

Como o cérebro antecipa falas – e por que a perda auditiva prejudica esse processo

Category: GERAL, SAÚDE, TECNOLOGIA e CIÊNCIA

escrito por Ayumi Yohanna Miyamoto | 30 de março de 2026



Costumamos pensar na conversação como algo que não exige esforço. Mas por trás dessa aparente facilidade esconde-se um feito extraordinário de coordenação – uma dança perfeitamente sincronizada entre ouvir e falar.

Convocar uma única palavra em sua mente e depois dizê-la leva pelo menos 600 milissegundos. Mas o intervalo mais comum entre uma pessoa terminar sua vez de falar e a outra começar é de cerca de 200 milissegundos, independentemente do idioma que estejam falando.

Isso significa que geralmente começamos a falar antes de ter planejado nossa resposta depois que a outra pessoa terminou. De alguma forma, nossos cérebros estão sempre à frente da conversa.

Como lidamos com isso? Enquanto ouvimos, nossos cérebros funcionam como uma versão sofisticada da tecnologia de preenchimento automático de texto. Em vez de esperar que uma frase termine, prevemos continuamente como ela provavelmente terminará.

Em um estudo com colegas no Reino Unido e na Alemanha, descobrimos que pessoas com alguma perda auditiva

frequentemente dependem mais dessas pistas preditivas para manter o fluxo da conversa. Mas, com o tempo, o esforço que isso exige pode ter efeitos negativos.

Enquanto os smartphones se baseiam em simples probabilidades palavra a palavra, a previsão humana é muito mais rica. Combinamos essas pistas probabilísticas com o conhecimento sobre o falante (quem ele é, do que gosta, como costuma falar), bem como do ambiente ao redor e do tema mais amplo da conversa.

Se alguém disser: “eu gostaria de usar o bonito...”, seu cérebro imediatamente restringe as possibilidades a coisas que podem ser usadas – talvez uma gravata ou um vestido. E a previsão não para por aí. Se o locutor soa como um homem, os ouvintes podem estar mais propensos a prever “gravata”; se o locutor soa como uma mulher, “vestido”.

A previsão também nos ajuda a determinar quando podemos falar. À medida que uma frase se desenrola, prevemos sua estrutura, ritmo, melodia e prováveis palavras finais. Essas previsões subconscientes de tempo nos permitem entrar na conversa com notável precisão, fortalecendo as conexões sociais ao evitar falar ao mesmo tempo que outra pessoa ou deixar pausas constrangedoras.

Como a perda auditiva afeta o processo

A delicada coordenação da conversa depende de nosso cérebro ter recursos cognitivos suficientes para sustentar a previsão, o planejamento da resposta e o timing. Mas quando ouvir se torna mais difícil, o cérebro precisa se esforçar mais para identificar sons e palavras, sobrecarregando esses recursos.

Para cerca de metade das pessoas com mais de 55 anos, a perda auditiva torna a conversa cotidiana um trabalho mais árduo para o cérebro. Há menos recursos disponíveis para processos conversacionais de nível superior, tornando mais difícil

manter o ritmo de aproximadamente 200 milissegundos na alternância de falas. Isso pode levar a intervalos mais longos e mais perturbadores na conversa.

Até recentemente, não estava claro exatamente por que essas lacunas mais longas surgem. Até que ponto as pessoas com perda auditiva têm mais dificuldade em prever quando alguém vai terminar de falar? E em que medida o esforço extra para ouvir as palavras restringe sua capacidade de planejar o que dizer a seguir?

Nosso estudo esclareceu essas possibilidades ao testar pessoas com idades entre 50 e 80 anos, algumas das quais apresentavam perda auditiva leve a moderada. Nós as testamos em condições de escuta que variavam de fala confortável e clara a situações em que a fala era apenas compreensível.

Isso nos permitiu separar os efeitos da perda auditiva daqueles de condições de escuta mais exigentes. Essa distinção é importante porque, embora ambos aumentem o esforço de escuta, eles podem atrapalhar diferentes aspectos da conversa.

