



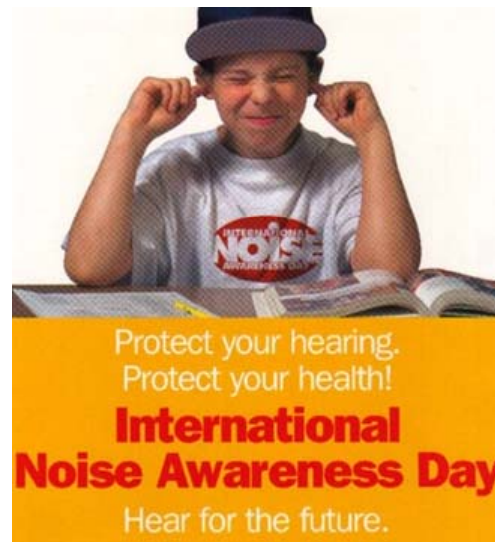
Miércoles 16 de abril de 2008

13º Día Internacional de la Conciencia sobre el Problema del Ruido



"No existe un lugar tranquilo en las ciudades del hombre blanco, ni hay sitio donde escuchar como se abren las hojas de los árboles en primavera o como aletean los insectos. El ruido parece insultar nuestros oídos. Y, después de todo, ¿Para que sirve la vida, si el hombre no puede escuchar el grito solitario del chotacabras ni las discusiones nocturnas de las ranas al borde de un estanque? Soy un piel roja y nada entiendo. Nosotros preferimos el suave susurro del viento sobre la superficie de un estanque."

Jefe indio Noah Seathl (1854)





Miércoles 16 de abril de 2008
13º Día Internacional de la Conciencia sobre el Problema del Ruido



Esta Presentación no tiene sonidos.



Para que trates de apreciar el ruido que te acompaña en este momento e imaginar si existe algo que puedas hacer para reducir su nivel.

