



Escalas

Em Portugal, o ruído constitui a causa da maior parte das reclamações ambientais. Esta situação tem vindo a agravar-se nos últimos anos. Nas figuras seguintes apresentam-se valores de níveis sonoros referentes a medições realizadas pela Câmara Municipal do Seixal, no âmbito de reclamações efectuadas nos últimos anos (2000 a 2003). Estas medições são efectuadas no interior das habitações dos reclamantes e têm como principal objectivo avaliar o incómodo provocado por actividades económicas cujo licenciamento é municipal (bares, restaurantes, entre outros estabelecimentos comerciais e industriais, motores e outros equipamentos).

Níveis Sonoros medidos no interior de habitações, em período nocturno, devido a actividades económicas situadas no Município do Seixal

Nível Sonoro entre 31 e 35 dB(A)

36%

Nível Sonoro entre 36 e 40 dB(A)

29%

Nível Sonoro < 30 dB(A)

22%

Nível Sonoro > 40 dB(A)

13%

FONTE: CMS/DASU/Divisão de Ambiente, 2004

Apresentam-se igualmente dados indicadores referentes a toda a Comunidade Europeia.

Exposição sonora de cidadãos na Comunidade Europeia

Ruído inaceitável

20%

Ruído dentro dos limites recomendados

38%

Ruído incómodo

42%

FONTE: ISQ, 2004

Neste tipo de exposições a índices de ruído, isto é, exposição a níveis sonoros no interior das habitações, em particular durante o período nocturno, a OMS aponta como valor máximo aceitável 30 dB(A), verificando-se que acima destes valores a incomodidade aumenta significativamente.

A Poluição Sonora é tratada, hoje em dia, como uma contaminação atmosférica através da energia (energia mecânica ou acústica), provocando efeitos em todo o organismo e não apenas no aparelho auditivo. Ruídos intensos e permanentes podem causar diversos distúrbios, alterando

For04V04



significativamente o humor e a capacidade de concentração nas acções humanas. Provoca interferências no metabolismo de todo o organismo com riscos ao nível dos aparelhos cardiovascular e auditivo, inclusive a perda auditiva, que quando induzida pelo ruído é geralmente irreversível.

O ruído provoca:

- Efeitos Psicológicos:
 - Perda de concentração;
 - Perda de reflexos;
 - Irritação permanente;
 - Insegurança quanto à eficiência dos actos;
 - Interferência na comunicação;
 - Perda da inteligibilidade das palavras;
 - Estado de tensão;
 - Depressão;
 - Impotência sexual.
- Efeitos Fisiológicos:
 - Perda auditiva até à surdez permanente;
 - Dores de cabeça;
 - Fadiga;
 - Demência;
 - Distúrbios cardiovasculares;
 - Distúrbios hormonais;
 - Gastrite;
 - Disfunções digestivas;
 - Alergias;
 - Aumento da Frequência cardíaca e
 - Contração dos Vasos sanguíneos.

A gestão e controlo da exposição ao ruído do indivíduo ou da comunidade deve ter como principal objectivo a protecção da saúde da população. A interferência do ruído no repouso, descanso e sono, é a maior causa de incómodo. A maior intensidade de ruído verifica-se sob a forma de ruído intermitente como, por exemplo, a passagem de veículos pesados e a passagens de aviões próximo de habitações.

O ruído pode dificultar o adormecer e causar sérios danos ao longo do período de sono profundo proporcionando o inesperado despertar. Níveis de ruído associados a eventos pontuais podem criar distúrbios momentâneos nos padrões naturais do sono, por causar alterações nos estágios leve e profundo do mesmo. O problema está relacionado com a descarga de hormonas, provocando o aumento da pressão sanguínea, aumento da produção de adrenalina e perda de orientação espacial



momentânea. O despertar de um sono depende do estágio do sono, dos horários nocturnos e matinais, idade do indivíduo entre outros factores.