



WIDEX
E-BOOK

SAÚDE AUDITIVA

UM GUIA SOBRE O QUE VOCÊ
PRECISA SABER PARA CUIDAR DA
SUA AUDIÇÃO.

WIDEX





AUDIÇÃO do latim auditione

É UM DOS CINCO SENTIDOS DO CORPO HUMANO E SUA FUNÇÃO VAI MUITO ALÉM DE NOS PERMITIR OUVIR SONS.

Ela nos ajuda na comunicação e interação social, na percepção do ambiente ao nosso redor e a manter o equilíbrio do corpo.

Está diretamente ligada a qualidade de vida, tanto que existem estudos que apontam que problemas com a audição podem levar a sentimentos de depressão, isolamento e em alguns casos até demência.

A audição é uma grande fonte de informações, algumas delas óbvias, outras quase imperceptíveis, e quando combinados, estas informações são o elo entre o mundo e a forma como interagimos com ele.

**VENHA DESCOBRIR UM
POUCO MAIS SOBRE SUA AUDIÇÃO
E COMO CUIDAR DELA.**

SAÚDE **AUDITIVA**

Principais problemas relacionado
ao ouvido que podem levar a

PERDA DA AUDIÇÃO

A perda auditiva pode ser causada não só por uma alta exposição ao barulho intenso, mas também por uma série de doenças auditivas.

Inclusive falta de atenção, irritabilidade e depressão podem ser sinais da perda auditiva.

**FIQUE
ATENTO!**

OTITE_

Causada por vírus ou bactérias, é uma infecção no ouvido médio que acarreta inflamação e acúmulo de secreção nessa região. Costuma causar dores, vermelhidão, inchaço e dificuldade auditiva.

Costuma ser facilmente tratada, mas a otite pode se tornar crônica e levar à perda auditiva. Em casos extremos, é recomendada a cirurgia para drenar o líquido e melhorar a audição do paciente.

DOENÇA DE MÉNIÈRE_

É uma complicação causada por uma falha no sistema linfático, (mecanismo que regula a produção, circulação e absorção do líquido do ouvido interno) isto impede que ocorra corretamente a drenagem, o que pode levar a infecções e alergias que danificam o órgão.

Seus sintomas são: perda auditiva, pressão, inchaço e zumbido. Se não tratada, pode afetar até mesmo o equilíbrio do paciente, levando a queixas de vertigem e náuseas.

OTOTOXICIDADE_

Algumas drogas e substâncias encontradas em medicamentos acabam sendo tóxicas para os ouvidos e resultam em danos, que podem ser temporários ou permanentes: Álcool, Amicacina, Antibióticos aminoglicosídeos, Arsênico, Aspirina, Canomicina, Chumbo, Diuréticos, Gentamicina, Mercúrio, Monóxido de carbono, Mostrada nitrogenada, Neomicina Quinina, Tabaco, Vancomicina.

Os sintomas podem ser vertigem, zumbido e perda da audição.

NEUROMA DO ACÚSTICO_

É considerado um tumor relativamente raro, não é maligno e sua origem é no nervo vestibular, também conhecido como nervo do equilíbrio, localizado no ouvido interno. Seu crescimento pode acarretar problemas com a coordenação motora e até a perda auditiva.

Os sintomas variam entre zumbidos, vertigem, tontura, dores de cabeça e visão dupla. O tratamento é feito com a remoção cirúrgica, caso haja perda auditiva permaneça como sequela, o tratamento será com o aparelho auditivo.

OTOSCLEROSE_

Doença, normalmente hereditária, que causa a reabsorção e crescimento anormal de tecido ósseo, impedindo a movimentação dos ossículos da audição e, desta forma, interferindo na condução do som para a orelha interna, causando assim uma interferência na capacidade de ouvir. Dependendo do caso, o tratamento poderá ser cirúrgico ou com aparelho auditivo.

