

# **PROJETO ESCUTA JOVEM: PROMOÇÃO DE SAÚDE AUDITIVA PARA ADOLESCENTES USUÁRIOS DE ESTÉREOS PESSOAIS**

## **Ciências da Saúde**

Fabyana Reis de Araújo Carias

Marceli Agostinho Sousa

Virgínia Braz da Silva

Centro Universitário São Lucas Porto Velho

## **INTRODUÇÃO**

O projeto “Escuta Jovem” nasceu a partir da discussão em sala de aula do relatório mundial sobre audição, publicado pela Organização Mundial da Saúde (OMS) em 2021. Segundo a OMS, até 2050, 2,5 bilhões de pessoas vão viver com algum grau de perda auditiva, porém destas 700 milhões necessitarão de reabilitação, caso não sejam tomadas medidas para a prevenção das perdas auditivas evitáveis (OMS, 2021).

A perda auditiva, se não for tratada adequadamente pode impactar negativamente no desenvolvimento da linguagem e da fala nas crianças, bem como nos adultos dificultando ou impedindo a comunicação, aprendizado, emprego, saúde mental, assim como na interação social (OMS, 2021). Ela pode ser ocasionada por vários fatores, tais como, intercorrências no pré-natal (infecções congênitas) e parto (prematuridade, internação em UTI etc.), infecções, exposição a substâncias ototóxicas e exposição a níveis de pressão sonora elevado (OMS, 2021) e a prevenção iniciada com o acompanhamento pré-natal, vacinas, até mesmo continuar ao longo da vida com bons hábitos de saúde e proteção auditiva (OMS, 2021).

Dentre as causas da perda auditiva, a exposição a níveis de pressão sonora elevados com o uso de estéreos pessoais para ouvir música tem chamado a atenção, principalmente quando se trata da população jovem. Níveis sonoros que ultrapassem 85 dB, gerados por qualquer tipo de fonte sonora,

segundo a legislação brasileira, podem ocasionar danos irreversíveis a audição, além de danos à saúde como um todo (Andrade et al., 2009).

Tesch (2016) verificou que 70% dos jovens utilizam estéreos pessoais para ouvir música, mas destes, mais de 50% utilizam no volume máximo. O comportamento dos jovens em relação a música amplificada pode ser nocivo para a saúde e mesmo na presença de sintoma como o zumbido não o faz evitar essa exposição.

## **OBJETIVO**

Apresentar o resultado do projeto de extensão “Escuta Jovem” realizado na disciplina de Projeto Integrador – Distúrbio da Comunicação Humana, do 6º período do curso de Fonoaudiologia do Centro Universitário São Lucas.

## **MATERIAL E MÉTODOS**

O projeto de extensão “Escuta Jovem” teve como objetivo promover saúde, identificando sinais e sintomas de alterações auditivas, situações de risco, bem como orientar sobre os cuidados necessários para uma boa saúde auditiva. A população alvo do projeto foram alunos do ensino médio de escola pública e privada do município de Porto Velho, Rondônia.

No período de desenvolvimento do projeto (semestre letivo 2022.2), quatro escolas do município (três escolas públicas e uma privada), receberam os alunos e um professor do curso de Fonoaudiologia para a execução do projeto, tendo sido abordados 163 estudantes, na faixa etária de 11 até 38 anos.

As atividades propostas pelo projeto foram medição do nível de pressão sonora dos estéreos pessoais, quando em uso, utilizando um decibelímetro acoplado a um manequim, o qual simulava um jovem usuário de fones de ouvido, sendo esse método proposto pela ONG *Dangerous Decibels* (2007), além do mais a aplicação de um questionário para levantamento de situações de risco, bem como a ocorrência de sinais, como também de sintomas auditivos e atividades lúdicas para conscientização sobre a exposição a níveis de pressão sonora de risco para a saúde auditiva.

Para a medição do nível de pressão sonora do fone de ouvido do aluno, ele era convidado a colocar uma música em seu celular, na intensidade normalmente utilizada no dia a dia e o fone era colocado na orelha do manequim que tinha o decibelímetro acoplado. O instrumento registrava o nível de pressão

sonora utilizado pelo aluno, o qual visualizava em tempo real o valor do nível consumido e podia ao mesmo tempo comparar aos valores expostos no banner do projeto, que demonstrava quais eram o tempo e os níveis perigosos para a audição. Sendo eles:

Para o levantamento das situações de risco auditivo, o estudante acessava um QR code exposto em um banner, o qual direcionava para um formulário da plataforma *google forms*, onde ele respondia perguntas sobre as situações do dia a dia quanto ao uso de fones de ouvido, tais como, nível de intensidade utilizado, locais, tempo de uso, ocorrência de sinais e/ou sintomas auditivos (zumbido, dificuldade para ouvir e/ou entender) e não auditivos (tontura, dor de cabeça, insônia, irritação, nervosismo e dor de estômago).

Após a mensuração do nível de pressão sonora utilizado no fone de ouvido e de responder ao questionário, o aluno recebia as orientações quanto a melhor forma de uso do fone de ouvido, como também dos cuidados para com a saúde da audição, bem como participava de atividade lúdica (jogo de tabuleiro), no qual era possível identificar o quanto ele tinha compreendido sobre a proteção da audição, assim como eram sanadas dúvidas ainda apresentadas.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

No projeto todos os alunos que participaram eram adolescentes e naqueles que foram possíveis fazer a medição da intensidade utilizada para ouvir música no celular, se constatou níveis de pressão sonora superiores ao que é recomendado como seguro.

