

Giovedì 11 OTTOBRE 2018

Il rumore ambientale nuoce gravemente alla salute. Un problema persistente per più della metà della popolazione europea: ecco le nuove linee guida Oms

Il rumore eccessivo, sottolinea l'Oms, danneggia gravemente la salute umana e interferisce con le attività quotidiane delle persone a scuola, al lavoro, a casa e durante il tempo libero. Può disturbare il sonno, causare effetti cardiovascolari e psicofisiologici, ridurre le prestazioni e provocare reazioni di fastidio e cambiamenti nel comportamento sociale. LE LINEE GUIDA SUL RUMORE.

L'Oms Europa ha appena pubblicato le nuove linee guida sull'inquinamento ambientale. Il documento sottolinea che il rumore è uno dei principali rischi ambientali per la salute fisica e mentale e il benessere nella Regione Europea, identifica i livelli in cui ha impatti significativi sulla salute e raccomanda azioni specifiche per ridurre l'esposizione. Per la prima volta, è stato applicato un quadro metodologico completo e rigoroso per sviluppare le raccomandazioni.

Il rumore eccessivo, sottolinea l'Oms, danneggia gravemente la salute umana e interferisce con le attività quotidiane delle persone a scuola, al lavoro, a casa e durante il tempo libero. Può disturbare il sonno, causare effetti cardiovascolari e psicofisiologici, ridurre le prestazioni e provocare reazioni di fastidio e cambiamenti nel comportamento sociale.

Il rumore del traffico da solo è dannoso per la salute di quasi un terzo delle persone nella regione europea dell'Oms. Un europeo su cinque è regolarmente esposto a livelli sonori notturni che potrebbero danneggiare significativamente la salute.

Le linee guida dell'Oms per il rumore raccomandano meno di 30 decibel ponderati A (dB (A)) nelle camere da letto durante la notte per un sonno di buona qualità e meno di 35 dB (A) nelle aule per consentire buone condizioni di insegnamento e apprendimento.

Le linee guida per il rumore notturno raccomandano meno di 40 dB (A) della media annuale (L_{night}) al di fuori delle camere da letto per prevenire effetti nocivi sulla salute causati dal rumore notturno.

Secondo una pubblicazione dell'Unione europea:

- circa il 40% della popolazione dei paesi dell'Ue è esposta al rumore del traffico stradale a livelli superiori a 55 db (A);
- il 20% è esposto a livelli superiori a 65 dB (A) durante il giorno;
- più del 30% è esposto a livelli superiori a 55 dB (A) durante la notte.

Alcuni gruppi sono più vulnerabili al rumore. Poiché i bambini trascorrono più tempo a letto rispetto agli adulti, sono più esposti al rumore notturno. I malati cronici e gli anziani sono più sensibili ai disturbi. I lavoratori a turni sono a maggior rischio perché la loro struttura del sonno è sotto stress. Inoltre, i meno abbienti che non possono permettersi di vivere in zone residenziali tranquille o che hanno case adeguatamente isolate, rischiano di soffrire in modo sproporzionato.

Il rumore notturno può portare a un aumento delle visite mediche e alla spesa per sonniferi, che influiscono sui

budget delle famiglie e sulla spesa sanitaria dei paesi. È probabile che il divario tra ricchi e poveri aumenti se i governi non affrontano l'inquinamento acustico.

La compromissione dello sviluppo e dell'educazione della prima infanzia causata dal rumore può avere effetti permanenti sul rendimento scolastico e sulla salute.

Studi e statistiche sugli effetti dell'esposizione cronica al rumore degli aerei sui bambini hanno evidenziato:

- un'evidenza coerente che l'esposizione al rumore danneggia la performance cognitiva;
- un'associazione coerente con benessere compromesso in misura leggermente più limitata;
- una moderata evidenza di effetti sulla pressione arteriosa.

"L'inquinamento acustico nelle nostre città è in aumento, rovinando la vita di molti cittadini europei. Più che un fastidio, il rumore eccessivo è un rischio per la salute: ad esempio, contribuisce alle malattie cardiovascolari. Dobbiamo agire sulle numerose fonti di inquinamento acustico - dai veicoli a motore a discoteche e concerti rumorosi - per proteggere la nostra salute", afferma **Zsuzsanna Jakab**, direttore regionale dell'Oms per l'Europa. "Le nuove linee guida definiscono i livelli di esposizione al rumore che non dovrebbero essere superati per minimizzare gli effetti avversi sulla salute e sollecitiamo i responsabili politici europei a fare buon uso di queste indicazioni a beneficio di tutti gli europei".

Rispetto alle precedenti linee guida dell'Oms sul rumore, la nuova versione contiene cinque sviluppi significativi:

- una maggiore evidenza degli effetti cardiovascolari e metabolici del rumore ambientale;
- inclusione di nuove fonti di rumore, ovvero rumore delle turbine eoliche e rumore del tempo libero, oltre al rumore proveniente dai trasporti (traffico aereo, ferroviario e stradale);
- uso di un approccio standardizzato per valutare le prove;
- una revisione sistematica delle prove, che definisce la relazione tra l'esposizione al rumore e il rischio di esiti negativi per la salute;
- uso di indicatori di esposizione acustica media a lungo termine per prevedere meglio i risultati negativi sulla salute.

Destinati ai decisori e agli esperti tecnici, i nuovi orientamenti mirano a sostenere la legislazione e il processo decisionale a livello locale, nazionale e internazionale. "Attraverso il loro potenziale di influenzare le politiche urbane, dei trasporti e dell'energia, le Linee guida sul rumore ambientale contribuiscono all'agenda 2030 per lo sviluppo sostenibile e supportano la nostra visione di creare comunità resilienti e ambienti di supporto nella Regione", continua Jakab.

Sebbene le linee guida si concentrino sulla regione europea e forniscano orientamenti coerenti con la direttiva sul rumore ambientale dell'Unione europea, hanno anche rilevanza globale. Il grande numero di prove a sostegno delle raccomandazioni è stato derivato non solo dagli studi sull'effetto del rumore in Europa, ma anche dalla ricerca in altre parti del mondo, principalmente in America, Asia e Australia.

"Queste linee guida sono state sviluppate sulla base del crescente numero di prove nel campo della ricerca sul rumore ambientale", conclude **Stephen Stansfeld**, presidente del gruppo di sviluppo delle linee guida. "Mirano a sostenere la politica di sanità pubblica che proteggerà le comunità dagli effetti nocivi del rumore e stimolerà ulteriori ricerche sugli effetti sulla salute dei diversi tipi di rumore".