TINNITUS_

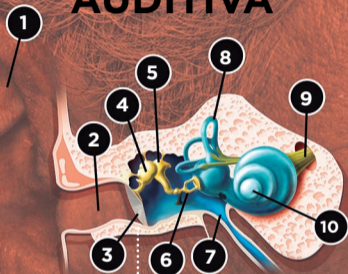
É a percepção de um zumbido, que pode ser na cabeça, em um ou nos dois ouvidos. O zumbido pode ser passageiro ou crônico e sua causa primária e mais comum é a perda auditiva, mas também pode ser causada por outros fatores, como drogas, outras comorbidades, estresse e lesões na cabeça. Os efeitos colaterais do zumbido incluem estresse, fadiga e depressão.

OUTROS_

Algumas doenças que não têm relação direta com os ouvidos também podem causar a perda auditiva, tais quais: Doenças cardiovasculares, hipertensão, diabetes e osteoporose.

AS DOENÇAS AUDITIVAS AFETAM DIRETAMENTE A QUALIDADE DE VIDA. POR ISSO É MUITO IMPORTANTE FAZER EXAMES PERIÓDICOS E PROCURAR A AJUDA DE UM PROFISSIONAL.

TIPOS DE PERDA AUDITIVA



ORELHA EXTERNA

1. Pavilhão
2. Canal Auditivo
3. Membrana timpânica

ORELHA MÉDIA

4. Martelo
5. Bigorna
6. Estribo
7. Tuba auditiva

ORELHA INTERNA

8. Labirinto
9. Nervo Auditivo
10. Cóclea

A perda auditiva ocorre quando há alguma lesão em alguma parte da via auditiva, nesta situação as informações sonoras acabam não sendo transmitidas corretamente ao cérebro. Confira os 3 principais tipos de perda auditiva.

NEUROSENSORIAL_

Causado por problemas na orelha interna ou nas vias neurais, é um dos tipos mais comuns de perda auditiva. As informações sonoras transmitidas pelo tímpano e pelos ossículos para a orelha continuam normais, mas elas não são codificadas em sinais elétricos ao cérebro. Portanto, o termo perda auditiva neurossensorial descreve: perda sensorial que afeta a orelha interna e perda neural que afeta o nervo auditivo.

CAUSAS_

São diversas, mas geralmente podem ser classificadas em duas categorias: congênita e adquirida. Perda auditiva congênita: está presente desde o nascimento e pode ser hereditária ou causada por um desenvolvimento anormal nas fases de gestação do feto. Perda auditiva adquirida: acontece após o nascimento, pode ser causada por inúmeros fatores. Entre eles trauma, envelhecimento, exposição a altos ruídos e etc.

SINTOMAS_

Em ambos os ouvidos - traz dificuldade em entender a fala, mesmo quando em bom volume. Em único ouvido funcional - traz dificuldades de identificar a origem do som e ruído de fundo.

TRATAMENTOS_

Podem ser oferecidos aparelhos auditivos ou implantes cocleares. Varia de acordo com sua gravidade e se você a possui em uma ou ambas as orelhas.

CONDUTIVA_

Ocorre quando algo impede ou bloqueia a transmissão das ondas sonoras pelo ouvido interno através dos ouvidos externo e médio. É possível simular facilmente essa condição tapando a orelha, essa manobra resulta basicamente no mesmo efeito.

CAUSAS_

Problemas como infecções do ouvido médio (otite média crônica), tumores benignos (colesteatomas), otosclerose (calcificação que reduz a mobilidade do estribo), tímpanos perfurados, traumatismos e malformações dos ouvidos médio e externo e acúmulo de fluido ou crescimento ósseo anormal (que pode levar a uma perda auditiva temporária ou permanente).

SINTOMAS_

Dificuldades de compreensão da fala. A fala tende a soar inteligível quando em volume alto e sem interferências de ruído de fundo.

TRATAMENTO_

O uso de aparelhos auditivos é uma solução de pode amplificar o sinal acústico para forçar o som a passar pelo ouvido médio bloqueado.

Em casos mais severos, um implante de condução óssea acaba sendo uma opção.

