

La contaminación sonora: Una nueva forma de violencia social

Pilar Lago Castro

UNED. Facultad de Educación. Dto. Didáctica Gral. Didácticas Especiales y Organización Instituciones Educativas. Edificio de Humanidades. C/Senda del Rey, 7. 1º Planta. Dcho. 123. Tfno: 91 3986973. 28040 Madrid.

Email: plago@edu.uned.es

(Recibido Septiembre 2003; aceptado Diciembre 2003).

Biblid (0214-137X (2003) 19: 97-109)

Resumen

Los medios de comunicación más comunes y cercanos a la sociedad de hoy, como la prensa, la radio, la televisión, etc, diariamente nos ofrecen noticias terribles relacionadas con algún tipo o modelo de violencia, fundamentalmente centrada en temas políticos, sociales, culturales, ambientales, etc. Realmente, en la actualidad es muy difícil, al mismo tiempo que duro, "aproximarse" a las fuentes informativas sin encontrarse con alguna información de consecuencias socio-ambientales escalofriantes. Pues bien, dentro de esas noticias y formas distintas de crear violencia, nuestra sociedad del bienestar y la cultura, no ha dejado de sorprendernos en ningún momento, y una vez más nos aporta una nueva "plaga", nos referimos a la violencia **sonoro-ambiental**, que por medio de incontrolados decibelios y de forma aparentemente "inocente", ha invadido nuestros lugares de encuentro, expansión y recreo, amén de nuestros hogares y Centros Educativos, etc. De esta importante cuestión y de algunas de sus consecuencias más indeseables, es de lo que hablaremos en estas próximas páginas, ya que consideramos el tema de la **contaminación acústica** como uno de los nuevos tipos de violencia y agresión socio-ambiental más importantes de nuestra sociedad actual.

Palabras clave: Contaminación Acústica, Decibelios, Escucha Atenta y Consciente, Medio Ambiente, Nuevo Paisaje Sonoro, Organización Mundial de la Salud (OMS)-Ruido / Silencio, Violencia Sonora.

Abstract

Day after day, today's most common and nearest mass media, such as the press, the radio, the television, etc., offer us terrible news connected to a type or model of violence, essentially focused on issues of political, social, cultural, or environmental nature, etc. Nowadays it is very difficult indeed, as well as hard, to "approach" information sources without encountering some piece of information of horrifying social-environmental consequences. In the scope of these news and different ways of generating violence, today's welfare society and culture try to strike us once again by offering us a new "plague". We are talking about **acoustic-environmental** violence, which in the shape of uncontrollable decibels and in an apparently "innocent" way, have invaded our meeting points, our entertaining places and our recreational centres, as well as our homes and Educational Centres, etc. This important issue and some of its most undesirable consequences will be the main topic of the following pages, for we find **acoustic pollution** is one of the most relevant new types of social environmental violence and aggression in today's society.

Key words: Acoustic pollution, Decibels, Attentive and conscious listening, Environment, New Acoustic Landscape, World Health Organization (WHO) – Noise/Silence, Acoustic Violence.

Résumé:

Les médias les plus communs et les plus proches à la société d'aujourd'hui, tels que la presse, la radio, la télévision, etc. nous offrent tous les jours de terribles nouvelles qui ont rapport à un type de violence, notamment celui qui concerne des thèmes politiques, sociaux, culturels, d'environnement, etc. Vraiment, à présent il est très difficile et très dur de "s'approcher" des sources d'information sans trouver des nouvelles de conséquences socio-environnementales terrifiantes. Considérant ces nouvelles et ces différentes formes de créer de la violence, notre société du confort et de la culture nous surprend tous les jours et, une fois de plus, elle nous fournit un nouveau fléau: nous parlons de nuisances sonores du milieu ambiant qui, au moyen de décibels incontrôlables et de forme apparemment "innocente", ont envahit nos lieux de rencontre, de détente et de récréation, en plus de nos foyers et centres éducatifs, etc. C'est de cette importante question et de quelques-unes de ses conséquences les plus indésirables, que nous parlerons dans ces prochaines pages, alors que nous considérons le thème de la contamination acoustique, comme un des nouveaux types de violence et agression socio-environnementale les plus importants de notre société actuelle.

Mots clés: Contamination acoustique, Décibels, Écoute attentive et consciente, Milieu ambiant, Nouveau paysage sonore, Organisation mondiale de la santé (OMS), Bruit / Silence, Violence Sonore.

