

Por una navidad sin ruidos use un sonómetro para medir el peligro

POR UNA NAVIDAD SIN RUIDOS USE UN SONÓMETRO PARA MEDIR EL PELIGRO

- **CLAVE alerta de lo peligrosos que pueden resultar los juguetes que superan los 80 decibelios**

Madrid, 15 de diciembre de 2015. Unas Navidades sin ruido son difíciles de imaginar, pero hay que intentarlo. Resulta vital para la salud porque la contaminación acústica es la segunda causa de enfermedad por motivos ambientales. Los 65 decibelios (dB), el límite diurno que establece la Organización Mundial de la Salud (OMS), se sobrepasan de manera continua en estas fechas.

Por eso la Asociación "CLAVE atención a la deficiencia auditiva" (www.oiresclave.org) aconseja la prevención para limitar el ruido. Entre las medidas que se pueden utilizar figuran el uso de tapones y alejarse de la fuente sonora. Las trompetas, silbatos o bocinas provocan entre 80 y 90dB. A mayor tiempo de exposición al ruido mayor posibilidad de lesiones.

Para saber el nivel de ruido, CLAVE propone el uso del sonómetro, aparato que mide su intensidad. Existen una serie de aplicaciones gratuitas para Android e IOS, que permiten conocer el peligro y así poder evitarlo. No es una medición oficial, pero sí una medida muy aproximada de la intensidad de sonido con el objeto de valorar qué acciones se pueden tomar para reducir la exposición al ruido.

Uno de los peligros de las navidades son los fuegos artificiales, que pueden provocar una lesión auditiva si no se usan protectores de oídos. La intensidad de sonido alcanza los 140dB y el daño es instantáneo.

Sobre los juguetes, CLAVE reitera la alerta sobre las lesiones irreversibles que pueden causar muchos de estos regalos en la audición de los más pequeños, sobre todo cuando los juguetes sobrepasan los 80dB; especialmente recomendable es comprobar el sonido que producen juguetes como armas, robots o vehículos con sirena. Por eso aconseja a los padres revisar los juguetes, vigilar su uso adecuado y educar en la utilización de medidas preventivas desde edades tempranas.

En los juguetes se debe medir la intensidad del ruido que emite antes de comprarlo. Para ello las aplicaciones de sonómetro pueden facilitar la tarea. También se pueden elegir regalos con control de volumen. Tienen que cumplir la normativa europea y lleven la marca CE. Pero existen otras posibles medidas, como quitar las baterías o colocar cinta adhesiva en los altavoces para reducir el volumen. Además hay que acostumbrar a los niños a no llevarse los juguetes ruidosos al oído.

