

## Os problemas causados pela poluição sonora nas grandes cidades

Pensamento Verde - None - HOME - 12/02/2014



Foto: [humanasaude](#)

Cada vez mais estamos expostos a diversos tipos de ruídos no dia a dia, seja em casa, na rua, no trabalho, no lazer. O ruído é prejudicial a nossa saúde emocional, física e mental, prejudicando a nossa qualidade de vida, mas nem sempre nos damos conta dos malefícios causados pela poluição sonora ao nosso organismo, ao meio ambiente, aos animais e as plantas.

Com o crescimento desordenado das cidades e o surgimento das grandes indústrias, as pessoas passaram a conviver com vários tipos de poluição, a lagos, rios e dos próprios grandes centros urbanos. Outro tipo que não pode ser visto e as pessoas de certa forma se acostumaram é a poluição sonora, uma ameaça constante ao homem e um dos problemas ambientais graves nos grandes centros urbanos.

A nocividade do ruído está diretamente relacionada ao seu espectro de frequências, à intensidade da pressão sonora, à direção da exposição diária, bem como à suscetibilidade individual. Embora exista legislação específica que regula os limites de emissão de ruídos e estabelece medidas de proteção para a coletividade dos efeitos danosos da poluição sonora, o que se constata é que os níveis de ruído, existentes nas mais diversas atividades cotidianas, estão acima de todos os valores determinados pelas legislações.

No Brasil, as principais leis que regulamentam os níveis de ruído são as resoluções CONAMA 001/90, que adota os padrões estabelecidos na NBR 10.151 para avaliação dos ruídos em áreas habitadas, e a CONAMA 002/90 que criou o Programa Nacional de Educação e Controle da Poluição Sonora - Silêncio. Outra norma utilizada no controle deste tipo de poluição é NBR 10.152, que estipula limites em decibéis para a emissão de ruídos em determinados locais de acordo com o ambiente e o tempo de exposição a que as pessoas ficam submetidas.

Segundo a OMS (Organização Mundial da Saúde), o nível máximo de ruído que o ouvido humano pode aguentar sem que haja prejuízos é de 65 dB (decibéis). A partir daí podem ser causados problemas que vão desde o estresse e a insônia por causa do barulho, até a perda irreversível da capacidade auditiva.

Procure conhecer a legislação que trata de ruídos em sua cidade e seus órgãos fiscalizadores. Se você estiver com algum problema de ruídos causados por empresas, bares, igrejas, escolas, etc., procure a Secretaria Municipal do Meio Ambiente, Instituto Ambiental Estadual ou Procuradoria do Meio Ambiente e peça uma vistoria com equipamento de medição sonora, conhecido como Decibelímetro. Para ruídos causados por moradores vizinhos, procure a Delegacia de Ordem Social ou a PM.

### Impactos da Poluição Sonora

Na nossa saúde: O ruído em excesso pode afetar o nosso sistema nervoso (e dos animais) e causar estresse. Os efeitos do excesso de ruído não são

repentinos, ou seja, por exemplo, ouvir um ruído forte um dia não tem consequências, mas ouvi-lo durante um tempo prolongado pode causar-nos surdez. Os especialistas destacam alguns efeitos negativos como: redução da capacidade auditiva; perturbação do sono; interferência com a comunicação; interferência na aprendizagem; efeitos fisiológicos tais como a hipertensão, taquicardia, arritmia, desassossego, entre outros.



Foto: [kaskus](#)

No ambiente: O excesso de ruído também afeta o sistema nervoso dos animais, fazendo com que estes possam vir a fugir de locais (por exemplo, zonas florestais) em que haja constante passagem de automóveis. Quando isto acontece, vários ecossistemas que tenham esse excesso de barulho podem vir a ter um grande desequilíbrio, afetando, por exemplo, algumas cadeias alimentares, e colocando várias espécies animais em risco.

Para evitar os efeitos nocivos da poluição sonora é importante evitar locais com muito barulho; não ficar sem protetor auricular em locais de trabalho com muito ruído; fechar as janelas do veículo em locais de trânsito barulhento. Problema de saúde ambiental tem significativa contribuição para a perda da qualidade de vida e, conseqüentemente, para a não sustentabilidade das cidades.

 [Clique aqui para ler a notícia direto da fonte](#)