



Riesgos del Ruido – General



El objetivo de esta charla es entender qué es el ruido y cómo escuchamos sonidos, entender los diferentes tipos de ruido y conocer los efectos de la exposición del ruido al cuerpo humano.

¿Qué es el ruido?

Para términos sencillos, se dice que el ruido es un sonido indeseado o desagradable. Su unidad de medida es el decibelio.



¿Cuáles son los tipos de ruido?

El ruido puede ser descrito como una banda ancha, estrecha o impulso:

- El ruido de banda ancha es el que incluye a la mayoría de ruidos en las instalaciones de la empresa e incluso a los motores (montacargas, etc.)
- El ruido de banda estrecha es el que incluye a la mayoría de ruidos generados por las herramientas eléctricas manuales.
- El ruido de impulso es de corta duración y repetitivo. Por ejemplo: cuando se usa un martillo.

¿El ruido realmente puede dañar mis oídos?

Si, si el ruido es suficientemente fuerte y dura suficiente tiempo, puede dañar la audición. El daño a la audición puede causarse por varios factores que no sean el ruido (edad, enfermedad degenerativa, etc.), pero la pérdida de audición producto del ruido es diferente por una manera importante. **La podemos prevenir.**

¿Puedo hacer más fuertes mis oídos?

No, si piensas que ya te has acostumbrado al ruido fuerte, lo más probable es que ya hayas disminuido tu capacidad auditiva. Y para recuperarte no hay medicina, cirugía, ni audífono que restaure tu audición al 100% una vez que se haya dañado por el ruido.

¿Cómo puedo saber si un ruido es peligroso?

Las personas son diferentes en sus niveles de sensibilidad al ruido. Por lo que se debe usar como regla general:

- Se tiene que gritar sobre el ruido en el fondo para que nos oigan.
- Si el ruido le produce un zumbido
- Tiene dificultad en oír por varias horas después de haber estado expuesto al ruido.



Ante el ruido, uno mismo debe protegerse ante este problema, si se tiene que trabajar en un entorno excesivamente ruidoso se debe usar protectores auditivos.