



**III CONEDU**

CONGRESSO NACIONAL DE  
E D U C A Ç Ã O

## **LEVANTAMENTO E ANÁLISE DE DADOS REFERENTES A HÁBITOS PREJUDICIAIS À SAÚDE VOCAL DOS PROFESSORES DE ESCOLAS PÚBLICAS DE CAXIAS - MA.**

Kellyane Karen Ferreira Aguiar Cesar <sup>(1)</sup>; Laura Almeida de Oliveira <sup>(1)</sup>; Lorena Gonçalves Araújo <sup>(1)</sup>; Aline Jordana da Costa Alves <sup>(1)</sup>; Cecília Regina Galdino Soares <sup>(2)</sup>;

<sup>(1)</sup> *Acadêmica de Licenciatura em Ciências Biológicas - Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Maranhão – IFMA Campus Caxias*

<sup>(2)</sup> *Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Maranhão – IFMA Campus Caxias*  
E-mail:

*kellyanekaren@gmail.com*  
*lauraalmeidaoliver@gmail.com*  
*araujo.lorena@gmail.com*  
*alinejordanaalves@gmail.com*  
*cecilia.soares@ifma.edu.br*

### **INTRODUÇÃO**

A voz vem sendo utilizada como principal meio de comunicação entre os homens há milhares de anos, e desde então têm sido fundamental na relação dos mesmos. Isto se dá devido a sua capacidade de transmitir emoções e sentimentos, algo que nenhum outro meio consegue com tanta eficácia. Além disso, a voz é um importante instrumento de trabalho em várias profissões, sendo bastante empregada também na prática docente (ARAUJO, et al., 2008)

A docência requer alta demanda vocal, uma vez que é por meio da voz que o professor buscar a socialização e construção do conhecimento com os discentes, muitas vezes inquietos (SERVILHA, 2015). Este se torna um dos fatores cruciais ao aparecimento de patologias relacionadas à voz. O domínio do professor em sala de aula parte geralmente da necessidade de elevações no tom de voz, que acompanhados do uso excessivo da voz por longas cargas horárias semanais, aliados aos maus hábitos vocais desses profissionais, acaba por gerar distúrbios de grande periculosidade.

Ao fazer uso de voz para lecionar, o professor comete inúmeros abusos vocais, principalmente aqueles que lecionam em séries iniciais, salas lotadas e local de trabalho insalubre, o que traz como consequência a efetivação de hábitos inadequados uma boa saúde de vocal, como elevação da voz e gritos frequentemente visando manter a disciplina dos discentes (AMATO, 2010). Porém, poucos possuem preparo vocal para esse uso profissional. O conhecimento sobre o principal instrumento de trabalho do professor é reduzido ou totalmente ausente.



**III CONEDU**

CONGRESSO NACIONAL DE  
E D U C A Ç Ã O

Além disso, a responsabilidade de transmitir conhecimento, de formar culturalmente alunos e de cumprir os currículos escolares leva muitas vezes o professor a deixar seus problemas vocais em segundo plano (XAVIER, et. al, 2013), buscando ajuda somente quando se torna impossível produzir uma voz audível ou quando há alguma incomodo ao emitir a mesma.

Os efeitos do uso vocal abusivo inerente a função do professor varia em graus, indo desde a alteração quase imperceptível auditivamente até alterações vocais severas, muitas vezes impedindo a continuidade da atuação profissional (ARONA; RUGUÊ, 2014). Algumas das principais alterações vocais estão relacionadas com diversos fatores como: a competição sonora, exposição ao barulho, condições ruins de trabalho, uso contínuo e intermitente da voz, sem que haja acompanhamento ou tratamento com profissionais.

Devido à alta prevalência de problemas vocais e ao grande número de professores no país, torna-se de grande relevância o estudo e o desenvolvimento de ações preventivas no campo da saúde coletiva (LUCHESE et al., 2010), visando diminuir e evitar alterações vocais docente. Adicionalmente, é necessário que se busque relacionar todos os fatores ambientais e de condições de trabalho que possam estar ligados direta e indiretamente à saúde vocal desse profissional tão importante para a sociedade.