MISTA_

O tipo de perda auditiva mista é uma combinação da perda auditiva condutiva e da perda auditiva neurossensorial. Essa combinação de perdas resulta em danos ao ouvido externo ou médio, bem como ao ouvido interno. Nesses casos, o som se apresenta mais baixo em volume e se torna mais difícil de ser entendido.

CAUSAS_

É causada pela combinação de uma lesão condutiva na orelha externa ou média e uma lesão neurossensorial na orelha interna (cóclea) ou no nervo auditivo. Fatores genéticos, envelhecimento e superexposição a ruídos altos, condições congênitas, doenças, infecções e tumores ou massas e lesões na cabeça, que podem causar perda auditiva, tanto condutiva quanto neurossensorial.

SINTOMAS_

Em casos mais voltados a perda condutiva, a fala tende a soar inteligível quando em volume alto e sem interferências de ruído de fundo. Em casos mais voltados a perda neurossensorial, a fala tende a soar inteligível mesmo em volume adequado.

TRATAMENTO_

Dependendo dos graus e tipos da perda auditiva mista, ela pode ser tratada de forma não invasiva com medicação e uso de aparelhos auditivos. Em casos mais invasivos pode ser preciso cirurgia e implantação de um sistema auditivo de condução óssea.

PASSO A PASSO DO TRATAMENTO DA PERDA AUDITIVA

1

CONSCIENTIZAÇÃO

Parte da suspeita (ou da certeza) de que existe algo errado com a sua audição. Então, buscando mais qualidade de vida, você resolve investigar;

2

INVESTIGAÇÃO

Procure um profissional - Otorrinolaringologista - para uma análise. O médico então vai lhe solicitar um exame de audiometria para avaliar o seu caso de forma mais detalhada;

3

DIAGNOSTICO

Com o resultado do exame, você entende o seu caso clínico e as opções de tratamento. E uma vez que seu caso se enquadre em um tratamento com aparelhos auditivos, o próximo passo é visitar um centro auditivo.

4

INTEGRAÇÃO

No centro auditivo você vai ter um primeiro contato com as opções de tecnologias que o mercado oferece (modelos, informações técnicas e etc.). Em seguida, você será encaminhado a um fonoaudiólogo;

5

DEFINIÇÃO

Este profissional conduzirá uma entrevista (anamnese) e todo o suporte na escolha do aparelho que atenda a sua necessidade auditiva e ao seu estilo de vida. Ele também vai dar andamento nas atividades de teste, onde existe a necessidade de ajustes e adaptação do usuário.

6

RESOLUÇÃO

Uma vez que você encontrou o modelo que lhe agrada e os ajustes foram concluídos, você já pode desfrutar de maior qualidade de vida com seus novos aparelhos auditivos.



CUIDADOS COM A

SAÚDE AUDITIVA

Primeiro, é importante ter em mente que a cera presente no ouvido é responsável por proteger o canal auditivo. Ela evita a entrada de água, sujeiras e corpos estranhos, por isso, ela não deve ser removida do canal.

Ao tentar limpar os ouvidos com hastes flexíveis, você pode acabar com a proteção natural do ouvido, causar lesões, perfurações e perda auditiva. Dessa maneira, a melhor forma de manter a higiene é limpar apenas a parte externa. Nunca introduza nada dentro do canal auditivo, pois o próprio corpo consegue excretar a cera presente em seu interior, mas caso seja necessário, vá ao otorrino e faça uma limpeza segura.

HIGIENIZAÇÃO CORRETA DOS OUVIDOS



PROTEÇÃO CONTRA EXCESSO DE RUÍDOS

Uma das causas mais comuns da perda auditiva é a PAIR (Perda auditiva causada por ruído). O ruído pode estar em qualquer lugar, por isso, em situações de grande poluição sonora, tenha cuidados como:

- Usar protetores auriculares;
- Evitar permanecer muito tempo em ambientes barulhentos;
- Evitar a proximidade de caixas de som em eventos;
- Evitar ouvir música alta por longos períodos (inferior a 8 horas).