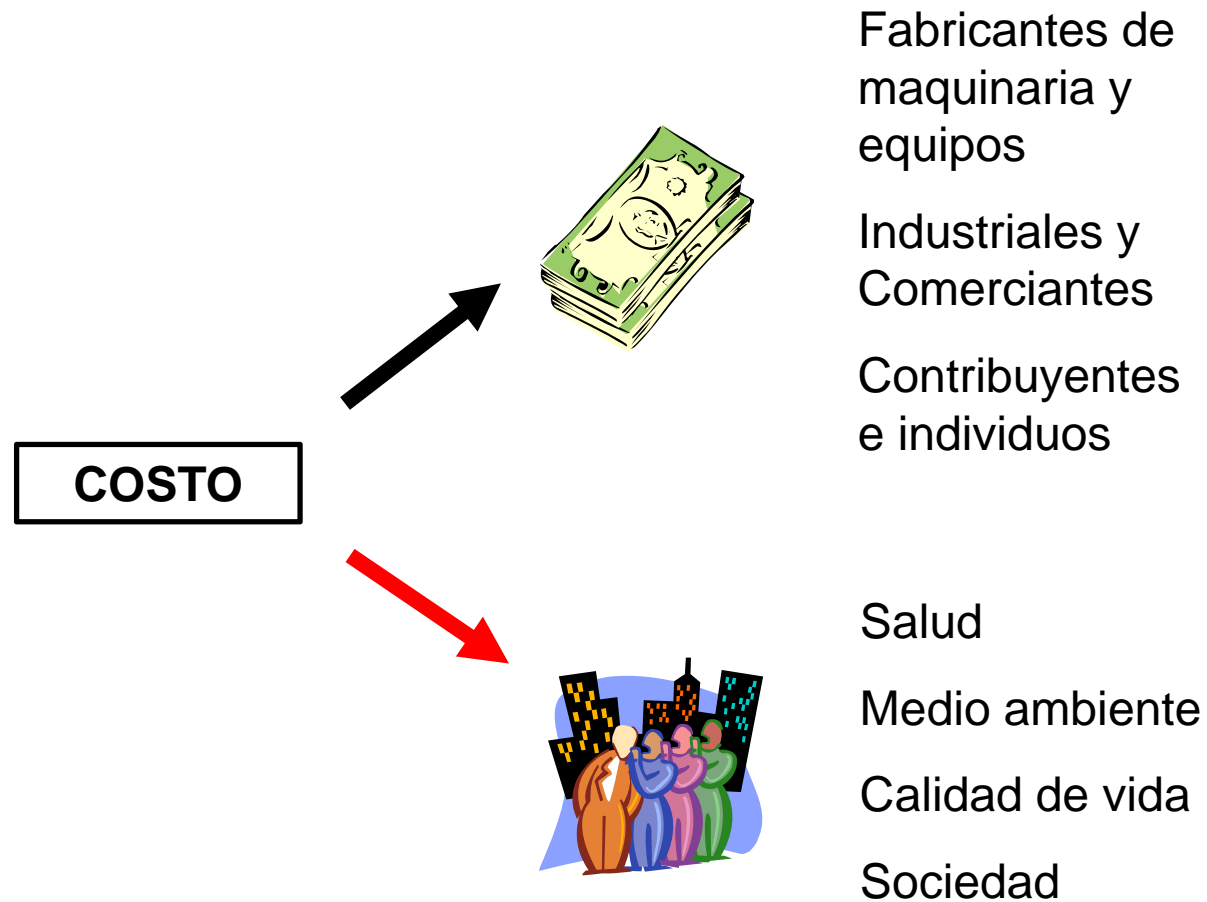


Problemas que ocasiona el Ruido *basado en: www.ruidos.org*





El Ruido siempre tiene un costo





Miércoles 16 de abril de 2008

13º Día Internacional de la Conciencia sobre el Problema del Ruido



La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha señalado que:



La exposición al ruido excesivo es la mayor causa **evitable** de pérdida auditiva en el mundo.

La pérdida auditiva ocasionada por ruido es una prioridad en la Salud Pública, por ser una de las principales fuentes de discapacidad.

Más de la tercera parte de la pérdida auditiva se debe al ruido excesivo.

En los países industrializados el costo estimado del problema del ruido va del 0,2% al 2% del PIB.



Miércoles 16 de abril de 2008

13º Día Internacional de la Conciencia sobre el Problema del Ruido



Y para los países en vías de desarrollo la OMS ha señalado que:



Ha aumentado el riesgo de pérdida auditiva ocasionado por el ruido ocupacional, ruido urbano y ruido ambiental.

No existe información epidemiológica confiable sobre el predominio, factores de riesgo y costos de la pérdida auditiva inducida por el ruido.

Hace falta una legislación efectiva contra el ruido y programas para prevenir la pérdida auditiva ocasionada por el ruido.



Miércoles 16 de abril de 2008

13º Día Internacional de la Conciencia sobre el Problema del Ruido



¿Porqué nos preocupa la audición?



La audición, junto con el habla son el principal medio de comunicación humana.

60% de las telecomunicaciones son de voz.

La música sigue siendo una de las principales industrias de entretenimiento.

Televisión, cine y videojuegos requieren de sonido.

Para valorar tu audición, intenta seguir una conversación únicamente por el movimiento de los labios o quita el sonido a la televisión.



Miércoles 16 de abril de 2008
13º Día Internacional de la Conciencia sobre el Problema del Ruido



El Sentido Auditivo

Es el principal sentido de alarma.
Se desarrolla durante la evolución del ser humano:



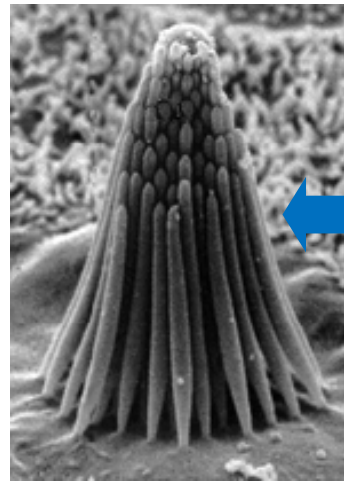
Funciona las 24 hrs. del día.

No se puede apagar.

Permite localizar en tres dimensiones las fuentes sonoras.

