



Norma mundial para uma audição segura em ambientes e eventos sonoros



O que é audição segura?

Audição segura refere-se a um conjunto de hábitos e comportamentos que nos permitem apreciar música, reduzindo o risco de danos auditivos irreversíveis. Uma audição segura pode evitar a perda auditiva!

Qual a norma mundial para uma audição segura em ambientes e eventos sonoros?

A OMS elaborou um conjunto de recomendações baseadas em evidências para reduzir o risco de perda auditiva nas pessoas que frequentam locais e eventos de entretenimento.

Trata-se de uma resposta à crescente preocupação de perda auditiva causada por sons demasiadamente altos.

Há seis características que constituem a norma e se aplicam a locais como clubes noturnos, discotecas, bares, concertos e festivais.

Por que é a audição segura é importante para locais e eventos?



A perda auditiva causada por sons demasiadamente altos é permanente.

Há **1.1 bilhão**

de jovens em risco de perda auditiva devido a práticas de audição não seguras.

40%

das pessoas com idades entre 12-35 anos dos países de alto e médio rendimento estão expostas a níveis de som prejudiciais em locais de entretenimento.

Como pode a norma de audição segura ser usada em locais e eventos?

Os Governos

Podem elaborar legislação ou regulamentos cujo cumprimento é depois monitorado, juntamente com campanhas de sensibilização sobre audição segura.

Os proprietários/gerentes dos locais e eventos, as associações industriais

Podem adotar a norma e implementar as suas características voluntariamente.

As instituições de ensino para músicos e engenheiros de som

Podem incluir um módulo de audição segura centrado na necessidade, fundamento, benefícios e características da norma.

Quais são os benefícios de implementar a norma de audição segura nos locais e eventos?

Governos

A perda auditiva é um problema crescente de saúde pública a nível mundial. A sua prevenção ajudará a reduzir a necessidade de cuidados auditivos, melhorar a qualidade de vida e aumentar a produtividade.

Proprietários/gerentes dos locais e eventos, associações industriais

Respeitar a saúde auditiva dos clientes e melhorar a sua experiência auditiva é uma boa aposta financeira para uma indústria que depende da sua capacidade de ouvir.

Técnicos de som, engenheiros, músicos, organizadores de eventos e outros

Reduzirá o perigo de danos auditivos, tanto no público como naqueles que trabalham nesses locais e eventos.

Seis características da norma de audição segura para locais e eventos

1. Limitar os níveis de som

É imposto um limite máximo de 100dB $L_{Aeq\ 15\ minutos}$ * mantendo o som seguro e prazeroso para o público.



2. Monitorar os níveis sonoros

Monitorar diretamente e registrar os níveis sonoros usando equipamentos de medição calibrado por funcionários designados.



3. Otimizar a acústica dos locais e dos sistemas de som

O sistema de som e a acústica do local devem ser otimizados para garantir uma qualidade de som agradável e níveis de audição segura para todos.



4. Disponibilizar proteção auditiva individual

Proteção auditiva, como protetores auditivos, deve ser disponibilizada ao público, com as devidas instruções.



5. Acesso a zonas silenciosas

As zonas silenciosas oferecem ao público a oportunidade de descansar os ouvidos e diminuir o risco de danos ao seu sistema auditivo.



6. Fornecimento de treino e informação

Tanto o pessoal como o público devem estar informados acerca das medidas práticas que podem tomar para garantir uma audição segura.



* $L_{Aeq\ 15\ minutos}$ é o nível sonoro médio medido em 15 minutos.

O que se pode fazer para promover uma audição segura em locais e eventos?

A sociedade civil pode desempenhar um papel central sensibilizando para a norma de audição segura e defendendo a sua implementação entre os governos, proprietários/gerentes dos locais e eventos.

**Para ouvir por toda a vida
Ouça com cuidado!
Torne a audição segura**

Adapted from @World Health Organization,
WHO/UCN/NCD/SDR 21.1

Reviewed by Dr Katya Freire, Audicare. Brazil.
Member of the World Hearing Forum