Nossos resultados revelaram um padrão claro. Quando as condições de escuta eram confortáveis, as pessoas com perda auditiva dependiam mais das previsões do que a outra pessoa diria a seguir do que aquelas com audição normal. A previsão atuava como uma estratégia compensatória para pessoas com perda auditiva, ajudando a manter a coordenação conversacional em um nível muito semelhante ao das pessoas sem perda auditiva.

Mas quando a escuta se tornou mais extenuante porque a fala era apresentada no nível mais baixo que os participantes conseguiam entender, essa vantagem preditiva desapareceu. O esforço adicional necessário para aqueles com perda auditiva parecia deixar-lhes pouca capacidade cognitiva para sustentar seus poderes de previsão, que antes funcionavam como compensação.

Isso ajuda a explicar por que pessoas com perda auditiva podem parecer parceiros de conversa perfeitamente fluentes em ambientes tranquilos e individuais, mas enfrentam dificuldades em ambientes barulhentos, onde ouvir se torna muito mais trabalhoso. É claro que pessoas com audição normal também começam a experimentar esse efeito em bares barulhentos ou restaurantes lotados.

Perda da habilidade de conversar

A conversa é uma habilidade cognitiva de alta velocidade e, como qualquer outra habilidade, se beneficia do uso regular. Quando a conversa se torna exaustiva devido à perda auditiva, as pessoas podem se isolar da interação social para evitar o esforço de manter a sincronia. Maior isolamento social está associado a pior saúde mental, física e cognitiva.

Mas uma redução na frequência das conversas que uma pessoa mantém também pode enfraquecer os mecanismos cognitivos que as sustentam – assim como um músculo enfraquece por falta de uso. Isso poderia aumentar sua relutância em conversar com outras pessoas. Esperamos explorar esse efeito de “use ou perca” em nossas pesquisas futuras.

Já ficamos surpresos com o quanto de coordenação subconsciente está envolvida nas conversas do dia a dia. Reconhecer as necessidades específicas – e as habilidades – das pessoas com perda auditiva é uma parte importante da manutenção desse “laço de companheirismo”.

Fonte: G1 e Publicado Por: Jornal Folha do Progresso
30/03/2026/07:26:10

O formato de distribuição de notícias do [Jornal Folha do Progresso](#) pelo celular mudou. A partir de agora, as notícias chegarão diretamente pelo formato Comunidades, ou pelo canal uma das inovações lançadas pelo WhatsApp. Não é preciso ser assinante para receber o serviço. Assim, o internauta pode

ter, na palma da mão, matérias verificadas e com credibilidade. Para passar a [receber as notícias](#) do Jornal Folha do Progresso, clique nos links abaixo siga nossas redes sociais:c

- [Clique aqui e nos siga no X](#)
- [Clica aqui e siga nosso Instagram](#)
- [Clique aqui e siga nossa página no Facebook](#)
- [Clique aqui e acesse o nosso canal no WhatsApp](#)
- [Clique aqui e acesse a comunidade do Jornal Folha do Progresso](#)

Apenas os administradores do grupo poderão mandar mensagens e saber quem são os integrantes da comunidade. Dessa forma, evitamos qualquer tipo de interação indevida. Sugestão de pauta enviar no e-mail: folhadoprogresso.jornal@gmail.com.

Envie vídeos, fotos e sugestões de pauta para a redação do JFP (JORNAL FOLHA DO PROGRESSO) Telefones: WhatsApp [\(93\) 98404 6835](#)– (93) 98117 7649.

“Informação publicada é informação pública. Porém, para chegar até você, um grupo de pessoas trabalhou para isso. Seja ético. Copiou? Informe a fonte.”

Publicado por Jornal Folha do Progresso, Fone para contato 93 981177649 (Tim) WhatsApp: [-93- 984046835](#) (Claro)
- Site: www.folhadoprogresso.com.br e-mail: folhadoprogresso.jornal@gmail.com/ou e-mail: adeciopiran.blog@gmail.com

[0 papel da publicidade online no crescimento dos negócios digitais](#)