Sumario

1.- Introducción. 2.- Así es, aunque no nos parezca. 3.- Preparar el camino. 4.- En esta nueva violencia, la salud es lo que importa. 5.- Algunos datos escalofriantes. 6.- Análisis y valoración de algunos de los datos. 7.- Aprender a escuchar: aprender a vivir. 8.- Coda saludable.

1.- Introducción

En la actualidad y como consecuencia del modelo de sociedad que entre todos hemos ido construyendo, resulta prácticamente imposible no encontrarse en la prensa y en los medios de comunicación más usuales, casos terribles de diferentes tipos de violencia o agresión. Los medios de comunicación más comunes y cercanos a la sociedad, como la prensa, la radio y la televisión, diariamente nos ofrecen noticias espeluznantes relacionadas con algún tipo de violencia política, social, cultural, ambiental, etc. Nos hemos acostumbrado a leer situaciones de brutalidad entre los pueblos y sus dirigentes, entre naciones muy potentes y otras diezmadas por la pobreza más absoluta, entre un marido celoso y su esposa salvajemente golpeada, entre amigos y compañeros de trabajo que desarrollan modelos sutiles del "arte de amargarse la vida unos a otros", etc. Se podría asegurar sin temor a equivocarse, que el cultivo de la violencia ha germinado cosechas de enorme crueldad en todos y cada uno de los elementos y espacios que configuran, en muchos casos, nuestra mal llamada sociedad civilizada.

Pues bien, dentro de esos múltiples modelos de violencia, nuestra sociedad del bienestar y la cultura, no ha dejado de sorprendernos con la aparición progresiva de una terrible "plaga", nos referimos a la violencia **sonoro-ambiental**, que por medio de incontrolados decibelios, y de forma aparentemente "inocente", poco a poco ha ido invadiendo y transformado el panorama estético, físico y sonoro de los espacios comunes de muchas ciudades de nuestro país, también la de la inmensa mayoría de aquellos pueblos, que no han

querido perder el tren del desarrollo y el avance económico, siempre conseguido a través de proyectos industriales, etc.

De esta importante cuestión y de algunas de sus consecuencias más indeseables, es de lo que hablaremos en estas próximas páginas, ya que consideramos el tema de la **contaminación acústica** como uno de los nuevos tipos de violencia y agresión socio-ambiental más importantes de nuestra sociedad actual. Además, consideramos oportuno enmarcarlo dentro del ámbito educativo, y desde ese ámbito de intervención, tratar de plantear y compartir con el lector de estas páginas algunas aportaciones que podrían proporcionar a nuestras nuevas generaciones, soluciones o alternativas de mejora a medio y largo plazo.

2.- Así es, aunque no nos parezca

Uno de los mayores problemas con los que la sociedad tiene que enfrentarse en la actualidad, es el enorme cambio ecológico que se ha producido en estas últimas décadas. De alguna manera, todos nos sentimos un poco culpables de esta situación, ya que de una u otra forma hemos contribuido a la transformación de **este nuevo paisaje sonoro** en el que hoy habitamos, mientras observamos de forma preocupante su terrible devastación.

Fue el compositor y pedagogo canadiense Murray Schafer hace ya más de treinta años, el que nos prevenía de esta situación, y nos presentaba algunos de los peligros y cambios sonoros más importantes a los que nos tendríamos que ir habituando. Además, nos introducía en el concepto de **nuevo paisaje sonoro**, término que él acuñó de forma tan precisa

como inteligente y premonitoria. Como hemos indicado anteriormente, pueblos y ciudades de todo el mundo han tenido que ver, sentir y sufrir de forma muy directa los enormes cambios de su paisaje sonoro-ambiental. Hoy nada suena como ayer, y existe el enorme peligro de que no siempre seamos conscientes de este hecho tan importante para la salud de todos, y la educación de los más jóvenes. La invasión sonoro-ambiental a la que estamos siendo sometidos de forma prácticamente constante, está empobreciendo de forma llamativa nuestra capacidad sensorial, nuestra sensibilidad auditiva, nuestro gusto estético-sonoro, y un largo etcétera que tendremos que ir desmenuzando con el fin de reconocer su peligrosidad.

