



Publicado em 23/01/2026 - 09:56

O que a ciência sabe sobre os riscos dos fones bluetooth; tema viraliza em vídeos nas redes sociais

Pesquisa mencionada em vídeos encontra associação, mas não estabelece causalidade.

Por Lara Cáfaros*, g1

Vídeos que circulam nas redes sociais afirmam que o uso de fones de ouvido bluetooth estaria relacionado ao surgimento de nódulos na tireoide e a outros riscos à saúde. Muitas dessas publicações mencionam um estudo publicado em uma revista científica do grupo Nature, mas nem sempre deixam claro que a pesquisa identificou apenas uma associação estatística, e não uma relação de causa e efeito.

Os autores do estudo são claros ao afirmar que, embora tenham encontrado uma associação estatística importante, os resultados não implicam inerentemente uma relação de causalidade. Isso significa que a pesquisa mostra que os dois fatores, uso de fones e nódulos, aparecem juntos com frequência, mas não prova que um seja a causa direta do outro, ponto que não é explicado na maioria dos vídeos.

A pesquisa foi conduzida como uma exploração epidemiológica (ciência que estuda a distribuição, frequência e os fatores determinantes de doenças) que utilizou inteligência artificial avançada para investigar a relação entre o uso de fones bluetooth e o risco de nódulos na tireoide. O processo seguiu etapas de coleta de dados, processamento estatístico e modelagem preditiva (técnica de análise de dados).

Nesses estudos, uma associação indica que dois fatores podem ocorrer juntos com maior frequência, sem que um necessariamente provoque o outro. Para estabelecer causalidade, são necessários estudos mais aprofundados, como pesquisas prospectivas, com acompanhamento ao longo do tempo, grupos de

controle e replicação dos resultados em diferentes populações.

O que dizem os especialistas

Segundo a médica Pauliana Lamounier, da Associação Brasileira de Otorrinolaringologia e Cirurgia Cérvico-Facial (ABORL-CCF), do ponto de vista da otorrinolaringologia, o maior risco para a audição está relacionado ao volume do som e ao tempo de exposição. O tipo de fone também tem influência: se for intra-auricular(encaixados dentro do canal auditivo), tende a concentrar mais energia sonora dentro do conduto auditivo do que os fones do tipo concha (cobre toda a orelha).

“Quando surgem muitas falas alarmistas, é importante aguardar novos estudos antes de mudar comportamentos. São necessários estudos independentes, com diferentes populações e contextos, além de pesquisas prospectivas, com acompanhamento ao longo do tempo, grupo controle e replicação dos resultados. Existem vários critérios para que a gente consiga, de fato, comprovar uma relação de causalidade. Qualquer alarme que se faça em relação a isso, no momento, é excessivo”, afirma Carolina Ferraz, endocrinologista da Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia (SBEM).

Para jovens e crianças existe um risco maior?

Jovens podem apresentar uma vulnerabilidade específica devido aos seus hábitos de consumo tecnológico. Crianças e adolescentes, possivelmente, terão uma exposição acumulativa maior a esses aparelhos ao longo da vida.

Geralmente, crianças e adolescentes não percebem os sintomas iniciais do dano auditivo, como zumbido ou dificuldade de compreensão da fala.

“Os fones de ouvido, por si só, não são vilões. O problema é o uso inadequado, especialmente ouvir música em volume elevado por períodos prolongados, o que representa o principal risco à saúde auditiva”. ressalta Pauliana Lamounier.

Radiação não ionizante e limites conhecidos

Os fones bluetooth emitem radiação de radiofrequência (RF) não ionizante, a mesma categoria usada por dispositivos como celulares, Wi-Fi e outros equipamentos eletrônicos de uso cotidiano. Trata-se de uma radiação de baixa energia, incapaz de ionizar átomos ou causar danos diretos ao DNA.

A tecnologia bluetooth opera na frequência de 2,4 GHz, faixa amplamente estudada e regulada por órgãos internacionais. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), não há evidências consistentes de efeitos adversos à saúde associados à exposição à radiofrequência dentro dos limites recomendados.

Até o momento, não existem diretrizes médicas ou regulatórias que limitem o uso de fones bluetooth por risco de radiação.

Existe alguma recomendação?

De acordo com Carolina Ferraz, esse estudo pode ser considerado um primeiro alerta, mas ainda são necessários outros trabalhos para avaliar se existe, de fato, alguma relação causal. Ela explica que as sociedades médicas são claras quanto às indicações de ultrassonografia e que as diretrizes não recomendam rastreamento para qualquer pessoa. Segundo ela, especialmente por causa desse artigo, não há indicação de que se passe a rastrear toda a população.

Existe uma regra prática que pode ajudar, conhecida como regra do 60/60. A orientação é utilizar o som em até 60% do volume máximo do aparelho por, no máximo, 60 minutos seguidos, fazendo pausas para descanso da audição após esse período, como forma de prevenir a perda auditiva induzida por ruído.

(*Estagiária, sob supervisão de Ardilhes Moreira)

<https://g1.globo.com/saude/noticia/2026/01/23/o-que-a-ciencia-sabe-sobre-os-riscos-dos-fones-bluetooth-tema-viraliza-em-videos-nas-redes-sociais.ghtml>

Veículo: Online -> Portal -> Portal G1