Tiene conexiones nerviosas que no van al cerebro.

El oído interno es donde se convierte la energía mecánica en impulsos nerviosos. Las células ciliadas, que se encuentran en la Cóclea, son las encargadas de esto. Por su alta especialización, no se reproducen.

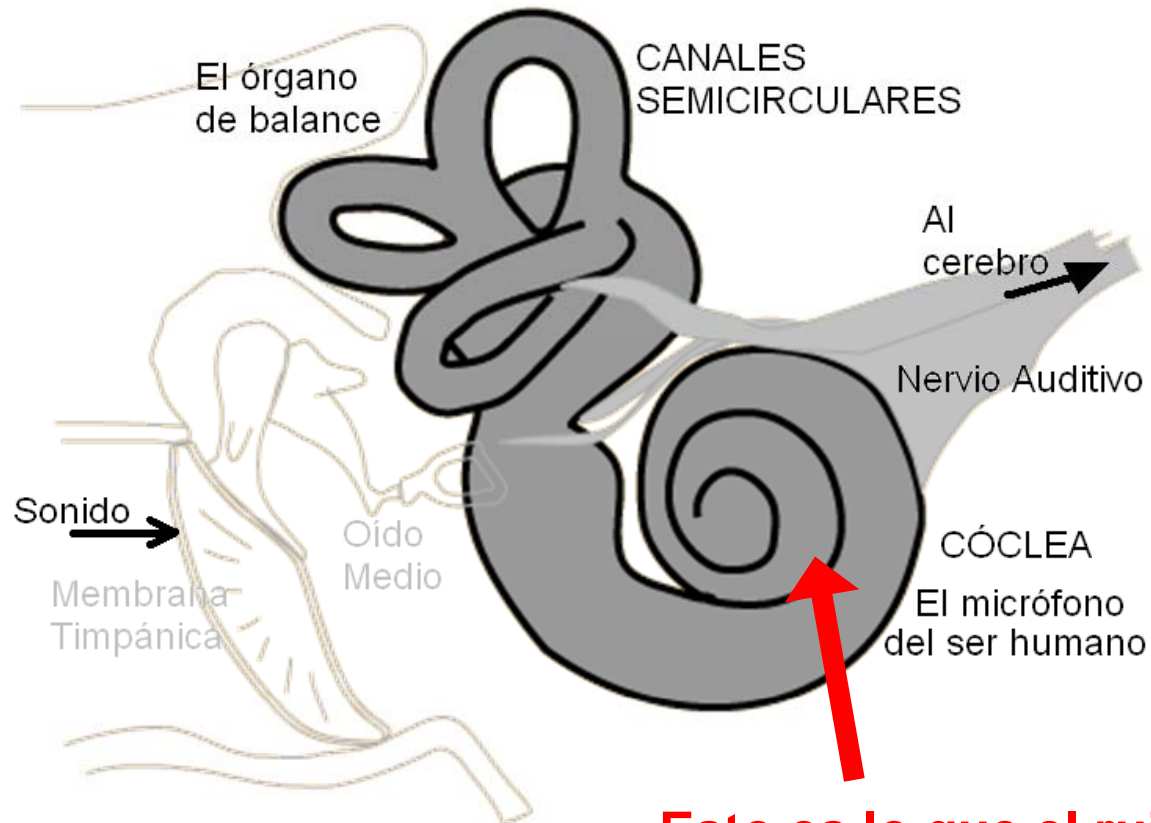


Células ciliadas

Dada su importancia, el oído humano ha adaptado algunos mecanismos de protección para evitar que se destruyan las células ciliadas.

