

Quando o Calor Também Silencia

Proteger quem trabalha, quem ouve e quem depende da tecnologia para comunicar

Portugal está cada vez mais habituado a viver verões que começam antes do calendário e ondas de calor que deixam de ser exceção para passarem a ser rotina. Quando se fala de calor extremo, pensa-se logo nos idosos, nas crianças, nos doentes crónicos e nos trabalhadores ao ar livre. E bem. Mas há uma dimensão quase invisível que raramente entra na discussão pública: a das pessoas com deficiência auditiva que utilizam tecnologias de reabilitação auditiva, como próteses auditivas, implantes cocleares, implantes osteointegrados, implantes do ouvido médio, sistemas FM, microfones remotos ou outras tecnologias assistivas de escuta.

O calor extremo não é apenas desconforto. É risco. É fadiga. É desidratação. É perda de atenção. É menor capacidade de reação. É maior probabilidade de erro, acidente e isolamento. Para quem trabalha na rua, numa obra, na agricultura, na limpeza urbana, na distribuição, na manutenção técnica ou em qualquer atividade exposta ao sol, a proteção contra o calor deve deixar de ser vista como uma benevolência patronal ou uma questão de “bom senso”. Deve ser encarada como uma regra objetiva de segurança e saúde no trabalho.

Água, sombra, pausas regulares, reorganização de horários, zonas de arrefecimento, vigilância entre colegas, equipamentos adequados e direito a parar quando surgem sinais de mal-estar não são luxos. São medidas básicas de prevenção. Trabalhar debaixo de 40 graus, muitas vezes com esforço físico intenso, sem proteção suficiente, não é sinal de produtividade: é sinal de atraso civilizacional.

Mas quando acrescentamos a variável da deficiência auditiva e das tecnologias de reabilitação auditiva, o problema ganha outra camada. Uma pessoa que usa uma prótese auditiva ou um processador externo de implante coclear depende desse equipamento para comunicar, receber alertas, perceber instruções, orientar-se no espaço e manter autonomia. Em contexto laboral, escolar, social ou familiar, perder temporariamente esse acesso à audição pode significar muito mais do que “ouvir pior”. Pode significar não ouvir uma ordem de evacuação, não perceber um aviso de perigo, não detetar uma máquina em movimento, não acompanhar uma explicação médica ou simplesmente ficar isolado num momento de maior vulnerabilidade.

As tecnologias auditivas são extraordinárias, mas também são dispositivos eletrónicos sensíveis. O suor excessivo, a humidade, o pó, o calor acumulado, a exposição solar direta e as temperaturas elevadas podem afetar microfones, baterias, contactos, moldes, cabos, ímanes, processadores e sistemas de carregamento. Um aparelho auditivo deixado ao sol dentro de um carro, um processador exposto durante horas a calor intenso, uma bateria sujeita a temperaturas extremas ou um compartimento contaminado por suor podem comprometer o funcionamento do equipamento. Para muitos utilizadores, isto não é um pequeno incómodo técnico: é uma quebra de autonomia.

Por isso, as recomendações gerais para ondas de calor devem ser extensivas às pessoas com deficiência auditiva, mas adaptadas à sua realidade. A hidratação regular é essencial, porque a desidratação pode aumentar fadiga, tonturas, zumbidos e sensação de instabilidade. As pausas em zonas frescas devem permitir também verificar o estado dos equipamentos. O uso de chapéu ou boné

pode proteger não apenas a cabeça, mas também o processador ou a prótese da radiação direta. Os desumidificadores, caixas de secagem e capas protetoras contra suor podem deixar de ser acessórios opcionais e passar a ser verdadeiras ferramentas de prevenção. As baterias devem ser guardadas em local fresco e seco. Os utilizadores devem ser aconselhados a consultar as recomendações do fabricante sobre temperaturas de funcionamento e armazenamento.

Nas escolas, esta preocupação também deve existir. Uma criança ou jovem com implante coclear, prótese auditiva ou sistema de apoio à escuta não pode ser tratado como se a sua tecnologia fosse invisível. Em dias de calor extremo, deve haver cuidado com recreios prolongados ao sol, salas sobreaquecidas, atividades exteriores, equipamentos partilhados e sistemas de comunicação usados na sala de aula. A acessibilidade auditiva não é apenas ter legendas, microfone remoto ou professor informado. É garantir que a tecnologia funciona em segurança e que o aluno não fica excluído por causa das condições ambientais.

