

genteGAES

A revista de saúde auditiva para os clientes GAES

O ruído invade o nosso tempo de lazer

ENTREVISTA A JOÃO PAÇO,
OTORRINOLARINGOLOGISTA

CONTROLAR OS ACUFENOS
PARA VIVER MELHOR


barcelona
world race





EDITORIAL

A poluição sonora, ou contaminação acústica, é um tipo de poluição que não é visível o que nos leva muitas vezes a subestimar os seus efeitos na nossa saúde auditiva.

A poluição sonora pode determinar alguns efeitos nocivos nomeadamente stress que, consequentemente, interfere na nossa comunicação, perturbações no sono, dificuldade na concentração, cansaço e tensão que pode afectar significativamente o nosso sistema nervoso e cardiovascular.

Uma vez que é importante alertar para a prevenção dos efeitos da poluição sonora queremos convidá-lo a reflectir sobre os níveis de ruído a que estamos expostos no nosso dia-a-dia.

Sabia que o barulho do trânsito, numa avenida muito movimentada, ou o som de um filme no cinema pode atingir os 85 dB? E que o volume da música numa discoteca ou num concerto pode chegar aos 130 dB?

Na GAES - Centros Auditivos temos todas as soluções para que possa desfrutar do som nos seus tempos livres e de lazer, sem prejudicar a sua saúde auditiva. Com a nossa vasta gama de protectores, de tamanho standard ou criados à medida do canal auditivo, pode proteger a sua audição em todas as situações, sem deixar de ouvir e comunicar.

Esperamos que desfrute da sua revista *Gente GAES*!

Sara Castro

Responsável de Formação da GAES em Portugal.

SUMÁRIO

| | |
|-----------|--|
| 2 | NOVOS PRODUTOS |
| 3 | ATUALIDADE GAES |
| 4 | CLUBE GAES |
| 6 | ARTIGO DE INTERESSE O ruído invade o nosso tempo de lazer |
| 8 | ENTREVISTA João Paço, Médico otorrinolaringologista e professor |
| 10 | GAES SOLIDÁRIA A continuidade é fundamental para a solidariedade |
| 12 | TECNOLOGIA Controlar os acufenos para viver melhor |
| 14 | EVENTOS Inaudito, A Aventura de Ouvir |
| 15 | GENTE GAES João Nogueira |
| 16 | RECORDA O SOM DELEGAÇÕES |

Edição: GAES, Centros Auditivos. Pere IV, nº 160, 08005 Barcelona (Espanha)
Tel.: 93 300 58 00 **Realização:** Finder & Wilber. www.finderandwilber.com
Tel.: 93 414 33 38 **Impressão:** Jiménez Godoy.
Esta revista foi redigida ao abrigo do novo acordo ortográfico.

NOVOS PRODUTOS

DORO LIBERTO 810 O SMARTPHONE MAIS ACESSÍVEL

O Doro Liberto 810 foi concebido para oferecer ao utilizador o máximo controlo com o mínimo esforço, o que o converteu no smartphone mais fácil de usar atualmente no mercado. Trata-se de um telefone sofisticado e com umas prestações técnicas excelentes, que conserva os atributos essenciais dos Doro: é fácil de ler, fácil de usar e oferece um som alto e claro.

O Doro Liberto 810 conta com a potência e a flexibilidade de qualquer outro smartphone e, além disso, dispõe de ícones extragrandes, menus simplificados e uma tecnologia de ecrã tátil muito mais fácil de usar. O design simplificado do seu menu facilita a realização de chamadas, o acesso à Internet, o uso de aplicações, o envio e receção de mensagens de texto, e a consulta do correio eletrónico. O seu revestimento suave ao tato proporciona um melhor

agarrar e uma maior sensação de qualidade. O telefone dispõe de três botões com vibração por baixo do ecrã tátil para facilitar a navegação, um teclado inteligente com correção automática para escrever de forma mais fácil e rápida, e máquina fotográfica incorporada. Além disso, permite a descarga de aplicações a partir da App Store da Doro ou diretamente a partir de Google Play, sendo compatível com o Whatsapp.



Já respondeu ao nosso questionário?

A GAES tem um Departamento de Qualidade que promove diversas iniciativas para uma melhoria contínua do serviço prestado nos nossos Centros Auditivos. São valorizados todos os aspetos, desde a pesquisa de novas tecnologias para incorporar nos nossos aparelhos auditivos, até ao serviço que os nossos clientes recebem nos centros GAES.

O questionário que acompanha a edição desta revista tem por objetivo a avaliação qualitativa dos nossos serviços, pelo que, a sua colaboração, como cliente, é essencial!

Por este motivo, pedimos-lhe que nos transmita a sua opinião, através deste

breve questionário que nos ajudará a melhorar os nossos serviços e, assim, conseguir atingir o nosso principal objectivo: a satisfação total dos nossos clientes.

A sua opinião é muito importante!



Centros GAES

Sempre com o objectivo de prestar um melhor serviço aos nossos clientes, temos vindo a remodelar os nossos Centros Auditivos e a mudar a localização de alguns deles, para estarmos mais próximos dos que nos visitam.

Em Outubro abrimos um novo Centro Auditivo no concelho de Cascais. Em Novembro mudámos a localização do Centro GAES da Av. Almirante Reis, em Lisboa, e em Janeiro do Centro de Braga. Em Fevereiro remodelámos ainda o Centro Auditivo da Póvoa de Varzim.

Onde pode encontrar-nos agora?



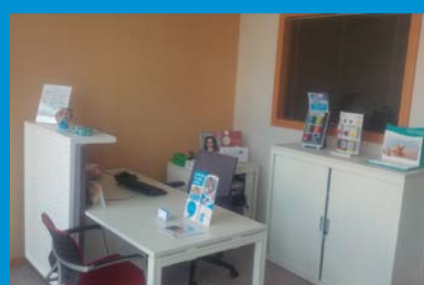
GAES CASCAIS
Avenida 25 de Abril,
nº 181
2750-513 Cascais
Telef.: 210 732 275



GAES AREIRO
Avenida Padre Manuel
da Nóbrega nº 6B/C
1150-056 Lisboa
Telef.: 218 128 055



GAES BRAGA
Rua dos Chãos nº 74
4710-230 Braga
Telef.: 253 264 830



GAES PÓVOA DE VARZIM
Praça do Almada nº38 R/C
4490-438 Póvoa de Varzim
Telef.: 252 688 345

Lista de entidades associadas ao programa Clube GAES com as quais poderá beneficiar de vantajosos descontos:

