

15 milhões de brasileiros têm problemas auditivos

DA REDAÇÃO

Pelo menos 800 milhões de pessoas sofrem alguma perda auditiva no mundo, entre as quais mais de 15 milhões de brasileiros têm problemas auditivos, dados da Organização Mundial da Saúde (OMS).

Dia 10 de novembro é uma data que tem como meta alertar a população sobre a prevenção e combate a surdez. Para falar sobre o tema, Dr. Alexandre Colombini, médico otorrinolaringologista, ressalta que todo o sintoma que impossibilita a pessoa de escutar direito é considerado surdez (pode ser total ou parcial).

Essa doença pode começar desde o ventre materno

com problemas de má-formação na orelha interna do bebê ou com problemas de infecção gestacional, por exemplo, que também pode comprometer essa audição. Segundo dados da Sociedade Brasileira de Otologia, de cada mil crianças nascidas no país, três a cinco já nascem com deficiência auditiva, sabia?

Além disso, a surdez pode ser adquirida ao longo da vida, infelizmente. Dessa forma, é fundamental que o paciente procure um especialista na área caso pare de escutar, pois quanto mais cedo tratar melhores serão os resultados.

DIAGNÓSTICO: entre o diagnóstico, pode ser desde um cerumin (rolha de cera) que está atrapalhando a audição até uma perda induzida por ruídos excessivos ou induzida por medicações fortes, tumores, acidentes ou traumas.

Mas calma! A prevenção é a palavra chave do dr. Alexandre para cuidar da sua saúde auditiva:

1- Nunca manipule o seu ouvido com haste flexível, com grampo de caneta, pois pode levar a traumas no tímpano e ouvido que pode causar perda da audição;

2- Automedicação sem orien-



reproducao unsplash

tação médica ou receita caseira como azeite quente;

3- Evitar ficar próximo de caixas de som e moderação no uso de fones de ouvidos sempre com o volume até a altura indicada.

4- Para garotada uma alerta e cuidado com o som auto no carro e lugares fechados (que não vaza). Acima de 85 decibéis ainda são piores.

5- Após o nascimento do bebê faça o teste da orelhinha e fique atento na fase da alfabetização da criança.

6- Atenção às doenças do ouvido, como as otites; qualquer sensação incômoda, procure logo um otorrinolaringolo-

gista.

7- Assoe o nariz, de forma suave, duas vezes por dia. A medida evita a entrada de secreções que podem causar perda auditiva, dor, pressão nos ouvidos e zumbido.

8- SOS alimentação saudável ajuda na audição, sabia? Em um estudo realizado foi evidenciado a associação de alto consumo de carboidratos a maior predisposição de desenvolvimento de perda auditiva relacionada a idade (2).

9- Já atividades físicas regularmente aliadas a uma alimentação saudável diminui o risco de perda auditiva. Um estudo realizado em Boston mostrou que um Índice de Massa Corporal maior (IMC maior ou igual a 25) e maior circunferência da cintura estão relacionados com um aumento do risco de perda auditiva. Essa pesquisa realizada com mulheres mostrou que as que caminhavam por duas ou mais horas por semana tinham menor probabilidade de sofrer perda auditiva (3).

Loterias



Acumulou - Concurso 2426

05 11 24 27 32 57



Acumulou - Concurso 5700

08 32 40 49 55



Acumulou - Concurso 2294

1ª SORTEIO
05 08 34 40 44 48
2ª SORTEIO
19 23 27 41 48 49



Acumulou - Concurso 1709

06 20 28 40 52 53 80



Acumulou - Concurso 2234

02 17 26 28 30 38 48
53 54 61 63 65 66 72
74 75 77 79 81 90



DIA 10

ANA LAURA M. SIMINI

ELAINE M. RODRIGUES

ESTELA MUNIS FANTIN

JOSE VERA CABRERO

LEONARDO HENRIQUE ZANETTI

LEONARDO ZANETTI

MASSAO AZEKA

DATAS COMEMORATIVAS



Dia Mundial da Ciência pela Paz e pelo Desenvolvimento

Dia Nacional do Trigo

Dia Nacional de Prevenção e Combate à Surdez