

AÇÕES EDUCATIVAS PARA PREVENÇÃO DE PROBLEMAS VOCAIS EM PROFESSORES: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Camila Macedo Araújo de Medeiros (1); Jonatas do Nascimento Alves (1)

(1) Fonoaudióloga, mestranda em Linguística, Universidade Federal da Paraíba, medeiros.fga.camila@gmail.com;

(1) Fonoaudiólogo, mestrando em Linguística, Universidade Federal da Paraíba, jonatas.alves@live.com;

INTRODUÇÃO

Os professores são os profissionais da voz mais acometidos pela disfonia, com repercussão no trabalho, na saúde e na qualidade de vida. A causa da disfonia é multifatorial e aspectos biológicos, anatômicos, emocionais, condições ambientais insalubres, demanda vocal intensa e ou abusos vocais são fatores que, combinados ou isolados, incidem na manifestação deste distúrbio e contribuem para o adoecimento da voz, principalmente em professores (GOMES et al, 2016).

Os problemas vocais em professores muitas vezes estão diretamente relacionados às queixas de fadiga e desgaste vocal como tempo de trabalho, a carga horária semanal, monotonia e ritmo de trabalho excessivo. Outros ainda se relacionam às exigências de produtividade, relações de trabalho autoritárias que refletem a frequência e em que condições o docente utiliza a voz (PIZOLATO et al, 2013).

Uma extensa revisão das publicações brasileiras referentes à voz do professor (500 publicações) mostrou que 86% das obras são voltadas para avaliações e, dentre estas, apenas 14% voltam-se para os efeitos de programas ou intervenções; somente 6,2% encontram-se na categoria descritivos de intervenção fonoaudiológica em professores e 9,2% na de avaliação do efeito de programas de saúde vocal, com pouca contribuição sobre promoção da saúde e prevenção (DRAGONE et al, 2010).

Uma voz limpa, audível e sem alterações é sinônimo de saúde, sobretudo, para o professor, haja vista ser um componente obrigatório para o alcance das finalidades pedagógicas e o domínio na sala de aula. Desse modo, é notório que ações de promoção da saúde vocal geram resultados positivos, pois apontam alternativas que consideram as necessidades de uma técnica educativa baseada na interação, na demonstração de suas fragilidades e na conscientização do professor como o principal

responsável por sua voz, sensibilizando-o quanto ao autocuidado (SERVILHA e ARBACH, 2013).

O objetivo deste trabalho é analisar as ações educativas realizadas com professores para a prevenção de distúrbios de voz. O estudo é orientado pela perspectiva de revisão sistemática que busca nas bases de dados selecionadas, estudos que mostrem a forma de desenvolvimento e a organização das ações.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de revisão sistemática da literatura de caráter descritivo e qualitativo, constituído pelas produções científicas que abordem processos educativos de ações coletivas em saúde vocal do professor.

Para formulação da pergunta de revisão, foi utilizada a estratégia P.V.O., em que **P** corresponde à população, contexto e/ou situação problema, **V** às variáveis e **O** ao desfecho, sendo formulada a seguinte estratégia que pode ser observada no Quadro 1.

Quadro 1 - ESTRATÉGIA P.V.O. PARA FORMULAÇÃO DA PERGUNTA CHAVE.

| | |
|---|------------------------------------------------------------|
| P | Docentes. |
| V | Ações educadoras – oficinas, palestras, cursos, vivências. |
| O | Realização dessas estratégias para prevenção de disfonia. |

A estratégia supracitada permitiu formular a seguinte questão norteadora: Quais as ações educadoras que estão sendo utilizadas para oferecer prevenção à disfonia aos profissionais docentes nas escolas de qualquer nível de ensino, no território brasileiro?

Foram elegíveis estudos com docentes de ambos os gêneros, de qualquer esfera do nível de ensino, das redes pública ou particular, com ou sem disfonia, que abordassem estratégias educativas para promoção de saúde vocal, publicados online em português e realizados/publicados entre 2010 e 2017. Foram excluídos estudos com modelos experimentais, monografias, dissertações, teses, revisões da literatura, livros, capítulos de livros, cartas ao editor e/ou editoriais (estudos secundários).

A identificação dos estudos foi realizada a partir das seguintes bases de dados eletrônicas: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciência

da Saúde (LILACS), Scientific Electronic Library Online (SciELO) e PubMed.

