RBMT
www.rbmt.com.br
Notícias sem moagem

Segunda-Feira, 12 de Maio de 2025

Já teve sensação de surdez após sair de uma festa?

Vanessa Moraes

Você já saiu de uma festa com a sensação de ouvidos tapados, com zumbidos ou até mesmo que estivesse ficando surdo? Pois é, isso é muito comum acontecer e indica que houve uma lesão temporária nas células auditivas , chamada fadiga coclear.
Essa fadiga coclear é uma sensação de uma alteração temporária da audição , ou seja, uma perda de audição reversível. Essas alterações devem melhorar até no máximo em 48 horas e se isso não acontecer um médico otorrinolaringologista deve ser consultado com rapidez.

Evite ficar próximo das caixas de som, use protetores auriculares em locais de alta exposição sonora e use os fones de ouvido com cautela pois mais perigoso do que a exposição esporádica a sons altos em shows é o uso constante de fones de ouvidos com música em volume exagerado.

A Organização Mundial de Saúde (OMS) considera que um som deve ficar em até 50 decibéis (unidade de medida de som) para não causar danos ao ser humano, pois a partir desse nível , os maus efeitos começam como : dificuldades intelectuais, falta de concentração e muita tensão.

Em uma frequência de 1000 Hz, o ouvido humano suporta sem dor até a intensidade de 120dB. Acima deste valor, os sons são nocivos e podem destruir de forma irreversível as estruturas do ouvido interno. Estar exposto a níveis sonoros superiores a 90 dB por mais de 4 horas já é altamente prejudicial. Em 155dB a vibração pode ser sentida no coração; em 158dB a vibração fica ainda mais violenta e causa náuseas intensas; em 190 dB os tímpanos são rompidos e em 198dB a onda de choque causa a morte.

De acordo com os dados da Sociedade Brasileira de Otologia (SOB), 35% dos casos de perda auditiva se referem à perda auditiva induzida por ruído (PAIR). Trata-se de uma diminuição na capacidade de ouvir, provocada por exposição de forte intensidade.

As principais causas da perda auditiva induzida por ruído são :
-utilização de fones de ouvido em alto volume: no trabalho ou nos momentos de lazer, o fone de ouvido tem sido muito utilizado , mas nem sempre da forma correta;
- explosão de fogos de artifícios e outros ruídos repentinos: quando a exposição ao ruído ocorre de forma súbita e muito intensa;

- ruído ocupacional, também conhecido como PAIR é uma doença desenvolvida do ambiente de trabalho pela exposição constante a ruídos e pressões sonoras intensas e que provocam a redução gradual da audição. No ambiente de trabalho a perda de audição pode ocorrer por: 1-1- ruídos (acima de 85dB); 2- vibrações (além do som, a sua vibração também contribui para a perda auditiva; -3 Substâncias químicas: solventes orgânicos (tolueno, butanol, xileno e dissulfeto0, gases (nitrato de butila e monóxido de carbono), metais (arsênio, manganês e mercúrio).
No início é difícil notar a perda auditiva, mas alguns sintomas podem indicar o problema como:
-coceira no ouvido;
- dificuldade em ouvir conversas em ambientes com muito barulho;
-dor de cabeça constante;
-incapacidade de escutar sons mais agudos;
-insônia;
-irritação de locais com muito barulho;
- perda auditiva temporária ou permanente;
-sensação de pressão no ouvido;
-sensação de zumbido principalmente em ambiente silencioso;
-sons que parecem distantes ou abafados;
-transtornos neurológicos.

De acordo com a NR-15 que regulamenta a Portaria do Ministério do Trabalho, os limites de exposição diária a ruído contínuo ou intermitente devem ser de acordo com os seguintes parâmetros:
-85dB em até 8 horas; -90dB em até 4 horas; -95dB em até 2 horas; 100 dB em até 1 hora;
- 105 dB em até 30 minutos;- 110 dB em até 15 minutos; -115 dB em até 7 minutos.

É dever das empresas estabelecer regras e oferecer equipamentos como protetores auriculares para evitar riscos aos colaboradores. Eles ajudam na redução da percepção dos ruídos, protegendo o sistema auditivo de possíveis lesões.

O processo da perda auditiva induzida pelo ruído é lento e gradual, podendo, no início, passar despercebido. Além da prevenção é importante consultar um médico otorrinolaringologista quando sentir qualquer alteração nos ouvidos para evitar agravamentos e prevenir perdas auditivas.

Vanessa Moraes é fonoaudióloga e audiologista