Lamentablemente, no es nueva la situación de abandono o laguna legislativa sobre el impacto **acústico-ambiental** que padecemos en nuestras sociedades avanzadas, ya que la primera llamada de atención a este nuevo modelo de violencia social, y a los daños causados por su presencia, históricamente se producía en el año 1972, cuando la Organización Mundial de la Salud (OMS) decide catalogar **el ruido** genéricamente como un tipo más de **contaminación**. Posteriormente, exactamente siete años después, la Conferencia de Estocolmo clasifica el ruido como un **contaminante específico**. A partir de esa fecha, se escriben y redactan miles de páginas que toman forma de **Disposiciones Oficiales**, y se envían a la entonces muy joven Comunidad Económica Europea (CEE) para ser ratificadas.

A partir de esa fecha, la CEE exigió a todos los países miembros un esfuerzo importante en la regulación y cuidado de la **Contaminación Acústica**. Muchos

años después, un informe publicado en el año 1990, presentaba a España como uno de los países con mayor índice de ruido en el mundo.

En estos últimos años, y dentro de nuestro país, ha crecido de forma destacada los estudios e investigaciones relacionadas con los problemas del ruido y los efectos negativos para la salud que el impacto sonoro-ambiental nos puede llegar a producir. Hoy es muy corriente conocer por la prensa nacional y provincial algunos de los llamados **Mapas Acústicos**, que nos presentan la situación de zonas de ciudades con problemas de enorme contaminación acústica.

Si bien es bueno conocer el estado real en la que nos encontramos a niveles de ruido y contaminación acústica, no nos parece tan positiva la inoperante respuesta de las Instituciones encargadas de buscar rápida solución a estos problemas. Entendemos que, los Ayuntamientos, y más concretamente las Concejalías de Medio Ambiente, encargadas de este asunto de enorme importancia para la salud de todos, deberían informarnos no sólo de los datos numéricos de la situación, sino además, aportarnos algunas de las soluciones adoptadas por sus Concejalías respectivas, ya que éstas mismas fuentes de información u otras similares, nos indican que después de todos estos años de experiencia, España ocupa el segundo lugar tras Japón en la clasificación de países más ruidosos del planeta. Realmente, estos resultados cuando menos, resultan enormemente intranquilizadores.

3.- Preparar el camino

Muchos autores en sus diferentes investigaciones, nos han venido demostrado que, desde el cuarto mes de gestación el feto posee un oído que le brinda la oportunidad de escuchar los latidos del corazón de su madre, y desde el sexto mes, además puede "percibir / recibir" los estímulos sonoros del exterior que en muchas ocasiones le hacen reaccionar con movimientos de cierta brusquedad para la madre. Esta es sin duda alguna, una de las manifestaciones más preciosas y directas de comunicación intrauterina madre e hijo, pero aún podría ser más perfecta. El feto oye los sonidos / ruidos del exterior, y porque oye algunos de estos ruidos no gratos para él, se mueve de forma rápida y agitada. Para contrastar con los ruidos desagradables que muchas veces rodean la espera maravillosa de un nuevo ser, la madre y también el padre, podrían cantarle suavemente al niño preciosas canciones de cuna del inmenso repertorio popular del que se dispone en cualquier país del mundo, también el nuestro, o aún mejor, improvisar pequeñas líneas melódicas entonadas de la forma más amorosa y afinada posible. A través de estas pequeñas melodías, que es su día podrían llegar a convertirse en auténticas "nanas" para el niño recién nacido, existen estudios e investigaciones que han demostrado que, el feto se desplaza y mueve de forma mucho más lenta y tranquila al recibir estímulos sonoros de estas características.

Aunque puede parecer difícil de creer, de estos primeros encuentros y estímulos sonoros del niño con la música antes de nacer, e inmediatamente después de su nacimiento, puede surgir el desarrollo y sensibilización que prepare al niño hacia una futura buena educación musical, y que como consecuencia de ella,

le permita tener mejores niveles de atención y sensibilidad auditiva, mayor capacidad de selección y gusto estético hacia la belleza, un desarrollo verbal y motriz más rápido, etc.

