

**DIA-A-DIA**

# Tecnologia vs. Saúde

Tudo em excesso faz mal. Até mesmo o uso dos (tão amados!) aparelhos eletrônicos

**A**liados da vida cotidiana, aparelhos tecnológicos tornaram-se, inegavelmente, indispensáveis para as atividades do dia a dia. Mas, se de um lado tais dispositivos como celular, tablet computador e etc facilitam a rotina, agilizam a troca de informações e permite algum entretenimento; de outro, seu uso excessivo pode trazer série de malefícios.

O CFFa (Conselho Federal de Fonoaudiologia) acendeu o sinal vermelho já em 2017: segundo eles, mais jovens estão apresentando perda de audição causada pelo uso irregular de fones de ouvido. “Adolescentes usam esse equipamento de som com volume muito alto. A gente vem notando que a audição deles não é tão normal como antigamente, já há uma perda. E se continuarem a usar esse som alto, terão uma perda irreversível”, afirmou na ocasião à Agência Brasil, a presidente do CFFa, Thelma Costa.

Para Mario Sérgio Leone Carregosa, otorrinolaringologista da Unimed, de São José, a preocupação é tanta, que entidades científicas tentaram aprovar leis para limitar a intensidade sonora desses equipamentos, mas não conseguiram vencer a força econômica da indústria. “Os aparelhos de telefonia celular tem evoluído constantemente. Hoje em medições com precisão científica existem aparelhos com fone intracanal que liberam até 120 dB. Sabemos que acima de 85 dB já é possível que ocorra perda auditiva”, afirmou.

Após festas e grandes shows - costumeiramente com milhares de Watts -, é comum que pessoas procurem atendimento com sensação de ouvido tampado e zumbido. “O que ocorre é uma patologia conhecida como Trauma Sonoro Transitório, que pode ser totalmente reversível, mas também pode deixar alguma lesão ou zumbido permanente”, explicou ele.

## **De olho no celular**

Os olhos também podem ser prejudicados pelo uso indiscriminado da tecnologia. Coceira, ressecamento, vermelhidão e ardência são comuns a quem passa muito tempo olhando para uma tela. “Isso ocorre não só no uso de equi-