O mesmo se aplica aos lares, centros de dia, hospitais, transportes públicos, serviços de atendimento e espaços culturais. Uma pessoa com deficiência auditiva pode precisar de apoio adicional quando retira temporariamente o equipamento por causa do suor, do desconforto ou da necessidade de secagem. Se não houver comunicação visual, escrita ou acessível, o risco de isolamento aumenta. Em emergências, isto é particularmente grave.

Portugal precisa de olhar para o calor extremo como um problema de saúde pública, de proteção laboral, de engenharia, de organização social e também de acessibilidade. Não basta dizer às pessoas para beberem água. É preciso desenhar sistemas que não falhem: locais de trabalho preparados, horários adaptáveis, escolas climatizadas, transportes seguros, informação acessível, planos de emergência inclusivos e políticas públicas que contemplem as necessidades reais das pessoas com deficiência.

É aqui que se torna indispensável uma alteração da legislação portuguesa. O Código do Trabalho e o regime jurídico da promoção da segurança e saúde no trabalho devem evoluir para reconhecer expressamente o calor extremo como fator de risco profissional específico, com deveres objetivos para empregadores, entidades públicas e entidades fiscalizadoras. A lei não deve limitar-se a recomendações genéricas. Deve prever planos obrigatórios de prevenção para atividades expostas a temperaturas elevadas, com avaliação do índice de calor, humidade, radiação solar, esforço físico, uso de equipamentos de proteção individual e vulnerabilidades particulares dos trabalhadores.

Essa alteração legislativa deveria estabelecer limiares de atuação progressiva. A partir de determinados níveis de risco, deveriam ser obrigatórias pausas adicionais, acesso permanente a água potável, zonas de sombra ou arrefecimento, reorganização de horários, rotação de tarefas e redução da intensidade física. Em situações de risco extremo, deveria poder ser determinada a suspensão temporária de tarefas exteriores ou fisicamente muito exigentes, sem penalização salarial para o trabalhador. O direito a interromper a atividade perante sintomas de exaustão pelo calor, tonturas, confusão, náuseas ou mal-estar deveria ficar claramente protegido, tal como acontece noutras matérias de segurança ocupacional.

A lei deveria ainda contemplar expressamente os trabalhadores com deficiência, doenças crónicas ou dependência de dispositivos médicos e tecnologias assistivas. No caso das pessoas com deficiência auditiva, isto significa prever adaptações razoáveis relacionadas com comunicação de emergência, avisos visuais, instruções escritas, proteção dos equipamentos auditivos, pausas para

verificação e secagem dos dispositivos, e garantia de que a eventual falha temporária da tecnologia não coloca o trabalhador em situação de perigo ou exclusão. A segurança no trabalho não pode ser desenhada apenas para o trabalhador médio, saudável, sem deficiência e sem dispositivos de apoio.

Também a Autoridade para as Condições do Trabalho, a Direção-Geral da Saúde, a Proteção Civil e as entidades empregadoras deveriam dispor de orientações articuladas e vinculativas para ondas de calor. Não basta cada empresa improvisar. Deve existir um quadro nacional simples, fiscalizável e conhecido, que permita agir antes de acontecer a tragédia. O objetivo não é criar burocracia inútil, mas prevenir acidentes, mortes evitáveis, falhas de comunicação e ruturas de autonomia.

No caso das pessoas com deficiência auditiva que utilizam tecnologias de reabilitação auditiva, seria desejável que entidades públicas, empregadores, escolas, serviços de saúde e associações criassem orientações simples e claras para períodos de calor extremo. Essas orientações deveriam incluir cuidados com equipamentos, hidratação, pausas, conservação de baterias, comunicação alternativa, procedimentos em caso de falha técnica e formas de garantir que ninguém fica sem acesso à informação essencial.

A verdade é simples: o calor extremo não afeta todos da mesma forma. E uma sociedade inclusiva mede-se precisamente pela capacidade de prever essas diferenças antes que elas se transformem em acidentes, exclusão ou sofrimento evitável.

Proteger do calor quem trabalha na rua é urgente. Proteger quem depende da tecnologia para ouvir, comunicar e participar é igualmente necessário. Porque, quando o calor aperta, não é apenas o corpo que pode falhar. Também a comunicação pode quebrar. E quando a comunicação quebra, a inclusão fica em silêncio.

Assinatura

António Ricardo Antunes Miranda

Engenheiro Electrotécnico e de Computadores, de Controlo e Robótica (licenciado pré-Bolonha no IST/Lisboa)

Presidente e Sócio Fundador da OUVIR - Associação Portuguesa de Portadores de Próteses e Implantes Auditivos

Emails: aricardomiranda@gmail.com | ouvir.apppia@gmail.com | ouvir2011@gmail.com

WhatsApp (apenas escrito): 969 917 317

Site: ouvir.pt