Diante disso, o presente estudo buscou realizar um levantamento de dados relacionados à saúde vocal dos professores das escolas públicas de Caxias – MA, objetivando analisar a condição vocal desses docentes e os diferentes fatores que ocasionam diversas alterações nas vozes dos mesmos.

## **METODOLOGIA**

A aplicação dos questionários sobre a saúde vocal dos professores de escolas públicas do município de Caxias foi o primeiro passo para dar início ao desenvolvimento da pesquisa. O instrumento é composto por 17 perguntas, sendo a maioria de aspecto objetivo. A pesquisa foi realizada na escola Centro de Ensino Monsenhor Clovis Vidigal, localizada no bairro Cohab e no Colégio Municipal Antonio Rodrigues Bayma, localizado no bairro Castelo Branco. Ao todo, 20 professores participaram voluntariamente da pesquisa, após assinarem termo de consentimento.





**III CONEDU**

CONGRESSO NACIONAL DE  
E D U C A Ç Ã O

Os docentes participantes da pesquisa lecionam no ensino fundamental e médio. Os questionários foram aplicados na sala dos professores em horário de intervalo e ou entregues na sala de aula e recolhido após 30 minutos. Desse modo foi possível a realização da pesquisa sem que houvesse interrupções nas aulas.

Os dados obtidos passaram por processo de análise e em seguida os resultados foram organizados em gráficos para serem analisados. A análise dos dados permitiu obter informações sobre as alterações vocais, os prováveis fatores que ocasionam tais alterações e os hábitos maléficos e benéficos à voz praticados por esses profissionais.

## **RESULTADOS E DISCUSSÕES**

A população estudada é composta por professores de escolas públicas com idade entre 25 a 55 anos. A maioria deles leciona há mais de 10 anos e relatam que não tiveram orientação sobre saúde vocal antes ou durante o tempo de trabalho. Tal falta de conhecimento e treinamento é um dos principais fatores que levam a aparição de sinais e sintomas do processo doença vocal (XAVIER, et al, 2013).

Durante a realização da pesquisa foi possível observar em tempo real alguns hábitos prejudiciais à voz praticados pelos professores, como a ingestão de alimentos gordurosos e a falta do consumo de água. Houve também muitos relatos e reclamações das condições de trabalhos e queixas de incômodo vocal.

Em relação ao tempo de atuação desses professores, a figura 1 mostra que 25% lecionam entre 15 a 20 anos, 10% atuam de 5 a 10 anos e mais 10% de 20 a 25 anos. Observa-se que o maior percentual é de professores que atuam em um período de tempo relativamente longo, portanto, os mesmos têm grandes possibilidades de obterem alguma alteração relacionada à voz, caso não tenha orientação sobre saúde vocal no decorrer desse tempo.



# III CONEDU

CONGRESSO NACIONAL DE  
E D U C A Ç Ã O

Há quanto tempo você exerce a atividade de professor?

