

DI RUMORE SI MUORE!

23 dicembre 2016

Traffico, musica, ronzii costanti. Siamo assediati da suoni esagerati. Causa di stress, cardiopatie, danni dell'udito e cadute. Lo rivela un rapporto europeo

DI AGNESE CODIGNOLA

Il rumore perenne, pervasivo, a volte intollerabile: traffico, aerei, gente che parla, a voce sempre più alta per coprire altra gente che parla nei locali pubblici. E poi, il sottofondo costante: nei negozi, nelle stazioni, negli aeroporti, perfino nei ristoranti e nelle strade. Musica che arriva attraverso lettori mp3 e telefoni, ovunque e sempre. E, ancora, macchinari, condizionatori e ronzii vari, sul luogo di lavoro. Viviamo assediati dai suoni, senza renderci conto dei danni che questo comporta. Non solo all'apparato uditivo, ma anche a quello cardiovascolare e nervoso, che si traducono in una lunga lista di disturbi e in vere e proprie malattie dai costi altissimi. A rivelarlo è il lavoro di un gruppo di esperti di diverse discipline (epidemiologi, neurologi, cardiologi, e altri) dell'International Commission on Biological Effects of Noise (ICBEN), in un lungo articolo pubblicato su "Lancet".

Scopriamo così, per esempio, che nel mondo il rumore ha compromesso l'udito di 1,3 miliardi di persone (un adulto su quattro tanto negli Stati Uniti quanto in Europa), e che le cadute associate a questo deficit, negli ultimi vent'anni, sono aumentate del 20 per cento. Ma non è tutto: a preoccupare i clinici è la cosiddetta "annoyance", una sorta di fastidio dovuto ai suoni troppo alti e inopportuni, che ha un notevole impatto sulla qualità della vita di tutti i giorni, sul sonno, sull'umore, sullo stress. E che è l'incubatore di tutte quelle che possono essere definite patologie del rumore come quelle che colpiscono il cuore e i vasi: è ormai dimostrato al di là di ogni dubbio che questa condizione aumenta il rischio di andare incontro a ipertensione, infarti e ictus, perché lo stress continuo provoca, a cascata, una serie di eventi metabolici e vascolari anche gravi e, talvolta, mortali.

Difficile da quantificare in assoluto, si calcola che il rischio cardiovascolare aumenti del 7 per cento circa ogni 10 decibel di sfioramento delle soglie.

Come sa bene chiunque viva sopra un locale pubblico, l'altra grande vittima del rumore è il sonno, perché gli esseri umani reagiscono alle stimolazioni uditive anche quando dormono. Quindi, anche se riescono a dormire, se l'ambiente non è tranquillo non riposano bene, e le conseguenze si vedono poi sull'attenzione, sull'umore, sull'apprendimento (soprattutto per i bambini). La questione è talmente seria che l'Oms ha emanato le Night Noise Guidelines for Europe, nelle quali indica ai paesi membri europei gli obiettivi da preservare di notte nelle zone abitate: 55 decibel a medio termine e 40 a più lungo termine.

Più in generale, tutte le autorità sanitarie negli ultimi 20-30 anni si sono occupate della questione dell'inquinamento acustico, e hanno lanciato allarmi spesso del tutto inascoltati. A livello europeo, l'iniziativa più importante e omogenea è stata la normativa 49 del 2002, che impegnava tutti gli Stati membri a completare la zonizzazione acustica delle città con più di 250 mila abitanti entro il 2007, e poi quella dei centri urbani con più di 100 mila residenti entro il 2012. Fuori dall'euroburocratese significa che avremmo dovuto, come gli altri Stati membri, fare delle mappe che dessero la reale misura dell'inquinamento acustico. Come spiega Gaetano Licitra, membro dello Expert Panel on Noise dell'Unione europea, responsabile del Dipartimento di Lucca dell'Arpa Toscana, nonché docente di acustica presso l'Università di Pisa: «Ogni zona, anche all'interno di una stessa città, ha delle caratteristiche proprie che la rendono più o meno rumorosa: si pensi, per esempio, al passaggio di grandi strade di scorrimento o di aeroporti, alla presenza di fabbriche

