

3. La contaminació acústica

La contaminació acústica és el conjunt de sons i sorolls que circulen a nivell aeri en una població.

El conjunt de diferents sons i sorolls produeix un alt nivell sonor que pot arribar a perjudicar la integritat de l'habitant.

La taula que hi ha continuació indica el temps màxim d'exposició diaris per a sorolls d'entre 87 i 105 dB.

Nivell de soroll en dB	Temps màxim d'exposició al dia
87	16 h
90	8 h
93	4 h
96	2 h
99	1 h
102	30 min
105	15 min

L'exposició al soroll i a la contaminació acústica, si és suficientment intensa i prolongada, té diversos efectes sobre l'organisme de l'individu.

Conseqüències primàries

L'efecte fonamental que produeix l'exposició al soroll és el de reduir la capacitat de les cèl·lules del cargol per produir impulsos elèctrics quan se les sotmet a vibracions. El primer símptoma que indica que en resultem afectats és la **sordesa temporal**: estar sotmesos a un soroll intens durant un cert temps ens produeix una sensació de sordesa, que desapareix al cap d'una estona després d'haver cedit el soroll.

Si aquest fenomen passa reiterades vegades, al final es produeix la mort cel·lular, el qual significa **sordesa permanent**. La sordesa permanent és irreparable.

Conseqüències secundàries

Considerem conseqüències secundàries al conjunt de problemes que deriven de la pèrdua d'oïda.

L'alteració de l'oïda no tractada pot tenir com a resultat efectes psicològics negatius. Les **conseqüències psicològiques** més comunes són:

- Vergonya, culpabilitat, ansietat, desconfiança, inseguretat, autocrítica i baixa autoestima.
- Problemes de concentració
- Depressions

Entre els problemes **socials** que sorgeixen a causa de l'alteració de l'audició, els més comuns són:

- Pèrdua d'atenció, distracció i falta de concentració
- Pèrdua d'intimitat
- Problemes en participar en la vida social i reducció de l'activitat social.
- Problemes de comunicació.

Segons l'estudi "Breaking the sound barrier" del RNID (Real instituto nacional para sordos) el 71% de sords se senten aïllats degut a la pèrdua d'audició, el 39% evitava les reunions amb persones noves i el 91% tenia dificultats en realitzar activitats en llocs públics.

La pèrdua d'audició també provoca una sèrie de **conseqüències físiques**. Les més comunes són:

- Cansament
- Vertigen
- Tensió muscular
- Estrès
- Problemes en els esports
- Problemes d'alimentació i/o son
- Augment de la pressió sanguínia

La pèrdua d'audició redueix la qualitat de vida. En ocasions extremes, la pèrdua auditiva pot arribar a provocar trastorns psicològics greus com paranoia, pànic, fòbia social, trastorns compulsius obsessius o de personalitat, trastorns per estrès posttraumàtic i diferents tipus d'ansietat.