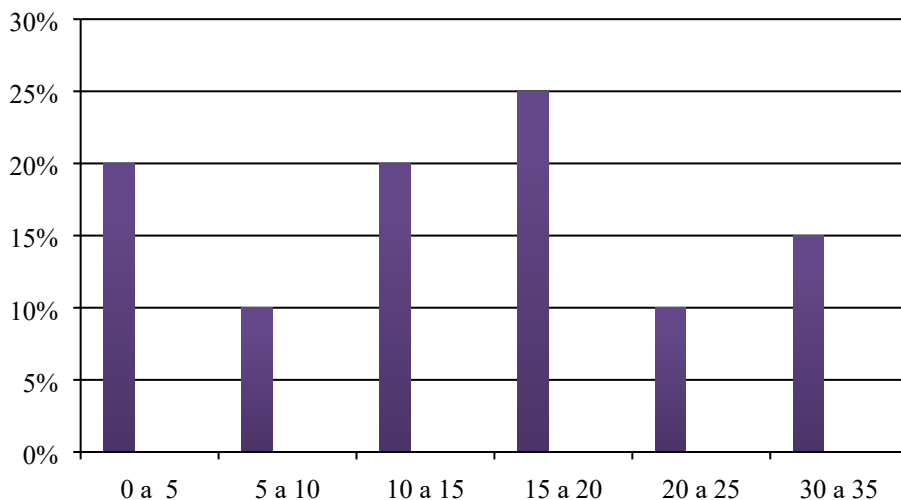
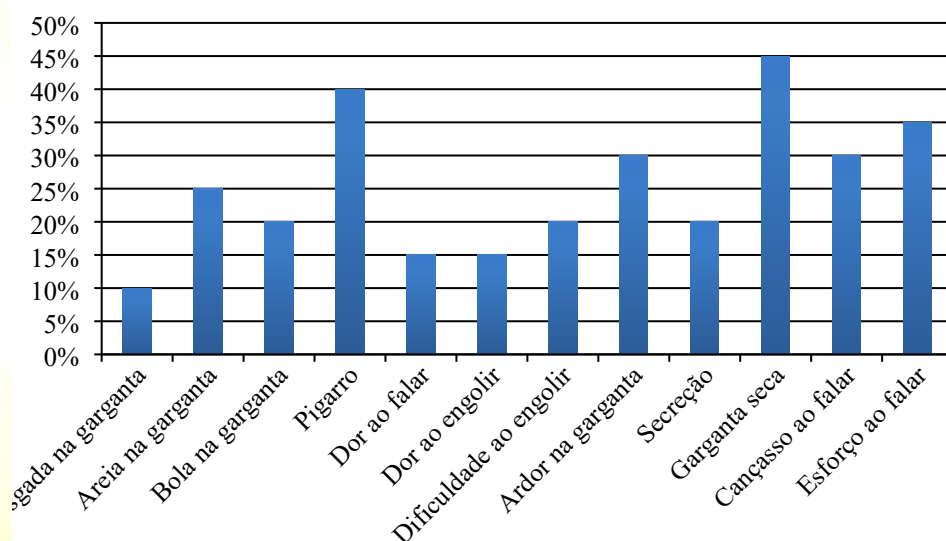


Figura 1- Tempo de trabalho dos professores.

A figura 2 expõe as sensações relacionadas à laringe e a voz, onde 45% dos professores afirmaram sentirem sensação de secura laríngea, 40% sentem pigarro e mais 35% esforço ao falar. De acordo com as porcentagens de cada sensação, é possível perceber que a grande maioria dos professores sente mais de uma sensação de incômodo em suas vozes, provavelmente ocasionadas pela falta de cuidado e o uso inconsciente da mesma.

Quais sensações relacionadas à garganta e a voz você tem apresentado ultimamente?





**III CONEDU**

CONGRESSO NACIONAL DE  
E D U C A Ç Ã O

Figura 2 – Sensações relacionadas à voz apresentadas nos entrevistados.

Em relação aos hábitos vocais maléficis praticados pelos entrevistados, a figura 3 expõe os seguintes dados: o hábito de falar alto está presente em 50% dos professores, mais de 50% deles ingere água gelada frequentemente, 40% apresentam pigarro e 30% costumam usar pastilhas, julgando serem benéficas à voz. Tais práticas prejudicam significativamente a saúde das pregas vocais. O ato de falar alto força as cordas vocais causando sobrecarga, além disso, a utilização de pastilhas gera apenas um efeito anestésico, mascarando o real problema. O pigarro é um indicativo de alterações no trato vocal, entre elas, o nódulo, patologia orgânica funcional bastante presente no meio docente (ARONA; RUGUÊ, 2014).

