

# Ruido ocupacional, la alerta que no se escucha

En muchas faenas el ruido es parte del paisaje: motores, martillos, compresores, esmeriles, alarmas, camiones. El problema es que el oído no “duele” como señal de alarma. Cuando el daño aparece, suele hacerlo lento y en silencio. Por eso el primer aviso a veces llega en lo cotidiano: cuesta entender conversaciones o aparece un zumbido después del turno.

La última foto poblacional disponible sigue siendo contundente. La Enets 2009–2010 estimó que el 18,2% de quienes trabajan en Chile estuvo expuesto a un ruido tan alto que obliga a elevar la voz durante toda o la mitad de la jornada, y el 22,8% lo vivió de manera ocasional. Si para hablar con alguien a un metro necesitas gritar, probablemente ya estás en zona de riesgo. La exposición se concentra donde hay maquinaria y procesos industriales —construcción, manufactura/metalmecánica, transporte y logística— y en minería.

Las consecuencias también se ven en la epidemiología de enfermedad profesional. En 2023, en mutualidades, las patologías audiológicas representaron cerca del 9% del total de enfermedades profesionales (sin Covid). En 2024, se reportaron 332 enfermedades profesionales audiológicas de un total de 9.118, concentradas abrumadoramente en hombres (99%), lo que calza con la distribución de puestos con mayor exposición.

¿Cuándo el ruido pasa de molesto a peligroso? Para una jornada de 8 horas, el límite de referencia es 85 dB(A) medido a nivel del oído. Sin embargo, la prevención no debería esperar ese borde. El protocolo Prexor (Protocolo de Exposición Ocupacional a Ruido, del Minsal) define un “nivel de acción” para activar gestión y vigilancia antes de llegar al límite: 82 dB(A), equivalente al 50% de la dosis diaria. Si existe ruido impulsivo (impactos, golpes), el nivel de acción es 135 dB(C)Peak.

Prexor es una forma de organizar la prevención. Primero se intenta eliminar o sustituir la fuente. Luego vienen los controles de ingeniería (mantenimiento, encapsulado, barreras, silenciadores), después las medidas administrativas (rotación, reducción de tiempos, señalización y restricción de acceso) y, finalmente, los



**FERNANDO PEÑAFIEL CASTILLO**  
Miembro Sociedad Chilena de Medicina del Trabajo

**“En 2024, se reportaron 332 enfermedades profesionales audiológicas de un total de 9.118, concentradas abrumadoramente en hombres (99%), lo que calza con la distribución de puestos con mayor exposición”.**

elementos de protección personal (EPP). Los protectores auditivos son una capa importante, pero no reemplazan lo anterior. Además, el ruido no solo daña la audición: también puede afectar la comunicación y aumentar el riesgo de accidentes, porque dificulta oír alarmas o instrucciones.

Hay un punto menos conocido que también debe ponerse sobre la mesa: embarazo y ruido. En criterios de salud ocupacional del sector minero, el embarazo se reconoce como una condición que puede requerir reubicación temporal frente a exposiciones relevantes a ruido, como medida preventiva para cuidar el binomio madre-hijo.

La buena noticia es que el daño por ruido es, en gran parte, prevenible. La mala es que exige gestión temprana: medir, actuar desde el nivel de acción, controlar en la fuente y comprobar que las medidas funcionan en la práctica. En salud laboral, escuchar a tiempo esta alerta puede evitar que, más adelante, sea el oído el que deje de escuchar. También protege la vida social: escuchar bien importa.