

26 DE ABRIL. DÍA INTERNACIONAL DE CONCIENCIACIÓN SOBRE EL RUIDO

La Sociedad Española de Epidemiología advierte de que el ruido aumenta los partos prematuros, los ingresos hospitalarios urgentes y la mortalidad por infarto de miocardio

- Con motivo del Día Internacional de Concienciación sobre el Ruido, la Sociedad Española de Epidemiología advierte de las graves consecuencias que la contaminación acústica tiene sobre la calidad de vida y la salud de las personas
- Se estima que la exposición a largo plazo al ruido ambiental provoca **12.000** muertes prematuras y contribuye a **48.000** nuevos casos de cardiopatía isquémica cada año en Europa
- La SEE insta a tomar medidas como limitar el tráfico en las ciudades, fomentar el transporte público, utilizar pavimentos no ruidosos y alejar el tráfico rodado de hospitales, centros de enseñanza y residencias de ancianos

Martes, 25 de abril de 2023.- Partos prematuros, ingresos hospitalarios urgentes, enfermedades mentales y muertes prematuras. Estos son solo algunos de los efectos perjudiciales que el ruido tiene sobre la salud de las personas. Coincidiendo con **el Día Internacional de Concienciación sobre el Ruido**, que se celebra el miércoles 26 de abril, la Sociedad Española de Epidemiología (SEE) quiere concienciar a la población sobre cómo el ruido afecta a la calidad de vida y el bienestar de los ciudadanos.

De acuerdo con la Agencia Europea de Medio Ambiente (AEMA), la exposición a largo plazo al ruido ambiental provoca **12.000 muertes prematuras y contribuye a 48.000 nuevos casos de cardiopatía isquémica** cada año en Europa. Además, estima que 22 millones de personas sufren grandes molestias crónicas y que 6,5 millones de personas sufren alteraciones graves del sueño debido a la contaminación acústica. Asimismo, calcula que una de cada 5 personas está expuesta a niveles de ruido perjudiciales para la salud en Europa. En España, **1.000 personas fallecen y 4.000 son hospitalizadas cada año** por causas atribuibles al ruido.

El ruido actúa sobre el eje Hipotalámico Pituitario Adrenal, el encargado de controlar el vertido en sangre de adrenalina, noradrenalina, cortisol, glucosa y serotonina, entre otros. En definitiva, recuerda la Sociedad Española de Epidemiología, es “un estresor de primer orden”, que produce estrés oxidativo e inflamación celular sistémica.

Además de los **problemas auditivos**, el ruido es responsable de muchos **trastornos del sueño y trastornos metabólicos** en adultos, y afecta al **desarrollo cognitivo** de los menores. La contaminación acústica incide en los ingresos hospitalarios urgentes a corto plazo por enfermedades neurodegenerativas como Parkinson, demencia o esclerosis múltiple. También en depresión, ansiedad y suicidios.

Hay que tener en cuenta, además, que **el 80% del ruido de una gran ciudad proviene del tráfico rodado**, por lo que la SEE insiste en que es urgente abordar el ruido del transporte por carretera. De hecho, según la AEMA, en la mayor parte de los países europeos más del 50% de los habitantes de las zonas urbanas están expuestos a niveles de ruido de tráfico rodado de 55 decibelios o más.

Según datos publicados (Artículo en Environmental Research de 2023) el ruido del tráfico estaría detrás de 6.000 ingresos hospitalarios urgentes al año en la Comunidad de Madrid. En este sentido, el 5,5% de los ingresos urgentes a corto plazo por enfermedades relacionadas con la salud mental están vinculados al ruido.

El ruido del tráfico se relaciona con un **aumento de los partos prematuros y el bajo peso al nacer**, así como con mortalidad por infarto de miocardio, enfermedad isquémica del corazón y accidentes cerebrovasculares. Además, los barrios de rentas más bajas tienen una mayor percepción del ruido dentro de la vivienda, lo que perpetúa las desigualdades en salud.

Un impacto sobre la salud similar al de la contaminación atmosférica

Desde la SEE advierten de que el ruido tiene **un impacto en la salud muy similar al de la contaminación atmosférica química**. De hecho, disminuir 1dB(A) de ruido equivale a bajar 10 micg/m³ de PM_{2.5}, unas de las partículas más contaminantes del aire en la actualidad.

Dada la gravedad de esta problemática, la SEE hace un llamamiento para tomar medidas que contribuyan a disminuir el impacto de la contaminación acústica, como **limitar el tráfico en las ciudades; utilizar pavimentos no ruidosos; o alejar el tráfico de hospitales, centros de enseñanza y residencias de ancianos**. Además, es partidaria de potenciar el uso del **transporte público** sacando los coches de las ciudades, ya que el número de vehículos se relaciona directamente con los ingresos hospitalarios urgentes.