

Poluição sonora prejudica a saúde e preocupa especialistas

O motoqueiro sai espalhando susto pela cidade com o escapamento barulhento. No ônibus, ninguém tem paz porque algum passageiro assiste, sem fone de ouvido, ao vídeo que veio pelo telefone. O colega de trabalho dá uma saída e não leva o celular, que começa a tocar incessantemente, constringendo o escritório. O vizinho de porta aprende a tocar guitarra e, para ouvir melhor os acordes, capricha no amplificador

Ricardo Westin/Ag. Senado/Especial Cidadania

Parece que viver em sociedade no século XXI é o mesmo que ser constantemente bombardeado pelo barulho. Como se não bastasse ser a cidade ruidosa por si só, a poluição sonora é potencializada por comportamentos inapropriados que as pessoas adotam no dia a dia.

Para a fonoaudióloga Keila Knobel, o que falta a essas pessoas são educação e empatia:

— Como o som não respeita muro nem parede, invadimos o espaço alheio com facilidade. A invasão é frequente porque muita gente não se coloca no lugar do outro. Quando ouço o meu cantor favorito, digo que é “música”. Se o vizinho ouve a mesma música e no mesmo volume, chamo de “barulho”.

Keila é autora de um estudo que comprova essa avaliação. Como pós-doutoranda na Unicamp, ela entrevistou 670 alunos de colégios de Campinas (SP). A maioria se disse incomodada com os níveis de ruído na sala de aula, mas quase ninguém se reconheceu como fonte do barulho.

— Numa turma de 40 crianças, ouvi de 39 que a sala de aula era barulhenta por causa dos “outros”. A conta não fecha.

Mal invisível

Brigar por um ambiente silencioso não é capricho. É questão de saúde. As pessoas começam a perder a audição quando são expostas por períodos prolongados e repetidos a sons a partir de 85 decibéis (o equivalente ao ruído do liquidificador). A morte das células auditivas é lenta e irreversível.

A partir dos 60 decibéis (o mesmo que uma conversa normal), o som já é suficiente para agredir o restante do organismo e também prejudicar o equilíbrio emocional.

O pesquisador da UnB Armando Maroja, especializado em acústica ambiental, afirma que a poluição sonora é um “mal invisível”:

— Você vê a cor da água poluída e se recusa a bebê-la. Diante do ar contaminado, você

prende a respiração ou se afasta. Com o barulho, é diferente. Embora perigoso, não é encarado como tal. Um lugar barulhento dificilmente espanta alguém.

O barulho, mesmo não sendo escandaloso, é interpretado pelo organismo como prenúncio de perigo. Para que a pessoa tenha energia para se defender, suas reservas de açúcar e gordura são liberadas.

Esgotado o estoque de energia, surgem cansaço, irritabilidade, estresse, ansiedade, insônia, falha de memória, falta de concentração, gripe e até doenças cardíacas, respiratórias, digestivas e mentais.

A falta de concentração pode levar a acidentes no trânsito. A irritabilidade pode desencadear desentendimentos e episódios de violência. O barulho, em suma, tem o poder de reduzir a expectativa de vida.

O advogado Michel Rosenthal Wagner, mediador de conflitos urbanos, diz que não são raras as ações judiciais



Intervenção em monumento da capital paulista conscientiza contra ruído.

envolvendo vizinhos que se estapearam por causa de barulho.

— Ouço que até as 22h o barulho está liberado e que só é preciso fazer silêncio depois disso. É mito. Existem normas que especificam o ruído máximo — ele esclarece. — Também ouço que o Brasil é barulhento porque somos um povo feliz. Outro mito. Felicidade não é sinônimo de barulho. Segundo a ONU, os países mais felizes são os da Escandinávia, onde o silêncio é muito valorizado.

Aos poucos, cidades e estados vêm criando “leis do silêncio”. No âmbito federal, a Lei de Contravenções Penais diz que quem perturba o “sossego alheio” com barulho pode passar até três meses preso, e a Lei de Crimes Ambientais pune com até quatro

uma reforma eleitoral que, entre outros pontos, torna as campanhas mais silenciosas. Aqueles carros que percorriam as cidades tocando jingles de candidatos ficam proibidos a partir deste ano. Os carros de som só serão tolerados em carreatas, passeatas e comícios.

Mapa do barulho

Os especialistas pedem que o Brasil se espelhe na Europa, onde as cidades grandes são obrigadas a elaborar um mapa do ruído, apontando a intensidade sonora de todos os cantos do perímetro urbano.

— O mapa torna a poluição sonora visível — explica Marcos Holtz, vice-presidente da Associação ProAcústica.

Com o mapa, o governo passa a saber onde o barulho está e, assim, pode agir no local exato — construindo ciclovias, restringindo a circulação de carros, exigindo que os ônibus ou trens sejam elétricos ou pavimentando de novo alguma rua, já que vias esburacadas pioram o barulho do trânsito.

O senador Cristovam Buarque (PPS-DF) diz que os brasileiros em algum momento vão entender que o barulho é falta de respeito e ameaça à saúde:

— Não creio que a conscientização virá agora, mas temos que agir já. Precisamos apostar nas crianças, porque são mais abertas às lições de cidadania e assimilam rápido. O garoto que aprender na escola sobre poluição sonora vai virar um adulto consciente e educado.

Para manter a saúde

Cada área da cidade tem um nível de ruído tolerável, definido pela ABNT

Ambiente externo*	Valores em decibéis (dB)	
	Dia	Noite
Rural	40	35
Escolar ou hospitalar	50	45
Apenas residencial	50	45
Predominantemente residencial	55	50
Predominantemente comercial	60	55
Predominantemente recreacional	65	55
Predominantemente industrial	70	60

* Os níveis de ruído aceitáveis são menores no ambiente interno. Com as janelas abertas, é preciso subtrair 10 dB dos valores acima. Com as janelas fechadas, 15 dB.

Fonte: ABNT



Cristovam: é preciso conscientizar sobre o barulho desde a infância.

anos de prisão quem causa “poluição de qualquer natureza”, inclusive a sonora, em níveis que possam prejudicar a saúde.

Remédio para dormir

Em Brasília, os moradores de um edifício da Asa Norte resolveram afixar um cartaz na portaria em protesto contra a algazarra diária da clientela do bar ao lado. Eles escreveram: “Aqui residem 15 famílias que precisam de sossego e respeito”.

— Tentamos o diálogo e acionamos as autoridades. Nada resolveu. Estamos processando o bar — conta o servidor público Hugo Freitas. — O lar deveria ser um lugar reconfortante. Para mim, é estressante.

No mesmo prédio, a aposentada Maria do Carmo Duarte sofre por antecipação sempre que a meia-noite se aproxima. Ela sabe que, assim que o dia virar, vai começar a cantoria de Parabéns pra Você.

— Para dormir, tomo remédio. Nem sequer as minhas orações consigo fazer em paz.

O Congresso estuda uma série de projetos que baixam o volume do dia a dia. Entre eles, um limita os decibéis de igrejas (PL 524/2015), um regula as emissões sonoras de bares e boates (PL 5.814/2013) e outro proíbe fogos de artifício com estouro (PL 6.881/2017). Se receberem a aprovação da Câmara, irão para o Senado.

No ano passado, os senadores e os deputados aprovaram



Medida desesperada: Hugo de Freitas e vizinhos afixaram cartaz na portaria do prédio implorando silêncio ao bar ao lado.

Cuidado com o ruído

Sons a partir de 85 decibéis provocam danos à saúde auditiva

