



Ruido Ocupacional, la alerta que no se escucha

Fernando Peñafiel Castillo

Miembro de la Sociedad Chilena de Medicina del Trabajo (SOCHMET)



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 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 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 represen-

taron 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 MIN-SAL) 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 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.

C3