

# EL REpte SETMANAL DE CAL GANXO

## SO I SOROLL



Amb aquest dia, que se celebra l'últim dimecres d'abril de cada any, es pretén conscienciar sobre la necessitat de promoure la preservació de l'ambient acústic a nivell internacional, la bona salut auditiva i sobre les molèsties i efectes perjudicials que el soroll genera i té per a la salut.

La celebració d'aquest dia prové d'una iniciativa del Center for Hearing and Communication (CHC), que, l'any 1996, va establir aquest esdeveniment anual per sensibilitzar i encoratjar la població a fer alguna cosa respecte del soroll i de la contaminació acústica que afecta el nostre dia a dia.

### SOROLL I SALUT

Els estudis mostren prou evidència sobre la relació entre exposició a soroll ambiental i efectes adversos sobre la salut. Per aquest motiu, la contaminació acústica es considera no només una molèstia ambiental, sinó també un problema de salut pública.

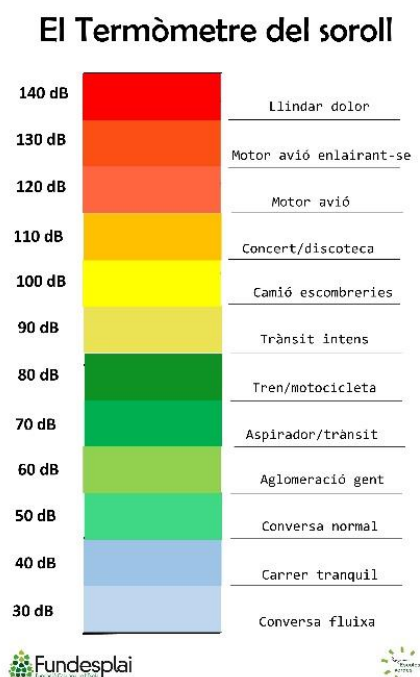
El soroll excessiu pot produir:

- Deteriorament del sistema auditiu: emmascarament de l'audició, fatiga auditiva i hipoacúsia permanent.
- Alteracions a altres sistemes de l'organisme: alteracions de la freqüència cardíaca i hipertensió arterial, alteracions del ritme respiratori, alteracions menstruals,...
- Danys psicosocials: deteriorament cognitiu, pertorbació del repòs i el descans, alteracions del son, malestar, ansietat, estrès,...

## QUÈ US PROPOSEM?

Enguany, degut a la situació que vivim, s'ha cancel·lat la [Setmana sense Soroll 2020](#), però de tota manera, us volem proposar un joc que podeu fer des de casa:

1. Baixeu-vos una aplicació de sonòmetre. Teniu per exemple [aquesta](#), i us expliquem com funciona [AQUÍ](#).
2. Mireu aquest [termòmetre](#) del soroll per veure de què estem parlant en decibels.



3. Fes el teu propi termòmetre del soroll o imprimeix-te [aquest](#).
4. Fes diferents lectures amb la teva aplicació i les aneu col·locant en el termòmetre. Et proposem:
  - Xiuxiueig
  - Conversa
  - Arrosseguem una cadira

- Fem un crit: 1 persona, dues persones, 3 o més persones
- Algun veí posa la música mol alta durant el confinament? Fes la mesura!
- I també podem fer una comparació: mesurem el soroll del nostre carrer ara en temps de confinament i el mesurem quan aquest confinament hagi acabat. Veiem la diferència?
- I tot allò que se us acudeixi!!!

Us deixem també uns quants recursos perquè pugueu investigar més:

- Programa QUÈ QUI COM “[Combatre el soroll](#)”.
- [Bloc so i soroll](#) de l’ESC Rosella.