Muchas veces hemos pensado **qué** sucedería si los niños al nacer pudiesen manifestar su "primera impresión con el exterior". Seguramente nos preguntarían las razones que tenemos para que cualquier manifestación o situación cotidiana de la vida, aunque sea algo tan importante como "su propia llegada a este mundo", la realicemos fuertemente acompañados de gritos y ruidos ensordecedores muy poco gratos para sus tímpanos. Lo cierto es que, desde su primer encuentro con el exterior, el niño tiene que hacer una rápida adaptación al medio sonoro-ambiental en el que se encuentre, y comenzar su andadura por la vida desarrollando todas aquellas capacidades que le facilitarán los aprendizajes del futuro. Es a lo largo de los primeros meses y años de vida, cuando el niño realiza el mayor desarrollo de todas sus capacidades, también las sensoriales, de ahí, la importancia de acompañar estos primeros aprendizajes de forma sensata y progresiva, dándole el tiempo necesario para hacer un desarrollo madurativo de todo su ser. Entendemos que, una buena educación y sensibilización musical puede ayudarle a desarrollar una serie de capacidades y potencialidades como persona, que de otro modo podrían no llegar a desarrollarse nunca.

4.- En esta nueva violencia, la salud es lo que importa

La aparición desmedida y prácticamente continuada de ruidos ensordecedo-

res en cualquiera de los ambientes que frecuentamos, está desarrollando una de las violencias sociales más importantes de nuestra vida moderna. El desarrollo y el progreso de una gran ciudad ha transformado no solo su parte estética, sino sus costumbres y hábitos más sencillos y cotidianos. Por ejemplo, hoy es facilísimo encontrarse con un modelo de familia **muy ruidoso**. Son incapaces de pedirse las cosas y/o comunicarse entre ellos sin dar grandes voces. Los lugares de ocio a los que acuden, favorecen este tipo de comunicación, ya que el acondicionamiento acústico del lugar puede ser inexistente. Igualmente, las condiciones de su vivienda, los Centros de Cultura, Colegios, grandes Almacenes, Discotecas, Pubs, etc, utilizan los decibelios de forma perfectamente controlada con el fin de "dirigir y dominar" los gustos y aficiones de nuestra familia modelo y de muchos ciudadanos más, que se encuentran inmersos "al ataque" continuo de toda la invasión sonoro-ambiental que producen todos estos lugares.

El perjuicio físico que nos crean los ruidos extremos que en muchas ocasiones nos vemos obligados a soportar, van mucho más allá de los límites tolerados por el oído humano. Esto no cabe la menor duda, que afecta muy negativamente a la salud del hombre en su totalidad. Por lo tanto, una excesiva exposición y permanencia a niveles intolerables de ruido (situación por otra parte muy habitual de muchos de los ambientes frecuentados hoy), pueden desencadenar efectos físicos y psíquicos muy negativos para el hombre, como ha quedado demostrado por diferentes estudios e investigaciones sobre el tema que nos ocupa.

En la actualidad se considera que, entre un 50% y 60% de algunas de las dolencias más importantes que conocemos tienen su origen en fenómenos relacionados con el medio ambiente, y más concretamente, con que el ruido sea uno de los motivos desencadenantes de algunos de los más conocidos problemas de salud de nuestros días. Por ejemplo, aquellos trastornos que afectan la audición, problemas de sueño, taquicardia, aumento de la presión sanguínea, contracciones musculares, cansancio físico, estrés, etc.

Pero lo mejor en estos casos, y con el fin de prevenir en lo posible algunas de sus consecuencias más negativas, es conocer de forma concreta algunas de las cifras de los resultados sonoro-ambientales más comunes en este nuevo paisaje sonoro que hoy conocemos en nuestra vida cotidiana. Sirvan de ejemplo: los ruidos habituales de los aparatos electrodomésticos de nuestros hogares, las ensordecedoras músicas mal llamadas ambientales, los Centros Culturales y deportivos, con ausencia total de espacios insonorizados, Centro Educativos, etc, y de esta forma, podemos "defender" al haceremos una idea de la exposición de contaminación y de **violencia** sonoro-ambiental constante a la que estamos expuestos en todo momento. Para tener datos más concretos sobre este tema, hemos tomado como referencia algunas de las últimas cifras ofrecidas por la Organización Mundial de la Salud (OMS), y de la Organización de Cooperación y Desarrollo Económico (OCDE), y los resultados presentados por ambas, nos han dejado enormemente preocupados. Consideramos que las cifras presentadas en las próximas líneas, dejarán constancia

suficientemente clara y justificada de los motivos de nuestra preocupación.

