

**Riesgos**

Algunos de los peligros de demasiado ruido en el lugar de trabajo incluyen los siguientes:

- Irritabilidad y estrés por el esfuerzo de hablar o tratar de escuchar por encima de los sonidos fuertes
- Incapacidad para escuchar instrucciones importantes de trabajo o seguridad
- Dolores de cabeza, úlceras, presión arterial alta y otros trastornos
- Pérdida auditiva temporal o permanente.

Reducción del ruido en el lugar de trabajo

Aquí hay algunas maneras de reducir el ruido en el lugar de trabajo:

- Mueva la maquinaria ruidosa a un área separada o proporcione una barrera de sonido
- Reduzca la vibración colocando la maquinaria sobre soportes de caucho
- Use productos que absorban el sonido, como losetas y mantas acústicas

- Reorganice los horarios de trabajo para reducir el tiempo que una persona pasa en un área ruidosa.

Si los empleados están expuestos a más de 85 decibelios durante un período de 8 horas, el empleador debe tener un programa de conservación de la audición que incluya monitoreo, pruebas de audición, PPE, mantenimiento de registros y capacitación anual.

Protección auditiva

Si trabaja con una herramienta o pieza de equipo cuyo nivel de ruido no puede reducirse a un nivel seguro, debe protegerse con protección auditiva adecuada.

Su participación en el uso del dispositivo de protección auditiva (HPD) y en su cuidado es clave para protegerlo de la pérdida auditiva temporal o permanente.

Seleccione el HPD según el nivel de ruido, si el ruido es alto o bajo, si el HPD se ajusta cómodamente y si el HPD tiene la clasificación de reducción de ruido (NRR) adecuada.