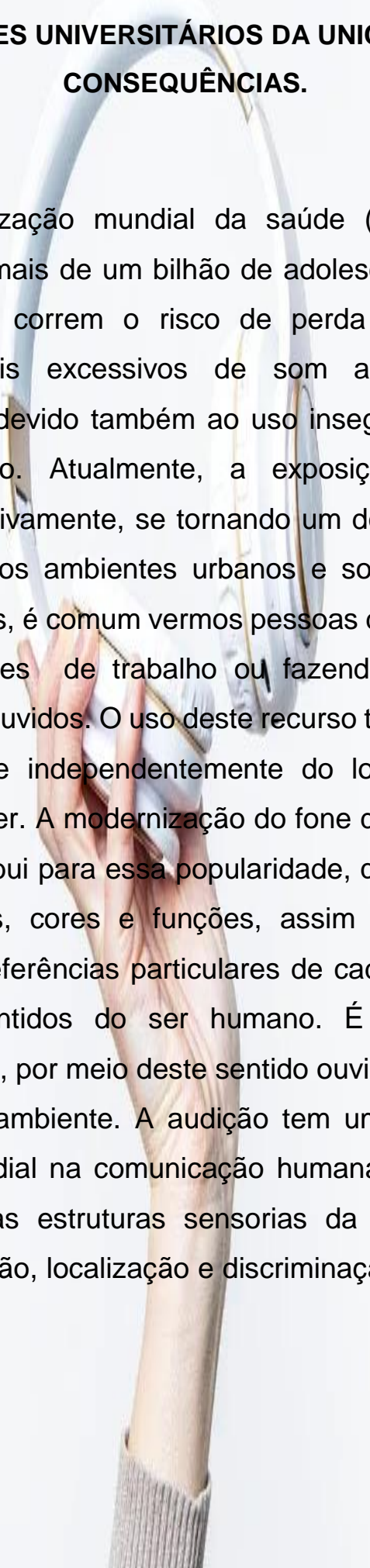


O USO EXCESSIVO DE FONES DE OUVIDOS PARA OS ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS DA UNICID, E SUAS CONSEQUÊNCIAS.

A hand is holding a pair of white over-ear headphones. The hand is positioned in the center of the frame, with the fingers gripping the top of the headphones. The headphones have a white headband and large, white ear cups. The background is a solid light blue color.

Segundo a organização mundial da saúde (OMS) aponta que aproximadamente mais de um bilhão de adolescentes e do público de jovens adultos correm o risco de perda auditiva devido à exposição a níveis excessivos de som alto em locais de entretenimento e devido também ao uso inseguro de dispositivos pessoais de áudio. Atualmente, a exposição a ruídos tem aumentando gradativamente, se tornando um dos maiores agentes nocivos à saúde nos ambientes urbanos e sociais (Silva, et al., 2012). Todos os dias, é comum vermos pessoas dentro do transporte público, em reuniões de trabalho ou fazendo atividade físicas, portando fones de ouvidos. O uso deste recurso tem se tornado cada vez mais frequente independentemente do local, em atividades rotineiras ou de lazer. A modernização do fone de ouvido também é um fator que contribui para essa popularidade, que atualmente está disponível modelos, cores e funções, assim podendo suprir as necessidades e preferências particulares de cada um. A audição é um dos cinco sentidos do ser humano. É a capacidade de perceber o som, por meio deste sentido ouvimos e identificamos todos os sons do ambiente. A audição tem uma função bastante complexa e primordial na comunicação humana e preservação da espécie, lesões nas estruturas sensoriais da Audição provocam prejuízos na detecção, localização e discriminação dos sons (Luz & Borja, 2012).

COMO O USO DE FONES AFETA A NOSSA AUDIÇÃO

De acordo com Borja, et., (2002), o fone de ouvido desenvolve uma intensidade sonora que varia de 60 a 120 db tornando-se prejudicial para a saúde auditiva. Quando essa exposição ao ruído é de forma brusca e muito intensa, pode ocorrer o trauma acústico, lesando de forma temporária ou definitiva diversas estruturas do ouvido. Outro tipo de alterações auditiva que é provocado pela exposição ao ruído intenso é a mudança transitória de limiar, que se caracteriza por uma diminuição da acuidade auditiva que pode retornar ao normal, após um período de afastamento do ruído.

BUSCANDO NOVOS HÁBITOS AUDITIVOS

O uso do fone de ouvido não é em si um problema, mas sim o uso inadequado, o exagero no tempo de uso e a intensidade do volume. De acordo com Araújo (2002), o ruído em excesso tem a capacidade de lesar considerável extensão das vias auditivas, desde a membrana timpânica até regiões do sistema nervoso central. Apesar que as lesões mais relevantes ocorrem no órgão de corti, na área espira basal da cóclea, que é responsável pela audição de sons de 3 a 6 kHz.

COMO EVITAR UMA PERDA AUDITIVA?

Para evitar que ocorram danos à audição, o volume do som não pode, de forma alguma, ultrapassar 60% da capacidade máxima do aparelho, sendo que a maioria dos aparelhos já possui uma configuração de segurança. Em alguns celulares e computadores a barra indicativa do som é dividida por meio de quadradinhos com cada um representando 10% da capacidade do aparelho. Ainda pode ser compreendido como outra orientação o fato de que o volume não seja tão alto ao ponto do usuário não escutar os sons à sua volta, sendo recomendado realizar intervalos entre um uso prolongado e outro (Gonçalves & Dias, 2014).

SINAIS E SINTOMAS DO USO PROLONGADO DE FONES DE OUVIDO

- ZUMBIDO
- TONTURA
- DIFICULDADE DE AUDIÇÃO
- PRESSÃO OU SENSAÇÃO DE OUVIDO TAMPADO
- NECESSIDADE DE LEVANTAR O VOLUME
- DOR OU DESCONFORTO
- DIFICULDADE PARA OUVIR SONS SUAVES

QUEM É O PROFISSIONAL RESPONSÁVEL POR CUIDAR DA NOSSA AUDIÇÃO?

Segundo, MILLER(1974) revela que o fonoaudiólogo é o profissional responsável pela função social da audição e aborda a utilidade prática da capacidade auditiva, visando aumentar a habilidade do deficiente auditivo em lidar com as situações da vida diária. O fonoaudiólogo ou médico, são os profissionais responsáveis para efetuar o processo de confirmação da alteração auditiva, a “avaliação audiológica”, onde é realizado os exames de audiometria tonal por via aérea e via óssea, logoaudiometria e imitanciometria.

REFERÊNCIA

[Shttps://rsdjournal.org/rsd/article/download/23835/20994/285303?utm_source=https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/download/75177/52358/185715?utm_sourcehttps://doi.org/10.1590/S1808-86942012000400017](https://rsdjournal.org/rsd/article/download/23835/20994/285303?utm_source=https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/download/75177/52358/185715?utm_sourcehttps://doi.org/10.1590/S1808-86942012000400017)Miller, J. D. (1974). Effects of noise on people. J Acoust Soc Am. 1974, 56(3): 729-64. 10.1121/1.1903322.
<https://mail.google.com/mail/u/0?ui=2&ik=11690b255e&attid=0.1&permmsgid=msg-f:1845111253997383448&th=199b26e8e196ef18&view=att&disp=inline&realattid=7E405084-6713-499D-ABE1-8193D047F88A&zw>
<https://ojs.revistacontemporanea.com/ojs/index.php/home/article/download/4412/3369/13273>

