



© Hospital de Zamora.

## La contaminación acústica, uno de los riesgos más frecuentes en cocinas profesionales

03-04-2019

**El próximo 26 de abril se celebra el Día Internacional de Concienciación sobre el Ruido para promover a nivel internacional el cuidado del ambiente acústico, la conservación de la audición y la concienciación sobre las molestias y daños que generan los ruidos. Según un estudio de Gaes, uno de cada cuatro españoles, consideran que su entorno laboral es 'ruidoso'; afirmación que corroborarían, seguramente, la mayoría de profesionales que trabajan en cocina.**

España es el segundo país más ruidoso del mundo. El elevado nivel de ruido existe no sólo en la calle o el hogar, sino también en el puesto de trabajo. Así lo reconoce uno de cada cuatro españoles, que consideran que su entorno laboral es 'ruidoso'. Otro 71% afirma que el ruido le dificulta la concentración en el trabajo. Ésta es una de las conclusiones del *Primer estudio Gaes sobre el ruido en España*, que se presentó el pasado 26 de abril, con motivo del Día Mundial de la Concienciación contra el Ruido.

Promovido en España por la [Sociedad Española de Acústica \(SEA\)](#), cada último miércoles del mes de abril se celebra, desde hace más de 20 años, el Día Internacional de Concienciación sobre el Ruido. Su objetivo es promover a nivel internacional el cuidado del ambiente acústico, la conservación de la audición y la concienciación sobre las molestias y daños que generan los ruidos. Actualmente, el impacto del ruido en la audición, la salud y la calidad de vida está totalmente demostrado por un gran número de estudios científicos y médicos.

El ruido está considerado como un agente contaminante del mundo moderno; un agente contaminante 'invisible', y hoy día los individuos y las comunidades no aceptan que el ruido sea un producto 'natural' del desarrollo tecnológico, y en consecuencia se debe regular y controlar.?

Como otros agentes contaminantes, el ruido produce efectos negativos en el ser humano, tanto fisiológicos como psicosomáticos, y constituye un grave problema medioambiental y social. La lucha contra el ruido es una acción individual y colectiva y precisa, por tanto, de la concienciación y colaboración ciudadanas, así como de una implicación decidida y eficaz de las empresas y las

administraciones competentes, con una legislación y normativas adecuadas.

## El ruido en las cocinas profesionales

El ruido es uno de los riesgos más frecuentes que concurren en las cocinas profesionales. En las instalaciones pueden llegarse a producir problemas ocasionados por el ruido en casos como: el funcionamiento simultáneo de varios aparatos; el incorrecto funcionamiento de alguno de ellos; instalaciones deficientes, etc. Según la monografía de *Seguridad y salud en cocinas industriales* de la mutua Asepeyo, niveles de presión acústica superiores a los 85 dbA con tiempos de exposición prolongados (de horas o días), pueden derivar incluso en situaciones de sordera profesional... otros niveles más bajo pueden no ser peligrosos pero dificultar la conversación oral e interferir en el desarrollo propio de la actividad.

**José Martín**, proyectista de cocina industrial y colaborador de nuestra revista, enumera a continuación alguno de los ruidos, derivados de una mala proyección, que más molestos resultan en las cocinas profesionales.

1. Uno de los ruidos más penetrantes, constantes y molestos es el de los **equipos de frío**, de los que en una cocina puede haber entre dos o tres y hasta veinte o más. La solución pasa o por tener equipos remotos o por centralizar a distancia los equipos.
2. El problema anterior hace que el **tono de voz de los trabajadores** dentro de la cocina se tenga que elevar entre un 15% y un 20% para poder comunicarse. Así pues, solucionando el ruido excesivo de los equipos de frío, evitamos el dolor de garganta y oídos a los trabajadores, a la par que eliminamos otro ruido contaminante, el griterío.
3. Otro ruido importante suele ser el de **la campana**. En este caso, todo depende de donde esté situado el motor y del buen cálculo del mismo. Un motor correctamente calculado puede aspirar perfectamente bien al 30% de su velocidad y no tener que pasar de ella prácticamente nunca. En muchas cocinas, se ven campanas que no aspiran correctamente ni estando al 100%... ¡abaratar costes en según que equipamientos no es la mejor solución!
4. Un suelo no adecuado puede aportar también mucho a la contaminación acústica de una cocina. Los pavimentos deben ayudar a conseguir una acústica buena, que no produzca ruidos innecesarios, como los que se suelen producir con el movimiento de carros o cuando se arrastran cajas u otro tipo de objetos.
5. No podemos olvidar tampoco el ruido de **la loza y pequeño menaje en general**. Ante esto poco podemos hacer... sin embargo habiendo 'apaciguado' los demás ruidos, éste no es malo escucharlo pues nos deja 'ver' la vida y la velocidad de la cocina y transmite energía y ritmo, dos factores muy necesarios en esta profesión.
6. **Las máquinas de lavado** son también otros agentes contaminantes de ruido. En este caso se deben buscar aparatos con el menor nivel sonoro posible, y dotar a las encimeras de las zonas de recepción, de elementos que quiten el ruido del impacto sobre la misma.

Como siempre, queda claro que, desde el punto de vista preventivo, es preferible actuar en la fase de diseño de la instalación con el objetivo de decidir los emplazamientos más adecuados para el equipamiento y el adecuado dimensionamiento de las instalaciones.

Más allá del equipamiento, otros consejos de fácil ejecución y que pueden mejorar mucho el confort acústico en la cocina son:

- Utilizar protección auditiva durante las franjas horarias en las que se concentre el funcionamiento de la maquinaria.
- Mantener en funcionamiento los equipos el tiempo mínimo imprescindible para realizar los trabajos.
- No poner la radio a volumen elevado.
- No dar órdenes levantando la voz entre compañeros.
- Y adoptar comportamientos y hábitos de trabajo que favorezcan la reducción del ruido durante la ejecución de las tareas

## Noticias Relacionadas

- [La contaminación acústica, uno de los riesgos más frecuentes en cocinas profesionales](#)



**Ana Turón**, periodista especializada en el sector de la restauración social y colectiva. Impulsora y responsable de [www.restauracioncolectiva.com](http://www.restauracioncolectiva.com), único medio de comunicación dedicado al 100% al sector de las colectividades en España; y también del 'Congreso de Restauración Colectiva' (CRC). @: [aturon@restauracioncolectiva.com](mailto:aturon@restauracioncolectiva.com) / [Linkedin](#).