

Il suono? Unveroamico!

Salute - Una campagna di sensibilizzazione nelle scuole per attirare l'attenzione dei giovani sui danni all'udito

/ 17.09.2018
di Maria Grazia Buletti

Oggi un adolescente su cinque lamenta un disturbo uditivo e negli ultimi 15 anni i numeri risultano in aumento del 30 per cento. Questo è il monito lanciato dagli esperti internazionali sull'importanza di preservare l'udito. Allarme che trova d'altronde conferma attraverso le parole del dottor Andrea Ferrazzini, otorinolaringoiatra: «La prevenzione di danni all'udito è estremamente importante e necessaria, in quanto tutti siamo esposti a stimoli sonori più o meno forti lungo tutto l'arco della nostra vita». Lo specialista conferma che, ad esempio, per i rumori nell'ambito delle attività professionali (specialmente quando si impiegano macchinari e attrezzi) si sia già fatto molto: «Oggi, tamponi auricolari e cuffie, oltre a una limitazione delle emissioni e del tempo di esposizione, sono pratica di prevenzione conosciuta e applicata».

Ma così non è nelle attività correnti e di tempo libero, soprattutto per quanto riguarda i giovani: «I ragazzi hanno minore consapevolezza dei pericoli, ad esempio nelle attività del tempo libero e soprattutto nell'ascolto della musica». Per non parlare delle norme e degli organi di controllo che, sempre secondo il medico, sono carenti proprio in materia di ascolto di musica. Considerazioni e numeri raccolti dall'Associazione ticinese per persone con problemi d'udito (ATiDU) che, considerando proprio come reale il rischio di perdita uditiva nella popolazione giovanile, promuove la campagna Unveroamico il cui obiettivo è di sensibilizzare docenti e giovani sui benefici del buon udito, sull'importanza e sull'utilità di questo organo di senso nella nostra vita quotidiana. «Il rischio di perdita uditiva nella popolazione giovanile si colloca senza ombra di dubbio tra i nuovi rischi della salute», spiega la promotrice della campagna Cinzia Santo di ATiDU. Dal canto suo, l'Organizzazione mondiale della sanità (OMS) già nel 2015, in occasione della giornata mondiale International Ear are Day, ha lanciato un accorato allarme per nulla anacronistico: «Circa 1,1 miliardi di teenager e giovani adulti sono a rischio di sviluppare una perdita uditiva per via dell'ascolto non sicuro di musica attraverso le cuffie e per l'esposizione a livelli dannosi di rumore in eventi e luoghi di intrattenimento».

Per meglio comprendere questo progetto di sensibilizzazione di ATiDU (così importante da essere sostenuto da Lions Club Lugano), la nostra interlocutrice ci chiede di immaginare innanzitutto che qualcuno ci chiami mentre siamo in un ristorante affollato: «Voi sarete in grado di selezionare automaticamente la sorgente sonora che vi interessa. Ora immaginate che in origine il mondo fosse immerso in un silenzio assoluto, ma un giorno le cose cambiarono e qualcuno mise il volume: alcuni animali svilupparono la capacità di percepire le vibrazioni dell'aria e sentire il più piccolo rumore

era una questione di vita o di morte». Cinzia Santo prosegue il racconto nei milioni di anni a seguire, quando agli animali spuntarono le orecchie di tutte le forme e dimensioni: «Immaginate le tempeste di rumori che si abbattono su quelle orecchie: ululati, ruggiti, strilla, borbottii, squittii, cinguettii, ronzii, scrosci e ogni altra sonorità del mondo erano udibili!». E arriviamo a immaginare l'essere umano che sentiva persino i propri pensieri: «E nuovi suoni provenienti da un mondo nascosto e interiore, e poi le parole che divennero terra, i versi di sofferenza i sospiri d'amore. Lo scoppiettio del fuoco, il sibilo del vento, il fruscio di una carezza, il respiro di un figlio: un'udibile manifestazione della realtà». Poi, l'uomo inventò la musica, che è suono: «Quando è a tutto volume può diventare rumore. E fa male».

Il suono è dunque amico o nemico dell'udito, chiediamo alla nostra interlocutrice che risponde: «Dipende tutto da come viene gestito». E qui entrano in gioco i giovani che, sappiamo, oggi fanno costantemente uso di cuffiette per ascoltare musica a volumi troppo alti, quasi ogni fine settimana partecipano a concerti dal vivo pop e rock, amano ritrovarsi nelle discoteche dove la musica sovrasta ogni tentativo di conversazione. «Per questo, è importante sensibilizzare i ragazzi sul fatto che una frequenza di musica troppo alta e prolungata nel tempo, ad esempio a un concerto, è già da considerare un'esposizione eccessiva al rumore e potrebbe causare una diminuzione della sensibilità delle cellule uditive, con quella sensazione di avere dell'ovatta nelle orecchie». A quel punto, l'udito è ancora in grado di riprendersi durante le successive fasi di riposo, mentre ci viene spiegato che la situazione precipita quando i suoni sono troppo forti e i carichi fonici si ripetono: «Allora, le fasi di riposo non bastano più per il recupero e le cellule sono destinate a morire col tempo». Nessuna operazione chirurgica e nessuna medicina sapranno restituire la vita alle cellule acustiche colpite e sarà compromessa anche la capacità selettiva dell'udito, al punto che tutto potrebbe poi sembrare un miscuglio di suoni. Ecco che oltre alla sensibilizzazione su questi comportamenti a rischio, la campagna Unveroamico accende i riflettori sugli accorgimenti da adottare per proteggere l'udito e preservarlo adeguatamente. «Durante l'anno scolastico 2017/2018, e con probabile prosieguo in autunno, le informazioni sono trasmesse ai ragazzi di 11 sedi di scuola media cantonale, attraverso una comunicazione e una sensibilizzazione di tipo innovativo e accattivante», spiega la Santo. Un progetto concepito per il target giovanile: «Il dinamico stand espositivo contiene un videoclip, informazioni, consigli, testimonianze ed esperienze interattive». Sollevare il tema «udito» con docenti e allievi permette loro di capire meglio tutta la problematica uditiva su differenti livelli e integra quelli che già sono confrontati col problema: «Così si incentiva la creazione di importanti ponti tra udenti e deboli d'udito, facilitandone l'inclusione».

In concreto: «La campagna si realizza attraverso l'esposizione di uno stand durante l'arco di un'intera settimana negli atri delle scuole medie prescelte. Questo comprende uno schermo touch incorporato che permette la navigazione attraverso i contenuti multimediali, due esperienze uditive in cuffia e altri pannelli attrattivi sulla campagna stessa». Infine, ATiDU integra interventi nell'ora di classe nelle quarte medie delle sedi che ospitano la mostra, in modo da permettere ai ragazzi un puntuale approfondimento del tema. «L'udito è Unveroamico e come tale dobbiamo imparare ad avere gli strumenti per preservarlo», conclude Cinzia Santo.