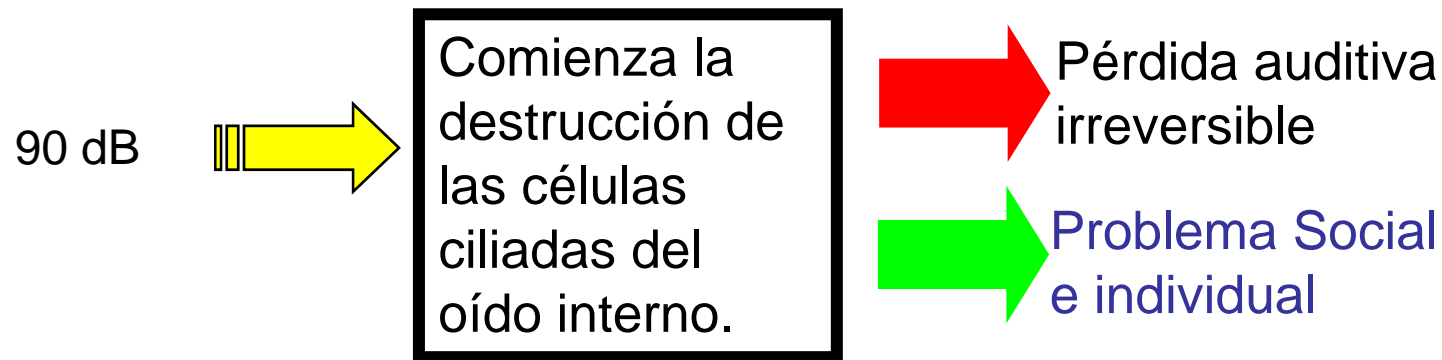
!!Estos mecanismos no son infalibles!!

El Oído Interno *basado en: <http://hyperphysics.phy-astr.gsu.edu/hbase/hframe.html>*



Esto es lo que el ruido puede dañar !!

¿Qué Nivel de Presión Acústica puede ocasionar daños fisiológicos?



¿Qué puede producir 90 dB de Nivel de Presión Acústica?

Si pusieras el tono de tu celular a $\frac{3}{4}$ de su volumen máximo y a la altura de tu hombro, es muy probable tengas un ruido superior a 90 dB llegando a tu oído. **(Por favor no intentes hacerlo)**



Miércoles 16 de abril de 2008
13º Día Internacional de la Conciencia sobre el Problema del Ruido



Ahora imagina los juguetes de los niños que hacen ruido y a que distancia están de sus oídos.

O los niveles que usas en tus equipos portátiles para escuchar música.



Lo que deseamos es que reflexiones sobre los efectos del ruido en tu salud y bienestar.



Miércoles 16 de abril de 2008

13º Día Internacional de la Conciencia sobre el Problema del Ruido



Poner atención en los ruidos que producimos, y respetar el derecho de los demás a disfrutar de la paz y el silencio.

Bajar el volumen del estéreo, o sistema personal con audífonos.

Apagar o bajar el volumen de la televisión durante la cena y tener una plática tranquila.

No usar el claxon, excepto en caso de peligro inminente.

Reemplazar las actividades ruidosas por otras más silenciosas como tomar una caminata o visitar bibliotecas y/o museos.



Miércoles 16 de abril de 2008

13º Día Internacional de la Conciencia sobre el Problema del Ruido



Pedir al administrador u operador de las salas de cine que baje el volumen del sonido en las películas.

Reducir el tiempo de exposición a eventos ruidosos, restaurantes, conciertos y clubes nocturnos a menos que se use protección auditiva.

Usar protección auditiva si se está en un ambiente ruidoso (transporte, trabajo, etc.).

Difundir esta alerta acerca de los efectos del ruido.

Escribir cartas a las autoridades de modo que tomen conciencia en materia de ruido.



Miércoles 16 de abril de 2008
13º Día Internacional de la Conciencia sobre el Problema del Ruido