ASSOCIAÇÕES



PT ACS – Associação de Cuidados de Saúde

Para Sócios - Linha Azul 808 28 28 28 - www.ptacs.pt



ADASCA - Associação Dadores de Sangue do Concelho de Aveiro

Para associado ou familiar directo
Tel. 234 33 80 18
<http://www.adasca.org>



Associação de Surdos do Algarve

Para Utentes - Tel.: 289812036
<http://ass-surdosalgarve.blogspot.com>



Associação de Surdos de Braga

Para associados - Tel.: 916 655 825
<http://www.asbraga.org.pt>



Associação de Surdos do Porto

Para associados - Tel.: 225102390
<http://www.asurdosporto.org.pt/>



Associação Deficientes das Forças Armadas

Para Sócios e familiares directos
Tel.: 217 512 600
www.adfa-portugal.com/pt/

Associação Reformados e Pensionistas Guimarães

Para Associados - Tel.: 253 418 693



Associação Sindical de Professores Licenciados

Para sócios com cartão válido e familiares de 1º grau e colaboradores da ASPL - Tel.: 217 573 381



Associação Socorros Mútuo Familiar Vimaranes

Para Sócios - Tel.: 253 412 397



Associação Veteranos de Grande Guerra de Braga

Para Associados - Tel.: 253 260 932
www.apvg.pt



Câmara dos Despachantes Oficiais

Para associados - Tel.: 213 931 320/21 229 962 079/30 <http://www.cdo.pt>



APOIARTE - CASA DO ARTISTA

Para Sócios - Tel.: 217 110 890
<http://www.casadoartista.net/>



Casa do Professor

Para Sócios, familiares e funcionários
Tel.: 253 609 250 // 253 619 271 // 253 612 156 www.casadoprofessor.pt



COOPAC - Cooperativa dos Pilotos da Aviação Civil, Crl

Para associados e familiares directos
Tel.: 217 904 222 - www.coopac.pt



Cruz Vermelha Portuguesa - Núcleo de Guimarães

Para Sócios e Voluntários
Tel.: 91 61 89 223
www.cruzvermelha.pt



Liga das Associações Mutualistas do Porto

Para associados - Tel.: 222001711



Liga dos Combatentes - Núcleo do Funchal

Para associados e familiares directos - Tel.: 291 220 141
www.ligacombatentes.org.pt



SPZC - Sindicato de Professores da Zona Centro

Para Associados, Cônjugues e filhos
www.spzcentro.pt



Universidade do Autodidacta e da 3ª idade de Guimarães

Para Utentes - Tel.: 253 413 292

Universidade Sénior Vila Real

Para Utentes

COMÉRCIO



Grupo Ergovisão

Tel.: 800 214 850. www.ergovisao.pt



Smile Up - Clínica Dentária

PARA Clientes e colaboradores - www.smileup.pt

DESPORTO



Futebol Clube do Porto

Para Sócios, Atletas e Funcionários
www.fcporto.pt



Leixões Sport Clube

Para Atletas, Funcionários e Associados www.leixoessc.pt



Varzim Sport Clube

Para Atletas, Funcionários e Associados www.varzim.pt

ENTIDADES PÚBLICAS

Associação de Trabalhadores Municipais da Câmara Municipal de Loulé

Para Funcionários



Câmara Municipal de Aveiro

Para Portadores do Cartão Sénior
Tel.: 234406502 - www.cm-aveiro.pt



Câmara Municipal de Braga

Para Trabalhadores e Familiares directos - Tel.: 253 203 150 www.cm-braga.pt



Câmara Municipal de Valongo

Para Portadores do Cartão Municipal do Idoso Tel.: 224227900 - www.cmvalongo.net



Câmara Municipal de Famalicão (Cartão Sénior)

Para Portadores do Cartão Sénior
Tel.: 252 308 240
www.cm-vnfamalicao.pt



Centro Cultural e Desportivo dos Trabalhadores do Município de Matosinhos

Para associados e familiares
Tel.: 229 388 857 - geral@ccd-matosinhos.pt
www.cm-vnfamalicao.pt



Centro Cultural e Desportivo dos Trabalhadores do Município de Vila Real

Para associados e familiares
ccd@cm-vilareal.pt
www.cm-vnfamalicao.pt



Junta de Freguesia da Sé

Para fregueses - <http://www.juntade-freguesiadase.com.pt>



Município de Santa Maria da Feira

Para Portadores do Cartão Sénior Escalão A e B
Tel.: 256 370 800
www.cm-feira.pt



Município de Vila Real

Para Portadores do Cartão Municipal de Famílias Numerosas e do Cartão Municipal do Idoso
Tel.: 258 308 100
www.cm-vilareal.pt/



Santa Casa da Misericórdia de Guimarães

Para utentes e funcionários
Tel.: 253 415 457
www.scmguimaraes.com



Santa Casa da Misericórdia de Lisboa - Gabinete de Apoio Social

Funcionários, ascendentes e descendentes
Tel.: 21 323 5306

SERVIÇOS



ACP

Para Socios Cônjugues e Sócios do Clube Jovem - <http://acp.pt/>



Advancecare

Segurados ou utentes de Seguradoras ou Subsistemas de Saúde pertencentes à rede Advancecare.
www.advancecare.pt



Grupo Impresa

Rua Ribeiro Sanches, nº 65
Telf.: 213 929 780.
www.impresa.pt



Home Instead Senior Care

Para clientes - Tel.: 214 167 600
www.homeinstead.com.pt



ISS Portugal

Para funcionários - <http://www.pt.is-sworld.com>



O Encantado - Centro Psicológico e Terapêutico de Vila Real

Para Funcionários e Utentes
Tel.: 259 371 155.
www.encantado.pt



Páginas da Vida - Apoio Domiciliário Viana do Castelo

Para utentes e funcionários
Tel.: 258845419.
www.paginasdvida.pt

GAES – CENTROS AUDITIVOS ESTABELECEU PARCERIA COM O CENTRO CULTURAL E DESPORTIVO DOS TRABALHADORES DO MUNICÍPIO DE VILA REAL E COM O CENTRO CULTURAL E DESPORTIVO DO PESSOAL DO MUNICÍPIO DE MATOSINHOS

A GAES – Centros Auditivos celebrou um protocolo com o Centro Cultural e Desportivo dos Trabalhadores dos Municípios de Vila Real e de Matosinhos, com a finalidade de oferecer aos seus associados e familiares as seguintes vantagens:

- Exames auditivos gratuitos
- 15% de desconto na compra de aparelhos auditivos
- Condições de financiamento à medida

O Centro Cultural e Desportivo dos Trabalhadores do Município de Vila Real (CCD) e do Pessoal do Município de Matosinhos são Associações sem fins lucrativos, que tem como missão, prestar serviços nas áreas social, educativa, cultural, desportiva, e ambiental aos seus

associados e, sempre que possível, à comunidade em geral, numa perspectiva de potenciar e salvaguardar a igualdade de oportunidades e o bem-estar social dos mesmos.

