

Os aparelhinhos de MP3 devem ser usados com prudência.

POR DR. RICARDO A. TEIXEIRA

Você pode salvar
este artigo no seu
computador e enviar
para amigos



A exposição a altos níveis de ruído é a principal causa de perda auditiva que pode ser prevenida. Esse era um problema tradicionalmente associado a adultos com ocupações profissionais barulhentas que podem levar à perda irreversível de células ciliares da cóclea no ouvido. Entretanto, é crescente o número de crianças e adolescentes com problemas auditivos, e o hábito de ouvir música alta é um dos grandes responsáveis por isso. A grande febre dos MP3 portáteis aumentou drasticamente a exposição dos jovens a ruídos de alta intensidade, especialmente porque os aparelhos modernos são capazes de oferecer som de alta intensidade sem distorção. Muitos desses aparelhos são capazes de ultrapassar 120 decibéis, intensidade de som semelhante a uma turbina de avião.

O problema dos aparelhinhos realmente está nos altos volumes de som. O tempo de uso por si só não confere riscos ao aparelho auditivo. Pesquisas com animais mostram que a exposição crônica a ruídos de baixa intensidade até protegem o ouvido de lesões secundárias a ruídos de intensidade potencialmente danosa. Por outro lado, um estudo publicado recentemente pela revista *Pediatrics* mostrou



que crianças e adolescentes que usavam o MP3 com maior frequência tinham uma chance quatro vezes maior de usá-lo com volume alto. Além disso, fones de ouvido mais modernos que são inseridos no canal auditivo potencializam ainda mais a intensidade do som.

Para garantir maior segurança aos ouvidos, muitos desses aparelhos apresentam um sistema de limitação do volume de som. À medida que os MP3 portáteis chegam cada vez mais cedo às mãos e ouvidos das

crianças, é recomendável que campanhas de conscientização já sejam implantadas enquanto elas ainda estão no ensino fundamental. Pais, professores, profissionais da saúde, todos têm importante papel. No caso dos adultos, além de poderem provocar danos ao ouvido, os aparelhos de MP3 podem também interferir na concentração de quem está dirigindo e aumentar o risco de acidentes.

MP3 é muito bom. Ouvir música nem se fala. Só precisa mesmo é de um pouquinho de bom senso.

Abr 2010

Confira outros artigos acessando nosso site

www.icbneuro.com.br
