

Vida&futuro

CONTACTENOS - editorvida@comercio.com.pe

FIN A BOMBILLAS ELÉCTRICAS EN JAPÓN

Japón planea terminar la fabricación y venta de bombillas eléctricas para sustituirlas por lámparas de bajo consumo de energía, reveló la agencia Kyodo.

SERVICE PACK 3 DE WINDOWS

El próximo 29 de abril estará disponible la actualización de un paquete de aplicaciones que ayudarán a corregir fallas en Windows XP.



EN EE.UU.: Científicos de la Universidad de Texas hallaron una nueva forma de detectar el cáncer de pulmón. El hallazgo de una pequeña lesión en las células de la saliva ayuda a predecir la afección pulmonar.

DÍA INTERNACIONAL DE CONCIENTIZACIÓN SOBRE EL RUIDO

En Perú no se celebra efemérides que busca cuidado del ambiente acústico

■ Expertos de PUCP dan a conocer mapa sonoro del Damero de Pizarro

■ Congreso velará por la aplicación de normas que prohíben los ruidos molestos

Mientras en otros países hoy se celebra el Día Internacional de Conciencia sobre el Ruido, en el que se realizarán una serie de actividades para tomar cabal reflexión sobre este serio problema ambiental, en el Perú, y en especial en la capital donde los ruidos molestos y nocivos ya alcanzan niveles que son una amenaza para la salud de millones de habitantes, no se realizará ninguna actividad o campaña que busque tomar conciencia sobre esta contaminación.

Tras consultas realizadas a diversas instituciones ambientales privadas y del Estado, así como a algunos municipios, se comprobó que esta fecha, instaurada con alcance internacional con el propósito de promover el cuidado del ambiente acústico, la conservación de la audición y la concienciación sobre las molestias y daños que generan los ruidos, no figura casi en ninguna agenda.

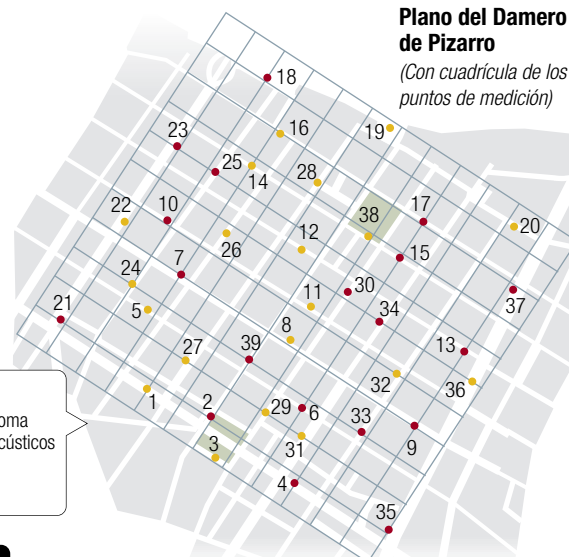
Al respecto la presidenta de la Comisión de Pueblos Andinos, Amazónicos y Afroperuanos, Ambiente y Ecología, congresista Gloria Ramos Prudencio (UPP), lamentó que esta fecha tan importante en el calendario ambiental internacional no figurase como un tema central en el Perú, pese a que en muchas ciudades del país, y en especial en la capital, los límites de los ruidos superan lo permitido por la Organización Mundial de la Salud (OMS). No obstante que los peruanos sufren serios problemas ambientales, en especial de contaminación del agua y del aire, la congresista sostuvo que el tema de los ruidos debía ser comprendido dentro de las políticas de acción, en especial de las municipalidades y entidades ambientales del Gobierno. En tal sentido, anunció que la comisión que preside velará por que las municipalidades hagan cumplir permanente la actual legislación que prohíbe los ruidos molestos y nocivos.

Un Damero de Pizarro estridente

Expertos del laboratorio de acústica de la Pontificia Universidad Católica del Perú diseñaron un mapa en el que figuran las calles más ruidosas del llamado Centro Histórico de Lima, considerado patrimonio histórico y monumental.