Ho un aereo nelle orecchie

Tra le moltissime fonti di rumore esistenti gli aeroporti, soprattutto in paesi come l'Italia, che hanno avuto un'urbanizzazione spesso selvaggia e mal regolata, rappresentano un problema enorme, anche se per fasce di popolazione relativamente limitate. Per capire meglio che cosa succede a chi abita in zone che "sentono" centinaia di decolli ogni giorno, il Dipartimento di epidemiologia del Servizio Sanitario del Lazio ha condotto lo studio Sera Studio sugli Effetti del Rumore Aeroportuale, che ha preso in esame la salute degli abitanti dei comuni limitrofi a Milano Linate, Malpensa, Torino, Pisa, Venezia e Roma Ciampino, interessati tutti anche dalla vera e propria esplosione dei voli low cost.

Il risultato è stato netto: l'associazione tra rumore e aumento di ricoveri in ospedale, o, viceversa, a quella di parchi urbani, di ospedali, scuole e così via. Solo conoscendo nei dettagli ogni situazione specifica si possono stabilire le soglie giuste e programmare gli interventi più efficaci e mirati».

L'Italia non ha fatto i compiti e sta pagando le pesanti multe previste dalla Ue per le infrazioni. «In Italia mancano all'appello più di 40 centri urbani, e solo una decina tra i più grandi (tra i quali Firenze, Livorno, Prato, Bari, Torino, Genova, Roma, Bologna) è in regola con la zonizzazione. Nel meridione del Paese, poi, il ritardo è ancora più marcato. E, in di pressione arteriosa c'è e si vede. Dati analoghi, del resto, si sono avuti in studi simili effettuati negli Stati Uniti (la ricerca è stata pubblicata sul "British Medical Journal"), dove i residenti vicino a 89 aeroporti vengono ricoverati in ospedale più della media per disturbi cardiovascolari. Così come accade in Gran Bretagna (anche in questo caso i dati sono sul "Bmj"), dove vicino a Heathrow si nota un aumento di ictus e cardiopatie, nonché di ricoveri e mortalità.

VEICOLI A BASSO IMPATTO ACUSTICO E ASFALTO ASSORBENTE: PER A TUTTARE I DANNI DEL CAOS IN CITTÀ

totale, a livello nazionale sono state mappate solo circa il 20-30 per cento delle città», aggiunge Licitra. E questo si traduce nel fatto che solo pochi centri hanno idee o programmi per ridurre l'inquinamento laddove è dannoso per la salute. Anche se la Ue prescriveva di prendere tutte le iniziative necessarie entro il 2013.

Eppure, è possibile. E in Toscana lo hanno fatto. Su 287 comuni interessati, 286 hanno mappato il rischio acustico, anche grazie ai tre milioni di euro che da cinque anni la Regione destina al pagamento dei tecnici che devono effettuare le rilevazioni e stilare i piani e ai sindaci, per aiutarli a realizzarli. Da pochissimi giorni, poi, la regione ha anche un apposito regolamento – unico in Italia – per proteggere dal punto di vista acustico i parchi extraurbani. Eppure, a sentire tutte le rilevazioni dell'Eurobarometro, l'agenzia che registra gli umori degli europei, il rumore è in cima alle preoccupazioni dei cittadini che vorrebbero avere risposte rapide ed efficaci, in molti casi dandogli precedenza a questioni quali la sicurezza sociale: in media, ogni europeo spenderebbe volentieri 25 euro all'anno per abbassare il chiasso da cui è assediato.