Contactos:

Morada: Rua Camilo Castelo Branco,
5000-657 Vila Real
Contacto: ccd@cm-vilareal.pt
URL: <http://www.cm-vilareal.pt/ccd/>

Morada: Rua Conde Alto Mearim 385,
4450-244 Matosinhos
Telefone: 229 388 857
URL: <http://www.ccd-matosinhos.pt/index.php>



APOIARTE - CASA DO ARTISTA

A GAES – Centros Auditivos celebrou uma parceria com a APOIARTE – Casa do Artista, com a finalidade de oferecer aos seus associados e familiares as seguintes vantagens:

- Exames auditivos gratuitos
- 10% Próteses auditivas Starkey e Siemens
- 20% Próteses auditivas Microson
- Condições de financiamento à medida

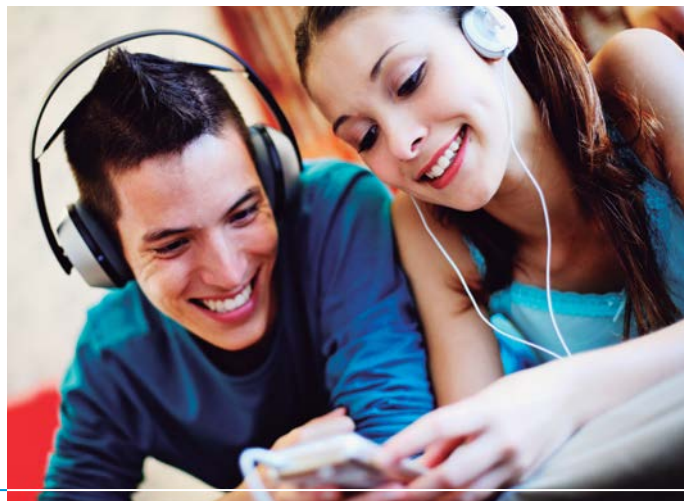
A APOIARTE – Casa do Artista é uma Associação de Apoio aos Artistas, sem fins lucrativos, reconhecida de utilidade pública e inaugurada oficialmente a 11 de Setembro de 1999.

O seu âmbito contempla as Artes Cénicas, Cinema, Rádio e Televisão.

A Casa do Artista dispõe de espaços que tornam possível a concretização dos seus objetivos: O Teatro Armando Cortez, a Galeria para exposições, o Centro de Formação e a Fisioterapia.

Contacto

Morada: Avenida Marechal Teixeira Rebelo, S/N
Telefone: 217 110 890
URL: <http://www.casadoartista.net/>



O ruído invade o nosso tempo de lazer

OS NOSSOS OUVIDOS NÃO TÊM PÁLPEBRAS, COMO OS NOSSOS OLHOS. NÃO PODEM SER FECHADOS. E ESTÃO EXPOSTOS A UMA GRANDE VARIEDADE DE FONTES DE RUÍDO. POR ISSO, COMO HÁ ALGUMAS QUE PODEMOS EVITAR, DEVEMOS TER EM CONSIDERAÇÃO OS NÍVEIS DE RUÍDO QUE PROVOCAM AS NOSSAS ATIVIDADES DE LAZER E, SE FOR NECESSÁRIO, REDUZI-LOS.

Todos os anos perdem-se na Europa 1,6 milhões de anos de vida saudável por causa do ruído. O trânsito, os meios de transporte aéreos e diversas formas de lazer são as principais causas desta perda. O ruído pode provocar efeitos auditivos, como perda da audição, mas também numerosos efeitos extra-auditivos: transtornos profundos do sono, problemas no sistema cardiovascular, interferências na comunicação oral, redução do rendimento, stress e mesmo um aumento da mortalidade.

O ruído excessivo pode ser causado por circunstâncias fora do nosso controlo, mas também procede de atividades do nosso tempo livre, como por exemplo, concertos e festivais, a música ambiente de bares, pubs e discotecas, ruídos de carros e gritos

associados a grandes multidões (zonas de bares, concertos, eventos, etc...), festas ruidosas, etc. Em casa, temos a televisão, o aspirador, o rádio, entre outros elementos, cujo volume, por norma, costuma ser bastante elevado.

EXPOSIÇÃO PROLONGADA

Até agora, a principal causa de perda de audição tem sido a exposição ao ruído em ambientes laborais. De facto, era frequente que se produzisse um trauma acústico crónico, considerado uma doença profissional, em ocupações em que as pessoas eram expostas a níveis sonoros superiores a 80 decibéis (dB) durante os seus horários de trabalho. No entanto, nos últimos anos aumentaram as lesões auditivas causadas por outras fontes de ruído, fundamentalmente derivadas de certas atividades de lazer, que

representam um novo desafio para as intervenções em saúde pública. O uso de reprodutores portáteis com auriculares, os grandes volumes atingidos em concertos, bares, discotecas e cinemas, entre outros, representam novas causas de lesões acústicas, sobretudo entre a população mais jovem.

A partir de que ponto se considera que o ruído pode provocar problemas de audição? Há consenso em que a exposição a níveis de som inferiores a 70 dB não produz lesões auditivas, independentemente da sua duração, e em que a exposição prolongada a níveis sonoros superiores a 85 dB é potencialmente perigosa.

Diversos estudos revelaram que 5% a 10% das pessoas que ouvem música com auriculares sofrem de perda

auditiva e de acúfenos e concluíram também que estes efeitos estão a surgir cada vez mais nos jovens. Por este motivo, muitos sofrerão presbiacusia prematura (a surdez associada à idade), cujos primeiros sintomas podem adiantar-se para os 40-45 anos, em vez dos 60 ou 65 habituais.

CUIDADO COM OS AURICULARES

Existem diversas recomendações para se proteger da música dos auriculares: não exceder os 60% do volume máximo do aparelho e utilizá-lo durante menos de 60 minutos por dia. Ou menos de 80 dB e 90 minutos por dia, ou ainda menos de 5 horas por semana se a pressão sonora atingir os 89 dB. Em resumo, limitar o tempo de escuta e o volume ajuda a proteger os nossos ouvidos. Os aparelhos com limitador de volume permitem estabelecer um nível de segurança a não exceder.

