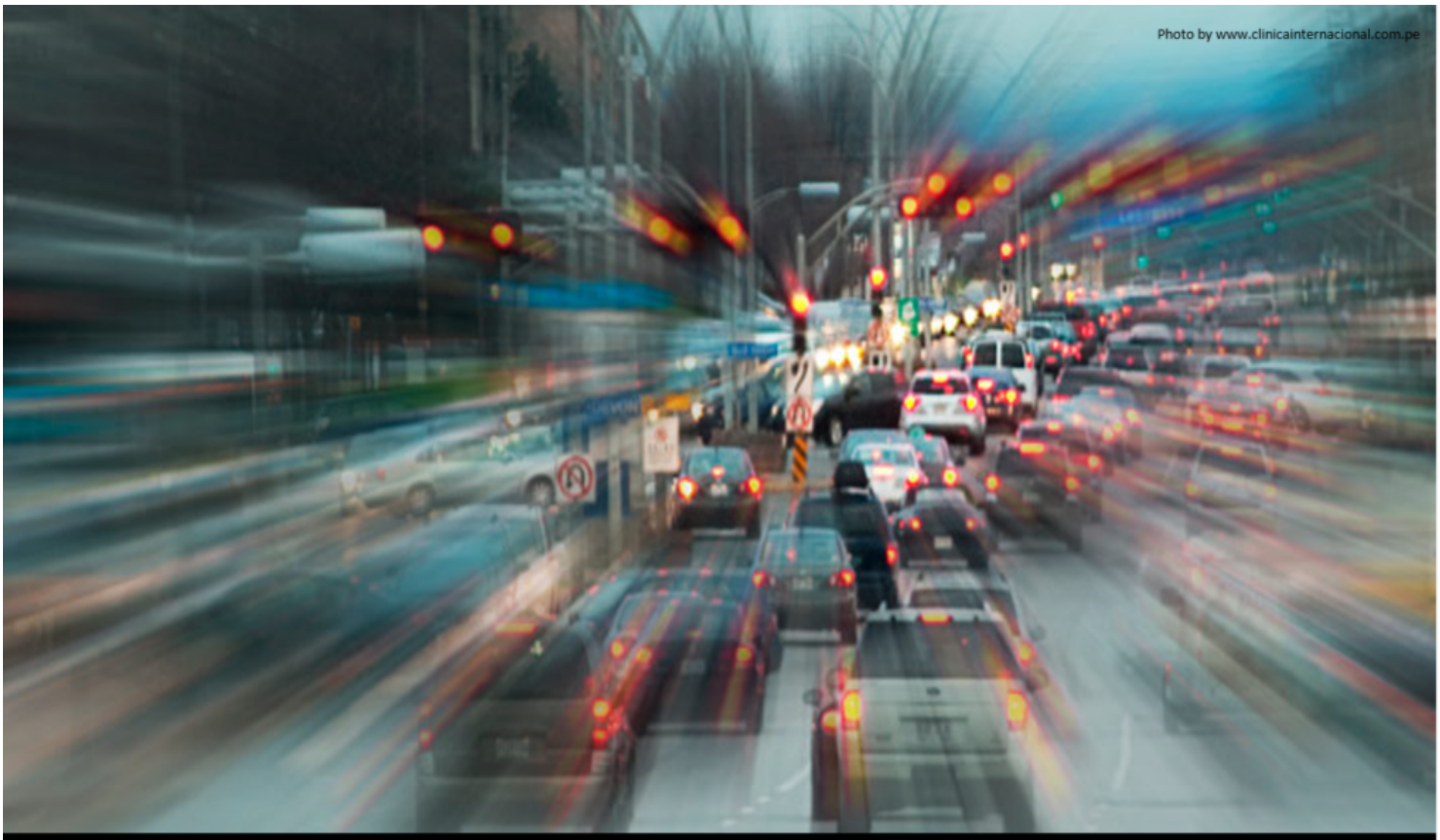
EL RUIDO: LA CONTAMINACIÓN INVISIBLE Y OLVIDADA

Posted on 14/10/2020 by Naider



EL RUIDO: LA CONTAMINACIÓN INVISIBLE Y OLVIDADA

La contaminación acústica, la más invisible de todas, olvidada y sufrida a partes iguales. Es momento de tenerla en cuenta para mejorar nuestras ciudades.

