos espaciados a lo largo de la jornada.
- El segundo día se utilizará el protector auditivo dos periodos de una hora.
- El tercer día se utilizará el protector auditivo dos periodos de 2 horas.
- Cada día se aumentará en 1 hora cada periodo de utilización.
- Tras el fin de semana, periodo en el no se utiliza el protector, puede ser necesario el primer día repetir el tiempo del último día laborable.
- Seguir este método hasta cubrir toda la jornada laboral en un periodo de aproximadamente 2 semanas.

👉 ¿CÓMO COLOCARSE LOS TAPONES?

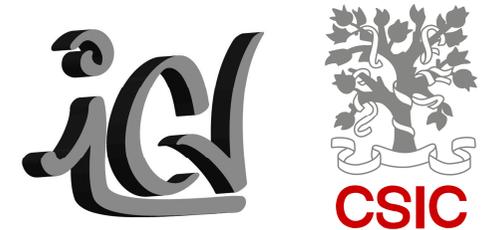
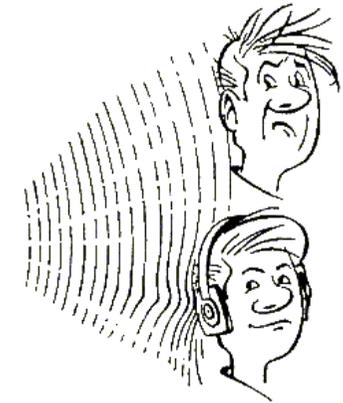
- Cerciórese de que sus **manos** están **limpias**.
- Sostenga el tapón auditivo entre sus dedos pulgar e índice.
- Prepare el tapón según folleto de instrucciones.
- Coloque la otra mano sobre su cabeza para alcanzar la oreja y estirarla hacia arriba. Esto endereza el canal del oído, haciendo que el tapón penetre adecuadamente.

RESUMEN DE ACTUACIÓN SEGÚN EL R.D. 286/2006

	NIVEL DIARIO EQUIVALENTE L_{AeqD} NIVEL DE PICO L_{PICO}		
	SUPERIOR A 80/135	SUPERIOR A 85/137	SUPERIOR A 87/ 140
Evaluación higiénica	Trienal	Anual	Anual
Formación e información	Si	Si	Si
Acceso a evaluaciones	Si	Si	Si
Control médico inicial	Si	Si	Si
Control médico periódico	Si	Si	Si
Suministro de EPI	Disponible	Obligatorio	Obligatorio
Utilización de EPI	Optativo	Obligatorio	Obligatorio
Señalización	---	Si	
Programa técnico de control	---	Si	

RECOMENDACIONES BÁSICAS DE SEGURIDAD Y SALUD EN

PROTECCIÓN FRENTE AL RUIDO



Con la colaboración de:



RECOM

FREMAP

Mutua de Accidentes de Trabajo y Enfermedades
Profesionales de la Seguridad Social Número 61



FREMAP

Mutua de Accidentes de Trabajo y Enfermedades
Profesionales de la Seguridad Social Número 61