Existe uma crença generalizada de que o elevado volume da música que chega através dos auriculares é mais prejudicial do que o tempo de exposição. No entanto, está mais demonstrado que ambos os fatores são igualmente importantes. Assim, as lesões auditivas podem ser desencadeadas tanto pela intensidade do volume como pelo uso prolongado dos auriculares.

RECOMENDAÇÕES DE PROTEÇÃO

É conveniente usar de forma prudente os reprodutores pessoais de música, sem chegar nunca ao volume máximo e tentando que a música não possa ser ouvida por outras pessoas através dos nossos auriculares. Também se deveriam evitar as atividades de lazer com níveis de ruído excessivos (concertos, discotecas, etc.) e, em qualquer caso, não situar-se perto de altifalantes, colunas e equipamentos

semelhantes. Por último, é recomendável que regule o volume de rádios e televisões para níveis razoáveis uma vez que se torna um hábito colocar o volume destes aparelhos demasiado alto

Muitas vezes, quando saímos de uma discoteca ou de um concerto, sentimos zumbidos nos ouvidos (acúfenos ou tinnitus), que por vezes são acompanhados por uma certa surdez transitória. Estes zumbidos têm a sua origem na irritação das terminações nervosas do ouvido interno, devida à exposição prolongada a um som atoador, e podem danificar de modo irreparável a perceção de sons em certas frequências. Para os evitar, o ideal é evitar a exposição a fontes de sons fortes. No entanto, se não for possível evitar a exposição e nos zumbirem os ouvidos, é recomendável não voltar a ouvir música muito alta durante um período mínimo de 16 horas.



ESCALA DE RUÍDO

| Nível acústico | Atividade | Sensação e efeito na saúde |
|----------------|----------------------|--|
| 130 dB | Fogos de artifício | Sensação dolorosa. Rotura do tímpano e outras lesões do ouvido. |
| 110 dB | Concerto de rock | Sensação insuportável e necessidade de sair desse ambiente. Lesões nas células nervosas do ouvido interno. Alterações fisiológicas neurovegetativas. |
| 100 dB | Discoteca | |
| 90 dB | Auriculares | Sensação incómoda. Perigo de lesão auditiva e surdez com exposição prolongada, stress, etc. |
| 80 dB | Bar animado | |
| 70 dB | Conversa em voz alta | Alterações fisiológicas: cardíacas, hormonais, etc. |

Vibrações do ar

O som transmite-se pelo ar mediante ondas semelhantes às que são produzidas quando cai uma pedra num tanque de água, quando se dedilha uma corda de guitarra ou se bate num tambor. Em todos esses casos, há um foco emissor e um meio de transmissão onde cada partícula vibra, enquanto a perturbação vai avançando. Numa trovoadá, a luz de um relâmpago viaja de modo quase imediato, mas o som do trovão atrasa-se, porque demora três segundos a percorrer um quilómetro.



JOÃO PAÇO Médico otorrinolaringologista e professor

JOÃO PAÇO É UM DOS OTORRINOLARINGOLOGISTAS MAIS RECONHECIDOS DE PORTUGAL. É DIRETOR CLÍNICO DO HOSPITAL CUF INFANTE SANTO E PRESIDENTE DO CONSELHO MÉDICO DA JOSÉ DE MELLO SAÚDE. ALÉM DISSO, DÁ AULAS DE OTORRINOLARINGOLOGIA NA FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS DA UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA. A SUA TRAJETÓRIA PROFISSIONAL LEVOU-O A SER UM PIONEIRO EM MUITOS ASPETOS DA SUA ÁREA DE ESPECIALIDADE E A CONTRIBUIR ATIVAMENTE PARA O DESENVOLVIMENTO DE SOLUÇÕES AUDITIVAS EM PORTUGAL.

“Muito haverá ainda por fazer na consciência da população portuguesa para a saúde auditiva”

O Prof. João Paço realizou o seu primeiro implante coclear em 1996. Na sua opinião, neste tipo de cirurgia, que progressos se verificaram até ao presente?

Sim, foram muitos os progressos que se verificaram desde o primeiro implante em 1996. Progressos nos processadores e na qualidade de som obtidos, na discriminação e na reabilitação destes doentes. Também progressos na verificação imediata do resultado do implante após a sua colocação. Sabemos desde logo que quantidade de electrodos estão funcionantes e a forma como os estímulos chegam ao córtex. Recordo-me desses primeiros tempos, de utilizar o intensificador de imagem ou fazer RX para constatar a colocação e a

disposição do implante, que diferença para os dias de hoje! Por outro lado também a cirurgia é mais segura com os novos estimuladores do facial que tornam mais confortável e mais segura a aproximação deste nervo.

Por último, e não menos importante na abordagem pré-operatória, as reconstruções tridimensionais em imagiologia que nos dizem de imediato se a cóclea está patente ou não. Em conclusão, muito se avançou na reabilitação do doente, na recuperação auditiva mas também na qualidade do ato cirúrgico e de reabilitação. Também podemos falar das indicações que hoje se estendem aos idosos e podem também ser utilizados na surdez unilateral.

Para o paciente, quais são os benefícios de um implante coclear?

Inúmeros, depende de cada caso, mas numa criança pode significar a diferença entre adquirir oralidade ou não. No adulto pós lingual, a manutenção da sua oralidade e da discriminação auditiva. Já no idoso, pode significar a manutenção da audição até aos últimos dias, pois o implante não envelhece. Duas palavras – qualidade de vida!

Em que casos é que se deve optar por um implante coclear em substituição de um aparelho auditivo?

Sempre que a prótese auditiva já não der a discriminação suficiente,

verificamos o agravamento progressivo das perdas auditivas e a existência de condições cirúrgicas para a colocação do implante.

Qual a duração da cirurgia de um implante coclear?

Nos dias de hoje a nossa equipa coloca um implante entre 1h45m e 2 horas.

No pós-operatório é necessário ter algum cuidado específico?

Tem alguma recomendação especial?

Ter os cuidados habituais para qualquer cirurgia otológica, mas com uma atenção especial às infeções e à meningite.

Em 2011, o Prof. João Paço realizou a sua primeira cirurgia de implante coclear bilateral.

Em que consiste essa técnica?

Considera ser a melhor solução para quem sofre de perda auditiva profunda?