La ciudadanía es cada vez más consciente de que un entorno contaminado es perjudicial para el medio ambiente y para la salud humana. En Euskadi como en Europa, las ciudades actuales distan mucho de aquellas urbes industriales donde suelos, aguas y aire estaban visiblemente contaminados.

Ya no es tan común ver columnas de humos saliendo de las áreas industriales o episodios de smog consecuencia de la combustión de carbón en ciudades como Londres. También vemos cómo los ríos que cruzan las urbes están cada vez más limpios. Además, los suelos más peligrosos dentro de las ciudades se han ido descontaminados a lo largo de las últimas décadas.

Pero más allá de las tres contaminaciones más conocidas, suelos, aguas y aire, es importante poner el foco en otro tipo de contaminación, a priori invisible, pero en realidad, invisibilizada. Se trata de la contaminación acústica, un tipo de contaminación que todo el mundo experimenta y repudia pero que fácilmente queda olvidada. Es además la contaminación más perjudiciales para la salud mental, que como éstas su causa también es olvidada.

La ciudadanía sí percibe el ruido, y lo hace a diario, pero ha tenido que aprender a convivir con él, se ha resignado a tenerlo presente en su día a día. Esto parece sacar la problemática del centro del debate. Las instituciones legislan y controlan las emisiones acústicas, pero nunca de manera efectiva para cumplir con los umbrales de salud propuestos por la OMS (Organización Mundial de la Salud). A pesar de ciertas actuaciones, la administración pública no proponen cambios estructurales. En Euskadi existen la obligatoriedad de que los municipios cuenten con mapas de

ruido, y los actualicen cada 5 años. La pregunta es, ¿si vistos los mapas, existen planes lo suficientemente ambiciosos para mejorar la calidad de vida de la población?

Existe más ambición y más consciencia sobre la contaminación atmosférica. Sobre la contaminación del aire se habla y se debate con más frecuencia. Y se conoce por todos que ésta merma la salud y reduce la esperanza de vida de la población. Por otro lado, desde el imaginario colectivo no relacionamos el ruido con muertes o problemas de salud como si lo hacemos cada vez más con la contaminación del aire. Y es importante hacerlo, puesto que la contaminación acústica es también un problema de primer orden. Según un estudio de la Agencia Europea del Medio Ambiente (AEMA), el ruido causa 72.000 hospitalizaciones y 16.600 muertes prematuras anualmente en Europa.

Más allá de las hospitalizaciones o muertes prematuras, la contaminación acústica también afecta a nuestra salud sin tener que llegar a tales extremos. Y esto no siempre queda contabilizado con datos. El ruido causa y/o agudizada enfermedades psicosomáticas, como agitación respiratoria, aceleración del pulso, aumento de la presión arterial, dolor de cabeza. En caso de ser sonidos extremos y constantes, también se causan gastritis, colitis o incluso infartos. El ruido también puede provocar episodios de estrés, depresión, ansiedad o histeria. Una contaminación muy ligada con las enfermedades mentales. La pérdida de audición también está ligada a la exposición continuada al ruido.

Esta contaminación sonora también repercute en nuestra conducta, más allá de nuestra salud mental. Reduce la memoria y la falta de atención, lo que afecta a la productividad laboral. Incluso llega a convertir a la ciudadanía en más agresiva e irritante, lo que afecta a sus relaciones sociales. A pesar de ser un problema sonoro parece que se ha silenciado. El ruido, relegado al fondo de nuestra vida cotidiana, sigue constante, contaminando nuestros barrios y mentes.

Barcelona es la séptima ciudad más contaminada acústicamente según el Ranking elaborado por *The World Hearing en 2018*. Según el estudio de 2014, Ruido y Salud en Barcelona, más del 40% de la ciudadanía convivía con niveles de ruido diurnos superiores a los 65dB que marca el umbral de la OMS. GAES realizó un estudio de percepción cuyas principales conclusiones fueron que más del 87% de los barceloneses considera que vive en una ciudad ruidosa y que más del 85% considera que la población aún no está totalmente concienciada sobre la problemática del ruido y su influencia en la salud.

¿Pero cuáles son los límites que establece la OMS para poder disfrutar de un entorno libre de contaminación acústica?

La OMS define como ruido el sonido superior a los 65dB. Este pasa a ser dañino en los 75dB y doloroso en los 120dB. Se establecen diferentes límites entre el ruido diurno y el nocturno. Durante el día se recomienda no superar los 65dB y durante la noche, no deberíamos tener una exposición a más de 30dB, además nunca se deberían alcanzar los 45dB que impide conciliar el sueño.

