

INVESTIGAÇÃO DE FATORES ASSOCIADOS À ALTERAÇÕES VOCAIS EM DOCENTES DA REDE PÚBLICA DE ENSINO

Irlanne Cristhine da Silva dos Santos¹; Marisa Vasconcelos Sousa¹; Ivonete Maria da Conceição¹; Wellington Nobre Silva¹; Cecília Regina Galdino Soares².

- (1) *Acadêmica de Licenciatura em Ciências Biológicas - Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Maranhão – IFMA Campus Caxias*
- (2) *Mestre em Saúde da Criança e do Adolescente – Universidade Estadual do Ceará (UECE). Docente do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Maranhão – IFMA Campus Caxias*

E-mail:

irlannycristhine03@gmail.com
marisa.vasconcelos@acad.ifma.edu.br
ivonetemaria019@gmail.com
wellingtonfarin@gmail.com
cecilia.soares@ifma.edu.br

1. Introdução

A Voz tem um papel fundamental na comunicação e no relacionamento humano. Ela enriquece a transmissão da mensagem articulada, acrescentando à palavra o conteúdo emocional, a entoação, a expressividade, identificando o indivíduo tanto quanto sua fisionomia e impressões digitais. De seu uso satisfatório depende o êxito pessoal e profissional (PEDROSO, 2000).

O professor é uma peça fundamental na mediação do ensino e aprendizagem, e sua principal ferramenta de trabalho é a voz. O uso inadequado das estruturas vocais coloca esse profissional em risco em relação a sua qualidade vocal e atuação profissional (DE PAULA, 2012). O docente enquanto comunicador eficaz e mediador do processo ensino e aprendizagem tem um papel relevante no sentido de possibilitar transformações no educando por meio da voz. Mas, a maior incidência de problemas vocais é o desconhecimento dos cuidados com a voz pelos profissionais da voz, entre eles, o professor (CORDEIRO e WEISS, 2004).

A Fonoaudiologia – ciência que estuda a comunicação humana em suas manifestações normais e patológicas – vem-se dedicando há algum tempo a análise vocal do professor, devido à grande importância que esse profissional exerce sobre a formação social, cultural e educacional dos indivíduos. A sala de aula com muitos alunos exige do professor esforço extra



da laringe, podendo causar malefícios ocasionados à voz e/ou as pregas vocais, dentre eles, a disфония, que é qualquer alteração da voz decorrente de um distúrbio funcional e/ou orgânico do trato vocal, podendo expressar-se por vários sintomas: cansaço ou esforço ao falar, rouquidão, pigarro ou tosse persistente, sensação de aperto ou peso na garganta, falhas na voz, falta de ar para falar, afonia, ardência ou queimação na garganta, dentre outros (JARDIM, 2007).

A voz do Professor é vulnerável ao tempo e ao uso inadequado, sem cuidados especiais. As condições de sua rotina de vida e trabalho apresentam situações estressantes e fatores de risco para a sua saúde vocal e geral. É importante que o professor mantenha hábitos corretos de postura, gestos precisos e uma boa qualidade vocal, pois seu padrão de conduta, além de influenciar na transmissão dos conhecimentos, é constantemente observado e, muitas vezes, imitado pelos interlocutores. O objetivo deste trabalho, portanto, é expor as principais dificuldades do professor na manutenção de uma voz saudável, devido a seu uso, geralmente intenso em jornadas excessivas de trabalho, demonstrando os reflexos que esta prática exerce em sua vida profissional e pessoal e, conseqüentemente, como a Fonoaudiologia poderá beneficiá-los na prevenção, manutenção e correção de possíveis alterações laríngeas.

2. Metodologia

A presente pesquisa é de caráter quantitativo e transversal. A primeira etapa foi composta pela elaboração e aplicação de um questionário sobre alguns hábitos dos professores do Ensino Fundamental. O questionário foi aplicado em três escolas municipais situadas na Cidade de Caxias, no Estado do Maranhão, com o intuito de sensibilizar os docentes sobre a importância dos cuidados com a voz e incentivar a prática dos exercícios vocais preventivamente, como ação cotidiana dentro do processo de trabalho. A pesquisa foi composta de profissionais de ambos os sexos, sem restrições quanto à idade. Antes da coleta de dados foram enviadas as direções das escolas ao instrumento de coleta de dados e uma carta de informação explicando os objetivos e procedimentos da pesquisa e autorizando a utilização dos dados obtidos.

O questionário era composto de 16 perguntas, entre elas tempo de trabalho como professor; número de escolas que o docente atua; quantas horas leciona por semana; se teve alterações na voz ou se já realizou algum tratamento especializado e quais sensações vocais tem apresentado e quais sensações relacionadas à garganta e a voz você apresenta ultimamente. Após a coleta, os dados foram analisados por meio de análise quantitativa.

