

VOZ DO PROFESSOR: NECESSIDADE E PLANEJAMENTO

Autora: Bruna Vasconcelos Oliveira Lô

Especialista - Gestão em Saúde da Família

Graduada em Enfermagem - Universidade Federal do Maranhão - UFMA

bruna_vasconceloss@hotmail.com

Coautora: Karine da Silva Moreira

Enfermeira

Graduada em Enfermagem - Universidade Federal do Maranhão - UFMA

karine.preven@hotmail.com

Orientadora: Conceição de Maria Aguiar Costa Melo

Mestre – Fonoaudióloga

Docente na Faculdade Pitágoras de Imperatriz

conceicaoaguiar@oi.com.br

Resumo

Um dos grupos de profissionais que usam a voz como ferramenta de trabalho é o professor, logo este precisa ter um cuidado especial com a mesma. A voz sendo um instrumento do ofício em sala de aula deve ser valorizada, antes que essa sofra consequências. A fim de assimilar o proceder da comunicação verbal e o seu papel é necessário estar de ouvidos atentos. Com isso, percebeu-se a necessidade de fomentar sobre tal assunto, este artigo tem como objetivo contribuir de forma positiva, a cerca da comunicação oral em sala de aula e da necessidade de uma preparação da voz. Para isso se utilizou de recursos bibliográficos, sendo esta uma pesquisa exploratória descritiva. Ressalta-se que esses profissionais que usam a voz e a audição como instrumentos de trabalho necessitam conhecer e saber utilizá-los.

Palavras-chave: Voz. Professor. Saúde.

1. INTRODUÇÃO

Existem vários profissionais que utilizam a voz como ferramenta de trabalho, tais como o educador, o locutor, os artistas, os cantores, atores. Todavia, a maioria destes não tem a consciência de tal realidade (PENTEADO, RIBAS, 2011). Faz-se necessário enfatizar que, para se manter como um bom profissional e permanecer no mercado, é indispensável o cuidado com o seu instrumento do ofício.

A voz é primordial para o professor lecionar da docência, isso porque tem dupla função: transmitir conhecimento e emoção. Nessa perspectiva o professor tem papel importante no processo ensino e aprendizagem no sentido de possibilitar transformações no discente por meio da voz (SERVILHA, MONTEIRO, 2007).

Para de Oliveira (2012) “a voz como instrumento de trabalho na sala de aula só é valorizada diante de sinais e sintomas e constitui conteúdo ainda ausente nos cursos de formação inicial e continuada”. De acordo com Silva (1999) essa questão faz parte de um processo inicial de

formação, ou seja, para se pensar em uma prática pedagógica, deve-se haver alterações na atual conjuntura da educação brasileira, é remeter-se a um panorama de mudanças históricas, culturais, políticas, econômicas e educacionais.

Diante desse contexto, pretende-se com a construção deste trabalho atentar para tal conteúdo que é de suma importância no meio da docência. Atuando de forma significativa como fator modificante na vida pessoal e profissional do professor, além de contribuir com a comunidade científica, incentivando novos estudos pertinentes ao assunto.

Discutir sobre tal assunto é indispensável devido ao impacto representado na vida deste profissional em questão, além de servir como alerta para o primeiro passo a manutenção da saúde da voz e da qualidade de vida do trabalhador. Cabe ressaltar que este artigo tem como objetivo contribuir de forma positiva, acerca da comunicação oral em sala de aula e da necessidade de uma preparação da voz

2. VOZ

De Oliveira (2012) afirma que a voz como instrumento de trabalho do professor constitui conteúdo ainda ausente nos cursos de formação inicial e continuada, pois a formação inicial do professor necessita de uma concreta e reflexiva relação teórico-prática, que leva os futuros professores a saírem das Universidades despreparados para atuar no mercado de trabalho. Relata ainda que a percepção do corpo e da voz é indispensável para o profissional que leciona. A anatomia da laringe, das pregas vocais e a produção vocal merecem destaque para que o professor possa perceber mudanças nessa região do corpo e ter consciência de si mesmo.

Logo é importante que os profissionais da voz, em especial os professores, busquem auxílio de fonoaudiólogos para que possam ser esclarecidos quanto à higiene vocal, ou seja, exercícios vocais adequados, à alimentação e hábitos que vão contribuir para a saúde vocal e para uma boa voz (DE OLIVEIRA, 2012).

Faz-se conveniente citar que a função do fonoaudiólogo, nessa questão, será de desenvolver um programa de profilaxia por meio de um trabalho de esclarecimento e conscientização sobre treino auditivo, desinibição, esquema corporal, postura, relaxamento e higiene vocal, associado a um trabalho com parâmetros de qualidade vocal (SALES, 1999).

