



#DíaSinRuido #ContaminaciónAcústica #Viveydejadormir

Día Internacional de Concienciación sobre el Ruido

Con responsabilidad, convivencia y respeto: Madrid es mejor.

26 abril: concienciamos sobre la importancia de vivir sin ruido constante

Cada último miércoles del mes de abril y desde 1996 se conmemora este día a nivel internacional para concienciar, alertar y crear conciencia en la población sobre los riesgos que tiene el ruido para el trastorno auditivo y su impacto en la salud. No en vano la contaminación acústica es uno de los factores medioambientales que provoca más alteraciones en la salud humana, después de la contaminación atmosférica, conociéndose ya como “el veneno invisible y normalizado”.

Os proponemos algunas actividades para realizar este día y entre todos y todas conseguir poner en la agenda de nuestra comunidad esta fecha tan importante. Este año nos quedamos con uno de los lemas sugeridos por la campaña de ruido en ocio nocturno del Ayuntamiento de Madrid “*Con responsabilidad, convivencia y respeto: Madrid es mejor*”.

Nuestra propuesta para este día

Calentando motores: informamos a nuestra comunidad educativa al mismo tiempo que decoramos el centro.

Os invitamos a que **colguéis los carteles de la Píldora** en los pasillos, en las puertas del aula, en los corchos, en el comedor, en las zonas comunes... **¡Que nadie se quede sin saber la importancia del día internacional por la concienciación del ruido!**

- Podéis aprovechar los días previos para preparar vuestros propios carteles y así aumentar el impacto de la acción.

Para los profes y su trabajo en el aula: comenzamos las clases disfrutando del silencio.

Os invitamos a que comencéis vuestras clases con unos segundos de silencio y después comunicuéis a vuestras aulas qué día estamos celebrando. Para ello os pasamos este material educativo para primaria, secundaria y bachillerato. [Pincha aquí para acceder a él.](#)



Os invitamos a abrir este debate: *¿Creéis que vuestro centro es saludable acústicamente? ¿Tu centro educativo/hogar está bien aislado acústicamente? ¿Es ruidosa tu ciudad? ¿Los españoles hablamos muy alto? ¿Estudias en un ambiente ruidoso? ¿Son ruidosos tus vecinos? ¿La música en la calle es ruido? ¿Qué vas a hacer para conseguir un mundo más silencioso?*

Actividad principal: la marcha silenciosa durante el recreo



Esta será la actividad para ganar visibilidad en nuestros entornos escolares: daremos una vuelta a la manzana, ya sea a pie o caminando con nuestra bicicleta, como acto reivindicativo para una triple reclamación: para conseguir una ciudad silenciosa, deberemos utilizar un medio de transporte silencioso (como lo es la bicicleta). Pero la infancia no puede ir autónomamente por la calzada, de ahí el acto de dar un paseo, con la bicicleta de la mano. Podéis apoyaros con los carteles que os hemos enviado, o hacer otros nuevos. La idea es hacer este paseo durante la hora del recreo.

Haced muchas fotos de vuestras acciones y compartidlas con vuestra comunidad educativa.

- No dejéis de hacer ruido en vuestras redes sociales con el hashtag #DíaSinRuido.
- No olvidéis mandarnos fotos del día para que podamos documentar la acción. Estamos deseando veros decorando el centro y concienciando a vuestra comunidad educativa y a vuestro barrio.

Para profundizar en el tema

Podéis aprovechar este día para trabajar en el aula sobre el impacto del ruido en nuestra salud y en el medio ambiente. Os proponemos algunas actividades y recursos:

Medición de ruido en el entorno escolar

- Podéis realizar una medición de los decibelios que se alcanzan en vuestro entorno. Podéis realizar un paseo de investigación y visitar la calle con más tráfico, el mercado o la zona comercial más cercana y comparar las mediciones con lugares más calmados como parques, zonas peatonales.
- Os sugerimos realizar estas mediciones en diferentes horas del día.
- Os invitamos a hacer estas mediciones cerrando los ojos e intentando adivinar las fuentes de emisión del ruido en cada lugar.
- ¿Qué decibelios alcanza una motocicleta al pasar? ¿Y una bicicleta?
- No dejéis de añadir a vuestro diagnóstico los resultados de esta investigación.
- Esta aplicación para teléfonos móviles puede seros de utilidad en la medición.

Algunas **unidades didácticas** interesantes diseñadas por la Sociedad Española de Acústica.

- [Para educación infantil](#)
- [Para educación primaria](#)
- [Para educación secundaria y bachillerato](#)

Participación campaña “Salimos sin molestar” del Ayuntamiento de Madrid (Bachillerato y ZPAE).

- Los centros educativos que tengáis etapa de Bachillerato y los centros situados en Zona Especial de Protección Acústica, recibiréis material específico de la campaña de ocio nocturno ¡Aprovecharlo para la difusión de este día entre el alumnado de Bachillerato!
- Te animamos a que consultes las actividades que se realizarán desde el [Programa de Actividades Ambientales](#) referidos a esta campaña.



¡Animaos a participar! Y recordad esta frase que pronunció allá por el siglo XIX el doctor Robert Koch “Algún día el hombre tendrá que combatir el ruido de forma implacable como ha combatido el cólera o la peste.”