

Scheda

Nono mito da sfatare

Il rumore fa ammalare soltanto chi lo percepisce come causa di disturbo

La maggior parte delle persone esposte al rumore del traffico è convinta di non sentire, o non sentire più, lo sferragliare dei treni o il ronzio delle automobili nella notte. Eppure i disturbi del sonno sono tra i danni più frequenti legati all'inquinamento fonico. Test condotti in laboratori del sonno dimostrano che il rumore generato dal traffico perturba il sonno anche quando è percepito inconsciamente.

Il rumore percepito inconsciamente compromette il rendimento

Studi condotti dalla clinica psichiatrica universitaria di Basilea dimostrano che durante il sonno il rumore provoca ripetuti microrisvegli. Si tratta di episodi molti brevi, di cui in genere non si ha ricordo la mattina seguente, ma quei pochi secondi di veglia bastano a compromettere le capacità cognitive ed essere all'origine di problemi di memoria o di concentrazione, riducendo addirittura il rendimento durante il giorno e la capacità di reazione. Le persone esposte cronicamente al rumore presentano un rischio più elevato di sviluppare malattie cardiocircolatorie. Un sonno perturbato può inoltre essere causa di stress e problemi psichici e, in casi estremi, portare persino alla depressione.

L'esposizione continua al rumore ha effetti sulla salute

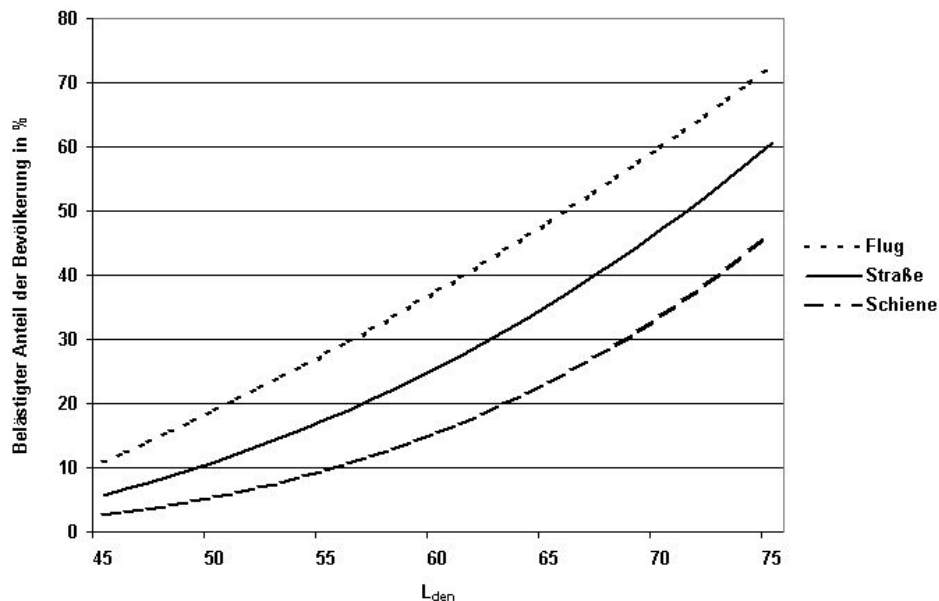
In Europa una persona su tre soffre di stress legato al rumore diurno, mentre una su cinque accusa disturbi del sonno. Ogni anno il rumore dovuto al traffico provoca in Europa 50 000 decessi per infarto del miocardio e 200 000 casi di malattie cardiocircolatorie. L'esposizione continua a emissioni foniche anche minime può causare patologie fisiche e/o psichiche.

- Schlafstörungen mit kurz- und langfristigen Konsequenzen
- Hormonelle Reaktionen (mehr Stresshormone) und mögliche Konsequenzen für den menschlichen Stoffwechsel und das Immunsystem
- Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes
- Beeinträchtigung der Leistungsfähigkeit in der Schule und am Arbeitsplatz
- Beeinträchtigung im sozialen Verhalten (Aggressivität, Hilflosigkeit etc.)
- Beeinträchtigung der Sprache und Kommunikation

Fonte: Ufficio federale dell'ambiente, 2010

Il disturbo e il fastidio associati al rumore sono il risultato di un processo molto complesso di percezione e di valutazione, e sono dunque sensazioni soggettive. Non sono pertanto parametri rilevanti ai fini di un esame oggettivo dell'esposizione al rumore.

Disturbo provocato dal rumore del traffico



Fonte: Ufficio dell'ambiente austriaco

Legenda:

Belästigter Anteil der Bevölkerung= Quota di popolazione esposta a rumore molesto

Lden= Lden

Flug= traffico aereo

Strasse= traffico stradale

Schiene= traffico ferroviario

Anni di vita persi

L'Organizzazione mondiale della sanità (OMS) ha sviluppato un metodo per stimare i danni sulla salute provocati da fattori ambientali. Il metodo si basa sul DALY («Disability Adjusted Life Years»), l'unità di misura che esprime la perdita di anni di vita in buona salute. In Svizzera, a causa del rumore del traffico si perdono annualmente 45 000 anni di vita in buona salute: l'89 % è imputabile al rumore stradale, il 9 % al rumore generato da treni e il rimanente 2 % a quello prodotto dal traffico aereo. Nella classifica dei fattori ambientali con i valori più elevati di DALY, il rumore occupa il quarto posto: non è dunque solo fastidioso, ma rappresenta una vera e propria minaccia per la salute.

Fonti:

- VCÖ, Verkehr aktuell 6/2013, *Lebensqualität für Städte und Gemeinden durch Tempo 30*
- UFAM, Webzine «ambiente» 1/2013, *Il silenzio è d'oro*
- Gastberger, T., *Lärm*, 1998
- Zeitschrift für Lärmbekämpfung 44, *Risikoerhöhung für Herzinfarkt durch chronischen Lärmstress*, 1997

Link:

- UFAM, Webzine «ambiente»:

<http://www.bafu.admin.ch/dokumentation/umwelt/12512/12534/index.html?lang=it>

- UFAM, *Auswirkungen des Verkehrslärms auf die Gesundheit*:
<http://www.bafu.admin.ch/laerm/10520/10521/index.html?lang=it>
- Associazione dei trasporti austriaca:
<http://www.vcoe.at/de/publikationen/vcoe-factsheets/>
- Ufficio dell'ambiente austriaco:
<http://www.umweltbundesamt.at/umweltsituation/laerm/verursacher/>