O Implante coclear bilateral que fizemos numa criança de 8 meses, o primeiro a ser feito em Portugal, numa criança tão jovem, possibilitou a este menino começar a adquirir a oralidade no mesmo período em que uma criança normal inicia os primeiros sons e a construção de frases. Para mim, e uma vez que a maioria da população tem oralidade, esta é, sem dúvida, a melhor solução para aplicar a uma criança surda bilateral sem qualquer hipótese de recuperar audição. Desta forma podemos de novo dar oralidade em alternativa à língua gestual. Devemos afirmar que no caso de filhos de pais surdos é recomendável, caso os pais optem pelo implante, a criança ser bilingue, ter língua gestual e oralidade.

É recomendável um implante coclear bilateral tanto para crianças como para adultos?

Sem dúvida, desde que haja condições cirúrgicas.

Como é que consegue convencer um paciente a optar por um implante coclear?

Mostrando as vantagens e as possibilidades desta técnica

maravilhosa em alternativa à surdez, ao isolamento, à perda de contacto com o mundo e quem sabe à depressão e à demência.

Como profissional, explique-nos como se sente quando dá a possibilidade a uma criança de ouvir?

Realizado como médico e como cirurgião.

Em Dezembro de 2013, através do Google Glass, teve a possibilidade de transmitir, pela primeira vez em Portugal, a intervenção cirúrgica de um implante coclear a profissionais e estudantes de todo o mundo. Pode falar-nos um pouco sobre essa cirurgia?

A experiência foi sem dúvida das melhores, pois constatei da possibilidade tremenda que é a divulgação imediata ao segundo de uma técnica cirúrgica para uma imensidão de estudantes, médicos e de outros profissionais, explicando passo a passo o que está a acontecer e quais as possibilidades e limites de cada um dos nossos gestos. Saber que, para além da minha turma de Otorrinolaringologia da Universidade Nova, tinha toda uma série de alunos a ver em Smartphones, Tablets ou em Pc's, a cirurgia que estava a fazer. Saber no dia seguinte que mais de 10.000 pessoas viram a cirurgia em direto, em inúmeros países, não só da Europa como em África e na América.

Como avalia o estado atual da investigação de implantes cocleares na área de Otorrinolaringologia?

No que respeita ao estado atual do Implante Coclear, já se avançou muito, mas ainda existem grandes desafios para realizar nomeadamente no campo do processador e não tenho dúvida que nos próximos anos outras novidades irão surgir. Nesta matéria considero-me um insatisfeito permanente.

O Prof. João Paço realiza um importante trabalho de ajuda humanitária em São Tomé e

Príncipe no âmbito do projeto "Saúde Para Todos". Em que consiste?

O "Projeto Saúde para Todos" em São Tomé e Príncipe foi das coisas mais bonitas que já fiz na vida e para além das cirurgias de Otorrinolaringologia que as nossas missões executam existe todo um trabalho de rastreio e deteção de perda auditiva em crianças que tem sido exaustivo nos últimos três anos. Em 2013 foram colocadas 50 próteses auditivas em crianças, feita a reabilitação da oralidade das mesmas através de Terapeutas da fala e criado um dicionário de língua gestual inédito em São Tomé e Príncipe.

Para além disto nos últimos dois anos realizámos jornadas científicas Luso São-Tomenses, em que são explorados temas da nossa especialidade.

A nível profissional e pessoal, o que obtém em participar neste projeto?

Uma riqueza humana tremenda, uma experiência única de trabalho de equipa na nossa especialidade. Um coração cheio ao ver todas as crianças que tratámos.

Na sua opinião, considera que a população portuguesa está consciente para a importância de cuidar da saúde auditiva? E o que se pode fazer para sensibilizar mais a população para cuidar da saúde dos ouvidos, bem como prevenir a perda auditiva?

Penso que muito haverá ainda por fazer na consciência da população portuguesa para a saúde auditiva. Basta olhar para o ruído das grandes cidades, para o tráfego rodoviário que aumenta no dia-a-dia. Para um aeroporto no qual os aviões aterram no centro da cidade, para o barulho de uma sala de aula, para a intensidade sonora com que os nossos jovens usam os phones e para concluir falar da legislação que existe mas que não é aplicada. Aqui está uma área que merecia muito mais atenção e que estivessem mais de sobreaviso.

A continuidade é fundamental para a solidariedade

O TRABALHO REGULAR DOS VOLUNTÁRIOS DA GAES SOLIDÁRIA EM LUGARES COMO O CENTRO DE YANCANAHUASY NO PERU PERMITE QUE MUITAS PESSOAS SEM RECURSOS ECONÓMICOS E COM PROBLEMAS DE AUDIÇÃO, ESPECIALMENTE CRIANÇAS, POSSAM OBTER UMA AJUDA AUDITIVA. MUITOS DOS APARELHOS AUDITIVOS DOADOS ATRAVÉS DAS CAIXAS DE RECOLHA DOS CENTROS GAES JÁ ESTÃO A SER UTILIZADOS POR MAIS DE 1000 PESSOAS NO MUNDO INTEIRO.

Continuamos com o projeto em Yancanahuasy (Peru)

Isabel Herrero, Responsável de Qualidade da GAES Espanha, é a quarta voluntária da GAES Solidária que visitou as instalações de Yancanahuasy (Peru), onde desde 2009 se realiza um seguimento das adaptações realizadas e se forma pessoal local. Nesta ocasião foi possível adaptar 51 aparelhos auditivos. A Isabel garante que chegava ao hotel muito cansada “mas ao mesmo tempo muito satisfeita por receber o agradecimento de tanta gente, sentir-me útil e comprovar em primeira pessoa como a colaboração da GAES

num país tão longínquo pode ser tão importante”.

“Entre os colaboradores do centro de Yancanahuasy gostaria de dedicar uma menção especial a Jenny Castillo, Coordenadora de Audição e Linguagem, que me ajudou muito, dado conhecer pessoalmente cada um dos pacientes aos quais desde o primeiro dia tinha de colocar os aparelhos auditivos que levei de Espanha”. A Isabel recorda especialmente a adaptação de três aparelhos auditivos a uma mãe e aos seus dois filhos: “ver as suas reações ao

poder ouvir bem pela primeira vez foi emocionante”.

“Muito curioso, entre tantos outros, foi o caso de uma menina de 6 anos chamada Emily, que chegou ao centro com 4 anos. Nesse momento, era incapaz de falar, e em apenas dois anos, graças ao duro e contínuo trabalho da Lidia, a terapeuta da fala do centro, já lia e falava corretamente. Foi impressionante ver como o aproveitamento de uma oportunidade podia chegar tão longe,” conclui a Isabel.





