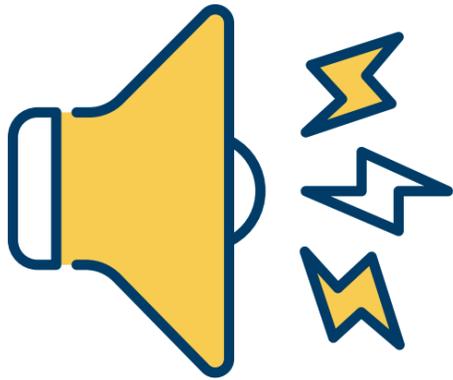


QUE EL RUIDO NO DAÑE TU OÍDO



¿QUÉ SE CONSIDERA RUIDO EN EL ÁMBITO LABORAL?

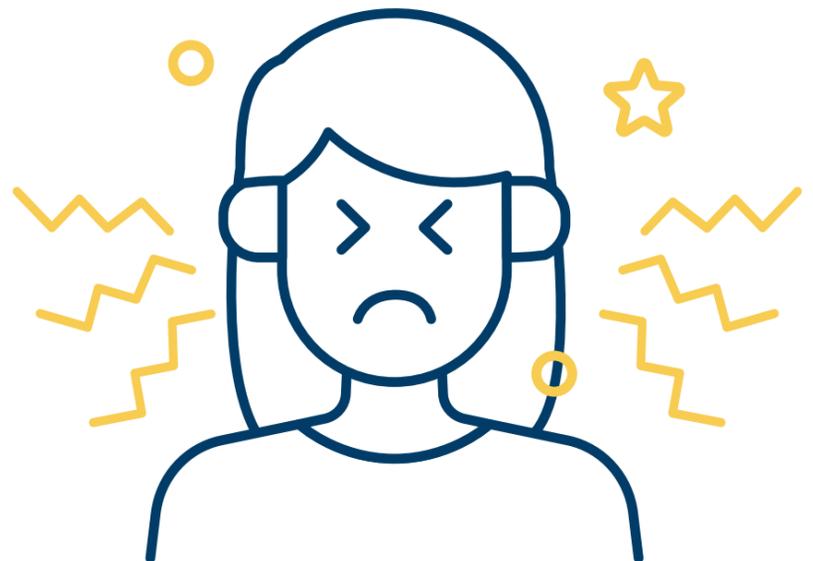
Se considera ruido en el ámbito laboral aquel sonido molesto y no deseado que proviene de diferentes elementos, como pueden ser los propios equipos, dentro de los lugares de trabajo.

Los valores límite sobre el que se ha de actuar vienen determinados por una exposición diaria superiores a **80 dB**, y una exposición puntual a ruidos de **135 dB o más**.

¿QUÉ PUEDE OCASIONARNOS?

Entre las diferentes consecuencias posible derivadas de la exposición al ruido por encima de sus valores límites se encuentran:

- Pérdida de la audición (sordera).
- Disminución de la capacidad auditiva.
- Acúfenos.
- Estrés.
- Aumento del riesgo de accidente en jornada de trabajo.



¿QUÉ MEDIDAS PODEMOS TOMAR PARA COMBATIRLO?

Las medidas destinadas a reducir el ruido en los lugares de trabajo son:

- Limitar la duración e intensidad de la exposición.
- Reducir el ruido transmitido por los elementos que lo generen.
- Elegir equipos de trabajo que generen el menor ruido posible.
- Usar adecuadamente los Equipos de Protección Individuales (cascos u orejeras), en caso de ser necesarios.
- Estar informado y formado adecuadamente sobre los riesgos de exposición al ruido y cómo actuar ante él.

