



María González Villasevil

Redacción editorial E&J

Trucos para insonorizar tu casa

Vivir en las ciudades a veces conlleva más problemas de los que nos gustaría. **El exceso de ruido** puede llegar a ser demasiado molesto a la hora de concentrarse, conciliar el sueño o cuidar tanto nuestra **salud** auditiva como la general.

[La Organización Mundial de la Salud \(OMS\)](#) estima que **en España hay casi nueve millones** de personas que soportan diariamente **ruidos por encima** de los recomendados. Estar expuestos a **la contaminación acústica es más grave** de lo que parece. Provoca problemas relacionados con el descanso nocturno, hospitalizaciones e incluso, muertes prematuras, según datos recogidos en un informe de [la Agencia Europea de Medio Ambiente \(AEMA\)](#).

La **perdida de audición** como consecuencia de este fenómeno es un problema que cada vez se detecta en más personas en todo el mundo. En casos de exposición reiterada a ruidos extremos, **los daños** en nuestros oídos a raíz del ruido pueden ser **permanentes e irreversibles**. Algo que se va desarrollando gradualmente con los años. Si bien es cierto que la hipoacusia es una enfermedad que, por norma general, suele asociarse al envejecimiento, la exposición diaria al ruido puede **adelantar la pérdida auditiva** en 10 años de media.

Estar expuestos ...

SUSCRÍBETE >

para una conversión completa a PDF |