A GAES Solidária com a Fundação Clarós no Congo

Noelia Añon, audioprotesista na Galiza (Espanha) e voluntária da GAES Solidária, deslocou-se ao Congo para se encarregar da adaptação de aparelhos auditivos numa iniciativa de colaboração com a Fundação Clarós, numa viagem que define como uma das experiências mais inesquecíveis da sua vida. “Com a ignorância uma pessoa pensa que é impossível, são tantas pessoas com problemas graves que pensamos que a sua resolução está fora das nossas mãos. Depois, gradualmente, vai-se percebendo que,

por pouco que façamos, para essas pessoas já é muito”. Quanto ao seu trabalho de adaptação de aparelhos auditivos, recorda: “Era engraçado ver como muita gente, ao princípio, pensava que quando lhes punha o aparelho auditivo estava a administrar um medicamento no canal auditivo e que com isso já estavam curadas”. A Noelia conclui que “foi um privilégio estar com esta gente que com nada fazem tanto. Espero manter esta sensação e estas recordações para o resto da minha vida”.

Revisões auditivas a crianças em centros GAES de Espanha

Uma vez mais, durante o período não escolar, algumas crianças sarianas e ucranianas viajaram a Espanha para passar as férias, e a GAES Solidária avaliou a sua audição. Em Julho de 2013, foram atendidas 88 crianças de várias associações em Saragoça, Huesca, Bilbao, Vitoria e San Sebastián. Além disso, graças à iniciativa de Lucía Mora e Sonia Sierra, que colaboraram como voluntárias na Titan Desert, a GAES Solidária começou a colaborar com a Associação Río de Oro. A 27 de Junho de 2013 foi celebrado em Madrid um ato solidário destinado a rever a audição de crianças sarianas com idades compreendidas entre os 6 e os 14 anos que estavam em Espanha durante os meses de verão. Foram 14 as crianças que acudiram a realizar a revisão e felizmente nenhuma delas sofria qualquer perda auditiva.



GAES colabora com Banco Alimentar

No final de 2013, a GAES, através da GAES Solidária, decidiu associar-se à causa da Luta Contra a Fome. Todos os Centros Auditivos GAES contribuíram para esta causa e divulgámos esta ação junto dos nossos clientes e parceiros, no sentido de recolhermos alimentos que, posteriormente, seriam entregues ao Banco Alimentar mais próximo de cada um dos nossos Centros, no início de 2014.

Tanto os colaboradores da GAES como clientes e parceiros aderiram a esta iniciativa o que a tornou um sucesso uma vez que, todos juntos, conseguimos recolher um total 289,36Kg de alimentos para serem entregues a famílias carenciadas.

Os Bancos Alimentares Contra a Fome em atividade recolhem e distribuem várias dezenas de milhares de toneladas de produtos e apoiam ao longo de todo o ano, a ação de instituições em Portugal. Por sua vez, estas distribuem refeições confeccionadas e cabazes de alimentos a pessoas comprovadamente carenciadas, abrangendo já a distribuição total mais de 390.000 pessoas.



Controlar os acúfenos para viver melhor



OS ACÚFENOS OU TINNITUS SÃO PERCEÇÕES INCÓMODAS DE ZUMBIDOS OU TINIDOS PERMANENTES NA CABEÇA OU NOS OUVIDOS. AFETAM PESSOAS DE TODAS AS IDADES E SEXOS, ESPECIALMENTE EM IDADES COMPREENDIDAS ENTRE OS 30 E OS 50 ANOS. SÃO SOFRIDOS POR MAIS DE 12% DA POPULAÇÃO. A TERAPIA INTEGRAL DO TINNITUS DA GAES OFERECE EXCELENTE RESULTADOS PARA A MELHORIA DESTA PROBLEMA.

Os acúfenos são a percepção de zumbidos ou apitos permanentes nos ouvidos que não procedem de uma fonte sonora externa. A pessoa afetada pode escutar diferentes tipos de ruídos: zumbidos, apitos, murmúrios como o do mar nas conchas, etc. Estes ruídos não são uma doença, mas uma interpretação incorreta dos impulsos nervosos pelo cérebro. Apesar de ser um processo crónico, pode melhorar graças à Terapia Integral do Tinnitus (TIT) da GAES.

PROCEDIMENTO DE ATUAÇÃO

A GAES trabalha com o seguinte procedimento:

1. Avaliação. Na primeira visita são recolhidos dados sobre a história do paciente, bem como informação sobre as suas necessidades e expectativas.

2. Provas. São efetuadas diversas provas audiométricas e questionários/testes, que têm por objetivo medir: O timbre e a intensidade do acúfeno (acufenometria). O grau de incapacidade. A localização da lesão auditiva.

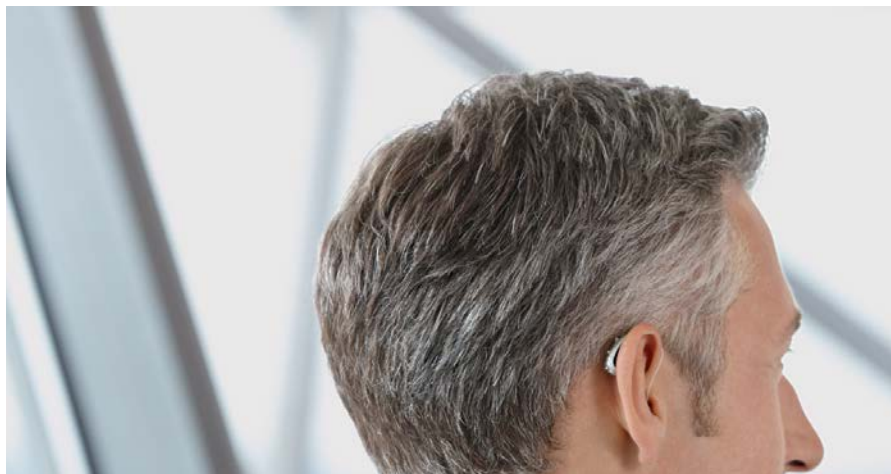
A GAES é pioneira na audiometria de alta-frequência, o que permite efetuar uma exploração mais precisa e completa, para detetar o acúfeno de frequência aguda, mesmo em pacientes com audição correta na audiometria convencional.

3. Terapia. Com base na avaliação e nas provas realizadas propõe-se ao paciente uma terapia personalizada cujo objetivo é o controlo do seu acúfeno. A Terapia Integral do Tinnitus é um novo conceito de terapia realista que proporciona resultados muito bons a

longo prazo. A TIT ensina a conviver com o acúfeno mediante a estimulação por outros sons semelhantes, gerados por instrumentos auditivos digitais. Esta terapia combina a utilização de TCI (instrumentos de controlo do tinnitus), ações de correção auditiva e assessoria em condutas a seguir. Esta combinação de terapias atuais proporciona melhores resultados na qualidade de vida do paciente com acúfenos.