A partir da questão norteadora foram selecionados os descritores que melhor se adequassem e possibilitassem abranger todos os estudos relevantes sobre o tema no idioma português, sendo estes descritores: docentes, disfonia, qualidade da voz e prevenção. Nos cruzamentos das palavras, foi utilizado o conector booleano “AND”, com os filtros: artigos, português, 2010 a 2017 e artigos na íntegra, aplicados em todas as bases de pesquisa igualmente.

Os estudos que contemplaram os critérios de elegibilidade foram avaliados e seus dados foram extraídos de maneira padronizada, a saber: título do artigo, autores, ano de publicação, país, estado onde foi realizado, periódico, objetivo, tamanho e perfil da amostra e tipo de estratégia educadora utilizada.

RESULTADOS

As buscas realizadas nas três bases de dados eletrônicas resultaram em uma amostra de 194 trabalhos. Após a verificação dos registros duplicados, 44 foram avaliados. No processo de leitura dos títulos e resumos, 18 estudos foram excluídos por não estarem de acordo com os critérios de elegibilidade, desta forma 26 foram selecionados para leitura. Após esta etapa, 20 artigos foram excluídos por não serem estudos com ações educativas, 03 por serem estudos de revisão de literatura. Ao final, 03 artigos foram selecionados para a presente revisão.

Quadro 2 - CARACTERÍSTICAS DOS ESTUDOS INCLUÍDOS.

| Título | Autor/ ano | Estado | Periódico | Objetivo | Amostra | Estratégia |
|------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|--------------------|----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|----------------------------------|
| A voz do professor: um instrumento que precisa de cuidado. | Trigueiro JS, Silva MLS, Brandão RS et al., 2015. | Brasil, Cuité, PB. | Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online. | Descrever a vivência de participantes de um projeto de extensão durante as ações educativas direcionadas à conscientização da preservação da voz. | 90 docentes da rede municipal | Oficinas com duração de 2 horas. |

| | | | | | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|----------------------|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|--------------------------------------------|
| Qualidade de vida relacionada à voz: impacto de uma ação fonoaudiológica com professores. | Ribas TM, Penteadó RZ, García-Zapata MTA, 2014. | Brasil, Goiânia, GO. | Revista CEFAC. | Verificar o impacto de uma ação fonoaudiológica na qualidade de vida relacionada à voz de professores. | 20 docentes do ensino fundamental da rede estadual | Vivência de voz com duração de 45 minutos. |
| Saúde vocal do professor: intervenção Fonoaudiológica na atenção primária à saúde. | Xavier IALN, Santos ACO, Silva DM, 2013. | Brasil, Recife, PE. | Revista CEFAC. | Apresentar uma ação, voltada para promoção à saúde com grupos de professores. | 27 docentes da rede municipal | Oficina com duração de 1 hora. |

DISCUSSÃO

Trigueiro et al (2015), primeiramente criaram encontros semanais com caráter formativo, isto é, criou-se uma espécie de “abraço ao conhecimento”, no qual foram discutidas questões concernentes à voz do professor e a realidade do trabalho docente. Foi possível construir o cerne das ações educativas de maneira crítico-reflexiva, baseada no pensamento coletivo, optando pela oficina como forma efetiva de conscientização e aprendizado. O projeto criou a oficina intitulada “A voz do professor: um instrumento que precisa de cuidado” que foi realizada na escola e teve caráter interativo, permitindo a participação e o envolvimento dos professores com a temática, foi dividida em cinco etapas: dinâmica de acolhimento, resgate do conhecimento prévio, explanação acerca do tema, esclarecimento de dúvidas e exercício vocal.

Foi encontrado no projeto que a maioria dos professores desconhece a importância do cuidado com a voz, não reconhecendo os sinais e sintomas como um problema de distúrbios vocais, muitos acreditam que as alterações são resultados naturais de sua profissão, aceitando-as (TRIGUEIRO et al, 2015).

Ribas et al (2014), desenvolveram uma ação fonoaudiológica caracterizada como uma vivência de voz, desenvolvida uma em cada escola envolvida e contando com um total de três encontros (um encontro mensal, ao longo de três meses), com duração de 45 a 50 minutos cada. Primeiramente, foi aplicado o Protocolo de Queixas Vocais e só foi incluído no grupo quem apresentou a queixa isolada de fadiga vocal e/ou três

ou mais queixas vocais. Em um primeiro momento da vivência de voz, os professores responderam o protocolo de Qualidade de Vida em Voz (QVV), o qual se baseia na subjetividade, na interpretação e representação da percepção da voz em relação à qualidade de vida. As discussões foram desencadeadas por perguntas pré-planejadas, que envolviam aspectos relativos ao uso da voz e às condições de organização do trabalho docente. Também houveram: aplicação de alguns cuidados de saúde vocal e realização de exercícios vocais (principalmente aquecimento vocal).