5.- Algunos datos escalofriantes

Según las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y de la Organización de Cooperación y Desarrollo Económico (OCDE), el nivel sonoro máximo que debe soportar el organismo humano en ambientes exteriores de zonas reconocidas como habitables, y para que no produzcan

efectos negativos a la salud, nunca debe superar los 65 decibelios de nivel **sonoro continuo**. El oído humano puede soportar un número de decibelios muy concreto, y la realidad sonora de cualquiera de nuestras ciudades y nuestra vida cotidiana, nos demuestran niveles muy superiores a la media tolerable. En este sentido, resulta escalofriante conocer algunos de los datos ofrecidos por las Instituciones responsables, además de observar a través de estas tablas lo "caro en salud" que puede costar el vivir en algunas de

<i>Niveles de ruido más habituales en algunas ciudades españolas</i>			
	Menos de 55dB	de 55 a 65 dB	más de 65dB
Barcelona	0	13	87
Bilbao	13	37	50
Madrid	6,4	48,3	45,5
Pamplona	6	35	59
Santander	0	4	96
Valencia	0	17	83
Valladolid	5	35	60
Zaragoza	5	54	41

Cuadro 1: Niveles de ruido más habituales en algunas ciudades españolas (Fuente: Ayuntamiento de Madrid / Universidad de Valencia)

fuentes habituales generadoras de contaminación acústica (dB)	
Límite de ruido aconsejable	65 dB.
Motor de un avión	120
Taladro neumático (obras en la calle)	110
Metro	105
Equipo de radio	105
Moto sin silenciador	100
Tren de alta velocidad	100
Ladrillo	.95
Tráfico denso	80
Restaurante	80
Timbre de teléfono	75
Equipo de TV	75
Coche	74
Conversación relajada	35
Frigorífico	30
Discusión acalorada	.80/90
Dormitorio	.30
Biblioteca	10/30
Hojas de los árboles	15
Respirar	10

Cuadro 2: Algunas fuentes habituales generadoras de contaminación acústica (dB)

nuestras grandes ciudades, y contar en nuestros hogares con todas las llamadas "comodidades domésticas", que nos permiten hablar de una aparentemente mayor calidad de vida. Este sería un punto de debate importante, que lamentablemente tendremos que dejar para otra ocasión, pero que sin duda alguna, tiene una relación muy directa con el tema que nos ocupa. En todo caso, y sin más dilación pasemos a los datos que se muestran en los cuadros 1 y 2.

6.- Análisis y valoración de algunos de los datos

Una vez conocidos estos datos, nos vemos en la necesidad de hacer una pequeña valoración y análisis de los mismos, ya que disponer de ellos, al menos nos deberían de ayudar a buscar algunas soluciones de tipo práctico y directo para nuestra vida cotidiana. Lograr un equilibrio sonoro-ambiental en cada una de las acciones de nuestra vida, podría ayudarnos a defendernos de ambientes muy ruidosos e indeseable de forma sensata y prudente. Siempre dentro de aquellos lugares habituales en los que nos encontremos de forma más permanente, como por ejemplo nuestra casa, el lugar de trabajo, las calles por las que paseamos más asiduamente, los espectáculos a los que asistamos, etc. Pero vayamos por partes, y comentemos detalladamente algunas de las situaciones más comunes. Por ejemplo:

- **En el Hogar:** Sería muy prudente por parte de las amas de casa responsabilizadas del cuidado de sus hijos más pequeños y de su propia salud física, además de los cuidados de hogar, el medir y distribuir de forma escalonada el

uso de los electrodomésticos de su casa en el momento de la limpieza, ya que como hemos podido comprobar en los datos anteriormente presentados, "el gota a gota" de los ruidos provocados por la simultaneidad de un determinado grupo de aparatos, podría llegar a ocasionar situaciones muy negativas para el estado físico de esta madre, que además de cuidar de sus hijos quiere sorprenderles con la brillantez de una casa limpia y ordenada.

Continuando en este mismo hogar, nos gustaría hacer una llamada de atención a todos y cada uno de sus miembros, rogándoles que fuesen prudentes y respetuosos los unos con los otros al utilizar simultáneamente aparatos de radio con un volumen fuerte, mientras en otra habitación quiere entrar en "competencia sonora" una televisión enloquecida con músicas de la más "moderna actualidad". En otro lugar de la casa, no muy apartado, los más pequeños corren desaforadamente por el pequeño pasillo con juegos e instrumentos enormemente ruidosos, etc.

