

HEIN? COMO? PODE REPETIR?

ESSAS PERGUNTAS
PODEM SER O PRIMEIRO
SINAL DE UMA SURDEZ
LEVE. SE VOCÊ EXAGERA
NO USO DOS FONES,
CUIDADO!

Você é daqueles que não abre mão de ouvir seu MP3 no volume máximo, e pensa que não tem graça nenhuma curtir o som baixinho, como a sua mãe sempre aconselha? Pois saiba que, a longo prazo, o hábito de escutar iPods e afins de maneira incorreta pode acarretar sérios problemas para a audição.

Em primeiro lugar, vamos esclarecer uma coisa: fonoaudiólogos ensinam que o correto é usar o termo "forte", e não "alto", para referir-se a um som acima do recomendado, por expressar a intensidade sonora. Feitos os primeiros esclarecimentos, vamos lá: os jovens, em geral, não possuem a perspectiva que um dia vão envelhecer e enfrentar problemas de audição. Atualmente, pessoas cada vez mais jovens estão apresentando dificuldades em ouvir: quando o normal seria após os 60 anos, indivíduos na faixa dos 30 e 40 anos estão procurando os otorrinolaringologistas. (Veja dados de pesquisa realizada na Feevale abaixo).

Entre as causas, abundantes na vida moderna, não se pode mencionar apenas os fones de ouvido: trânsito, baladas, televisão e suscetibilidade genética individual também têm sua parcela de culpa. Porém, o uso inconseqüente do tocador de MP3 pode causar até mesmo a morte das células auditivas, num processo lento e gradual que, inicialmente, não pode ser percebido. A perda acontece, primeiramente, na faixa mais aguda da audição. Como usamos principalmente a faixa da fala, mais grave, o dano só é percebido quando a única solução são os temidos aparelhos auditivos (aqueles dos nossos avós).

Quais são os primeiros sintomas de perda e o que fazer? Quando voltamos daquela balada (e parece que tem mais graça ficar o mais perto possível da caixa de som) e sentimos os ouvidos zumbindo, é um sinal de alerta que não podemos ignorar. Um modo eficaz, também, de sabermos que estamos exagerando nos fones de ouvido, é perguntar à pessoa ao lado se ela está ouvindo a nossa música. Se a resposta for sim, ligue o sinal vermelho e abaixe um pouco o volume. Quem está mais exposto aos fatores de risco que citamos acima, deve fazer uma avaliação auditiva com o otorrinolaringologista e o fonoaudiólogo uma vez por ano.

Há, também, os aspectos sociais e psicológicos no boom dos tocadores de MP3. Além da facilidade de conseguir nossas músicas prediletas pela internet e o iPod convidando-nos a ouvi-las a qualquer hora, há o conforto do isolamento. Ou você já não tentou safar-se de um chato de plantão, exibindo seus fones? Para o professor de Filosofia Leonardo Castro Dorneles, o fone também pode ser uma maneira dos introspectivos demonstrarem que não estão desacompanhados, estão fazendo algo. Se atrapalha nas aulas? "Normalmente os alunos usam os fones no início das aulas, mas como em Filosofia temos muitas discussões, eles tomam a iniciativa de retirar os aparelhos. Nesse ponto, não há estresse, é bem tranquilo", afirma Leonardo. Essa parece ser a opinião da maioria dos professores, basta apenas um sinal para que o pessoal entenda e retire os fones.

É isso aí, pessoal, use o iPod, mas com moderação...



PESQUISA

População: 76 universitários entre 17 e 30 anos

Usuários de aparelhos tocadores de MP3: 76,68%
Destes, quem utiliza diariamente: 47,36%
Utilização do som em intensidade forte: 11,84%
Queixas auditivas após exposição a sons intensos em atividades de lazer: 40,78%

Dados da pesquisa realizada na disciplina de Otorrinolaringologia em Audiologia, pelas acadêmicas Bárbara Brandão da Cunha, Camila Land e Rafaela Ev



O PERSONAL-HIT-PARADE DA APLICAÇÃO FEEVALE

Não poderia faltar a Blitz nossa de cada mês, ainda mais enquanto falamos de saúde auditiva. Nesta edição, a Blitz é dupla, e tu conferes no blog. Vai lá: www.linkfeevale.wordpress.com.



mande sua contribuição
link@feevale.br

A RUA DO ESPANTO

Era uma vez uma Rua do Espanto. Ela era grande, ficava em Porto Alegre perto do cemitério. Um dia Maira e Lovani passeavam na rua. Era sexta-feira 13, Dia das Bruxas. De repente, ouviram uma voz da bruxa malvada que do nada aparece.

Deu uma maçã bem envenenada para Lovani. Ela comeu a fruta e desmaiou. Depois, transformou-se em um gato querido.

Maira ficou assustada e pegou um táxi para Novo Hamburgo. Quando chegou em casa, ouviram miados de gato. Adivinha quem era? Lovani em forma de gato.



link

Publicação da Escola de Educação Básica Feevale - Escola de Aplicação, mantida pela Associação Pró-Ensino Superior em Novo Hamburgo (Aspen). A Instituição é filiada ao Conselho das Universidades Comunitárias Gaúchas (Conumg) e à Associação Brasileira das Universidades Comunitárias (Abruc). Presidente da Aspen: Argemi Machado de Oliveira. Reitor: Ramon Fernando da Cunha. Pró-Reitora de Ensino: Inejana Vargas Ramos. Direti. Diretora da Escola de Educação Básica Feevale - Escola de Aplicação: Estelita Moraes de Góes. Secretária de Administração: Juliana Matos. Jornalista responsável: Solange Cordeiro - JTB 8332. Reportagem e redação: Miguel Eich, Gabriela Martins, Estelene Becker e Dalizene Reschke. Colaboração: Juliana Dires e Milena Schifan. Fotos: Leonardo Rosa e Acervo. Projeto Gráfico: Miguel Eich



Campus 3. Av. Dr. Maurício Cardoso, 510, Novo Hamburgo - RS |
CEP: 93510-250 | (51) 3586-8800
www.feevale.br | marketing@feevale.br

JORNAL DA ESCOLA DE
EDUCAÇÃO BÁSICA FEEVALE -
ESCOLA DE APLICAÇÃO
EDIÇÃO NÚMERO 4
AGOSTO DE 2009

link jornal



gripe H1N1

E pra tanto?

É! Mas nem tanto assim.
É, porque com saúde não se brinca, e toda doença mal tratada pode render complicações desnecessárias. Nem tanto assim, porque o vírus Influenza A (H1N1), é tão letal quanto a gripe comum. E como qualquer enfermidade, ao sentir os sintomas, basta que se procure um médico. Só leva susto quem quiser. Mais nas próximas páginas.