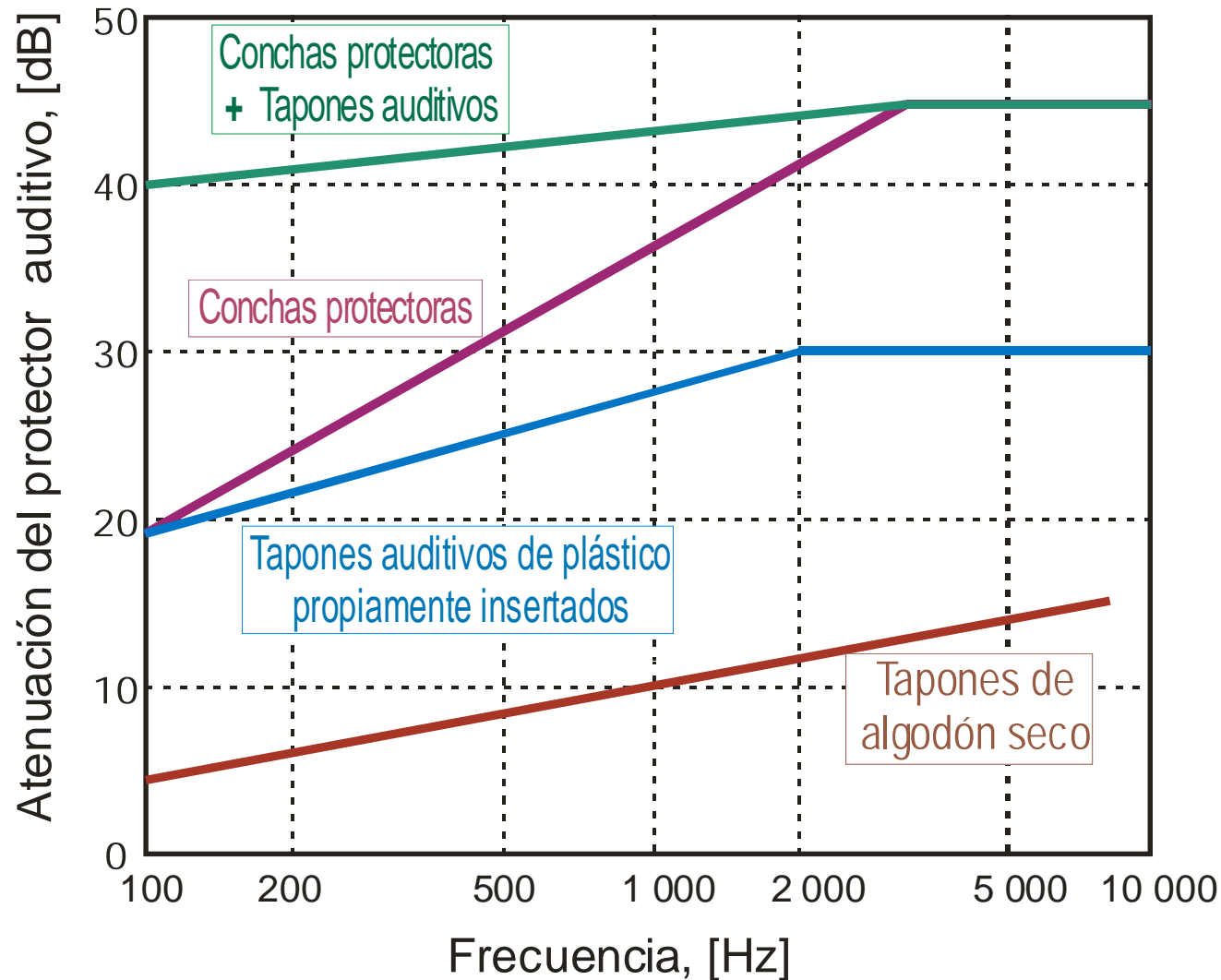
Y por último . . .



**Este miércoles 16 de Abril de 2008, de las
14h15 a las 14h16**
guardar un minuto sin ruido, evitando los gritos
y la operación de equipo ruidoso.



Mayor atenuación significa menos ruido llegando a tus oídos.





Miércoles 16 de abril de 2008
13º Día Internacional de la Conciencia sobre el Problema del Ruido



Este día es organizado y promovido por la Liga para el Deficiente Auditivo, *League for the Hard of Hearing*:

<http://www.lhh.org/noise/>

Esta organización tiene más de 90 años de actividad en el tratamiento y prevención de la sordera.



En México este día es apoyado, entre otros, por un grupo de especialistas en Acústica del CENAM, quienes hemos desarrollado esta presentación para difundir y concientizar a las personas sobre el problema del ruido y sus efectos.

<http://www.cenam.mx/>

Por favor ayúdanos a difundir esta presentación. 🙌