



## Trabalho 1838

### AUTOPERCEPÇÃO DA VOZ E HÁBITOS QUE INTERFEREM NA SAÚDE VOCAL DE PROFESSORES UNIVERSITÁRIOS

Rosiléa Alves de Sousa<sup>1</sup> Cláudia Lima<sup>2</sup>

**Introdução:** A comunicação humana tem como peculiaridade o uso de palavras, gestos e outras ferramentas que garantem a transmissão dos conteúdos. Apesar de ser evidente a importância da comunicação não verbal, a utilização das palavras, sejam orais ou por meio de escrita, é o principal canal de transmissão de conhecimentos, principalmente na educação formal. A comunicação oral, muito utilizada entre professores, depende do uso da voz, mas a maioria deles não tem consciência da influência deste instrumento no desempenho da sua função, não atentando para o fato de ser esta o principal meio de transmissão de conhecimentos. A voz é uma das extensões mais fortes da nossa personalidade, nosso sentido de inter-relação na comunicação interpessoal, sendo um meio essencial de atingir ao outro<sup>1</sup>. De acordo com estudos realizados entre profissionais que trabalham com a voz, a docência é uma das profissões com maior incidência de alterações vocais. Assim, apesar da relevância da voz para o professor, percebe-se que alterações vocais são frequentes nesta população, estando estas associadas aos múltiplos fatores ocupacionais, além daqueles de cunho fundamentalmente biológico<sup>2</sup>. Essas alterações afetam a vida pessoal, social e profissional, causando muitas vezes ansiedade e angústia. Há uma grande falta de informação por parte desses profissionais com relação ao uso e aos cuidados básicos com a voz, talvez pela ausência de orientações adequadas. Muitas vezes, apenas quando a voz começa a falhar ou quando já se estabeleceu alguma patologia que o impossibilite de trabalhar, é que o professor desperta para a importância da própria voz e os cuidados a serem tomados. É importante que o professor mantenha hábitos corretos de postura, gestos e siga as orientações quanto ao uso correto da voz, pois seu padrão de conduta influencia na transmissão de conhecimentos. **Objetivo:** Identificar a autopercepção da voz e os hábitos que interferem na saúde vocal de um grupo de professores universitários. **Descrição metodológica:** Estudo exploratório cuja coleta de dados foi realizada em um Centro Universitário particular, no período de outubro de 2011 a abril de 2012, tendo como sujeitos do estudo os professores dos cursos de saúde. Foi utilizado um questionário que incluía perguntas referentes à autopercepção da voz e aos hábitos que poderiam afetar a sua saúde vocal. A amostra inicial foi composta por 36 professores lotados nos cursos de saúde de um Centro Universitário, no entanto apenas 32 docentes devolveram os instrumentos. Quanto aos aspectos éticos, o estudo obedeceu às diretrizes da eticidade da pesquisa com seres humanos. **Resultados:** Os resultados mostraram que 66% dos participantes do estudo eram do sexo masculino. Estes resultados diferem do estudo de Marçal e Peres<sup>3</sup>, cujo índice de mulheres totalizou 86,8%. A idade variou de 28 a 64 anos, sendo as faixas etárias mais frequentes de 28 a 34 anos (47%), 34 a 40 anos (16%) e 52 a 58 anos (16%). Observou-se também que 100% dos professores eram profissionais da área de saúde, fato que nos levou a inferir que deveriam ter um conhecimento prévio sobre a importância do cuidado com a voz e as medidas profiláticas. Dentre os 32 docentes pesquisados, observou-se que 94% utilizavam a voz como instrumento de trabalho por mais de quatro horas diárias. Apenas 25% dos docentes consideraram que possuem voz forte. “No contexto pedagógico, espera-se que a voz seja clara, com boa sonoridade, com ritmo e velocidade adequados, boa projeção e coordenação com a respiração, refletindo o equilíbrio das estruturas do trato vocal”<sup>2:1230</sup>. Em relação aos hábitos que interferem na saúde vocal, 84% afirmaram que ingerem água em quantidade adequada e 75% descreveram que têm uma alimentação

<sup>1</sup> Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Docente e coordenadora do curso de enfermagem do Centro Universitário Estácio do Ceará – ESTÁCIO/FIC. E-mail: rosileia.souza@estacio.br

<sup>2</sup> Acadêmica de Enfermagem do Centro Universitário Estácio do Ceará – ESTÁCIO/FIC.



