

## Conciencia sobre el ruido

Señor director:

En grandes ciudades, la exposición a ruidos no laborales (ambientales, como ruido de tránsito, etc.), de manera reiterativa en nuestro día a día, puede llegar a dañar estructuras sensibles del oído y afectar de manera permanente nuestra audición. Además, la exposición a sonidos ambientales molestos puede generar trastornos emocionales y físicos (mal humor, jaquecas, irritación, falta de concentración y atención, etc.) que afectan, en ocasiones, el funcionamiento diario de una persona en sus actividades cotidianas.

Recientemente se conmemoró el Día de la Conciencia sobre el Ruido, campaña busca promover la conciencia sobre este problema y animar a la población a tomar pequeñas acciones para prevenir los efectos dañinos en sus lugares de trabajo, vivienda y estudio.

Los desafíos a futuro son educar a la población sobre los problemas en la salud en general que trae la exposición constante al ruido y, además, favorecer conductas y hábitos que aporen a reducir los niveles a los que nos exponemos a diario.

CRISTIAN POBLETE VENTURINI

Académico carrera de Fonoaudiología, Universidad  
Andrés Bello, sede Viña del Mar