E molti accorgimenti potrebbero essere presi. Sul traffico, prima fonte di inquinamento acustico, innanzitutto. Spiega Licitra: «Negli anni le dimensioni degli pneumatici sono aumentate e gran parte del rumore viene da questo, oltreché dalla cattiva qualità delle strade. L'Europa sta cercando di definire, per i prossimi anni, uno standard che vada verso veicoli meno rumorosi non tanto o non solo dal punto di vista del motore, ma anche per quanto riguarda le gomme. Poi bisogna intervenire sulle strade, aumentandone la fluidità con le rotonde (gli arresti e le ripartenze generano rumore) e con la qualità degli asfalti». Anche in Italia e, in particolar modo a Pisa, ne sono stati inventati di nuovi, mischiati alla gomma degli pneumatici usati (che quindi non vanno più a scaricare), che assorbono o disperdono meglio i suoni. E poi, laddove è possibile, vi sono le barriere: anche qui la tecnologia sta facendo grandi passi in avanti, con barriere dotate di piante per assorbire i gas di scarico, pannelli fotovoltaici per produrre energia e altre soluzioni molto interessanti. Lo stesso vale per gli infissi, che andrebbero cambiati in moltissime scuole, edifici pubblici e case private». Il settore è quindi fonte di ricerca, innovazione e sviluppo, e se la questione del rumore fosse presa più sul serio, oltre ad avere cittadini meno stressati si potrebbero avere molti posti di lavoro nuovi di zecca. In questo senso va anche la richiesta, cui si oppongono le lobby dei costruttori, di obbligare chi vende una casa a fornire anche un certificato che ne classifichi l'acustica, proprio come avviene per l'energia elettrica, perché chi acquista dovrebbe avere il diritto di sapere a che cosa va incontro e se di notte riuscirà a dormire. In futuro, poi, le smart cities avranno molti sensori acustici (anch'essi frutto della ricerca) che monitoreranno in tempo reale il rumore zona per zona.

Ma tutto ciò, conclude Licitra, non avverrà, probabilmente, fino a quando non cambierà l'atteggiamento generale verso il rumore e i suoni. Basti pensare a che cosa accade ormai in quasi tutti i negozi, supermercati e centri commerciali: una musica talvolta assordante accompagna gli acquisti, perché gli esperti del marketing sostengono che in questo modo i clienti sono più propensi a spendere. Ne sono proprio sicuri?

Per qualche euro in più

COLLOQUIO CON ENRICO FINZI

Il sottofondo perenne, come una filodiffusione. Non c'è negozio, bar o ristorante dove non ci sia musica. Perché? Lo abbiamo chiesto a Enrico Finzi, sociologo e direttore di Astra Ricerche.

La musica aiuta le vendite?

«Non proprio. Tutte le rilevazioni degli ultimi anni fanno emergere una crescente insofferenza verso il rumore in generale, e in particolare verso la musica imposta in ogni luogo, dalle stazioni ai negozi, dai ristoranti agli ascensori, dalle strade fino ai bagni degli hotel di lusso. Ma indubbiamente, oltre a questo quadro generale, ci sono situazioni in cui essa può aiutare a vendere».

Ad esempio?

«In un negozio di blue jeans frequentato da giovani il rock ad alto volume può funzionare come una musica più rilassante e mai assordante nei supermercati o nelle catene di abbigliamento».

Quindi non è la musica di per sé ad avere effetti positivi o negativi, ma la realtà in cui essa è proposta?

«Perché ci sia un effetto positivo sulle vendite servono tre condizioni. Innanzitutto il contesto: si pensi, per esempio, alle carole natalizie o alle canzoni romantiche per San Valentino. E poi c'è il fatto che la musica deve essere allineata con il tipo di prodotto (per esempio nel negozio di jeans va bene il pop). Infine, il tipo di cliente: se il target è di giovani, il soundgiusto è quello che piace ai ragazzi in quel momento. Con queste tre variabili si costruisce l'identità dell'acquirente e si possono davvero incrementare gli acquisti».

Un altro esempio di musica positiva è quella a basso volume diffusa negli aerei prima del decollo: molti studi hanno mostrato che attenua l'ansia.

«Ma è vero anche il contrario: nelle stazioni e in altri contesti di possibile sovraffollamento, la musica può aumentare lo stress, l'ansia e l'aggressività. In altri casi, poi, evitare musica e rumore è nettamente meglio. Lo hanno capito i gestori dei treni francesi ad alta velocità, dove da anni esistono le carrozze silenziose, dove è vietato parlare al telefono e disturbare i vicini».