

NO HAGAS OÍDOS SORDOS

Los trabajos y actividades con riesgo de exposición al ruido.

Nueva disposición normativa:

Real Decreto 286/2006, de 10 de marzo.



¿Qué es el RUIDO?

El ruido, según la OIT y la OMS, se define como cualquier sonido indeseable.

A nivel técnico, el ruido es un contaminante físico que consiste en una mezcla compleja de sonidos de frecuencias diferentes, que produce una sensación auditiva considerada molesta o incómoda y que con el paso del tiempo y por efecto de su reiteración, puede ser perjudicial para la salud de las personas.

¿Qué efectos sobre la salud de los trabajadores produce la exposición al ruido?

Efectos auditivos

- Pérdida de la capacidad auditiva por exposiciones continuadas. Depende únicamente de la intensidad del sonido, aunque sujeto a variaciones individuales. Los daños en función de la gravedad, son:
 - Sordera transitoria o fatiga auditiva. No hay aún lesión. La recuperación es casi completa al cabo de 2 h y completa a las 16 h de cesar el ruido.
 - Sordera permanente. Está producida, bien por exposiciones prolongadas a niveles elevados o bien por acumulación de fatiga auditiva sin tiempo suficiente de recuperación.
- Pérdida de la capacidad auditiva por exposiciones bruscas e intensas. Exposiciones que pueden llegar a provocar daños fisiológicos en el sistema auditivo.

Efectos no auditivos

- Malestar.
- Interferencia con la comunicación.
- Pérdida de atención, de concentración y de rendimiento.
- Enmascaramiento de señales acústicas.
- Estrés y sus manifestaciones y consecuencias: cansancio crónico, insomnio, etc.
- Efectos sobre diferentes sistemas como el cardiovascular, hormonal, etc.

¿CUÁLES SON LOS CRITERIOS DE VALORACIÓN?

Valores límite de exposición:

$L_{Aeq,d} = 87 \text{ dB(A)}$.

$L_{pico} = 140 \text{ dB (C)}$.

Al aplicar los valores límite de exposición, en la determinación de la exposición real del trabajador al ruido, se tendrá en cuenta la atenuación que procuran los protectores auditivos individuales utilizados por los trabajadores.

Valores superiores de exposición que dan lugar a una acción:

$L_{Aeq,d} = 85 \text{ dB(A)}$.

$L_{pico} = 137 \text{ dB (C)}$.

Valores inferiores de exposición que dan lugar a una acción:

$L_{Aeq,d} = 80 \text{ dB(A)}$.

$L_{pico} = 135 \text{ dB (C)}$.

Para los valores de exposición que dan lugar a una acción no se tendrán en cuenta los efectos producidos por los protectores auditivos.



¿CUÁLES SON LOS CRITERIOS DE VALORACIÓN?

El empresario deberá, conforme a la normativa vigente:

- Realizar una evaluación basada en la medición de los niveles de ruido a que estén expuestos los trabajadores. La medición no será necesaria en los casos en que la directa apreciación profesional acreditada permita llegar a una conclusión sin necesidad de la misma.
- Conservar los datos obtenidos de la evaluación y/o de la medición del nivel de exposición al ruido de manera que permita su consulta posterior.
- Programar y efectuar la evaluación y la medición mencionadas a intervalos, como mínimo, cada año en los puestos de trabajo en los que se sobrepasen los valores superiores de exposición que dan lugar a una acción, o cada tres años cuando se sobrepasen los valores inferiores de exposición que dan lugar a una acción.
- Informar y formar a los trabajadores que se vean expuestos en el lugar de trabajo a un nivel de ruido igual o superior a los valores inferiores de exposición que dan lugar a una acción y/o sus representantes en relación a los riesgos derivados de la exposición al ruido.
- Consultar y fomentar la participación de los trabajadores o de sus representantes, en particular, respecto a la evaluación de los riesgos, la determinación de las medidas que se han de tomar, las medidas destinadas a eliminar o reducir los riesgos derivados de la exposición al ruido y la elección de protectores auditivos individuales.
- Realizar la vigilancia de la salud cuando se ponga de manifiesto la existencia de un riesgo para la salud de los trabajadores.