Segundo um estudo da GAES, 84% dos pacientes manifesta uma melhoria evidente após esta terapia. Além disso, 60% afirma ter notado uma melhoria imediata: menor sensação de ruído e mais tranquilidade.

A GAES também oferece a Reeducação Auditiva, um serviço especializado que trabalha em pacientes com acúfenos e intolerância ao som, melhorando a con-



SEGUNDO UM ESTUDO DA GAES, 84% DOS PACIENTES MANIFESTA UMA MELHORA EVIDENTE APÓS A TERAPIA INTEGRAL DO TINNITUS

fiança na terapia sonora e reduzindo o impacto e a intensidade do acufeno.

NOVAS SOLUÇÕES

A GAES oferece a gama de aparelhos auditivos mais completa e versátil para efetuar as terapias TIT. Toda a plataforma micon da Siemens, disponível nos modelos Ace, Pure, Aquaris, Life e Motion, incorpora funções para terapia de acufenos, que ajudam a tratá-los e, ao mesmo tempo, a melhorar a audição. Graças à emissão de um sinal acústico que pode ser configurado com precisão para se adaptar às necessidades do utilizador, deixa-se de prestar atenção aos incómodos efeitos dos acufenos e torna-se mais simples concentrar-se nos sons externos, reduzindo o esforço e obtendo uma maior tranquilidade.

A plataforma micon permite ao utilizador escolher entre múltiplas combinações de som (por exemplo,

um semelhante ao som da chuva). O comando à distância oferece a possibilidade de regular o volume do sinal acústico, independentemente do ganho do aparelho auditivo, o que é uma grande novidade. Em conclusão, estamos perante uma versátil gama de soluções, que se adapta a todos os níveis de perda e a todos os estilos de vida.

A GAES conta mesmo com um modelo intracanal de aparelho auditivo para tratar os acufenos: o Siemens Insio micon, recentemente lançado no mercado e que também incorpora de forma opcional o habitrador de acufenos. Este aparelho auditivo é ideal tanto para quem já é utilizador de próteses auditivas como para quem ainda não está adaptado. O Insio aprende e adapta-se de forma automática, memorizando as preferências auditivas do utilizador em diferentes ambientes e autorregulando-se quando volta a detetar essas situações.



Além disso, o seu microfone direcional permite ouvir o que é importante, de forma cómoda e clara, independentemente de onde provém o som.

O Insio é especialmente cómodo de levar. Graças à sua boa ventilação, o utilizador não tem a sensação de ter o canal auditivo fechado. Pode ouvir livremente e, ao mesmo tempo, evitar os incómodos ruídos de feedback. Disponível em cinco tons de cor pele, conta com a última versão da tecnologia BestSound da Siemens, que garante uma experiência de audição o mais natural possível, e permite a ligação sem fios a uma ampla variedade de fontes de som.

SOLUÇÕES PARA COMBATER OS ACUFENOS

Para pessoas sem perda auditiva que padeçam de acufenos, a GAES oferece os seguintes produtos:

Sound Oasis. É um sistema de som terapêutico. Atua como despertador ou como reproduzidor de MP3 com saída para auriculares para escutar em qualquer lugar. Funciona com cartões de diversos tipos de sons (da natureza, relaxantes ou específicos para terapia auditiva). Ajuda a melhorar o sono, relaxa e oferece uma sensação de conforto ao longo do dia.

Almofada viscoelástica musical.

Fabricada em espuma viscoelástica, adapta-se ao corpo e à sua temperatura. Esta almofada contém dois pequenos e indetetáveis altifalantes. Um discreto conector universal na sua parte posterior permite ligá-la a uma aparelhagem de música para que um som de fundo ajude a conciliar o sono.



Inaudito, A Aventura de Ouvir

PELA PRIMEIRA VEZ EM PORTUGAL PODEMOS VISITAR INAUDITO, A AVENTURA DE OUVIR, UMA EXPOSIÇÃO INTERATIVA E ITINERANTE QUE NOS CONVIDA A DESCOBRIR O MISTERIOSO MUNDO DA AUDIÇÃO. CONHECER A ANATOMIA DO OUVIDO, DESCOBRIR O CAMINHO PERCORRIDO PELAS ONDAS SONORAS ATÉ CHEGAREM AO CÉREBRO OU AVALIAR A IMPORTÂNCIA DE UMA BOA AUDIÇÃO PARA A NOSSA VIDA SOCIAL SÃO APENAS ALGUMAS DAS PROPOSTAS DA EXPOSIÇÃO INAUDITO.



Já alguma vez se perguntou o que é necessário para que os outros nos ouçam? E porque é que as pessoas ouvem a nossa voz de forma diferente daquela que nós ouvimos? Inaudito, A Aventura de Ouvir, iniciativa promovida pela GAES – Centros Auditivos, irá responder a todas as questões sobre o sentido da audição e o mundo do som.

A exposição tem como objetivo destacar a importância da audição, o segundo sentido mais importante a seguir à visão, segundo uma sondagem realizada pela GAES – Centros Auditivos. Apesar do grande valor que a audição tem no nosso desenvolvimento e na nossa vida social, muitas vezes, não lhe atribuímos a devida importância, e a prova disso é que mais de 50% da população portuguesa nunca se submeteu a uma avaliação auditiva e, segundo os últimos dados da OMS, estima-se que aproximadamente 165 milhões de

pessoas em todo o mundo, com mais de 65 anos, e cerca de 32 milhões de crianças, com idades inferiores a 15 anos, sofrem de problemas auditivos.

Inaudito, A Aventura de Ouvir define-se como uma exposição diferente e especial pelo facto de ser uma iniciativa pioneira na Península Ibérica, uma vez que nunca se tinha realizado antes uma exposição dedicada somente à audição, e também devido às suas próprias características. Trata-se de uma exposição bastante interativa que apaixona cada um dos seus visitantes e transmite uma mensagem de consciencialização social e prevenção da saúde auditiva. Inaudito, A Aventura de Ouvir conta ainda com um Comité Científico, que presta assessoria aos conteúdos da exposição, formado por médicos, especialistas e personalidades do mundo académico relacionado com a audição, entre os quais se destaca o Prof. Dr. João Paço, médico otorri-

nolaringologista e professor universitário.