As técnicas primordiais de prevenção incluem os procedimentos de Higiene Vocal, que consistem em algumas orientações básicas que auxiliam a preservar a saúde vocal e a prevenir

possíveis alterações vocais. Nestes procedimentos, estão inclusas algumas técnicas de postura, relaxamento e respiração que auxiliam na produção vocal (BEHLAU, PONTES 2009).

Em se tratando da alimentação, deve-se relatar que a ingesta de alimentos “gordurosos” e pesados, condimentadas e a ingestão de líquidos gaseificados, devem ser evitado, pois provocam o refluxo gastroesofágico, o que pode acarretar a má digestão e irritar a mucosa das Pregas Vocais (PPVV). As pastilhas, principalmente aquelas a base de menta, não ajudam a refrescar a garganta. No entanto a maçã é um forte aliada, isso porque possui características adstringentes, favorecendo a limpeza do trato vocal. Destaca-se nesse contexto a água, pois mantém as pregas vocais hidratadas e com isso há uma boa condição de vibração (BEHLAU e PONTES 2009).

Diante dos fatos já citados, é relevante citar que o uso vocal excessivo por si só não causa alteração vocal, mas a somatória de fatores como o uso de ar condicionado, a falta de hidratação, o uso de tabaco e bebidas alcoólicas e ainda os medicamentos, podem desencadear uma disfonia. Além desses já citados o tempo de profissão também contribui para o aparecimento de problemas crônicos na voz (PINHO 1997; BEHLAU e PONTES 2009).

Logo, o desconhecimento de informações básicas de cuidados com a saúde geral pode tornar mais difícil a vida do ser humano. Profissionais que usam a voz e a audição como instrumentos de trabalho necessitam conhecer e saber utilizá-los. Para isso é necessário que esse profissional, disponha-se a incorporar alguns hábitos e assim eliminar tantos outros prejudiciais à sua saúde (HELOANI, 2006).

3. CONCLUSÃO

Diante deste estudo, pode-se perceber que a voz é primordial para a linguagem oral, pois é a maneira mais comum de se comunicar. Faz parte do todo, social, profissional, logo é ideal que a atenção merecida seja respeitada, cuidando da voz, acatando os seus limites, fazendo exercícios vocais e usando-a sem abusos. Destaca-se que o processo educacional, ensino e aprendizagem, é feito através de tal instrumento.

O professor é um profissional da voz, portanto precisa dela como ferramenta de trabalho para realizar as atividades de ensino. Cabe ressaltar que muitos docentes utilizam a voz de forma abusiva o que acarreta consequências para a vida. Além disso, há aspectos ambientais, organizacionais e emocionais, que também interferem na qualidade de vida do professor.

O que se deseja é que a partir de estudos como esse, haja um despertar em relação a tal assunto, e que intervenções sejam realizadas, como promoção de saúde desse profissional, isso pode ocorrer através de oficinas vocais, que ensinem exercícios vocais, programas de aprimoramento, entre outros. Pois o professor deve investir em si.

4. REFERÊNCIAS

BEHLAU, M. e PONTES, P. **Higiene Vocal**. 4 ed. Revinter, 2009.

DE OLIVEIRA, Pereira. REFLETINDO ACERCA DA VOZ DO PROFESSOR E DA NECESSIDADE DE UM PLANEJAMENTO ESPECÍFICO PARA SUA APLICABILIDADE EM SALA DE AULA. **RENEFARA**, [S.l.], v. 3, n. 3, p. 40-53, out. 2012. ISSN 2236-8779. Disponível em: <<http://www.fara.edu.br/sipe/index.php/renefara/article/view/120/106>>. Acesso em: 20 Set. 2016.

HELOANI, J.R. **O Trabalho do Jornalista**: Estresse e qualidade de Vida. Interações, 2006.
PENTEADO, Regina Zanella e RIBAS, Tânia Maestrelli. Processos educativos em saúde vocal do professor: análise da literatura da Fonoaudiologia brasileira. **Revista da Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia**. 2011; 16 (2): 233-239.

PINHO, S. M .R. - **Manual de Higiene Vocal para Profissionais da Voz**. Pró Fono,1997

SALES, N. **Atuação fonoaudiológica e médica com telejornalistas**. 1999. Disponível em: <<http://www.fonoaudiologia.com>>. Acesso em: 18 de Setembro de 2016.

SERVILHA, Emilse Aparecida Merlin, MONTEIRO, Ana Paula da Silva. **Estratégias para obter a atenção discente no contexto universitário**: o papel da voz do professor. Distúrbios da Comunicação. 2007; 19 (2): 225-235.

SILVA, T. T. **Documentos de identidade**: uma introdução às teorias do currículo. 2 ed. Belo Horizonte: Autêntica, 1999.