A ação fonoaudiológica propiciou aumento das percepções sobre a voz, diminuição de algumas queixas e discreta melhora do impacto da voz na qualidade de vida, considerando-se os domínios físico e global do QVV. A ação fonoaudiológica pode trazer mudanças positivas para a qualidade de vida relacionada à voz do professor; entretanto, da maneira como foi estruturada, não foi suficiente para a promoção da saúde vocal, sob uma perspectiva ampliada de processo saúde-doença e compreensão das relações entre saúde, trabalho e qualidade de vida (RIBAS et al, 2014).

Com o objetivo de promover a saúde vocal das professoras foram realizadas seis oficinas de voz em cada uma das escolas, com períodos quinzenais e ocorreram no próprio espaço escolar. Xavier et al (2013), na primeira oficina, com duração de uma hora, solicitaram que as professoras respondessem a um questionário intitulado “Histórico Vocal”, ainda neste encontro discutiu-se sobre a produção da voz e fala, hábitos da vida diária e sua relação com a voz e a importância dos cuidados com a voz. As oficinas seguiram nas etapas de: momento de troca sobre orientações da oficina anterior – influência das orientações em sua prática profissional e dificuldades diárias na realização das atividades; utilização de técnicas vocais universais, escuta da voz e impressões, trabalhando a importância da percepção e auto avaliação da voz.

A grande maioria das docentes referiam problemas na voz ou fala e poucas tinham procurado assistência para os problemas que referiam. A intervenção realizada com as docentes nas oficinas de voz mostrou-se positiva, pois a maioria delas percebeu a importância dos cuidados com a voz para uma melhora no desempenho vocal e no desempenho profissional e referiu que continuará realizando os exercícios após a intervenção. O trabalho em grupo favoreceu a troca de experiências e a motivação (XAVIER et al, 2013).

CONCLUSÕES

Depois de uma pesquisa sistemática realizada em três bases de dados online a partir do cruzamento de quatro descritores foram encontrados 194 artigos, sendo selecionados e analisados - após desenvolvimento da metodologia - três artigos. As estratégias desenvolvidas nestes trabalhos foram: oficinas e vivências. Os três estudos incluíram em sua metodologia exercícios vocais e cuidados com a saúde vocal. Foram observados na população de docentes: desconhecimento sobre a importância do cuidado com a voz, queixas de problemas na voz e fala e - após as estratégias - foi possível observar aumento das percepções sobre a voz e a diminuição de algumas queixas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

DRAGONE, M. L. S. et al. Voz do professor: uma revisão de 15 anos de contribuição fonoaudiológica. **Revista da Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia**, 2010.

GOMES, N. R.;MEDEIROS, A. M.;TEIXEIRA, L. C. Autopercepção das condições de trabalho por professores de ensino fundamental. **Rev. CEFAC**, v. 18, n. 1, p. 167-173, 2016.

PIZOLATO, A. R. et al. Avaliação dos fatores de risco para distúrbios de voz em professores e análise acústica vocal como instrumento de avaliação epidemiológica. **Revista CEFAC**, v. 15, n. 4, 2013.

RIBAS, T. M.; PENTEADO, R. Z.; GARCÍA-ZAPATA, M. T. A. Qualidade de vida relacionada à voz: impacto de uma ação fonoaudiológica com professores. **Revista CEFAC**, v. 16, n. 2, 2014.

SERVILHA, E. A. M.; ARBACH, M. P. Avaliação do efeito de assessoria vocal com professores universitários. **Distúrb Comun.** v. 25, n. 2, p. 211-8, 2013.

TRIGUEIRO, J. S.; et al. A voz do professor: um instrumento que precisa de cuidado. **Rev. pesqui. cuid. fundam.(Online)**, v. 7, n. 3, p. 2865-2873, 2015.

XAVIER, I. A. L. N.;SANTOS, A. C. O.;SILVA, D. M. Saúde vocal do professor: intervenção fonoaudiológica na atenção primária à saúde. **Revista CEFAC**, v. 15, n. 4, 2013.