Usar fones de ouvido por longos períodos no dia pode prejudicar de forma irreversível a audição, além de causar zumbidos, irritabilidade e dores de cabeça. Pesquisas apontam que 5% das perdas auditivas no Brasil são causadas pelo uso indevido dos fones de ouvido. Isso acontece porque eles geram vibrações sonoras de alta intensidade no interior dos ouvidos, o que sobrecarrega as células responsáveis pela captação sonora. Essa sobrecarga acaba gerando lesões que podem diminuir a capacidade auditiva.

Prefira fones de ouvido do tipo concha, pois eles distribuem melhor o som e diminuem a proximidade com o ouvido. Fique atento ao volume e faça intervalos durante o uso.



FONES DE OUVIDO

DESCANSE OS OUVIDOS

Assim como nosso corpo, a audição necessita de descanso após ter trabalhado muito. Então em situações em que nossos ouvidos ficam expostos por muito tempo em ambientes ruidosos (shows, casas noturnas, bares, etc.) é importante descansar os ouvidos.

Normalmente os ouvidos precisam de aproximadamente 16 horas para se recuperar de uma noite com música alta. Então dê um descanso à sua audição.

UMIDADE

O excesso de umidade pode contribuir para que bactérias se desenvolvam e ataquem o canal auditivo. Essas bactérias podem causar problemas como (ouvido do nadador) e até outros tipos de infecções.

Portanto, após o banho, piscina ou ao sair da praia, certifique-se de secar delicadamente os ouvidos. Uma dica para melhorar o cuidado é a utilização de tampões de ouvido, eles bloqueiam a entrada de água no canal auditivo e podem ser utilizados, tanto para adultos como para crianças.

ATENÇÃO AO USAR REMÉDIOS

Alguns medicamentos possuem substâncias que podem afetar sua capacidade auditiva. Por isso é importante a medicação orientada por prescrições médicas.

Normalmente anti-inflamatórios não-esteroidais (como aspirina e ibuprofeno), podem contribuir para a perda auditiva. Evite a automedicação.

Uma rotina muito estressante pode causar a percepção de zumbidos temporários. Os altos níveis de estresse fazem com que seu corpo entre em modo de defesa, aumentando, assim, os índices de adrenalina.

Esta reação costuma causar muita pressão nos nervos, fluxo de sangue, calor corporal e muito mais. É comum que essa pressão atinja o ouvido interno e gere os sintomas do zumbido temporário.

CONTROLE O ESTRESSE



EXERCITE-SE

Incluir atividade física em sua rotina traz vários benefícios, inclusive manter sua saúde auditiva mais saudável! Exercícios como andar de bicicleta, correr ou caminhar, melhoram a circulação de sangue.

A circulação faz com que o sangue seja bombeado para todas as partes do corpo, incluindo os ouvidos. Isso ajuda todo o canal auditivo a permanecer saudável e trabalhando de forma eficaz.

FAÇA EXAMES DE ROTINA

É muito comum um exame de audiometria não ser incluído em um check-up médico. O que acaba sendo um grande erro, visto que as perdas auditivas não são percebidas de forma fácil, tendo seu desenvolvimento lento e silencioso.

Tudo isso acaba contribuindo para uma demora no diagnóstico médico. Porém, quanto mais rápido o diagnóstico, melhor o tratamento.

POR ISSO, É ESSENCIAL LIMA CONSULTA ANUAL COM O OTORRINOLARINGOLOGISTA.

SAÚDE AUDITIVA É **QUALIDADE DE VIDA**

Se você suspeita que existe algo errado com sua audição, quanto antes você iniciar a investigação e o tratamento, melhor o prognóstico – não deixe de procurar um tratamento. O primeiro passo é uma consulta com o médico otorrinolaringologista e realizar uma consulta.

A WIDEX OFERECE SOLUÇÕES PARA PERDA AUDITIVA E ZUMBIDO.

PROCURE-NOS EM SUA REGIÃO!

WIDEX

Na Widex, sabemos que a perda auditiva é complicada. Cada caso é individual, cada solução é única. É por isso que procuramos continuamente a solução mais natural e personalizada para cada perda auditiva individual.

WWW.WIDEX.COM.BR



WIDEX
E-BOOK