## Trabalho 1838

apropriada à proteção da voz. 63% relataram ambiente de trabalho ruidoso, 53% informaram não conhecer hábitos de saúde vocal e 88% afirmaram não ter realizado qualquer tipo de terapia fonoaudiológica. Alves *et al.*<sup>4</sup> relatam que há aspectos desfavorecidos da qualidade de vida e necessidades de saúde que podem ter implicações na voz e na saúde vocal docente. Os docentes relataram sintomas de distúrbios que podem interferir na voz, sendo que 34% referiram alterações vocais, 53% afirmaram que apresentavam rouquidão recorrente, 37% informaram que sentiam cansaço vocal. Este achado não é surpreendente, uma vez que o professor, muitas vezes, se submete a longas jornadas de trabalho, e tem a incumbência de transmitir o conhecimento a alunos que nem sempre têm vontade de aprender<sup>4</sup>. Ainda consideramos relevante registrar que 53% dos participantes informaram não conhecer hábitos de saúde vocal e 88% afirmam não ter realizado qualquer tipo de terapia fonoaudiológica, confirmando os achados de Alves *et al.* (2009), que tornaram evidente que professores apresentam dificuldades na percepção do processo saúde e adoecimento vocal e que há aspectos desfavorecidos da qualidade de vida e necessidades de saúde que podem ter implicações na voz e saúde vocal docente. Os resultados apresentados confirmaram a ideia de que existem muitos diagnósticos que podem causar alteração vocal, entre estes se encontram: processos alérgicos, distúrbios gástricos, respiratórios, hormonais ou neurológicos. **Conclusão:** Concluiu-se que havia pouca preocupação dos docentes com sua saúde vocal, mostrando a importância de estudos que tragam aos professores a conscientização sobre a necessidade de cuidado com a voz e os riscos de adquirir problemas vocais, uma vez que, assim como outros profissionais, estes precisam de sua voz como instrumento de trabalho. Esperamos que os resultados desta pesquisa possam contribuir para uma reflexão dos professores quanto à necessidade da prevenção, da mudança de hábitos e correta profilaxia com a voz, visto que estes possuem um alto índice de alterações vocais. **Contribuições para a Enfermagem:** Considerando que a prática docente é uma realidade no contexto da Enfermagem, este estudo busca conscientizar os enfermeiros que atuam nesta área para o cuidado com a voz.

### Referências

1. Behlau M, Pontes P. Avaliação e tratamento das disfonias. São Paulo: Lovise; 1995.
2. Araújo TM, Reis EJFB, Carvalho MM, Porto LA, Reis IC. Fatores associados a alterações vocais em professoras. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro. 2008 jun; 24(6):1229-38.
3. Marçal CCB, Peres MA. Alteração vocal auto-referida em professores: prevalência e fatores associados. Rev. Saúde Pública, São Paulo. 2011 jun.; 45(3). Available from <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-89102011000300008&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102011000300008&lng=en&nrm=iso)>. access on 23 June 2013.
4. Alves AL, *et al.* (2009). Alterações da saúde e a voz do professor, uma questão de saúde do trabalhador. Revista latino- americana de enfermagem, São Paulo, 2009.

**Descritores:** Voz. Educação. Promoção da saúde.

**Eixo II** - Interfaces da Enfermagem com práticas profissionais e populares de cuidado em saúde.