

SAÚDE AUDITIVA E AUTOCUIDADO EM MUSICOTERAPIA

Pierangela Nota Simões
Universidade Estadual do Paraná
pierangela.simoed@unespar.edu.br

Mariana Lacerda Arruda
Universidade Estadual do Paraná
mariana.arruda@unespar.edu.br

A Organização Mundial da Saúde (OMS) reconhece que o ruído é um problema ambiental, e aponta que seus efeitos acometem a saúde com problemas auditivos, como a perda auditiva induzida pelo ruído (PAIR), trauma acústico e zumbido; além de provocar efeitos não auditivos: interferência na comunicação, distúrbios do sono, dores de cabeça e irritabilidade. Assim, ficar exposto sistematicamente a sons e ruídos com níveis elevados de pressão sonora, mesmo que eles sejam agradáveis, como é o caso da música, pode provocar uma PAIR. Categorias profissionais expostas a sons de alta intensidade são protegidas pela Norma Regulamentadora 15 (NR15) do Ministério do Trabalho, sobre atividades consideradas insalubres. De acordo a NR15, a intensidade máxima para uma exposição a sons de 85 dB(A) não deve ultrapassar 8 horas diárias. A lei se aplica apenas a contratações regidas pela Consolidação das Leis do Trabalho (CLT) e não prevê a proteção à saúde auditiva de profissionais da música, incluindo os musicoterapeutas. A fragilidade desse contexto, aliada à escassez de informações sobre a exposição sonora do musicoterapeuta, figura como uma combinação prejudicial e pode comprometer carreiras profissionais. Objetiva-se identificar riscos para saúde auditiva do musicoterapeuta. Trata-se de um estudo empírico exploratório, aprovado conforme parecer 5.568.505 CEP/FAP. O questionário utilizado como instrumento de pesquisa, que contou com questões sobre saúde geral, hábitos auditivos e rotina profissional, foi estruturado no *Google Forms* e a coleta de dados foi realizada de modo virtual, com uma amostra constituída por meio da técnica Bola de neve. Os critérios de inclusão adotados foram: (1) musicoterapeuta atuante e (2) qualquer tempo de formação. Participaram do estudo musicoterapeutas com formação em diversas universidades, com predomínio do estado do Paraná (48,3%), seguido de Rio de Janeiro (35,4%), São Paulo (9,6%), Minas Gerais (3,2%) e

Pernambuco (3,2%). 31 participantes responderam o questionário, sendo sete do sexo masculino (22,6%) e 24 (77,4%) do sexo feminino. A média de idade foi $41,71 \pm 11,16$ anos e do tempo de atuação foi $11,47 \pm 7,8$ anos. O local de atuação mais referido foi clínico, seguido de consultório e instituições de longa permanência para idosos. Os sintomas auditivos identificados foram zumbido, tontura, dor de cabeça e desconforto a sons fortes. Quando relacionados às variáveis idade, tempo de formação, quantidade de dias trabalhados/semana e horas trabalhadas/dia, houve significância estatística entre o zumbido e a quantidade de dias trabalhados/semana ($p=0,036$; Teste de Mann Whitney). A realização de exames auditivos periódicos foi confirmada por 11 participantes (35,5%) e a autopercepção em relação à audição foi descrita como muito boa por 51,6%. Os musicoterapeutas estão expostos ao risco de PAIR, tanto quanto os músicos, quando se trata de sons de forte intensidade e tempo de exposição. Os participantes não demonstraram consciência sobre os riscos auditivos profissionais e, portanto, não praticam o autocuidado quando se trata da saúde auditiva, apesar dos relatos de zumbido. Sugere-se que estudos futuros utilizem dosímetros, para mensurar a exposição sonora dos musicoterapeutas em sua rotina, e decibelímetros para determinar os níveis de pressão sonora nos ambientes de atendimento.

Palavras-chaves: saúde auditiva; musicoterapia; perda auditiva.

REFERÊNCIAS

DI STADIO, A. et al. Hearing loss, tinnitus, hyperacusis, and diplacusis in professional musicians: A systematic review. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 15, n. 10, 2018.

LÜDERS, D.; SIMÕES, P. N. Ações educativas em saúde auditiva para estudantes de música. **Práticas educativas em saúde auditiva: nos contextos educacional, ambiental e ocupacional**, p. 13–25, 13 out. 2021.

SAMELLI A.G., FIORINI A.C. RUÍDO, Efeitos sobre a saúde e estratégias de proteção Schochat, Eliane et al. **Tratado de audiologia**. Editora Manole; 2020. Edição do Kindle.