

DIA MUNDIAL DA AUDIÇÃO

NO DIA 3 DE MARÇO, CELEBRA-SE O DIA MUNDIAL DA AUDIÇÃO. O objetivo da data é, além da conscientização sobre a deficiência auditiva, promover cuidados auditivos. É sempre importante, no entanto, estarmos atentos a nossa audição, independentemente da época do ano.

A perda auditiva acontece de forma gradual e, na maior parte dos casos, não leva à surdez total, mas gera – de forma irreversível – significativa redução da audição e dificuldade de compreensão da fala das pessoas. Assim, é de extrema importância cuidarmos da nossa saúde auditiva não somente em casa, mas também no ambiente de trabalho, principalmente com a utilização correta dos EPIs que são oferecidos pela empresa.

É recomendado pela OMS que as pessoas chequem periodicamente sua saúde auditiva e que, ao notarem qualquer alteração perceptiva, procurem imediatamente atendimento médico.





SEPARAMOS ALGUMAS DICAS DE CUIDADOS E PREVENÇÃO:

- Não coloque objetos no ouvido, pois isso pode ocasionar a perfuração do tímpano e infecções.
- Limpe os ouvidos com o dedo durante o banho e seque apenas até o ponto em que a toalha alcance. Caso necessário, pode-se utilizar o cotonete, mas somente na área externa.
- Evite som alto, adequando o volume dos fones de ouvidos e evitando ficar próximo de caixas de som, seja em festas, baladas ou shows.
- Em caso de dores de ouvido ou secreção, não utilize medicamentos sem prescrição médica e procure atendimento médico para tratamento adequado.
- Utilize corretamente os equipamentos de proteção individual (EPIs) que são disponibilizados por sua empresa.

Essas dicas são simples, mas essenciais. Podemos adotá-las em nosso dia a dia para garantirmos maior prevenção da perda de audição.

IMPORTANTE: Caso perceba alguma alteração, como perda de audição, zumbido, sensação de ouvido entupido, tonturas ou dificuldade de compreender a fala de alguém, procure atendimento médico o quanto antes!

CUIDE DE SUA AUDIÇÃO! CUIDADOS AUDITIVOS PARA TODOS!

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CENTRO DE ESTUDOS DA SAÚDE DO TRABALHADOR E ECOLOGIA HUMANA. "Perda auditiva por exposição a ruído é um dos maiores riscos no trabalho". 4 dez. 2018. Disponível on-line.

COMUNICARE. "Conheça 4 cuidados de como prevenir a surdez". 7 jun. 2019. Disponível on-line.

ESCOLA NACIONAL DE SAÚDE PÚBLICA SERGIO AROUCA. "Dia Mundial da Audição: a importância da prevenção". 3 mar. 2021. Disponível on-line.

ESCOLA PAULISTA DE MEDICINA. "A saúde auditiva merece atenção". 8 nov. 2021. Disponível on-line.

FACULDADE DE MEDICINA DA UFMG. "No Dia Mundial da Audição, campanha alerta que cuidados auditivos são para todos". 2 mar. 2021. Disponível on-line.

FEDERAÇÃO BRASILEIRA DE HOSPITAIS. "Dia Mundial da Audição". 3 mar. 2021. Disponível on-line.

NAÇÕES UNIDAS. "OMS alerta que perda de audição pode afetar mais de 900 milhões até 2050". 3 mar. 2020. Disponível on-line.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE. "OMS estima que 1 em cada 4 pessoas terão problemas auditivos até 2050". 2 mar. 2021. Disponível on-line.

