



Reunión semanal sobre seguridad

Your Safety Is Our Business®

Volumen 3 – Edición 48

27 de noviembre, 2016

Seguridad con Ruido

El ruido es sonido no deseado que puede afectar a su rendimiento en el trabajo, su seguridad y su salud. Los efectos psicológicos de ruido incluyen molestias y trastornos de concentración. Los efectos físicos incluyen pérdida de la audición, el dolor, las náuseas, y la interferencia con las comunicaciones cuando la exposición es severa.

La mayoría de los trabajadores dan por hecho la buena audición. La pérdida de audición puede ocurrir tan gradualmente que puede pasar desapercibido hasta que ya es demasiado tarde. Entonces, incluso un audífono puede no ayudar. Algunos suponen que la pérdida de la audición se el resultado inevitable del envejecimiento, no obstante, la mayoría de la pérdida de audición es debe al ruido a lo largo de toda la vida. Mientras la pérdida de la audición puede ser consecuencia de una sola exposición a un ruido o una explosión, tales pérdidas traumáticas son raras. La mayoría de los casos de pérdida de audición comienzan de manera gradual en frecuencias ligeramente por encima de la voz humana, y luego se extendió gradualmente en las frecuencias un poco superiores del nivel del discurso humano y sutilmente propagan a frecuencias inferiores y superiores. La pérdida de audición puede perturbar el rendimiento laboral, causar problemas relacionados con el estrés, aumento de la frecuencia cardíaca, fatiga, irritabilidad, tensión y provocar accidentes innecesarios o lesiones en el trabajo.

El lugar de trabajo puede ser muy ruidoso. Tanto la cantidad de ruido y la duración de la exposición determinan la capacidad de dañar la audición. Los trabajadores pueden estar expuestos al ruido de muchas fuentes: equipos, vehículos o herramientas, para nombrar unos pocos. Cualquiera de este ruido puede dañar la audición cuando la exposición se acumula a lo largo de períodos prolongados de tiempo. ¿Cómo puede saber si el trabajo es demasiado ruidoso y puede causar daños auditivos? Es nivel de ruido es demasiado alto si:

- Usted tiene que levantar su voz para que se escuche;
- No puede oír a alguien a menos de dos pies de distancia sin que griten;
- El discurso alrededor de usted suena amortiguado o embotado después de salir de una zona ruidosa; o
- Tiene zumbido en los oídos después de la exposición al ruido.

Ruido y protección auditiva:

La exposición prolongada a niveles de ruido normales no causa la pérdida de la audición -- solo la sobreexposición a altos niveles de ruido. El ruido se mide en unidades llamadas "decibelios". Cuanto mayor sea el nivel de decibelios, el más fuerte es el ruido. Para ayudarle a ver la diferencia en la escala de decibelios, mire estos ejemplos de diversos niveles de ruido:

- 20 decibelios - susurro suave
- 30 decibelios - susurro de hijas, música muy suave
- 60 decibelios - discurso normal, música de fondo
- 85 decibelios - maquinaria pesada con una cabina insonorizada
- 90 decibelios - cortadora de césped, herramientas de fabricación
- 100 decibelios - maquinaria pesada sin una cabina insonorizada, motocicletas
- 115 decibelios - música ruidosa, chorreo de arena
- 140 decibelios - motor de avión, escopeta



Reunión semanal sobre seguridad

En el lugar de trabajo, se debe usar protección auditiva para reducir la exposición al ruido para cualquier persona expuesta a 90 decibelios o más durante el transcurso de un día laboral. Se puede utilizar protección auditiva a niveles bajos de ruido, especialmente para las personas que están muy cerca del nivel de exposición de 90 decibelios. Los sonidos por encima de 120 decibelios pueden causar daños auditivos después de sólo una breve exposición y deben ser evitados a menos que se use protección auditiva.

Hay muchos tipos de protección auditiva disponibles, pero tenga en cuenta que no todos los tipos de protección auditiva son buenas para cada tipo de ruido. Tapones de espuma desechables pueden funcionar para algunos tipos de la exposición al ruido. Protección de tipo orejera puede ser más apropiada para otro tipo de ruido.

Es responsabilidad del empleador evaluar la exposición de ruido y brindar la protección auditiva adecuada para todos en el lugar de trabajo cuando sea necesario. Es la responsabilidad del trabajador utilizar la protección auditiva sistemática y correctamente. Protección auditiva no sirve si no es utilizada.

Tenga en cuenta que los operadores de equipo no son los únicos que pueden necesitar protección auditiva. Otras personas que trabajan en las cercanías pueden también estar sobreexpuestos al ruido. Si usted trabaja en una zona ruidosa -- incluso si no eres el uno haciendo ruido - sea consciente del riesgo de la pérdida de audición y use protección.

Clasificación de Reducción de Ruido (NRR/Noise reduction rating):

NRR es una medida estandarizada de reducción de ruido proporcionada por un protector auditivo según lo medido en un laboratorio. Proporciona una comparación a la hora de elegir un protector adecuado para el uso previsto.

Cuando se usa protección auditiva, su nivel de exposición al ruido se basa en la clasificación de reducción de ruido (NRR/Noise Reduction Rating) del dispositivo de protección utilizado.

Sin embargo, tenga en cuenta que mientras que la clasificación de reducción de ruido (NRR/Noise Reduction Rating) se mide en decibelios, el protector auditivo que se utiliza no reduce el nivel de decibelios del entorno por el número exacto de decibelios asociados con el NRR del dicho protector.

Por ejemplo, si trabaja en un taller de maquinaria con un nivel de exposición de ruido de 100 dB y lleva un protector auditivo con una clasificación de reducción de ruido (NRR/Noise Reduction Rating) de 33 dB, el nivel nuevo de exposición al ruido sería 87 dB.

Para determinar la cantidad real de deducción de decibelios aplicada (cuando se miden los decibelios, "dBA" es la notación más común), tome el número de clasificación de reducción de ruido (NRR/Noise Reduction Rating) (en dB), reste 7 y, a continuación, divida por dos.

Dado el ejemplo anterior, la ecuación de reducción de ruido tendría el siguiente aspecto: $(33-7)/2 = 13$.

"Protección Dual" es definido como el uso requerido de ambos tapones además de orejeras cuando los niveles de ruido sobrepasan 105 dBA.

Cuando se usan protectores auditivos en combinación (es decir, tapones Y orejeras), en lugar de añadir los dos números de clasificación de reducción de ruido (NRR/Noise Reduction Rating), basta con añadir cinco decibelios de protección más al dispositivo con el mayor NRR.

¡Oiga! Protección auditiva es una buena inversión.



Reunión semanal sobre seguridad

Hoja de Registro para Junta de Seguridad

Supervisor:	Asunto:
Local:	Fecha:
Realizada por:	Firma de Instructor:

Nombre (Escriba claramente)	Firma	Comentarios / Preocupaciones de Seguridad / Solicitudes para Formación

