

## **Aspectos do uso prolongado de fones de ouvido e seu impacto na audição**

**Rodrigo Sevilla Noletto**

Médica

Universidade CEUMA

**Estevão Cardoso Nascimento**

Médico

Faculdade IESVAP

**Ranulpho José Fernandes Lins**

Médico

Universidade CEUMA

**Amanda Sávio Correia Araújo**

Médica

Universidade CEUMA

**Arthur Cortez Leite**

Médico

Escola de Medicina Souza Marques

**Ivana Mota Soares**

Médica

Universidade CEUMA

**Ticiane Brito da Costa**

Médica

Universidade CEUMA

**Julianne Souza Prazeres**

Médica

Universidade CEUMA

**Lizandra Brandão Malheiros Almeida**

Médica

UNINASSAU Barreiras – BA

**Aline Benezath Segundo**

Médica

Universidade Salvador (UNIFACS)

**Leonardo D'Avila Lins Neto**

Médico

Unigranrio

### **RESUMO**

Introdução: Com o avanço dos dispositivos móveis e a popularização do streaming de música e podcasts, o uso de fones de ouvido tem se tornado cada vez mais comum, entretanto os fones de ouvido podem



apresentar riscos significativos à saúde auditiva quando usados de maneira inadequada. **Objetivo:** Esta revisão busca identificar aspectos do uso prolongado de fones de ouvido e seu impacto na audição. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão de literatura, em que foram selecionadas artigos científicos nas bases de dado PUBMED com os descritores: Hearing loss; Hearing loss noise-induced; Sensation disorders. Os critérios de inclusão foram texto grátis completo, revisão sistemática e metanálise publicados entre 2020 e 2024, após análise de títulos e resumos foram efetivamente selecionados 18 artigos por compreenderem o tema proposto. **Resultados:** Duas entidades clínicas foram muito associadas ao uso de fones de ouvido, a Perda Auditiva Induzida por Ruído, decorrente da exposição prolongada a volumes elevados que gera danos às células ciliadas da cóclea, especialmente em níveis superiores a 85 dB por períodos prolongados, e o zumbido, sintoma frequente de danos auditivos, cuja prevalência tem aumentado em jovens adultos. Quanto aos tipos de fone de ouvido, os intra-auriculares, inseridos diretamente no canal auditivo, tendem a ser mais prejudiciais em volumes elevados do que os fones over-ear que cobrem a orelha, devido à proximidade com a membrana timpânica. A perda auditiva induzida por fones de ouvido pode dificultar a comunicação, afetando a vida social e profissional dos usuários, sobretudo em ambientes ruidosos. O zumbido e a perda auditiva podem levar a problemas psicológicos como ansiedade e depressão e a prevalência de sintomas depressivos é maior entre usuários frequentes de fones de ouvido que relatam zumbido. A fim de prevenir danos, é recomendado que o volume não exceda 60% da capacidade máxima do dispositivo e que o uso contínuo não ultrapasse uma hora por dia. **Conclusão:** Depreende-se que uso prolongado de fones de ouvido, especialmente em volumes elevados, está associado a um risco significativo de perda auditiva e zumbido ademais a conscientização sobre os níveis seguros de volume e a duração do uso devem ser mais divulgados para prevenir danos auditivos.

**Palavras-chave:** Hearing loss, Hearing loss noise-induced, Sensation disorders.