



# Benefícios das redes sociais na conscientização e combate ao ruído em tempos de Covid-19

**Autores:** GOULART, Felipe; COSTA, Caroline; Hellmann, Ellen; SILVEIRA, Fabiana; TORREL, Mariléia; MARTINS, Tamara; COELHO, Tatiana.

**Coordenação:** DE BARBA, Marion.  
Universidade Luterana do Brasil – ULBRA, Campus Canoas

## Introdução

De acordo, acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), o nível que não causa incômodo à audição humana é de até 50 decibéis (dB). Uma vez que a maioria das pessoas percebe 30 dB como nível confortavelmente silencioso. A partir de 65 dB, o ruído começa a se tornar um incômodo à comunicação e concentração. É notável a necessidade de mudar nossa cultura, e adotar medidas de prevenção, respeitando os limites decibéis recomendados, inclusive dentro de casa. A pandemia do Coronavírus (COVID-19) mexeu com os hábitos da sociedade mundial, desde os idosos - que foram os mais atingidos, sofrendo severos efeitos em relação à saúde -, até os mais novos, que também tiveram que mudar seus hábitos de vida em decorrência de todas as ações que se fizeram necessárias para conter a pandemia. Diante disto, o uso da internet para fins de promoção e prevenção em saúde tornou-se mais presente. O fonoaudiólogo contribui com a promoção da saúde auditiva, desenvolvendo ações educativas, a fim de minimizar ou evitar problemas relacionados à audição<sup>1</sup>. Partindo do entendimento de que é importante proporcionar a oportunidade de desenvolver a educação auditiva, o papel do fonoaudiólogo é contribuir para a formação de pessoas com capacidade de formular pensamento crítico e autonomia para desenvolver hábitos saudáveis<sup>2</sup>.

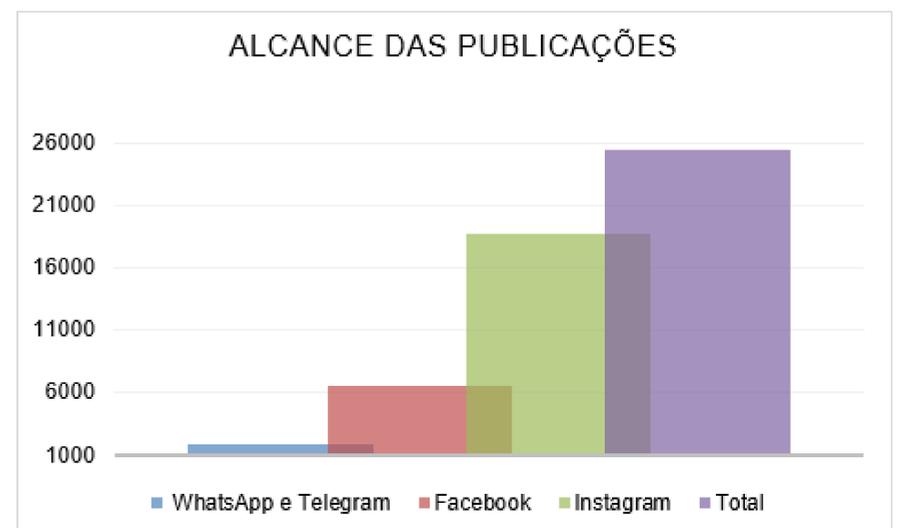
## Objetivos

Este estudo se propôs mobilizar pessoas e conscientizá-las, colocando em prática as estratégias de combate ao ruído e saúde auditiva, através do uso das redes sociais, com foco na capacitação de trabalhadores de todas as áreas e estudantes sobre os prejuízos do ruído em sua audição; e orientando a população acerca do impacto na qualidade de vida, que o excesso de ruído pode gerar.

## Metodologia

Entre os dias 18 e 29 de abril de 2020 foram realizadas ações virtuais de promoção e prevenção da saúde auditiva. Foram realizadas postagens nas redes sociais *Instagram* e *Facebook*, como e imagens, ambos com apoio de legendas com informações sobre o ruído.

## Resultados



Além das redes sociais do curso de Fonoaudiologia da Universidade Luterana do Brasil (ULBRA), foram usadas como método de compartilhamento, os perfis dos acadêmicos do curso e parceiros ligados a estes, como blogs e sites. Para mensurar os dados, usou-se o site Swonk, na versão premium. Ao todo, até a finalização deste estudo, durante os nove dias de campanha atingimos o número de 25.509 contas (pessoais e empresariais) que foram alcançadas.

## Conclusão

Deve-se incentivar a realização de momentos como esses, conscientizadores e de prevenção sobre a saúde auditiva e melhora na qualidade de vida do ser humano, em especial às pessoas expostas a níveis elevados ou por tempo prolongado, deve ser preocupação de todos.

A intervenção educativa junto aos meios digitais, através de conscientização sobre a importância e causas geradoras de ruído, mostra-se ser um importante instrumento para a prática de promoção e prevenção em saúde.

### Referências bibliográficas

1. CONSELHO FEDERAL DE FONOAUDIOLOGIA. Resolução CFF n. 269, de 3 de março de 2001. Dispõe sobre as especialidades reconhecidas pelo Conselho Federal de Fonoaudiologia, e dá outras providências. Disponível em: <http://www.Fonoaudiologia.org.br>. Acesso em: 15 setembro 2020.
2. FELDMAN, A. S.; GRIMES, C. T. Hearing conservation in industry. Baltimore: The Williams & Wilkins, 1985.

Endereço eletrônico do autor principal: [felipegoulart@rede.ulbra.br](mailto:felipegoulart@rede.ulbra.br)