Em relação a hábitos vocais assinale qual apresenta:

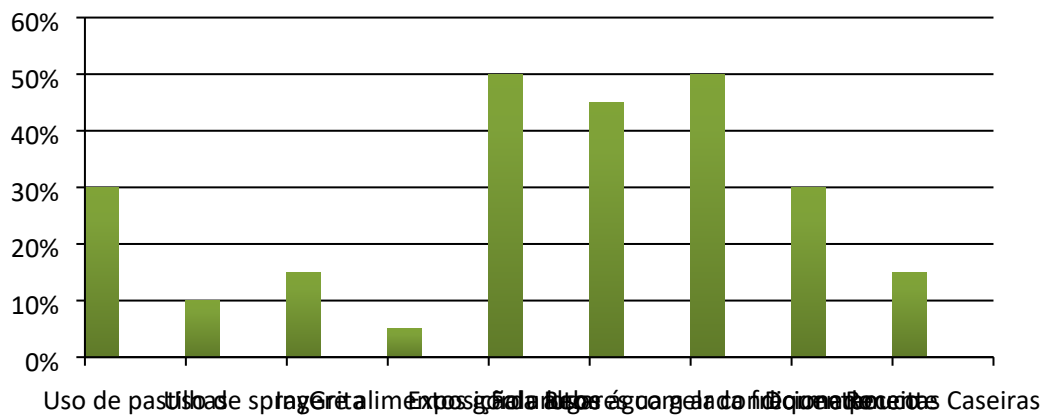


Figura 3 – Hábitos vocais praticados pelos entrevistados.

O hábito de falar alto ou até mesmo gritar, praticado pela maioria dos professores, deve – se a necessidade de obter o controle da sala de aula (ARAÚJO, et al., 2008). Tal prática, aliada a outros costumes e condições ambientais presentes no cotidiano desses professores, leva - os a adquirirem alterações vocais, como foi constatado nesta pesquisa.





## CONCLUSÃO

O levantamento de dados relacionados à saúde vocal dos professores das escolas públicas de Caxias – MA levou a constatação de que ainda é dada pouca importância para os cuidados com a voz, tendo em vista que é o principal instrumento de trabalho utilizado pelos professores. Porém, essa falta de cuidado não se deve somente ao descaso do próprio profissional e a ausência de conhecimento sobre o assunto, mas está também diretamente ligado a fatores ambientais, organizacionais e ocupacionais.

Apesar de haver muitos estudos relacionados à voz do professor, falta a efetivação de meios proporcionados a este público para minimizar e ou resolver os problemas causados pelo uso incorreto da voz. Diante disso, é necessário que haja implementação de campanhas de prevenção e promoção da saúde vocal do professor, possibilitando ao mesmo exercer sua função docente com maior qualidade.

## REFERÊNCIAS

AMATO, R. C. F. **Manual de saúde vocal**. São Paulo: Atlas, 2010.

ARAÚJO, T. M. et al. Fatores associados a alterações vocais em professoras. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, jun. 2008.

ARONA, E. C.; RUGUÊ, V. C. Triagem vocal nos professores das escolas públicas do ensino fundamental do município de Capivari. **REVISTA CONTEÚDO**, Capivari, v.6, n.1, jan./ago. 2014.

LUCHESE, Karen Fontes; MOURÃO, L. F., KITAMURA, S.. Ações de promoção e prevenção à saúde vocal de professores: uma questão de saúde coletiva. **Rev. CEFAC. Campinas**, Nov-Dez, 2010.

XAVIER, I. A. L. N.; SANTOS, A. C. O. SILVA, D. M.. Saúde vocal do professor: intervenção fonoaudiologia na atenção primária à saúde. **Rev. CEFAC. Recife**, Jul-Ago, 2013.

SERVILHA, E. A. M.; COSTA, A. T. F.. Conhecimento vocal e a importância da voz como recurso pedagógico na perspectiva de professores universitários. **Rev. CEFAC. Campinas**, Jan-Fev, 2015.