Na análise do questionário, no que se refere ao do tempo de uso do fone de ouvido, se evidenciou que 51,53% (n=84) dos indivíduos informaram utilizar há mais de cinco anos, 32,53% (n=53) de dois há cinco anos e 15,95% (n=26) usavam há menos dois anos. Quanto a intensidade do volume utilizado no estéreo pessoal, 55,21% (n=90) assinalaram que ouviam em intensidade forte, 35,58% (n=58) na intensidade moderada e 9,20% (n=15) em intensidade baixa.

O ruído é um agente nocivo à saúde muito presente na vida urbana, bem como, em vários setores empregatícios. Enquanto, que no setor de trabalho muito já se tem feito em programas de saúde do trabalhador, tais como; intervenções no ambiente, máquinas, organização do trabalho e no indivíduo com educação/orientação, além do uso de equipamentos de proteção individual,

no lazer, há pouco se iniciou as reflexões sobre a situação auditiva da população, principalmente na área mais jovem.

A música é um som agradável, proporciona prazer a quem ouve e geralmente está associada a momentos importantes da vida das pessoas. No entanto, ela ouvida em níveis sonoros elevados, de forma continuada, pode ocasionar a morte de células sensoriais da audição, ocasionando a perda auditiva a longo prazo.

O ambiente onde o fone de ouvido é utilizado pode influenciar na intensidade, pois quanto mais ruidoso é o ambiente, mais necessidade se tem de aumentar o volume para que a relação do sinal/ruído seja favorável a música que se quer ouvir. Esse comportamento aumenta o risco de produzir danos a audição (Gonçalves e Adissi, 2008). No projeto se verificou que o local com maior ocorrência do uso do fone de ouvido pelos jovens foi o quarto com 75,5% (n=123), o que pode diminuir esse risco, no entanto, 26,4% (n=43) relataram usar na rua, 18,4% (n=30) na academia e 16,6% (n=27) no ônibus, sendo estes ambientes ruidosos e portanto não recomendado o uso.

A exposição a níveis de pressão sonora elevados pode ocasionar sintomas auditivos e não auditivos (Gonçalves e Adissi, 2008). Lacerda et al., (2011) identificou a queixa de zumbido, sensibilidade ao ruído, dificuldade para ouvir e dor em adolescentes (Lacerda et al., 2011). Dentre os estudantes que participaram do projeto, 49,1% (n=80) relataram a ocorrência de sintomas auditivos e destes 47,5% (n=38) informaram apresentar zumbido, 37,5% (n=30) dor na região do ouvido, 31,2% (n=25) sensação de ouvido tampado, 27,5% (n=22) dificuldade para ouvir, assim como 18,7% (n=15) relataram tontura. Esses resultados demonstram o quanto é importante o alerta da OMS no relatório mundial da audição, principalmente porque, verifica-se um percentual muito mais elevado nas queixas apresentadas pelos alunos do projeto, quando comparados com estudos realizados anteriormente com público na mesma faixa etária (Loureiro, 2002; Lacerda et al., 2011; Luz e Borja, 2012).

A maioria dos alunos convidados para o projeto, participaram das atividades propostas, bem como receberam orientações quanto aos riscos da exposição a pressão sonora elevada nos seus equipamentos para ouvir música, ademais esclareceram as dúvidas e foram orientados quanto as formas seguras de lazer ouvindo música, além disso foram orientados quanto aos cuidados com higiene do ouvido e seus respectivos fones.

## CONCLUSÃO

Entende-se que os adolescentes estão expostos a níveis de pressão sonora nocivos à saúde, como também a audição, além disso apresentam sintomas auditivos e não auditivos referente a essa exposição. Portanto, considerando a importância da audição para a comunicação humana, atividades de promoção de saúde na audição, bem como, ações de identificação precoce das perdas auditivas devem ser continuamente realizadas para essa população.

## Referências Bibliográficas

ANDRADE, I. F. C.; SOUZA, A. S.; FROTA, S. M. M. C. **Estudo das emissões otoacústicas—Produto de distorção durante a prática esportiva associada à exposição à música.** Rev. CEFAC. 11(4): 644-666. 2009.

GONÇALVES, S. B. V.; ADISSI, P. J. **Identificação dos níveis de pressão sonora em shopping center's de João Pessoa.** Rev. Gestão Industrial. 4(3): 146-159. 2008.

LACERDA, A. B. M. et al. **Hábitos auditivos e comportamento de adolescentes diante das atividades de lazer ruidosos.** Rev. CEFAC. 13(2). 322-329. 2011.

LOUREIRO, S.V.L.; **Os efeitos auditivos e extra-auditivos da exposição à música eletrônica amplificada em trabalhadores de danceteria.** Florianópolis: p. 1-82. 2002.

LUZ, T. S.; BORJA, A. L. V. F. **Sintomas auditivos em usuários de estéreos pessoais.** Int. Arq. Otorhinolaryngol. 16(2). 163-169. 2012.

Martin, G. Y. et al. **The Jolene Cookbook.** Dangerous Decibéis. 3. ed. 2013. Disponível em: [Decibéis perigosos » JOLENE \(dangerousdecibels.org\)](https://dangerousdecibels.org). Acesso em: 10 novembro 2022.

OMS - Organização Mundial da Saúde. **Relatório mundial sobre audição – Resumo Executivo.** Genebra: OMS, 2021. Disponível em: [Relatório Mundial sobre Audição - Resumo Executivo \(who.int\)](https://www.who.int/publications-detail/WHO-world-audition-report-2021). Acesso em: 09 novembro 2023.

TESCH, L. T. **O uso abusivo de fone de ouvido como causa de problemas auditivos em adolescentes.** Ibaiti: p. 8-22. 2016.