Cómo medir el ruido de los vecinos para presentar una queja (guía paso a paso)

¿Cansado de perder el sueño por el ruido de los vecinos? Aprende a medir los decibelios con el móvil, documentar las molestias con horas e informes de prueba y presentar una queja eficaz.

Autor: Lubor Šimůnek · Publicado: April 18, 2026 · Productividad

Versión en línea: https://appstoryo.com/es/blog/how-to-measure-neighbor-noise

Cómo medir el ruido de los vecinos para presentar una queja (guía paso a paso)

El ruido de los vecinos es una de las fuentes de estrés más habituales en la vida en pisos. Ya sea música con mucho bajo a altas horas de la noche, un perro que ladra al amanecer o pisadas que hacen vibrar tu techo, la frustración se acumula rápido. El problema es que decirle al casero "hay muchísimo ruido" casi nunca sirve de nada. Lo que sí funciona son datos fríos y medibles: lecturas de decibelios con fechas, horas y duración.

Esta guía te explica exactamente cómo medir el ruido de los vecinos para una queja, paso a paso. Aprenderás qué significan realmente los niveles de decibelios, cómo registrarlos correctamente y cómo empaquetar tus pruebas en algo que un casero, una comunidad de propietarios o una autoridad local se tomen en serio. La única herramienta que necesitas es tu iPhone y una app gratuita llamada **NoiseLedger**, que convierte tu teléfono en un sonómetro calibrado con registro de sesiones y exportación de pruebas integrados.

Descarga NoiseLedger gratis en iOS

¿Qué nivel de ruido es demasiado alto? Entender los límites de decibelios

Antes de empezar a medir, conviene entender la escala de decibelios. Los decibelios (dB) miden la intensidad del sonido en una escala logarítmica, lo que significa que cada aumento de 10 dB representa aproximadamente el doble de sonoridad percibida. Aquí tienes una tabla de referencia rápida con sonidos habituales y sus niveles aproximados de decibelios:

Sonido	Nivel aproximado en dB
Susurro	30 dB
Biblioteca silenciosa	40 dB
Conversación normal	60 dB
Aspiradora	70 dB
Tráfico intenso en la calle	80 dB
Cortacésped	90 dB

Sonido	Nivel aproximado en dB
Concierto de rock / discoteca	110 dB
Motor a reacción a 100 m	130 dB

La mayoría de las ordenanzas municipales de ruido establecen límites en dos franjas. Durante el día (normalmente de 7:00 a 22:00), el nivel de ruido ambiental aceptable en zonas residenciales suele situarse entre 55 y 65 dB. Después de las 22:00 y antes de las 7:00, los límites bajan a entre 45 y 55 dB. Algunas ciudades miden en el límite de la propiedad, mientras que otras miden dentro de la vivienda afectada. Estos umbrales varían mucho según la ciudad, la provincia y el país, así que consulta tu ordenanza local de ruido para conocer las cifras exactas que se te aplican.

Para que te hagas una idea: si la música de tu vecino registra 65 dB dentro de tu piso después de las 22:00, casi con toda seguridad supera el límite nocturno en la mayoría de las jurisdicciones. Ese es el tipo de dato que convierte una queja vaga en una queja accionable.

Ten en cuenta también que la exposición prolongada a niveles de ruido elevados es un problema de salud. Como referencia laboral, los límites de exposición al ruido de OSHA y NIOSH fijan niveles de acción en 85 dB para una jornada de 8 horas. Tu casa debería ser bastante más silenciosa que eso.

Qué necesitas para documentar una queja por ruido

Una queja por ruido eficaz se construye sobre pruebas, no sobre emociones. Esto es lo que necesitas reunir:

- **Un smartphone con una app de sonómetro fiable.** El micrófono de tu teléfono puede medir niveles de presión sonora con una precisión razonable, sobre todo si la app admite calibración.
- **Un registro sistemático.** Cada entrada debe incluir la fecha, la hora de inicio y de fin, la duración, los niveles medidos en dB (mínimo, medio y máximo) y una breve descripción de la fuente del ruido.
- **Varias mediciones a lo largo de varios días.** Una sola lectura es fácil de descartar. Un patrón a lo largo de una semana o más demuestra que la molestia es crónica y no un hecho puntual.

Las quejas subjetivas del tipo "mi vecino hace mucho ruido" son difíciles de gestionar para un casero o una autoridad. Pero un registro que muestre que la música con bajos alcanzó 72 dB dentro de tu dormitorio a las 23:45 durante cuatro viernes consecutivos es algo completamente distinto. Los datos trasladan la conversación de la opinión al hecho.