Estos son los niveles del ruido y su conexión con la pérdida auditiva y la capacidad de conversar:

Niveles de sonido	Efectos de los decibelios	dB	Discurso	Ejemplos comparativos de Los niveles de ruido
Sonidos más altos posibles	Discapacidad/pérdida permanente del oído	194	Discurso imposible	Ondas de choque
Sonidos ensordecedores	Ruptura del tímpano	150	Discurso imposible	Pistola Despegue de un jet en pista Pistola de fogueo
	Discapacidad/pérdida inmediata posible del oído	140	Discurso imposible Náuseas tras varios minutos	Cubierta de un portaaviones Rifle Petardo
	Umbral del dolor Vibración del tímpano	130	Exposición máxima recomendada al ruido con protección auditiva	Avión de hélice Explosión de un globo Martillo neumático
	Umbral de incomodidad Doloroso (32 veces igual de alto que 70 dB)	120	Discurso posible Esfuerzo vocal máximo	Soplete de oxígeno Martillo neumático Trueno
Sonidos extremadamente altos	Umbral medio del dolor para humanos (16 veces igual de alto que 70 dB)	110	Discurso posible pero imposible de entender	Música rock en vivo Máquina remachadora
Sonidos muy altos	Discapacidad auditiva seria tras 8 horas de exposición (8 veces igual de alto que 70 dB)	100	Discurso posible pero imposible de entender	Cortadora de césped con motor Discoteca
	Discapacidad auditiva probable tras 8 horas de exposición (4 veces igual de alto que 70 dB)	90	Conversación prácticamente imposible	Motocicleta, camión diésel Batidora de alimentos Fábrica ruidosa, obra de construcción
	Discapacidad auditiva posible tras 8 horas de exposición (2 veces igual de alto que 70 dB)	80	Conversación difícil	Tren de mercancías a una distancia de 15 m Silbido, secador de pelo Fábrica con ruido medio, molinillo
Sonidos altos	Base arbitraria de comparación (sonido alto molesto sobre los 70 dB)	70	Conversación posible pero en voz alta	Aspiradora Ducha, tocar el piano Ruido callejero severo
Ruidos bajos	Sin efectos perjudiciales (la mitad de alto que 70 dB)	60	Conversación en un restaurante	Oficina de negocios Impresora láser/inyección Ruido callejero ligero
	Sin efectos perjudiciales (1/4 de alto que 70 dB)	50	Conversación en casa	Nevera Lluvia moderada Barrio tranquilo
Sonidos débiles	Sin efectos perjudiciales (1/8 de alto que 70 dB)	40	Conversación silenciosa	Biblioteca Oficina privada Límite más bajo de sonido ambiental urbano
Sonidos muy débiles	Sin efectos perjudiciales (1/16 de alto que 70 dB)	30	Susurro	Dormitorio Zona rural muy tranquila
	Sin efectos perjudiciales	20	Sonidos apenas audibles	Teatro vacío Tictac del reloj Mosquito
Sonidos silenciosos	Sin efectos perjudiciales	10	Sonidos apenas audibles	Respiración normal Aguja cayendo desde 1 centímetro oída a una distancia de 1 metro Crujido de hojas
Los sonidos más débiles posibles	Sin efectos perjudiciales	0	Silencio	

www.sirenaselectronicas.com

¿Cuáles pueden ser las medidas que han de implementarse para atajar debidamente a este tipo de contaminante?

Entorno al 80% del ruido urbano es generado por la circulación de los vehículos. Otras de las causas son el tránsito de ferrocarriles, las obras y el ocio. Lo cual implica que la mayoría de las

medidas han de dirigirse a electrificar el transporte, apaciguar las calles, reducir la velocidad máxima en las ciudades, introducir asfaltos que reduzcan el ruido, naturalizar las ciudades y crear espacios libres de ruido dentro de los entramados urbanos. Pues es importante reducir el ruido, pero también es importante ofertar lugares de silencio.

Es momento de sacar al contaminante silenciado pero ruidoso de nuestras ciudades.

Aitor Mingo Bilbao

MSc en Ciudades y Sostenibilidad

NAIDER

Ranking elaborado con datos de Mimi Hearing Technologies GmBH, la OMS y SINTEF

Estudio elaborado por el Observatorio Ruido y Salud DKV-GAES y en colaboración con ECODES

There are no comments yet.