Distribución de los puntos de medición

- | | |
|---------------------------|----------------------|
| 1 Av. Nicolás de Piérola | 28 Jr. Camaná |
| 3 Plaza San Martín | 29 Jr. Augusto Wiese |
| 5 Jr. Moquegua | 31 Jr. Lampa |
| 8 Jr. Cusco | 32 Jr. Azángaro |
| 11 Jr. Miró Quesada | 36 Av. Abancay |
| 12 Jr. Ica | 38 Plaza de Armas |
| 14 Jr. Callao | |
| 16 Jr. Conde de Superunda | |
| 19 Paseo Chabuca Granda | |
| 20 Jr. Ancash | |
| 22 Av. Tacna | |
| 24 Jr. Rufino Torrico | |
| 26 Jr. Caylloma | |
| 27 Jr. Camaná | |



Plano del Damero de Pizarro
(Con cuadrícula de los puntos de medición)

Leyenda
● Puntos de medición con toma de datos acústicos y no acústicos
● Puntos de medición con toma de datos acústicos

Medición del ruido en el Damero de Pizarro

7:00 a.m. - 7:00 p.m.



Leyenda
(En decibeles)

- 80-85
- 75-80
- 70-75
- 65-70
- 60-65
- 55-60
- 50-55
- 45-50
- 40-45
- 35-40
- 30-35

Fuente: PUCP / Laboratorio de acústica.

7:00 p.m. - 11:00 p.m.



EL COMERCIO

CLAVES

Cómo deben ser los estándares

1 De acuerdo con los estándares nacionales, los expertos de la PUCP señalan que de día las zonas de protección especial (hospitales, centros de salud, colegios, etc.) deben tener un máximo de 50 decibeles (dB), las zonas residenciales 60 dB, las zonas comerciales 70 dB y las zonas industriales 80 dB.

2 De noche las zonas de protección especial no deben tener ruidos superiores a 40 dB, en zonas residenciales no deben exceder 50 dB, en zonas comerciales debe ser de 60 dB y en zonas industriales 70 dB.

Más que sordera, insomnio y estrés

¿Sabía usted que una de las afecciones que produce la contaminación sonora es el tinnitus, que también se conoce como silbidos o zumbidos en los oídos? El problema hace escuchar ruidos en los oídos cuando no hay una fuente sonora externa y casi todas las personas lo experimentan de una forma leve al oír sonidos por un período de unos cuantos minutos.

Sin embargo, este ruido constante o recurrente es estresante y puede interferir con la capacidad para concentrarse o dormir.

“Los sonidos que uno escucha pueden ser suaves o fuertes y pueden sonar como silbido, soplo, rugido, zumbido, susurro o chirrido. La persona incluso puede pensar que está

escuchando el escape del aire, agua corriendo, el interior de una concha marina o notas musicales. Y una de las causas de estos problemas de ruidos es la constante agresión de los ruidos molestos y nocivos”, detalló la psicóloga Lucía Valdez.

Explicó que los ruidos molestos y nocivos como los que se producen en el centro de la ciudad y en otros lugares, además de la pérdida de capacidad auditiva, causan alteración del sistema nervioso y estrés. Advirtió que los estridentes ruidos del claxon y los escapes libres producen pérdida de atención, concentración y rendimiento. “Y esto en muchos casos se ve reflejado en los trastornos del sueño”, concluyó.

ALARMANTE CRECIMIENTO DE LA CANTIDAD DE “MADRES MEJOR AMIGA”

Especialista recomienda a madres no perder su rol ante los hijos

■ Psicólogo asegura que los niños necesitan a los padres y no a otros amigos para su formación

SIDNEY [REUTERS]. Hay madres perfeccionistas, madres imprevisibles, madres del “yo primero” y madres “completas”, pero los expertos en familia dicen que el grupo de madres de mayor crecimiento es el de la “madre mejor amiga” y que eso solo puede terminar mal.

El psicólogo Stephan Poulter, que trabaja con relaciones de familia, presentó cinco categorías que según él representan a la mayoría de las madres y asegura que el grupo que más está creciendo es el de las madres que quieren ser las mejores amigas de sus hijos.