Cómo medir el ruido paso a paso

Paso 1: descarga una app de sonómetro fiable

No todas las apps de sonómetro son iguales. Muchas están llenas de anuncios, exigen crear una cuenta o envían tus datos a servidores remotos. Para documentar el ruido de los vecinos necesitas una app precisa, privada y capaz de registrar sesiones a lo largo del tiempo.

NoiseLedger es una app gratuita para iOS diseñada específicamente para medir y documentar el ruido. Ofrece lecturas de dB en tiempo real con modos de respuesta FAST y SLOW, registra los valores MIN, LEQ (nivel continuo equivalente) y MAX de cada sesión, e incluye análisis de espectro FFT para que veas qué frecuencias dominan. No tiene anuncios, no requiere cuenta y ningún dato sale nunca de tu dispositivo.

Para obtener los resultados más precisos, plantéate calibrar la app. NoiseLedger admite calibración mediante un valor de compensación y ofrece tanto ponderación A (que imita la sensibilidad del oído humano) como ponderación Z (respuesta plana, sin ponderar). La ponderación A es el estándar para las quejas por ruido porque refleja cómo percibimos la sonoridad las personas. Si tienes acceso a una fuente de sonido de referencia o a un sonómetro calibrado, puedes ajustar la compensación para acercar las lecturas de tu teléfono a las de un instrumento profesional. Incluso sin calibrar, los micrófonos de los iPhone modernos son razonablemente precisos en el rango de 40 a 90 dB, que cubre la mayoría de las situaciones de ruido residencial. Para más detalles sobre este tema, consulta nuestro artículo sobre la precisión de las apps de sonómetro para móvil.

Descarga NoiseLedger gratis en iOS

Paso 2: prepara tu sesión de medición

Abre NoiseLedger e inicia una nueva sesión de grabación. Antes de empezar a capturar datos de audio, dedica un momento a organizar la sesión para que las pruebas resulten claras y fáciles de interpretar después.

Ponle un título a la sesión con algo descriptivo: "Música con bajos del vecino: viernes noche" o "Perro ladrando: piso 4B por la mañana". Este título aparecerá en el informe exportado, así que procura que sea significativo.

Añade etiquetas para clasificar el tipo de ruido. Etiquetas como "música-vecino", "perro-ladrando", "obras" o "fiesta" te ayudan a ordenar y filtrar sesiones cuando tienes varias grabaciones. Si estás construyendo un caso a lo largo de varias semanas, un etiquetado coherente facilita mucho agrupar incidentes relacionados.

Añade notas con contexto concreto: "La música con bajos empezó hacia las 23:30. Las paredes vibraban. Pedí al vecino que bajara el volumen a las 23:45 sin ningún cambio". Las notas aportan una capa narrativa a los datos brutos y se incluyen en el informe exportado.

También puedes colocar **marcadores** durante una sesión para señalar momentos concretos, por ejemplo cuando el ruido se dispara de golpe o cuando oyes un sonido determinado como el golpe de un subwoofer o un portazo. Los marcadores llevan marca de tiempo y aparecen en la línea temporal de la sesión, lo que facilita relacionar sucesos concretos con las lecturas de dB.

Paso 3: graba en las horas de mayor ruido

El momento importa. Medir el ruido ambiente a las 14:00 de un martes no ayudará a tu queja sobre las fiestas del fin de semana. Centra tus grabaciones en las horas en las que se produce realmente la molestia.

Horas habituales de mayor ruido:

- Tardes-noches entre semana, sobre todo de 21:00 a medianoche
- Noches de viernes y sábado a partir de las 22:00
- Primeras horas de la mañana (5:00 a 7:00) por perros que ladran u obras
- Domingos por la mañana por maquinaria de jardín o música

Cada grabación debería durar al menos 30 segundos para capturar un valor LEQ (medio) significativo. Para ruidos intermitentes como un perro que ladra, sesiones más largas de 5 a 15 minutos representarán mejor el patrón. Durante la sesión, NoiseLedger registra continuamente los niveles mínimo, medio y máximo en dB, así que no tienes que preocuparte por pillar el momento perfecto: la app lo captura todo.

Coloca el teléfono en la habitación donde más notas el ruido, idealmente sobre una superficie plana a la altura del oído y al menos a un metro de paredes o ventanas para evitar reflexiones que puedan falsear las lecturas. No sostengas el teléfono en la mano, ya que el contacto con el cuerpo puede amortiguar el micrófono.