Cuando se sobrepasen los valores superiores de exposición que dan lugar a una acción, el empresario:

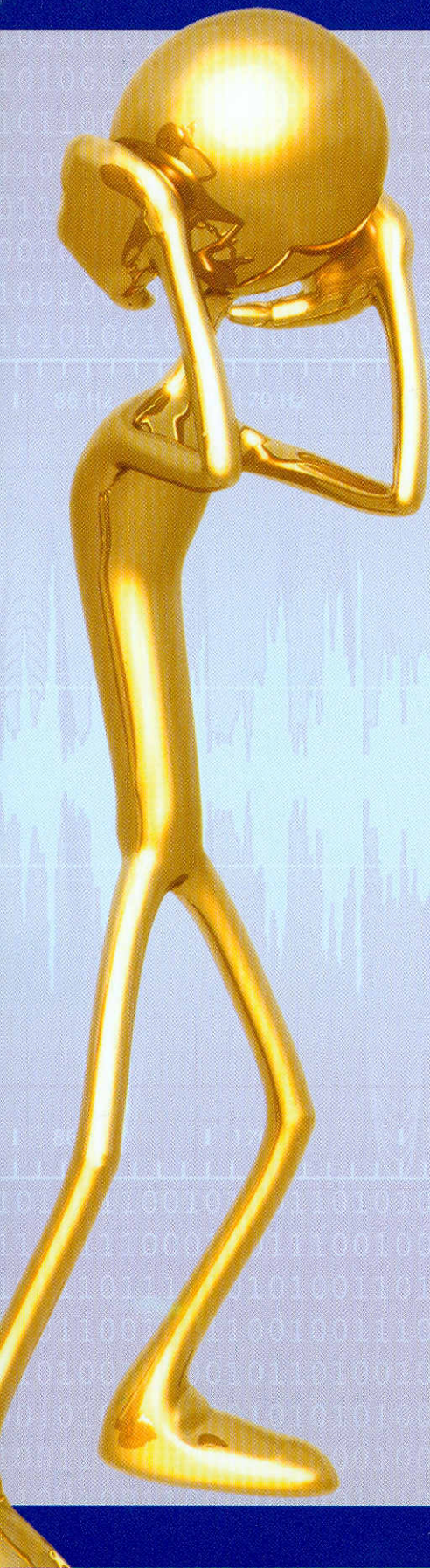
- Establecerá y ejecutará un programa de medidas técnicas y/o de organización destinado a reducir la exposición al ruido.
- Señalizará y limitará el acceso cuando sea técnicamente posible.

¿QUÉ MEDIDAS PREVENTIVAS SE DEBERÁN ADOPTAR?

Los riesgos derivados de la exposición al ruido deberán eliminarse en su origen o reducirse al nivel más bajo posible, teniendo en cuenta los avances técnicos y la disponibilidad de medidas de control del riesgo en su origen.

La reducción de estos riesgos se basará en los principios generales de prevención y se tendrá en consideración especialmente:

- A.** Los métodos de trabajo que reduzcan la necesidad de exponerse al ruido.
- B.** La elección de equipos de trabajo adecuados que generen el menor nivel posible de ruido.
- C.** La concepción y disposición de los lugares y puestos de trabajo.
- D.** La información y formación adecuadas con vistas a reducir al mínimo la exposición al ruido.
- E.** La reducción técnica del ruido:
 - Reducción del ruido aéreo (pantallas, cerramientos, recubrimientos con material acústicamente absorbente).
 - Reducción del ruido transmitido por cuerpos sólidos (amortiguamiento y/o aislamiento).
- F.** Programas apropiados de mantenimiento de los equipos de trabajo, del lugar de trabajo y de los puestos de trabajo.
- G.** La reducción del ruido mediante la organización del trabajo (limitación de la duración e intensidad de la exposición, ordenación adecuada del tiempo de trabajo, etc).



¿CUÁNDO Y QUÉ TIPO DE EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL (EPI's) SE DARÁN A LOS TRABAJADORES?

Se pondrán a disposición de los trabajadores protectores auditivos individuales apropiados y correctamente ajustados, de no haber otros medios de prevenir los riesgos derivados de la exposición al ruido, con arreglo a las siguientes condiciones:

- El empresario pondrá a disposición de los trabajadores protectores auditivos individuales cuando se superen los valores inferiores de exposición que dan lugar a una acción.
- Los trabajadores deberán utilizar protectores auditivos individuales mientras se ejecuta el programa de medidas para reducir el nivel de ruido y cuando el nivel de ruido sea igual o supere los valores superiores de exposición que dan lugar a una acción.
- Los protectores auditivos individuales se seleccionarán para que supriman o reduzcan al mínimo el riesgo.
- El empresario deberá hacer cuanto esté en su mano para que se utilicen protectores auditivos, fomentando su uso cuando éste no sea obligatorio y velando por que se utilicen cuando sea obligatorio; asimismo, incumbirá al empresario la responsabilidad de comprobar la eficacia de las medidas adoptadas.