- **En el trabajo:** Ni qué decir tiene, que muchas de las Empresas y Fábricas que hoy conocemos, no cumplen siempre las leyes de insonorización básicas obligatorias y previstas por la normativa existente, y que deberían ser controladas con mayor asiduidad de lo que habitualmente lo están. Además de solicitar por parte de los trabajadores, la insonorización de aquellos lugares de trabajo a los

que obligue la normativa actual. Otro de los aspectos importantes a destacar en Fábricas, Talleres y Empresas de diferentes producciones, son la utilización de cascos y/o instrumentos de aislamiento para el ruido. No contar con estos recursos y herramientas de apoyo para los trabajadores, es motivo importante de responsabilidad para la empresa. Las personas encargadas y responsables directos de cualquier tipo de problema físico entre los empleados, deberán tener muy en cuenta la normativa existente y hacerla cumplir rigurosamente. La exigencia del más estricto cumplimiento de la ley, supondrá evitar accidentes laborales indeseados por parte de todos. Las leyes existen, y lo que se debe de lograr entre todos es su total cumplimiento.

- **Grandes Extensiones:** Cines, Aeropuertos, Grandes Almacenes, Discotecas, etc., anuncian el comienzo de sus respectivos espectáculos, artistas invitados, salidas de vuelos o "súper ventas" utilizando "estruendos sonoros", que generalmente pocos pueden llegar a entender de forma clara, pero siguen utilizándose de forma descontrolada. Entendemos que, las grandes multinacionales saben mucho más que nosotros de este asunto, no de los peligros del ruido, sino de las maravillosas ventas que pueden lograr a través de él, creando un ambiente sonoro ensordecedor, muchas personas sufren estados de angustia y ansiedad que pueden llegar a dominar "comprando de forma

absolutamente descontrolada" objetos totalmente innecesarios, "comida y bebida basura" que acompañará las ensordecedoras y terribles imágenes de acción del último súper-héroe, etc.

- **Otros espacios:** Aunque sea de forma muy somera, no queremos dejar pasar la ocasión de mencionar aquí, a todo ese amplio grupo de jóvenes "aislados" por la constante compañía de esa herramienta infernal llamadas **walkman**. El uso desmedido de decibelios que los muchachos soportan de manera exagerada y continuada, ya ha producido consecuencias para la salud muy negativas. Los otorrinolaringólogos hablan de un aumento importante de sorderas prematuras en niños y adolescentes, dolores de cabeza, taquicardias, etc. Amen de este peligro añadido, nos apenas observar que, este aparatito que en principio podría ser una herramienta muy válida para escuchar música de forma moderada, lo que hace la inmensa mayoría de las veces, es aislar a la persona que lo utiliza del sonido-ambiente en el que se encuentra, que muchas veces le impide orientarse en el espacio y mantener una comunicación-relación con los demás.

7.- Aprender a escuchar: aprender a vivir

Uno de los mayores tesoros de los que dispone el hombre es su posibilidad de **oír**. Conjuntamente con la vista y el tacto, la persona toma contacto directo con su realidad más inmediata a través del oído, y a partir de ahí, comienza a

disfrutar y aprender de las enormes fuentes de información fundamentalmente sonoras que le rodean. Además, puede comunicarse y compartir experiencias con otros que le ayudarán de forma muy positiva en el desarrollo de su aprendizaje social, cultural, educativo, etc. Sin duda alguna, y como ya hemos comentado anteriormente, el órgano auditivo es uno de los elementos de aprendizaje más importantes para el desarrollo del hombre.

No obstante, y pese a lo dicho anteriormente, consideramos que uno de los mayores compromisos educativos de los profesores de hoy, debe ser enseñar a escuchar de forma consciente y atenta a los alumnos desde los primeros niveles de nuestro sistema de enseñanza, ya que muchas veces no somos muy conscientes del **acto / acción de oír** como respuesta madura y responsable de nuestras respuestas. Por esta razón, y para lograr una mejor comprensión de lo que queremos decir, presentaremos algunas de las pequeñas diferencias y cualidades que debe existir siempre en lo que denominamos **escucha atenta y consciente**:

- **Escuchar** de forma atenta y consciente implica prestar oído, interesarse por lo que se dice y/o suena. Por lo tanto es un acto de compromiso activo hacia algo que se describe a través de un sonido.
- **Oír** es percibir con el oído. Por oposición a escuchar, que corresponde a una actitud más activa. Lo que oigo es lo que me es dado en la percepción.
- **Entender** lo que oigo, conservando el sentido etimológico, quiere decir "tener intención". Por lo tanto, lo que entiendo, lo que se me

manifiesta está en función de la intención.