Repite las mediciones durante varios días. Una única grabación puede coincidir con una noche especialmente ruidosa, o especialmente tranquila. Construir un registro de al menos cinco a siete días (incluyendo fines de semana) establece un patrón mucho más difícil de descartar. Si puedes demostrar que el ruido supera el límite local en varias ocasiones, tu queja gana muchísimo peso.

Paso 4: exporta tus pruebas

Los números en la pantalla del móvil te sirven a ti, pero un casero o un agente de control de ruido necesita algo más presentable. NoiseLedger ofrece dos formatos de exportación pensados exactamente para eso.

La exportación de informe en PNG genera un resumen visual y limpio de la sesión. El informe incluye el título de la sesión, la fecha y la hora, la duración, los valores MIN/LEQ/MAX en dB y un gráfico temporal que muestra cómo variaron los niveles de ruido durante la grabación. Este es el formato que debes adjuntar a correos y formularios de queja: se entiende al instante incluso para alguien que nunca ha usado un sonómetro.

La exportación de datos en CSV te ofrece los datos brutos con marca de tiempo en un formato compatible con hojas de cálculo. Resulta útil si necesitas agregar datos de varias sesiones, calcular medias o presentar pruebas detalladas en un procedimiento legal o administrativo.

Para una referencia visual rápida, también puedes hacer una captura de pantalla de la pantalla de medición con los valores MIN, LEQ y MAX actuales y la lectura de dB en tiempo real. Funciona bien para comunicaciones informales, como un mensaje a un vecino o un correo rápido a tu casero.

Cómo usar tus datos de ruido

Hablar con tu vecino

En muchos casos, una conversación directa es la solución más rápida. La clave está en no ser confrontativo. En lugar de decir "haces demasiado ruido", prueba con: "He estado

midiendo los niveles de ruido en mi piso y las lecturas muestran que tu música llega a 68 dB en mi dormitorio después de las 23:00. El límite nocturno local es de 50 dB. ¿Podemos buscar un punto medio?".

Enseñar datos reales quita la carga emocional de la conversación. Es más difícil discutir con un gráfico y unas cifras que con una queja subjetiva. Mucha gente no es consciente de verdad de cuánto sonido atraviesa las paredes, y ver los datos puede bastar para que cambie de actitud.

Presentar una queja ante tu casero

Si hablar con tu vecino no funciona, el siguiente paso es una queja formal ante el casero o la empresa de administración de fincas. Una queja sólida incluye:

- Una descripción por escrito del problema de ruido continuado
- Las fechas y horas de las molestias documentadas
- Informes PNG exportados desde NoiseLedger que muestren los niveles de dB de cada incidente
- Una referencia a la ordenanza local de ruido aplicable y a sus límites
- Una nota sobre cualquier intento previo de resolver el asunto directamente

Adjunta los informes PNG exportados a tu correo o carta. El formato visual permite que el casero vea de un vistazo que el ruido supera los límites aceptables. Si tienes varias sesiones, expórtalas todas e inclúyelas: el patrón es tan importante como cualquier lectura individual.

Presentar una denuncia legal por ruido

Cuando el casero no responde o la situación implica infracciones graves o repetidas, quizá tengas que recurrir a las autoridades locales. En la mayoría de las ciudades puedes presentar una denuncia por ruido en el teléfono no urgente de la policía, en la oficina municipal de disciplina urbanística o ante un organismo específico de control del ruido.

Al contactar con las autoridades, aporta el mismo paquete de pruebas: descripciones escritas, informes PNG de NoiseLedger y exportaciones de datos CSV si te los piden. Algunas jurisdicciones aceptan mediciones hechas con apps como prueba de apoyo, mientras que otras enviarán a un agente con un sonómetro profesional calibrado. En cualquier caso, tu historial documentado de mediciones muestra un patrón que respalda su investigación.

Si la queja acaba en un procedimiento judicial (juicio de menor cuantía, expediente por incumplimiento del contrato de alquiler o una mediación), los datos exportados de NoiseLedger, con sus marcas de tiempo, sirven como prueba de apoyo creíble. Los tribunales suelen valorar positivamente una medición documentada y sistemática frente a un testimonio informal.

