



Swiss Acoustical Society  
Société Suisse d'Acoustique  
Schweizerische Gesellschaft für Akustik  
Società Svizzera di Acustica  
Internet: [www.sga-ssa.ch](http://www.sga-ssa.ch)



## Comunicato stampa

Giornata contro il rumore del 26 aprile 2017

### **La quiete stimola**

**Il rumore disturba e può far ammalare le persone. Non sono solo gli adulti a soffrire per il rumore, ma anche i bambini. Il rumore può influire negativamente sul loro sviluppo e sul loro rendimento scolastico. La quiete favorisce invece il benessere, la salute e l'apprendimento.**

Al giorno d'oggi il rumore è ovunque. L'inquinamento fonico cronico può provocare stress psichico e fisico persistente, anche nei bambini. Quindi, la giornata contro il rumore di quest'anno, che si terrà il prossimo 26 aprile, sarà intitolata «La quiete stimola» e porrà al centro dell'attenzione i bambini.

A differenza degli adulti, i bambini possono influire sull'ambiente acustico in cui si trovano solo in misura limitata. Spesso, sono esposti al rumore senza avere la possibilità di fare qualcosa per evitarlo. Noi adulti, possiamo tapparci le orecchie oppure allontanarci dalla fonte del rumore; i bambini piccoli e i neonati non lo possono fare. Inoltre, spesso i bambini non sanno e non capiscono che il rumore può essere dannoso.

### **Difficoltà di apprendimento e danni all'udito**

Alcuni studi hanno dimostrato che i bambini esposti a forti rumori possono soffrire di vari danni fisici e psichici (concentrazione e memoria ridotte, disturbi del sonno, pressione alta, sovrappeso o iperattività). I bambini piccoli, ad esempio, imparano meno bene a parlare se la radio e la televisione sono sempre accese, perché riescono a filtrare solo con difficoltà le parole delle persone che si occupano di loro. E i bambini imparano a parlare ascoltando.

Un danno alle funzioni cognitive dei bambini a causa di un'esposizione a rumori forti si ripercuote anche sulla loro vita adulta: avranno più problemi nella loro futura formazione scolastica a causa delle difficoltà di lettura e scrittura e delle ridotte capacità mnemoniche.

Anche per i giocattoli rumorosi è necessaria prudenza: i fischiotti, le trombette o le pistole per bambini possono causare danni all'udito.

Concediamo regolarmente ai nostri bambini e anche a noi stessi più quiete. La quiete favorisce le prestazioni cognitive, la salute e il benessere!

## Protezione dal rumore nella vita quotidiana

Con alcune semplici misure possiamo proteggere i nostri bambini da rumori quotidiani evitabili.

- Prima di acquistare un giocattolo, testate il suo livello sonoro.
- Non lasciate sempre accese in sottofondo radio e televisione.
- Garantite ai vostri bambini un sonno profondo e ristoratore. Se possibile, fate in modo che la camera dei bambini non si trovi sul lato della casa vicino alla strada. Quando i bambini dormono, abbassate il volume di radio e televisione e parlate piano.
- Non portate bambini piccoli a manifestazioni rumorose.
- Create momenti di quiete per voi e i vostri bambini: 10 minuti di rilassamento possono aiutare

### Rumore e volume

Si considerano rumore i suoni indesiderati. Il volume sonoro viene misurato in decibel (dB). La scala logaritmica dei decibel illustra in modo facilmente comprensibile l'intero spettro sonoro, da 0 dB (soglia di udibilità) fino a circa 130 dB (soglia dolorifica del rumore). 10dB: ticchettio di un orologio da polso, 40 dB: musica a basso volume, 60 dB: conversazione normale, 90 dB: autocarro, 120 dB: martello pneumatico.

In determinate condizioni, siamo in grado di percepire cambiamenti del volume sonoro di 1 dB; una variazione di 10 dB corrisponde circa al doppio o alla metà del volume percepito soggettivamente.

### [Link a studi interessanti](#)

- Studio di Ecoplan commissionato dall'UFAM sulle ripercussioni del rumore del traffico sulla salute «Auswirkungen des Verkehrslärms auf die Gesundheit», Bern e Altdorf, 2014: [www.bafu.admin.ch/rumore](http://www.bafu.admin.ch/rumore) > Informazioni per gli specialisti > Effetti > Effetti sulla salute > Documenti
- Lärmwirkungsstudie NORAH, Bochum, 2015: [www.laermstudie.de/wissen/norah-wissen](http://www.laermstudie.de/wissen/norah-wissen)
- Christensen JS, Hjortebjerg D, Raaschou-Nielsen O, Ketzler M, Sørensen TI, Sørensen M. 2016; Pregnancy and childhood exposure to residential traffic noise and overweight at 7 years of age. Environment International 94:170-176: [www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0160412016301891](http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0160412016301891)
- Hjortebjerg D, Andersen AM, Christensen JS, Ketzler M, Raaschou-Nielsen O, Sunyer J, Julvez J, Fornis J, Sørensen M. 2016; Exposure to road traffic noise and behavioral problems in 7-year-old children: a cohort study. Environ Health Perspect 124:228-234: [www.ehp.niehs.nih.gov/1409430/](http://www.ehp.niehs.nih.gov/1409430/)
- Lercher P, Evans GW, Meis M, Kofler WW; Ambient neighbourhood noise and children's mental health. Occupational and Environmental Medicine 2002; 59: 380-386: [www.oem.bmj.com/content/59/6/380](http://www.oem.bmj.com/content/59/6/380)
- Chang E et al.: Environmental Noise Retards Auditory Cortical Development. Science. 2003; 300:498-502: <http://science.sciencemag.org/content/300/5618/498>
- Qualité acoustique des établissements d'accueil d'enfants de moins de 6 ans; Les guides du CNB - n°5 - Juin 2015: [www.bruit.fr](http://www.bruit.fr) > Ressources > Brochures, fiches et guides
- Les conséquences du bruit sur les enfants et les adolescents et leur coût pour la société; Colloques 2016: [www.bruit.fr](http://www.bruit.fr) > Nos Services > Colloques > Archives des colloques

### Com'è nata la giornata contro il rumore

Nel 1996 la «League for the Hard of Hearing» di New York diede vita all'«International Noise Awareness Day». Nel 2005 la Svizzera ha partecipato per la prima volta attivamente. Gli enti promotori sono: il Cercle Bruit (ovvero l'associazione dei responsabili cantonali per la prevenzione del rumore), la Società svizzera di acustica e Medici per l'ambiente, sostenuti dall'Ufficio federale dell'ambiente (UFAM) e dall'Ufficio federale della sanità pubblica (UFSP). Con la loro partecipazione alla giornata, essi si sono posti l'obiettivo di celebrarla anche in Svizzera e di mettere in primo piano ogni anno un aspetto diverso del rumore.

**Allegati:**

- Persone di riferimento per i media

**Link:**

- Sito ufficiale della giornata contro il rumore con le informazioni generali per i media:  
[www.rumore.ch/bambini](http://www.rumore.ch/bambini)

Servizio di coordinamento della giornata contro il rumore  
c/o Umsicht, Agentur für Umwelt & Kommunikation  
Andrea Kaufmann

Klosterstrasse 21a  
6003 Luzern  
041 410 51 52

[www.rumore.ch](http://www.rumore.ch)  
nad@laerm.ch

La giornata è patrocinata da:



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Ufficio federale dell'ambiente UFAM

Ufficio federale della sanità pubblica  
UFSP