

Guía INSHT «Ruido en los sectores de la música y el ocio» — extracto para la pericia higiénica

Fuente: «Ruido en los sectores de la música y el ocio. Código de conducta con orientaciones prácticas para el cumplimiento del Real Decreto 286/2006 en los sectores de la música y el ocio». **Editor:** Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (INSHT). NIPO 792-11-019-4. **Origen:** adaptación autorizada de la guía británica «Sound Advice. Control of noise at work in music and entertainment» (Health and Safety Executive, Reino Unido). **Habilitación:** disposición adicional segunda del RD 286/2006, de 10 de marzo. **Localización en el expediente:** gestion-cabinas.pdf, págs. 9–88 (copia íntegra del documento).

Advertencia de uso (para el higienista y el letrado)

La guía es **posterior al periodo de exposición principal (1988–2005)** y se dicta al amparo del **RD 286/2006** (en vigor desde 2006). Para los periodos de exposición anteriores, la norma aplicable era el **RD 1316/1989** (límite diario de 90 dB(A) L_{EX,8h}). Por tanto, los niveles y umbrales de la guía se utilizan **como literatura técnica oficial del órgano competente (INSHT) sobre los niveles reales del puesto de DJ**, no como norma vigente durante 1988–2005. El escrito v13 ya encuadra correctamente el régimen normativo por periodos (RD 1995/1978 y RD 1316/1989 para 1988–2005; RD 1299/2006 desde 01/01/2007).

1. El disc-jockey como colectivo expuesto — Tabla 1.1

Localización: guía, pág. 8 (apartado 1.2 «Identificación de las personas posiblemente expuestas»); PDF pág. 17.

La «Tabla 1.1 — Lista no exhaustiva de trabajadores de los sectores de la música y el ocio que pueden estar expuestos a un ruido demasiado alto» incluye expresamente a los «**Disc-jockeys**» entre los puestos identificados, junto a músicos, cantantes, técnicos de sonido, personal de barra, personal de seguridad y control de accesos, entre otros.

Fragmento literal (contexto de la lista):

«Además de los músicos de orquesta existen muchos trabajos relacionados con el mundo de la música y el ocio [...] • Directores de orquesta • **Disc-jockeys** • Diseñadores, técnicos y auxiliares de iluminación, de sonido y de efectos especiales [...]»

Tabla 1.1 Lista no exhaustiva de trabajadores de los sectores de la música y el ocio que pueden estar expuestos a un ruido demasiado alto.

Utilidad: acredita que el propio INSHT reconoce el puesto de disc-jockey como expuesto a ruido, con independencia de la denominación que figure en los contratos.

2. Niveles de exposición del puesto de DJ en clubes — Tabla A2.1

Localización: guía, Apéndice 2 «Bares y clubes»; PDF pág. 55.

Tabla A2.1 Niveles de exposición representativos en clubes

Puesto de trabajo	dB(A)
Personal de barra	89 – 99
Recogevasos	90 – 100
Camareros	102
Disc-jockeys	93 – 99
Técnicos de iluminación	104
Personal de seguridad	97
Personal de control de accesos	84
Pista de baile	94 – 104

Contexto del propio Apéndice 2:

«Existe una alta probabilidad de que los trabajadores de locales que reproduzcan música amplificada se vean expuestos a niveles de ruido que alcancen o superen el valor superior de exposición que da lugar a una acción, establecido en el Real Decreto 286/2006.»

Utilidad: nivel medido del puesto de DJ (93–99 dB(A)), muy por encima del umbral de **80 dB(A)** del cuadro de enfermedades profesionales (RD 1299/2006, código 2A0109) y del límite de **90 dB(A)** del RD 1316/1989 vigente durante la exposición.

3. Exposición diaria medida del DJ (LAeq,d) — Tabla A2.2

Localización: guía, pág. 50 (Apéndice 2, apartado A2.3); PDF pág. 59.