A exposição é formada por 20 módulos que nos permitem viajar pelo mundo do ouvido e do som, de perspetivas diferentes e de uma forma didática, prática, simples e participativa. Os visitantes podem constatar, por si mesmos, a influência que a audição tem no seu mundo, nas suas memórias e no seu quotidiano. Participe nas atividades, jogue com o som, interaja com outros visitantes e descubra todos os mistérios do sistema auditivo.

Até dia 27 de Junho visite a exposição Inaudito, A Aventura de Ouvir, na Reitoria da Universidade do Porto, na Praça Gomes Teixeira, de Segunda a Sexta-feira, das 10:00 às 17:00 e Sábados, mediante marcação. A entrada é gratuita. Visite a nossa página no facebook e acompanhe todas as novidades.



JOÃO NOGUEIRA

ESTUDANTE

JOÃO NOGUEIRA TINHA 3 ANOS QUANDO LHE FOI DIAGNOSTICADA PERDA AUDITIVA. DESDE ENTÃO, PAIS, AMIGOS E FAMILIARES NÃO PARARAM DE PROMOVER INICIATIVAS PARA ANGARIAR FUNDOS QUE PERMITISSEM AO PEQUENO JOÃO TER SEMPRE A ÚLTIMA TECNOLOGIA EM AJUDAS AUDITIVAS.

IRENE, MÃE DO JOÃO:

“Estou muito satisfeita por ter escolhido a GAES, dá-me a confiança e tranquilidade que necessitava”

Numa consulta pediátrica de rotina, foi detetado que o pequeno João não estava a ouvir bem. Durante dois anos foi acompanhado por especialistas no Hospital de S. João, tendo realizado vários exames de diagnóstico. Em 2009 foram-lhe atribuídas duas próteses auditivas que não mais deixou de utilizar.

No entanto, o João foi crescendo e a sua perda auditiva foi-se agravando, havendo a necessidade de trocar os aparelhos auditivos, pois os primeiros já não cumpriam o objectivo, facto que se revelou difícil para os pais do ponto de vista económico.

Desde cedo, toda a comunidade de Cete, conselho de Paredes, onde João reside com a família, ficou muito sensibilizada para o caso do menino João Nogueira. Organizaram diversos

eventos, desde festivais de hip hop a caminhadas da saúde, que permitiram angariar fundos para que o João pudesse ter umas novas próteses auditivas, que o ajudassem a melhorar a sua qualidade de vida, o seu dia-a-dia e, em particular, o seu rendimento escolar.

JOÃO TEVE UM PRESENTE ESPECIAL: UM APARELHO AUDITIVO NOVO, QUE LHE PERMITIU VOLTAR A OUVIR TODOS OS SONS QUE JÁ NÃO OUVIA

E no último Natal, para além dos legos com que adora brincar, o João teve um presente especial: um aparelho auditivo novo, que lhe permitiu voltar

a ouvir todos os sons que já não ouvia. “Estou muito agradecida à Profª. Elsa Pinto, da Escola Primária de Cete, e ao Prof. Lupricínio. Foram incansáveis!”, realça a mãe, Irene Almeida. “Não tenho dúvidas que com este novo aparelho o meu filho está muito melhor. E o atendimento na GAES é excelente. Desde a recepcionista até ao audiologista, só posso dizer o melhor. São excelentes profissionais!”

Quando chegou à GAES, o João era muito reservado. Aos poucos, começou a estar mais à vontade, a sentir-se mais seguro e agora já mostra um enorme sorriso, que revela a sua alegria de criança.

*Piu. Piu piu piu piu.
Piu. Piu piu piu...*

*O canto dos pássaros
alegra a manhã...*



DELEGAÇÕES

ALMADA* Av. D. Nuno Álvares Pereira, 27 B - Tel.: 212 742 155

AVEIRO Edif. Ana Vieira. Av. Dr. Lourenço Peixinho, 65 Tel.: 234 481 790

BARCELOS Edif. Prestígio. Av. Alcides Faria, 379 R/C Loja 5 - Tel.: 253 818 051

BRAGA Rua dos Chãos nº 74 4710-230 Tel.: 253 264 830

CASCAIS Av. 25 de Abril, nº181 Tel.: 210732275

COIMBRA* Rua do Carmo, nº86 Tel.: 239 836 677

FARO Edif. Alagoa. Pça. Alexandre Herculano, 22 R/C Esq Tel.: 289 806 354

FUNCHAL Machados - Gabinete GAES, Rua da Conceição, nº62 Tel.: 925408325

GONDOMAR Passeio 25 Abril, 18 R/C Tel.: 224 631 251

GUIMARÃES* Rua S. Gonçalo, 147 R/C Tel.: 253 415 107

LEIRIA Ergovisão - Gabinete GAES, Av. Heróis de Angola, nº74 Tel.: 244 841 285

LISBOA* Galerias Península. Av. 5 de Outubro, 20-A Tel.: 213 593 254

LISBOA Av. Padre Manuel da Nóbrega nº 6 B/C 1150-020 Tel.: 218 128 055

LISBOA Rua Coelho da Rocha, nº37 A Tel.: 213 878 369

MATOSINHOS Rua Brito Capelo, 146 Tel.: 229 376 006

PÓVOA DE VARZIM Praça do Almada, 38 R/C - Tel.: 252 688 345

PORTO* Rua Santa Catarina, 493 Tel.: 222 039 619

PORTO Praça Mouzinho de Albuquerque, 186 (Rotunda da Boavista) Tel.: 226 094 254

SANTARÉM Av. do Brasil, 13 A Tel.: 243 328 386

SANTA MARIA DA FEIRA Rua Dr. Cândido Pinho, 34 R/C - Tel.: 256 372 017

SANTIAGO DO CACÉM Edifício Santiago. Pça do Mercado, 17 G Tel.: 269 810 361

SETÚBAL Av. Alexandre Herculano, 12 B, R/C Loja A - Tel.: 265 542 206

VIANA DO CASTELO Av. dos Combatentes da Grande Guerra, 119 R/C Tel.: 258 834 138

VILA REAL Edif. Belavista - Rua D. Pedro de Meneses, Loja nº2 Tel.: 259 338 310

VISEU Rua 21 de Agosto, 135 Tel.: 232 460 054

Gente GAES

Pere IV, nº 160
08005 Barcelona (Espanha)
Tel.: +34 93 300 58 00
E-mail: info@gaes.es

Linha de Atendimento ao Cliente:
808 10 11 12

SEGUIE-NOS EM:



www.facebook.com/GAESCenrosAuditivos



www.twitter.com/centrosgaes



www.youtube.com/gaestv