- **Comprender**, significa tomar consigo mismo. Tiene una doble relación con el **escuchar** y **entender**, "Yo comprendo lo que escucho gracias a que he decidido atender".

En función de algunas de las cuestiones planteadas, entendemos que, buena parte de los problemas existentes en relación al tema que nos ocupa, y que producen a toda la sociedad efectos tan negativos para la salud, podrían tener solución a través de la planificación de **Planes y Proyectos de Prevención Acústica y de Educación Músico-Ambiental**, etc, que permitiesen concienciar a los más jóvenes y a toda la sociedad del problema existente. La historia del mundo nos ha permitido ver y escuchar en boca de los expertos, los muchos errores cometidos contra la humanidad a través de atrocidades sonoro-ambientales de enorme impacto.

Una de las fórmulas más lógicas que se nos ocurren para el desarrollo de cualquiera de estas iniciativas, debería realizarse a través de aquellas Instituciones con mayor compromiso e implicación. Nos referimos a los Ministerios de Educación-Cultura y Deportes añadiendo en sus currículo educativos programas de Educación Acústica y Sonoro-Ambiental, el Ministerio de Medio Ambiente desarrollando Programas Específicos de Prevención en colaboración directa con las Consejerías de Medio Ambiente de los Ayuntamientos, el de Fomento procurando que arquitectos, constructores y expertos responsables de urbanismo aprendiesen a trabajar de forma más comprometida y

conjunta, proyectando ciudades y edificios perfectamente estructurados e insonorizados, creando para los ciudadanos no solo edificios perfectamente adaptados a los ruidos, sino además, desarrollando un gusto estético-sonoro lleno de soluciones y alternativas de mejora acústico-ambiental, acompañadas de belleza y mejor calidad de vida ciudadana, que en definitiva es lo que todos deseamos. En todo caso, no queremos dejar de decir que, **aprender a oír y a escuchar** puede llegar a ser enormemente necesario para **aprender a vivir** en el futuro.

8.- *Coda saludable*

La audición o lo que en algún momento de estas líneas hemos denominado como **escucha atenta**, ya hemos reconocido que es una función de primer orden en el ser humano, y se interrelaciona con aspectos muy importantes de su vida y comunicación con los otros. La pérdida parcial y/o total del oído en muchas personas configura un tipo de personalidad y un comportamiento social difícil, ya que les aísla de la realidad y de su entorno más inmediato. Esta situación de "incomunicación" a los que padecen este importante problema, puede llegar a hacerles sufrir de forma muy llamativa. Es bien conocida por todos los amantes de la Música, la terrible sordera de nuestro insigne Beethoven, de lo mucho que debió de sufrir al no poder oír sus últimas obras maestras, y la constante **irritación** y **desconfianza** en la que vivió al final de su vida, aspectos ambos muy comunes en las personas con problemas auditivos.

También hemos indicado en este trabajo, algunas de las soluciones educati-

vas y sociales, que estamos seguros nos aportarían una importante mejora en la calidad de vida de todos, pero evidentemente, los cambios y transformaciones importantes deben de comenzar y partir de forma individualizada por parte de cada uno de nosotros. No podemos estar exigiéndole siempre a otros lo que quizá nosotros mismos no somos capaces de hacer, por esta razón, consideramos importante comprometernos de forma personal en todas aquellas pequeñas cosas que pueden ayudarnos a crear un **ambiente sonoro** más grato y saludable para todos, por ejemplo utilizando nuestra voz de forma adecuada y grata a los oídos de nuestros amigos, familiares y alumnos. Poniendo en funcionamiento los aparatos y electrodomésticos de nuestros hogares y lugares de trabajo de forma moderada. Sugiriendo a los responsables de lugares de Cultura y Educación el máximo rigor en el cumplimiento de la normativa existente. Si tuviésemos competencia para ello, creando y potenciando Proyectos de Prevención y Educación Sonoro-Ambiental, etc.

