



Eco-Healthy Child Care®



Cuidado Infantil Eco-Saludable® ayuda a que el ambiente en los centros de cuidado infantil sean saludables, seguros y lo más ecológicos posible reduciendo las exposiciones de los niños a sustancias químicas.

Contaminación acústica

Preocupaciones sanitarias

La Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Agencia de Protección Ambiental de EE.UU. (EPA) reconocen los efectos nocivos de la contaminación acústica sobre la salud. Según los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, la contaminación acústica es “un problema cada vez mayor para la salud” que puede traducirse en diversos efectos nocivos para la salud, entre ellos: la pérdida de oído, estrés, presión sanguínea alta, interferencias con el habla, dolor de cabeza, interrupción del descanso y del sueño, efectos sobre la productividad y la salud mental, así como una disminución general de la calidad de vida de la persona.

¿Qué es la contaminación acústica?

La contaminación acústica es un ruido desagradable creado por personas o máquinas que puede ser molesto, distraer, inoportuno y/o físicamente doloroso. La contaminación acústica puede provenir de fuentes al aire libre, tales como el tránsito vehicular, aviones de propulsión a chorro, camiones de basura, maquinaria de construcción, procesos de fabricación, máquinas segadoras de césped, sopladoras de hojas, así como de fuentes en interiores, tales como: equipos de música, unidades de calefacción o aire acondicionado, y sillas de metal que raspan el piso.

La contaminación acústica y el niño en desarrollo

- Los niños desarrollan un poder de concentración mejor en un entorno silencioso.
- Los niños que se ven expuestos a la contaminación acústica mientras tratan de aprender tienen una mayor probabilidad de presentar retrasos en la lectura más adelante.
- Los niños expuestos a la contaminación acústica aprenden a bloquear, no sólo el ruido, sino también la voz del maestro, lo cual puede afectar su capacidad de lectura y lenguaje.
- Los niños tienen una mayor dificultad para comprender el idioma hablado y para distinguir los sonidos del idioma cuando tratan de aprender en entornos ruidosos.
- Los niños que pasan tiempo en áreas ruidosas tienen la presión sanguínea más alta mientras están en reposo y niveles de estrés mayores.

¡Tome las riendas!

Considere las posibles fuentes de contaminación acústica en su centro de cuidado infantil y cerca de éste y determine maneras eficaces de disminuir sus efectos nocivos:

- Cierre las puertas y ventanas para bloquear el ruido de las máquinas segadoras de césped, sopladoras de hojas y camiones de basura. Abra las ventanas cuando el ruido cese para poder venti-

lar bien la habitación.

- Instale materiales que absorban el ruido en el cielorraso y las paredes – frazadas acolchadas para la pared, alfombras y paneles de corcho.
- Sólo toque música de forma intencional como parte del programa de estudios. Jamás toque música ni ponga la radio como música de fondo o para bloquear otros ruidos. Jamás utilice máquinas de ruido blanco. Deje que los niños tomen la siesta en un ambiente silencioso; no les ponga música mientras duermen.
- Combata el ruido. La contaminación acústica suele ser un asunto de justicia ambiental. Colabore con sus vecinos, la ciudad y/o la agencia de concesión de licencias para que las actividades ruidosas se controlen y satisfagan las necesidades de su programa de cuidado infantil (es decir, no debe permitirse que los albañiles hagan ruido fuerte mientras duermen los niños).

- Coloque las actividades ruidosas cerca unas a las otras y lejos de las “áreas de silencio”, reservadas para las actividades de aprendizaje que requieren concentración.
- Proporcione audífonos para los centros de audio y controle el volumen para asegurar que los niños preserven su oído.

Ejemplos de lecturas de decibeles (dB)

El sonido/ruido se mide en decibeles (dB). El oído de la persona puede verse dañado si se le expone a niveles acústicos por encima de 75 dB durante un tiempo prolongado.

Doloroso

120 a 140 dB = martillo neumático, el despeque de un avión de propulsión a chorro, la música rock amplificadas a unos 4 a 6 pies de distancia

Extremadamente fuerte

90 dB = máquinas segadoras de césped, herramientas eléctricas, tránsito de camiones, tren subterráneo

Muy fuerte

Recursos sobre la contaminación acústica

- American Speech-Language-Hearing Association
www.asha.org/
- Noise Pollution Clearinghouse
www.nonoise.org/
Número de teléfono: 1-888-200-8332
- NoiseOff
www.noiseoff.org/
- La Organización Mundial de la Salud:
Guidelines for Community Noise
www.who.int/docstore/peh/noise/Comnoise-1.pdf
- How to test for noise levels in an empty classroom:

PARA MÁS INFORMACIÓN

Llame al: 202-543-4033, ext.13

Correo electrónico:

info@ecohealthychildcare.org

Visítenos: www.cehn.org/ehcc

Cuidado Infantil Eco-Saludable® (EHCC, por sus siglas en inglés) es un programa nacional, galardonado, que busca mejorar la salud ambiental de los niños al asociarse con profesionales de cuidado infantil con el fin de eliminar o reducir los peligros ambientales encontrados en centros de cuidado infantil. Originalmente fue creado por el Consejo del Medioambiente de Oregon en el 2005, EHCC es dirigido ahora por Children's Environmental Health Network.

Eco-Healthy Child Care®

c/o Children's Environmental Health Network
110 Maryland Ave. NE Suite 402 | Washington, DC 20002
202.543.4033, ext. 13

