

# CONTAMINACIÓN POR RUIDO



## CAUSAS

- Tráfico rodado, ferroviario y aéreo
- Industrias
- Maquinaria
- Ocio

*Es un problema medioambiental en aumento y un riesgo laboral*

## MEDIDAS EN EL TRABAJO

- Usar protectores auditivos en trabajadores/as cuando el ruido supere los valores límite de exposición
- Mejorar el aislamiento de los lugares de trabajo y del hogar
- Programas de concienciación
- Reducir el volumen de los dispositivos electrónicos
- Instalar pantallas acústicas
- Fomentar el uso del transporte público o caminar
- Bajar el tono de voz al hablar
- Buen mantenimiento de los equipos de trabajo

## IMPACTOS EN LA SALUD

*Es la segunda causa de enfermedad por motivos ambientales*

- Problemas auditivos
- Trastornos del sueño
- Problemas cardiovasculares y metabólicos
- Ansiedad, estrés, irritabilidad
- Deficiencias cognitivas, baja capacidad de rendimiento y atención

*Afecta a los humanos y también a los animales, pudiendo contribuir a la extinción de algunas especies*

*Se calcula que la exposición a largo plazo al ruido ambiental provoca 12000 muertes prematuras al año en Europa*