Para concluir este trabajo, y como conclusión de nuestros buenos deseos, hemos pensado terminar presentando algunos ejemplos artísticos de enorme belleza poética, rescatados de la lectura del volumen publicado tras el Certamen de Jóvenes Creadores 2002 (Sección Poesía), organizado por la Concejalía de Cultura, Educación, Juventud y Deportes del Excmo. Ayuntamiento de Madrid. Hoy más que nunca y dentro del campo del Arte en sus diferentes manifestaciones, podemos encontrar ejemplos artísticos de enorme belleza y compromiso social con el tema que nos ocupa. La sociedad plural que nos caracteriza nos permite encontrar muestras de crítica y fuerte compromiso,

demandando mayor sensibilidad con la **contaminación acústica** que nos invade, y el peligro que puede llegar a provocar el **ruido** incontrolado que ahora padecemos. A buen seguro, estas últimas líneas nos harán disfrutar enormemente, además de hacernos reflexionar en profundidad con el tema que ha dado origen a este trabajo.

1er Premio Marcos Ortiz Marcos.

SILENCIO

"Duermes, silenciada tu penúltima palabra.
El perro también duerme. A veces tengo miedo a despertar.
Así que me dedico a tareas silenciosas como fumar cigarrillos, leer guías de viaje o escuchar del silencio cómo la vida es lo que uno siente cuando nada se oye. Tendría problemas si te despertase.....
Tú madrugas mucho y no tienes buen carácter".

3er Accésit Catalina González Vilar.

VOZ

A veces, en mitad del día,
en el centro neurálgico de una clase,
en el embate del ruido en una sala,
a veces, el grito.

La necesidad de un grito
se traduce en un silencio doloroso,
contenido, furioso consigo mismo,
atragantado el corazón y las arterias.

¿Por qué nada existe
al otro lado de ese grito primario,
animal, urgente,
capaz de abrir el límite,
la lucidez, y huir?.

RUIDO

Eres el ruido, en la calma, un ruido estridente y molesto,

Eres incomodidad del sueño en una noche de ternura,
El lenguaje turbio de las moscas, la lentitud de una tarde
Intransitable de domingo el sopor de una siesta de Agosto.

Eres la arena adormecida en nuestras ingles,
El desasosiego de un exceso de carnes y de grasas,
La inquietud de un olor corrupto impregnado en el aire.
Eres el ronquido de la mosca que dormita,
el grave mugido de la vaca que responde.

Eres la ruptura de un aria y el filo restante,
la caída en picado de una sonrisa espontánea,
el desenlace cruento de una infancia infinita,
el desvelador cruel de los secretos
que suavizan y dan brillo al mundo.

Eres la rancia lentitud del aire en una habitación sin manos
Que abran puertas y ventanas,
El instigador del desencanto,
eres la pretensión del orden en el caos de insectos y de flores,
todo lo descuartizas, lo seccionas de su verdadera naturaleza.

Eres el jabalí que acude a husmear las heces,
la blandura amorfa de una niebla que todo lo envuelve
y nada retiene en sí,
eres la incerteza, la huida, la mentira disfrazada
de valedor del día.

Eres quien me lleva frente a frente con el mal que en mí anida,
me tomas la mano y la extiendes hasta hundirla
en una tibieza malsana que pudre mi confianza,
eres quien me lleva al horror y me exige contemplarlo
y el horror te envuelve a ti y te devora.

Referencias bibliográficas

Agencia del Medio Ambiente (1993), *El ruido como problema ambiental*. Comunidad Autónoma de Madrid.

Lago Castro, P (1987), “Didáctica de la educación Musical-Lo que sea sonará” en *Cuadernos de la UNED*, Madrid

Lago Castro, P (1999), ¡”Más silencio por favor!””, en *Hacia la no violencia una cuestión de educación (Capítulo V)*. Segura, C y Marquina, A. Madrid, Sanz Torres.

Lago Castro, P (2002), “Ruido, música y violencia sonora”, en *Primeras Jornadas de Educación y No Violencia*, Madrid, Instituto Gutiérrez Mellado UNED.

Moch, A (1986), *Los efectos nocivos del ruido*, Madrid, Planeta.

OMS (1972), *Disposiciones oficiales de la Organización Mundial de la Salud*, Madrid, Servicio de Publicaciones.

Orozco Delclós, L y Solé Escobar, J (1996), *Técnoopatías del Músico*, Barcelona, Aritza.

Schafer, M (1992), *El nuevo paisaje sonoro*, Buenos Aires, Ricordi Americana.

VVAA (2002), *Certamen Jóvenes Creadores 2002*, Madrid, Ayuntamiento de Madrid - Concejalía de Cultura, Educación, Juventud y Deporte. Dto. de Juventud.