Por qué NoiseLedger es la mejor herramienta para documentar el ruido

Hay muchas apps de sonómetro disponibles, pero la mayoría están pensadas para lecturas rápidas y puntuales. NoiseLedger está creada específicamente para el tipo de medición

continuada y documentada que exigen las quejas por ruido. Esto es lo que la diferencia:

- **Arquitectura centrada en la privacidad.** NoiseLedger funciona totalmente sin conexión. No se envía ningún dato a ninguna parte, no hace falta cuenta y no hay seguimiento de ningún tipo. Tus datos de ruido se quedan en tu dispositivo y solo salen cuando tú los exportas de forma explícita.
- **Historial de sesiones con etiquetas y marcadores.** Cada grabación se guarda con su título, etiquetas, notas y marcadores. Puedes recorrer semanas de sesiones y encontrar al instante las grabaciones que importan.
- **Análisis de espectro FFT.** Más allá de las simples lecturas de dB, NoiseLedger muestra qué frecuencias dominan el ruido. Resulta útil para identificar el tipo de molestia: la música con bajos tiene una firma de baja frecuencia inconfundible a simple vista en el espectro, lo que puede reforzar tu queja al mostrar exactamente con qué tipo de ruido estás lidiando.
- **Exportación de nivel profesional.** El informe PNG produce un documento limpio y con calidad probatoria. La exportación CSV aporta los datos brutos para un análisis detallado. Juntos te dan todo lo necesario para cualquier nivel de queja, desde un correo informal hasta una prueba judicial.
- **Totalmente gratis y sin anuncios.** No hay versiones premium, ni funciones bloqueadas, ni publicidad. Todas las funciones están disponibles desde el momento en que instalas la app.
- **Compatibilidad con calibración.** Con opciones de ponderación A y Z más una compensación ajustable por el usuario, puedes afinar la precisión para tu dispositivo y tu entorno concretos.

Descarga NoiseLedger gratis en iOS

Preguntas frecuentes

¿Puedo usar grabaciones del móvil como prueba legal?

En la mayoría de las jurisdicciones, las mediciones de decibelios hechas con una app de móvil se aceptan como prueba de apoyo, sobre todo si se combinan con un registro sistemático e informes exportados. Sin embargo, puede que no tengan el mismo peso que las lecturas de un sonómetro certificado y calibrado profesionalmente. La fuerza de las pruebas basadas en apps está en el patrón documentado: varias sesiones a lo largo de varios días con una metodología coherente. Consulta con tu organismo local de control del ruido para saber qué admiten.

¿Cuál es la precisión de los sonómetros de móvil?

Los micrófonos de los smartphones modernos son razonablemente precisos en el rango de 40 a 90 dB, que cubre la mayoría de las situaciones de ruido residencial. Las principales limitaciones están en niveles muy bajos (por debajo de 35 dB, donde el ruido de fondo del propio teléfono afecta a las lecturas) y en niveles muy altos (por encima de 95 dB, donde puede producirse saturación del micrófono). Usar una app con soporte de calibración, como NoiseLedger, mejora aún más la precisión. Para un análisis detallado, consulta nuestro

artículo sobre la precisión de las apps de sonómetro para móvil.

¿Cuál es el mejor momento para documentar el ruido?

Documenta el ruido cuando realmente se produce. Si la molestia ocurre de noche, mide de noche. La mayoría de las ordenanzas de ruido tienen límites más estrictos después de las 22:00, así que las mediciones nocturnas son especialmente valiosas para una queja. Graba en los momentos de mayor molestia y repite durante varios días para establecer un patrón. Al menos cinco a siete días de datos, incluyendo como mínimo un fin de semana, proporcionan una base sólida para cualquier queja.

¿Necesito calibrar la app?

La calibración no es estrictamente necesaria para una queja por ruido: incluso las lecturas sin calibrar de un iPhone moderno son útiles como mediciones relativas y suelen quedar a pocos dB de un sonómetro profesional. Aun así, si buscas la máxima precisión, NoiseLedger te permite introducir una compensación de calibración. Si tienes acceso a un sonómetro de referencia calibrado, toma una lectura simultánea con ambos dispositivos y ajusta la compensación en consecuencia. Para la mayoría de los casos de quejas residenciales, la calibración por defecto basta para demostrar si el ruido supera los límites locales.

Toma el control de tu situación de ruido

El ruido de los vecinos no tiene por qué ser algo que simplemente aguantes. Con el enfoque adecuado (medición sistemática, documentación correcta y pruebas claras) puedes presentar una queja que dé resultados. El proceso es sencillo: mide el ruido con NoiseLedger, registra tus sesiones con fechas y descripciones, exporta tus informes y presenta los datos a tu casero o a la autoridad local.

La diferencia entre una queja que se ignora y otra que consigue resultados son las pruebas. Empieza a documentar esta misma noche.

Descarga NoiseLedger gratis en iOS

Cómo citar: Lubor Šimůnek (2026). *Cómo medir el ruido de los vecinos para presentar una queja (guía paso a paso)*. AppStoryo, lapnito.cz s.r.o.. https://appstoryo.com/es/blog/how-to-measure-neighbor-noise
© 2026 lapnito.cz s.r.o.