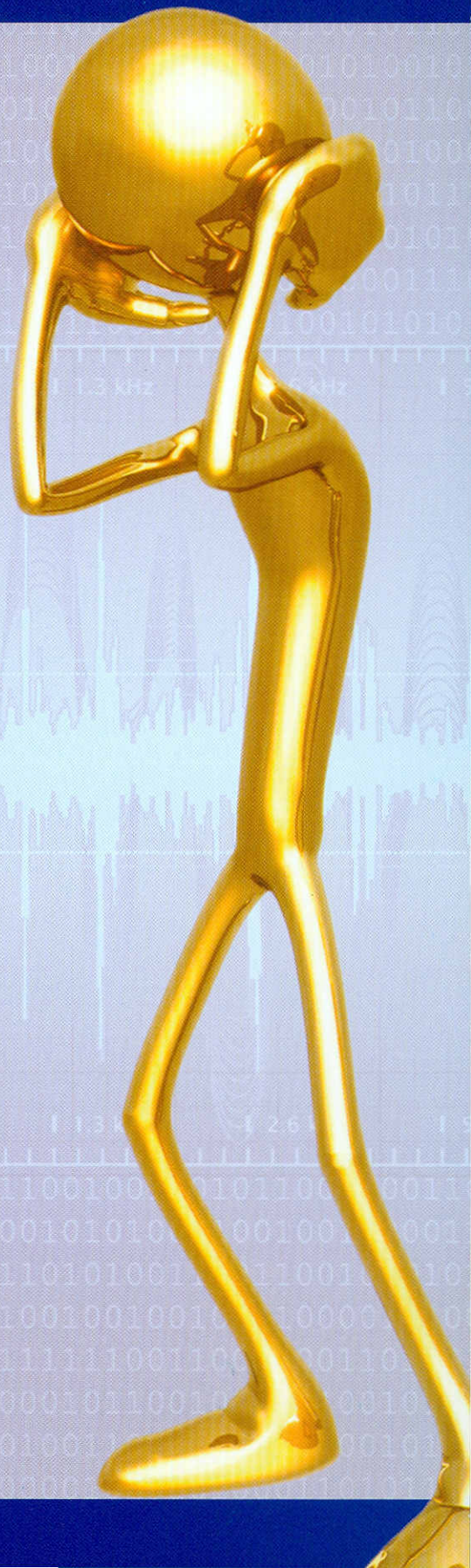
Los tipos de EPI's para lograr la atenuación del ruido son:

- Orejeras.
- Tapones.
- Cascos antirruído.
- Orejeras acopladas a casco.

¿CÓMO Y QUIÉN DEBERÁ REALIZAR LAS MEDICIONES DEL RUIDO?

Las mediciones deberán realizarse, siempre que sea posible, en las siguientes condiciones:

- En ausencia del trabajador afectado.
- Colocando el micrófono a la altura donde se encontraría su oído.
- Si la presencia del trabajador es necesaria, el micrófono se colocará, preferentemente, frente a su oído, a unos 10 centímetros de distancia.
- El número, la duración y el momento de realización serán las adecuadas y suficientes, para posibilitar la toma de decisión sobre el tipo de actuación preventiva que deberá emprenderse.
- En caso de la comparación con los valores límites de exposición, el intervalo de incertidumbre deberá estimarse teniendo en cuenta la incertidumbre asociada a la atenuación de los protectores auditivos.
- Se utilizarán aparatos debidamente calibrados y verificados, que serán utilizados por personal debidamente cualificado.





Biblioteca Virtual

CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN Y EMPLEO
Comunidad de Madrid



La Suma de Todos



Comunidad de Madrid



Instituto Regional de Seguridad
y Salud en el Trabajo

CONSEJERÍA DE EMPLEO Y MUJER

Comunidad de Madrid

Ventura Rodríguez, 7. 28008 Madrid

Tel.: 900 713 123 Fax: 91 420 58 08

www.madrid.org

Esta versión digital de la obra impresa
forma parte de la Biblioteca Virtual de la
Consejería de Educación y Empleo de
la Comunidad de Madrid y las
condiciones de su distribución y difusión
se encuentran amparadas por el marco
legal de la misma.

www.madrid.org/edupubli

edupubli@madrid.org



CONFEDERACION EMPRESARIAL
DE MADRID CEOE