



CARTILHA

Campanha de Atenção à Saúde Auditiva da Firjan Sesi

Confira alguns cuidados e
lembretes sobre a saúde auditiva.



A audição é um dos cinco sentidos, ela nos permite ouvir e processar os sons. Dessa forma, é muito importante para a relação saudável com outras pessoas, sociedade e interação com o ambiente. Ao contrário do que se imagina, os cuidados com a audição devem ser constantes e ao longo de toda a vida.

Há causas genéticas, malformações congênitas, doenças infecciosas que passam da mãe para o feto, entre outras, que incluem a perda auditiva como sequela de doenças neurológicas, uso de agentes tóxicos para o ouvido, traumatismos e exposição a níveis elevados de ruído.

Aqui, você encontra cuidados e alguns lembretes sobre a saúde auditiva.

Crianças e idosos

O uso contínuo dos fones de ouvido em alto volume prejudica a audição.

É importante que crianças da educação infantil realizem avaliação e acompanhamento de problemas auditivos, que podem prejudicar o aprendizado.

Usar tampas de canetas lápis grampos palitos ou hastes flexíveis cotonetes para coçar as orelhas pode ocasionar infecção e ou perfuração do tímpano levando à perda auditiva.

Falar alto, ver TV em volume intenso, demorar a responder quando chamado e falta de interação social podem indicar problemas auditivos.

Mastigar bem os alimentos usando os dois lados da boca alternadamente previne problemas auditivos.

A perda auditiva pode ser lenta e progressiva e só percebida quando for grave, pois o indivíduo se adapta

ao longo do tempo e algumas vezes não percebe que está perdendo a audição.

A perda auditiva por causa da idade é considerada natural dentro do processo de envelhecimento.

Componentes genéticos e fatores de risco específicos como diabetes, pressão alta, tabagismo e uso excessivo de álcool podem acelerar esse processo de perda progressiva da audição ao longo da vida.

É comum, nessa fase da vida, a intolerância a lugares ruidosos e confusão pela dificuldade de comunicação, levando os idosos ao isolamento e a não interação social.

Como consequência, aparecem dificuldades nas relações familiares, irritabilidade pela incompreensão familiar e aborrecimentos pela consciência da deterioração da audição.

Os Bebês



A audição é uma das principais formas de conexão da criança com o mundo. É por meio dela que a criança desenvolve a linguagem oral e aprende a falar. Na gravidez, o bebê é capaz de reconhecer a voz da mãe e, quando nasce, aos poucos começa a descobrir de onde cada som está vindo, e quem ou o que o está produzindo.

O sistema auditivo dos bebês está formado a partir da 20ª semana de gestação. Conversar com o bebê, ainda durante a gravidez é um ótimo estímulo para desenvolvimento da linguagem.

No Brasil, o teste da orelhinha é obrigatório (Lei Federal nº 12.303/2010). Além de rápido, ele não dói. É muito importante que todos os recém-nascidos façam o exame até os três meses de idade, para identificar precocemente problemas de audição no bebê.

O diagnóstico antecipado de alterações auditivas pode prevenir doenças relacionados a fala e ao desenvolvimento da criança.

O trabalhador

A perda auditiva relacionada ao trabalho é considerada uma das doenças mais frequentes na população trabalhadora, estando presente em diversos ramos de atividade.

A Perda Auditiva Relacionada ao Trabalho é geralmente conhecida como Perda Auditiva Induzida por Ruído (PAIR).

Quando o ambiente de trabalho é muito ruidoso, deve-se utilizar os protetores auditivos durante o tempo todo em que ficar exposto ao som.

A exposição ao ruído pode levar o indivíduo a ter insônia, irritação, estresse, falta de apetite, dificuldade para ouvir sons de alarme e/ou sons domésticos e aborrecimentos causados pelo zumbido. Isso pode

gerar problemas físicos, emocionais, familiares e sociais.

Necessidade de volumes altos para assistir televisão ou ouvir rádio.

Problemas de comunicação quando em grupos, lugares ruidosos, meios de transporte.

Dificuldade para compreender a fala em ambientes grandes como igrejas, salas e festas.

Há diferença de sensibilidade ao ruído entre as pessoas. Algumas suportam melhor os ambientes ruidosos e não desenvolvem perda auditiva e outras perdem audição com maior facilidade. Não há como saber quem é mais propenso à perda auditiva. Portanto, todos devemos nos proteger.

Referências

https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/protocolo_perda_auditiva.pdf

https://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/saude/vigilancia_em_saude/saude_do_trabalhador/index.php?p=6055