3. Resultados e discussão

Responderam ao questionário 20 docentes. Dentre os respondentes, 18 (90%) são do sexo Femenino e 02 (10%) do sexo Masculino. A média do tempo de docência dos participantes foi de mais de 16 (70%) anos. A grande maioria (70%) -14 pessoas- dos entrevistados trabalham em mais de uma escola. Já entre as horas lecionadas pelos professores houve um equilíbrio. 35% dos entrevistados (7 pessoas) lecionam entre 10 a 20 horas por semana; 35% dos entrevistados (7 pessoas) lecionam entre 30 e 40 horas. Com relação ao tratamento especializado (75%) dos professores (15 pessoas) responderam que não fizeram. No que se refere à automedicação 35% (7 pessoas) usam medicamentos sem nenhuma receita médica. Já com relação aos problemas na voz, a pesquisa mostrou que 55% dos professores (11 pessoas) acham que a grande causa das alterações vocais é causada pelo uso intensivo da voz. Vale ressaltar que os docentes responderam mais de uma alternativa. A pesquisa também retrata que 45% dos professores (9 pessoas) apresenta piora na voz durante o dia, o que pode estar relacionada a sintomas indicativos de alteração na voz. A rouquidão foi a sensação vocal mais citada com 40%, seguida de Voz fraca 20%.

Quanto as sensações relacionadas a garganta e a voz houve um equilíbrio entre garganta seca (40%), pigarro (30%) e fisgada na garganta, ardor na garganta (25%). A pesquisa retratou que a grande maioria 70% dos professores entrevistados (14 pessoas), já tiveram alguma orientação sobre cuidados com a voz, alguns no local de trabalho, na universidade e consultório. Quanto á problemas respiratórios 45% apresentaram rinite e 35% sinusite. Com relação aos hábitos vocais no local de trabalho a maioria 70% dos professores (14 pessoas) dizem que falam durante muito tempo, mesmo não estando em sala de aula. Em relação a praticar algum cuidado com a voz, a maioria optou pela prática de não gritar (70%) como forma de prevenir alterações no trato vocal.

No que se refere ao hábito saudável de ingestão de água durante a regência 60% (12 pessoas) dos professores afirmam beber mais de 8 copos de água e 40% (8 pessoas) bebem de 4 até 8 copos de água em média por dia. enquanto leciona. A prevalência de alterações vocais presentes está estatisticamente associada a características da organização do trabalho docente (atuar como professor há mais de 16 anos); características do ambiente de trabalho (não utilizar microfone, acústica inadequada, poeira); características de saúde geral (dificuldades para dormir, rinite/sinusite) e hábitos vocais no trabalho (falar alto e gritar durante as aulas).



Conclui-se que a elevada prevalência de alterações vocais em professores está associada a múltiplos fatores, sobretudo àqueles relacionados ao trabalho (BRASIL, 2010).

4. Conclusão

Acredita-se que este estudo poderá contribuir para o conhecimento do perfil vocal dos professores das escolas públicas. Por outro lado, também pode despertar no docente o quão importante é a voz e como uma alteração vocal traz prejuízos profissionais, sociais e psicológicos. É importante que os professores percebam que cuidar da voz faz parte de sua rotina de trabalho e da sua saúde, desde que seja realizada com orientações de profissionais que atuam nos cuidados com o trato vocal, como o fonoaudiólogo e otorrinolaringologista.

Essa pesquisa proporcionou, ainda, conhecer melhor a realidade dos professores da rede pública de ensino e, por meio dos achados, efetivar ações de prevenção da saúde vocal do professor, colaborando, assim, para diminuição do adoecimento vocal destes profissionais, provenientes da falta de orientação sobre o uso correto da voz, bem como a higiene vocal, meio utilizado para a manutenção de uma voz profissional saudável.

REFERÊNCIAS

BRASIL, Rafaela Noronha. Fatores associados a alterações vocais em professores de Salvador [Dissertação de Mestrado]. **Salvador: Programa de Pós-graduação em Saúde, Ambiente e Trabalho, Faculdade de Medicina da Bahia, Universidade Federal da Bahia, 2010.**

CORDEIRO, Rosyery de Souza; WEISS, Silvio Luiz Indrusiak. Voz: instrumento ou arma? A saúde vocal do professor e seus principais problemas. **Revista de Divulgação técnico-científico do ICPG**, Santa Catarina, v. 1, n. 4, p.65-70, 2004.

DE PAULA, Loenizia et al. Comunicador eficaz: a voz do professor e saúde preventiva. **Anuário de Produções Acadêmico-científicas dos discentes da Faculdade Araguaia**, v. 1, n. 1, 2012.

JARDIM, Renata; BARRETO, Sandhi Maria; ASSUNÇÃO, Ada Ávila. **Condições de trabalho, qualidade de vida e disfonia entre docentes Work conditions, quality of life, and voice disorders in teachers. Cad. Saúde Pública**,v. 23, n. 10, p. 2439-2461, 2007.

PEDROSO, Maria Ignez de Lima. Técnicas vocais para profissionais da voz. **Voz ativa: falando sobre o profissional da voz**, São Paulo, p. 119-36, 2000.