

## RUIDO: “DEL MP3 AL AUDIFONO”

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), en el año 2008 más de 130 millones de personas sufrieron daños auditivos que resultaron en incapacitación. El ruido es un serio problema, no sólo para la salud sino también para el bienestar general del individuo ya que repercute en problemas de todo tipo: problemas de convivencia, conductas agresivas, ciudades deshumanizadas, accidentes laborales y de tráfico, etc.

En cuanto a la salud, no sólo afecta a la AUDICIÓN sino que también tiene otros efectos negativos, como pueden ser: malestar, irritabilidad, inquietud, estrés, afecciones cardiovasculares, hipertensión, pérdida de la memoria y de la atención, trastornos del sueño o problemas en el embarazo. Existe una memoria acústica, el ruido que has escuchado durante el día es escuchado de nuevo mientras se duerme y por eso se está cansado, con dolor de cabeza, irritabilidad, etc.

Vivimos en un país muy ruidoso: en el documento *“Mapas estratégicos de ruidos de los grandes ejes viarios españoles”*, elaborado por el Ministerio de Fomento, se calcula que en España hay 3,14 millones de ciudadanos potencialmente expuestos a valores superiores a los 55 decibelios.

Se multiplican las denuncias de los ciudadanos por exceso de ruido. La ciudad de Madrid ha llegado a registrar una media de 64 decibelios de contaminación acústica, lo que sitúa a la capital en niveles cercanos al máximo de ruido soportable, establecido por la Organización Mundial de la Salud (OMS) en 65 decibelios ponderados, según datos extraídos del Área de Medio Ambiente del Ayuntamiento de Madrid.

Se estima que el 15% de los ciudadanos de edades entre 20 y 60 años que han perdido audición se debe a la frecuente y repetida exposición a un sonido demasiado fuerte como puede ser: la música alta o los ruidos de máquinas en fábricas.

Varios estudios estiman que 80 db durante más de quince minutos puede producir daño al oído interno, pero que con 120 dB solo se necesitan 2 ó 3 minutos para que se produzca lesión. Si el oído puede soportar ruidos inferiores a los 85 db - a partir de 115 empieza a producirse dolor – y en un evento musical se pueden superar los 150 db, habiendo MP3 en el mercado que pueden superar niveles de 120 db, evidentemente existe un problema de graves consecuencias para la salud y el bienestar, sin olvidar las repercusiones en la economía (los gastos médicos y laborales se dispararán).

Aunque la edad es un factor importante en la capacidad de audición, que suele comenzar a los 32 años en los hombres y a los 37 en las mujeres, los ruidos de las obras, el tráfico, las sirenas, el volumen elevado en los cines o en eventos musicales esta provocando pérdida de audición precoz, por lo que las lesiones auditivas son cada vez más habituales en personas de 35 y 40 años, que antes sólo empezaban a padecer personas de entre 50 y 60. Según datos de un estudio realizado por el Centro de Desarrollo Acústico de la Escuela de Ingeniería y Arquitectura La Salle (Barcelona), un 33% de los jóvenes catalanes padece deficiencias auditivas leves y un 17% sufre daños graves, por lo que se estima que muchos de ellos requerirán un audífono a los 40 años.

Como la pérdida de audición puede producirse de forma pausada, a causa de la exposición al ruido de forma reiterativa, pasa más inadvertida entre los ciudadanos, ya que al ser gradual no se percibe como un problema grave hasta que aparecen problemas de audición obvios, zumbidos en los oídos, etc. La exposición a estos ruidos afecta a las delicadas células ciliadas del oído que convierten el sonido en señales eléctricas que van al cerebro; cuando están dañadas se produce la pérdida de audición, siendo este daño irreparable.

Como la pérdida de audición es irreversible (hecho desconocido por muchos jóvenes) el problema es muy grave cuando podría afectar a 10 millones de consumidores sólo en la Unión Europea, pero no sólo estarían afectados los jóvenes porque se estima que en los 27 países de la Unión Europea puede haber

entre 50 y 100 millones de usuarios de reproductores de música.

El día 13 de Octubre de 2008, el Comité Científico Europeo para nuevos y emergentes riesgos para la salud (EU Scientific Committee on Emerging and Newly Identified Health Risks - SCENIHR) emitió una Opinión sobre el potencial riesgo para la salud que representa la exposición al ruido cuando se utilizan aparatos del tipo de los MP3 y teléfonos móviles para escuchar música. Los científicos han confirmado que hay causa para preocuparse por la salud de los usuarios de estos productos ya que del 5 al 10% de los usuarios están en riesgo de perder la audición irreparablemente - tras un periodo de 5 años - si utilizan estos productos para escuchar música durante más de 1 hora al día a volúmenes elevados.

A la vista de estos datos, la Comisión Europea (a través de la DG de Sanidad y Consumo y la DG de Industria) organizó una jornada en Bruselas, el 27 de enero de 2009, a fin de debatir posibles fórmulas para combatir este problema: soluciones técnicas, revisión de las normas, sensibilización y precauciones que pueden tomar los usuarios, etc.

En esta jornada participaron varios representantes de la Comisión Europea (Meglena Kuneva, Comisaria de Consumo de la UE, Robert Madellin Director General de la DG SANCO, etc.) delegados de los países miembros de la UE, representantes de la industria, miembros del Parlamento Europeo, científicos, médicos, representantes de los consumidores y de otras organizaciones sociales. En este entorno, la Comisión Europea invitó a Conchy Martín Rey, directora del Área Internacional de CECU, cuya presentación se basó en la importancia de las campañas de información para sensibilizar a los usuarios en este tipo de casos.

La conferencia puso de relieve la necesidad de actuar rápida y eficientemente, algo en lo que estuvieron de acuerdo todos los asistentes. La Comisión Europea realizará una ronda de conversaciones con los países miembros sobre el tema a

partir de las cuales se espera que se estudiarán las formulas más efectivas para minimizar el problema. CECU considera éste un problema grave, especialmente por su repercusión en los más jóvenes, por lo que continuará colaborando con la Comisión Europea y difundiendo información sobre el tema.

Por estos motivos, CECU recomienda:

- No utilizar los móviles o reproductores de música (MP3, MP4, DVD, etc.) durante más de una hora al día, hacerlo con un volumen por debajo del 60% del máximo posible y nunca superar el volumen máximo recomendado por algunos productores (iPod).
- Procurar desarrollar la actividad diaria en un entorno lo menos ruidoso posible.
- Dirigirse a las administraciones públicas competentes cuando se advierten ruidos persistentes por encima de los volúmenes aceptados.
- Pedir a los responsables de locales comerciales que reduzcan el volumen de la música, megáfonos, películas, etc.
- Reducir el volumen de la TV o aparatos de música en la vivienda.
- Leer cuidadosamente el etiquetado de los aparatos (lavadoras, frigoríficos, etc.) y elegir los más silenciosos.
- Acudir a los profesionales de la medicina cuando se comienza a notar pérdida de audición (no basta con subir el volumen cuando no se escucha bien).
- Difundir esta información para sensibilizar al resto de los usuarios.