Sin embargo, dijo que salir de fiesta con los hijos, llevar la misma ropa que ellos, tratar de



MARIO CASTRO

DIÁLOGO. El especialista recalca la importancia de que los niños encuentren en sus padres una imagen de ejemplo.

mantener la juventud con implantes de pecho y cirugías, acaba con todos los límites y deja a los niños sin una madre que pueda guiarlos.

“Se ve esto en todos los medios con muchas actrices de Hollywood: sus madres son sus amigas”, dijo Poulter, que trabaja en Los Ángeles, en una entrevista telefónica.

“Un caso trágico es Lindsay Lohan. Su madre sale a beber con ella. Ahora está entrando y saliendo de rehabilitación y fue arrestada dos veces. ¿Qué clase de modelo materno está adquiriendo? Miren a Paris Hilton también. La misma historia”, agregó.

Anna Nicole Smith, la ex modelo de Playboy, era otro ejemplo, dijo el psicólogo. Murió de una sobredosis accidental de medicamentos de venta bajo receta en Florida en febrero del 2007, solo cinco meses después de que su hijo Daniel, de 20 años, muriera de sobredosis.

Poulter, que acaba de publicar el libro llamado “The Mother Factor” (“El factor madre”), afirmó que este estilo de maternidad ha estado aumentando durante

unos 15 años y ahora abarca al 30% y 40% de las madres.

UNA EPIDEMIA

“Realmente, esto es una epidemia. A causa de los asuntos sin resolver con sus padres, algunos padres hoy no quieren ser tan duros y solo quieren agradar a sus hijos. Al final de un largo día de trabajo no quieren conflictos”, afirmó Poulter. “Pero los niños necesitan un padre, no otro amigo, y esto los deja huérfanos de madre”, agregó.

Rose Rock, madre del cómic estadounidense Chris Rock, que crio a 10 hijos suyos y cuidó a otros 17 que acogió, también advirtió sobre este cambio en la maternidad.

“En ningún momento deberías permitir que tus hijos te puedan faltar el respeto o tratarte como a un amigo”, dijo Rock a Reuters.

Ella atribuyó el aumento en el número de madres que quieren ser la mejor amiga de sus hijos a la falta de tiempo y a los padres que encuentran más fácil permitir que los niños establezcan sus propias reglas. Según Poulter, él intenta que las familias se den cuenta de que necesitan volver a los roles tradicionales. ■

COMENTARIO DEL EDITOR



JUAN CARLOS LUJÁN

La lucha contra el ruido es de todos

Lima es una ciudad bulliciosa y hoy sería una fecha propicia para recordar este problema ambiental causado principalmente por el parque automotor. La jornada la pasaremos como cualquier otro día, es decir, rodeados por cláxones, tubos de escape estridentes o bulliciosos y entre otros elementos sirenas de ambulancias y bomberos que no siempre se justifican, sobre todo cuando las activan en calles cerradas a pesar de que las circulina y las luces altas son una alternativa para abrirse paso.

No podemos culpar del ruido al cierre de vías por mantenimiento previo a la cumbre del APEC. El tránsito siempre ha sido caótico y bullicioso en Lima y otras ciudades del país. El Comercio ha tenido una campaña permanente contra este agente contaminante. Recordemos cómo los taxistas usan el claxon para atraer clientes o cómo otros lo emplean para exigir una salida inmediata apenas el semáforo cambia a luz verde o cuando damos paso para que un peatón cruce la pista.

En otras latitudes, hoy se aprovecha la jornada para guardar un minuto de silencio a fin de crear conciencia sobre los daños y molestias que generan los ruidos. Nos gustaría que este tipo de actividades también se organizaran en el Perú. Ya es hora de crear conciencia sobre los efectos fisiológicos y psicosomáticos que tiene en la salud.

La lucha contra el ruido debe ser individual y colectiva. Debemos hacerla todos nosotros y por más regulaciones que haya (Ordenanza 015 de la Municipalidad de Lima aprobada en 1986), todo dependerá de la conciencia y la colaboración ciudadanas. También de las autoridades edilicias que deben hacer cumplir la norma. Por eso, estimado lector, al menos hoy busquemos no hacer bulla. ■