Tabla A2.2 Exposición diaria al ruido por puesto de trabajo antes y después de las reformas

Puesto de trabajo	Antes de las reformas LAeq,d dB(A)	Después de las reformas LAeq,d dB(A)
Camareros	90 – 96	87 – 89
Recogevasos	95 – 98	95 – 97
Disc-jockey	99 – 100	97 – 98

Contexto del ejemplo del propio Apéndice 2 (caso de reforma de un club):

«Se utilizó un sistema de sonido para ecualizar cuidadosamente la música y se ajustó a un nivel de 103 dB(A) en la pista de baile. [...] Se animó a los disc-jockeys a que evitaran el uso de altavoces/monitores y a que usaran orejeras con restauración del sonido o monitores intra-auditivos.»

Utilidad: exposición diaria equivalente medida del DJ (99–100 dB(A) LAeq,d), la más alta de todos los puestos del local. Aun tras medidas correctoras, se mantiene en 97–98 dB(A), por encima del umbral de 80 dB(A).

4. Ejemplo «Joan, DJ en discoteca» — Capítulo 1, apartado 1.1

Localización: guía, Capítulo 1 «Introducción», apartado 1.1 «Exposición al ruido»; PDF págs. 16–17.

EJEMPLO

«Joan trabaja como DJ en una discoteca durante los fines de semana. Su jornada de trabajo es de 11 de la noche a 5 de la mañana. A lo largo de la noche sus oídos se van acostumbrando al ruido, de forma que siente la necesidad de ir elevando el volumen de la música paulatinamente para mantener una sensación acústica constante. A las 2 de la madrugada, coincidiendo con el cierre de los pubs de la zona, la discoteca se empieza a llenar de clientes que al entrar se quejan del excesivo volumen de la música. El gerente de la discoteca, cansado de llamar la atención a Joan para que disminuya el volumen, ha decidido

instalar un dispositivo que muestra continuamente a Joan el volumen a que se está emitiendo la música. Ahora Joan es consciente de cómo su audición va empeorando a lo largo de su jornada y ha empezado a modificar algunos de sus hábitos: utiliza los auriculares en ambos oídos y controla la música que se escucha en la sala a través de la mesa de mezclas.»

Utilidad: describe, en una guía oficial del INSHT, el patrón de jornada (23:00–05:00), la posición del DJ controlando el volumen y el fenómeno de fatiga auditiva con ascenso progresivo del nivel — coincidente con el puesto real alegado (cabina, jornada nocturna, control de la mesa de mezclas).

5. Umbral de 80 dB(A) y dosis — Capítulo 1, apartado 1.1

Localización: guía, Capítulo 1 «Introducción»; PDF pág. 16.

«Se considera que 80 dB(A) durante 8 horas de exposición diaria es el umbral de riesgo para la pérdida de audición, pero la misma dosis se alcanza en solo tres minutos cuando el nivel es de 102 dB(A), y la capacidad de dañar el oído es la misma sea cual sea la procedencia y la interpretación del sonido, lo que cuenta es la dosis recibida.»

«Los daños auditivos causan sordera y no se pueden reparar, son permanentes e irreversibles.»

Utilidad: fija el umbral de riesgo en 80 dB(A)/8h — coincidente con el umbral del cuadro de enfermedades profesionales — y la equivalencia dosis-tiempo (102 dB(A) en tres minutos equivale a la dosis de 80 dB(A) durante 8 h), relevante para la reconstrucción de la dosis acumulada del puesto de cabina.

Lectura conjunta para el encargo higiénico

1. La guía oficial española (INSHT) reconoce el **disc-jockey como puesto expuesto a ruido** (Tabla 1.1).
2. Los niveles medidos del puesto oscilan entre **93 y 100 dB(A)** (Tablas A2.1 y A2.2), siempre por encima del umbral de 80 dB(A) del cuadro de EP y del límite de 90 dB(A) del RD 1316/1989.
3. El ejemplo «Joan» y las tablas del Apéndice 2 ofrecen al higienista una **base técnica oficial** para reconstruir el L_{EX,8h} del puesto de cabina/DJ en la tipología de discotecas de Magalluf/Calvià, complementando —no sustituyendo— la reconstrucción retrospectiva específica del caso.

Documento de trabajo interno. Fuente técnica del INSHT; no sustituye la norma aplicable al periodo de exposición (RD 1316/1989) ni la pericia específica del higienista. Verificar los pasajes contra el original de `gestion-cabinas.pdf` (págs. 9–88) antes de incorporarlos a un escrito.