

# La UPRL informa

**R.D  
286/2006**

*Protección de la salud y  
la seguridad de los  
trabajadores contra los  
riesgos relacionados con  
la exposición al ruido.*

## PROTECCIÓN FRENTE AL RUIDO (PARTE I)

El **REAL DECRETO 286/2006**, deroga el anterior Real Decreto 1316/1989, y supone un importante cambio en el enfoque de la evaluación de los riesgos derivados de la exposición al ruido.

### OBJETIVO:

- Proteger a los trabajadores frente a los riesgos derivados o que puedan derivarse de la EXPOSICIÓN al RUIDO y, particularmente, frente a los riesgos para la audición.
- Eliminar el ruido en origen o, si ello no es posible, reducirlo al nivel más bajo posible atendiendo a los avances técnicos.

### APLICACIÓN:

- Se aplica a las actividades en las que los trabajadores estén o puedan estar expuestos a riesgos derivados del ruido como consecuencia de su trabajo.

### ¡OJO!

- En ocasiones no se requiere medición. Sólo "la directa apreciación profesional acreditada" puede determinar si en un puesto de trabajo no se superan los valores inferiores de exposición que dan lugar a una acción haciendo que, entonces, NO SEA NECESARIO REALIZAR UNA MEDICIÓN.

**empresa prevenida  
vale por más.**

SERVICIO DE PREVENCIÓN, S.L.U.



**MAS**  
PREVENCIÓN

# La UPRL informa

RESUMEN RD 286/2006:

	NIVEL DE EXPOSICIÓN DIARIA, $L_{Aeq,d}$		
	Valores inferiores de exposición que dan lugar a una acción	Valores superiores de exposición que dan lugar a una acción	Valores límite de exposición (Con la atenuación de los protectores auditivos)
	$L_{Aeq,d}=80$ dB(A) $L_{pico}=135$ dB(C)	$L_{Aeq,d}=85$ dB(A) $L_{pico}=137$ dB(C)	$L_{Aeq,d}=87$ dB(A) $L_{pico}=140$ dB(C)
Evaluación y medición higiénica	Triannual	Anual	No se deben superar los valores límite de exposición. Adoptar medidas técnicas y organizativas. Si, a pesar de las medidas, $L_{Aeq,d} > 87$ dB(A), el empresario deberá: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tomar medidas inmediatas para reducir la exposición.</li> <li>- Determinar las razones de la sobreexposición.</li> <li>- Corregir las medidas de prevención y protección.</li> <li>- Informar a los delegados de prevención.</li> </ul>
Vigilancia de la salud	SI	SI	
Control audiométrico	Quinquenal	Triannual	
Uso de protectores auditivos	Optativo	Obligatorio	
Formación e información de los trabajadores y/o sus representantes	SI	SI	
Señalización	NO	SI	
Programa de medidas técnicas y de organización	NO	SI	

➤ Si en la medición, obtenemos un nivel de ruido de la columna de "VALORES LÍMITES DE EXPOSICIÓN", para determinar la Exposición Real del Trabajador al ruido, SE TENDRÁ EN CUENTA LA ATENUACIÓN DE LOS PROTECTORES AUDITIVOS.

➤ Para los "VALORES INFERIORES o SUPERIORES (columnas 1 y2) DE EXPOSICIÓN QUE DAN LUGAR A UNA ACCIÓN", NO SE TENDRÁ EN CUENTA LA ATENUACIÓN QUE PROPORCIONAN LOS PROTECTORES AUDITIVOS.

**empresa prevenida  
vale por más.**

SERVICIO DE PREVENCIÓN, S.L.U.



**MAS**  
PREVENCIÓN

# La UPRL informa

## CÓMO ELEGIR EL PROTECTOR AUDITIVO ADECUADO:

- En la elección del protector auditivo, y según el entorno de trabajo y el valor del nivel de ruido obtenido, tendremos en cuenta:
  - ✓ TAPONES AUDITIVOS: para exposiciones no prolongadas, en ambientes calurosos y húmedos, o para compatibilizar con otros EPI's (gafas, etc).
  - ✓ OREJERAS O TAPONES UNIDOS POR UNA BANDA: para ruidos intermitentes, cuando no se llevan más EPI's, cuando hay infección de oído.
  - ✓ CASCOS ANTIRRUIDO O LA COMBINACIÓN DE TAPONES Y OREJERAS: en ambientes extremadamente ruidosos.
  - ✓ DEBERÁN REDUCIR LA EXPOSICIÓN AL RUIDO A UN LÍMITE ADMISIBLE.
  - ✓ NO DEBEN MERMAR LA PERCEPCIÓN DEL HABLA.
  - ✓ COMODIDAD DE LOS USUARIOS: aconsejable realizar pruebas de varios modelos de protectores y, en su caso, de tallas distintas.
  - ✓ SE RECHAZARÁN LOS TAPONES AUDITIVOS que provoquen una excesiva presión local.

## USO Y MANTENIMIENTO DE LA PROTECCIÓN AUDITIVA, NO OLVIDAR:

- ✓ Para que un protector sea eficaz, debe llevarse durante todo el tiempo que dura la exposición. Su retirada, aún por corto espacio de tiempo, reduce seriamente la protección.
- ✓ Algunos tapones son de uso único. Otros pueden utilizarse durante un número determinado de días o años con un adecuado mantenimiento (según las instrucciones del fabricante). Se aconseja al empresario precisar, en la medida de lo posible, la vida útil de estos según las características del protector, las condiciones de trabajo y del entorno.
- ✓ LOS TAPONES AUDITIVOS (sencillos o unidos por una banda) SON Estrictamente personales. Por cuestiones higiénicas, debe prohibirse su reutilización por otra persona.



# La UPRL informa

- ✓ Los cascos antirruído, orejeras, casquetes adaptables, pueden ser utilizados excepcionalmente por otras personas PREVIA DESINFECCIÓN. Puede ser necesario, además, cambiar las partes que están en contacto con la piel (almohadillas o cubre almohadillas desechables).
- ✓ Los tapones auditivos de espuma no deben lavarse y no son reutilizables, deberán ser desechados.
- ✓ Los tapones auditivos reutilizables deben sustituirse si se endurecen, se rompen o se deforman de forma permanente. Lavarlos en agua tibia con jabón y enjuagarlos bien. Cuando estén secos, guardarlos en su estuche.
- ✓ Las almohadillas pueden lavarse con agua tibia y jabón, debiéndose enjuagar bien. No utilizar alcoholes o disolventes. Suele ser necesario cambiar las almohadillas dos o más veces al año, siempre que se vuelvan rígidas, se agrieten o no sean capaces de formar un cierre hermético. No modificar las orejeras de ninguna manera, y no estirar del arnés ya que esto reducirá la protección ofrecida.

