

EDUCAÇÃO EM SAÚDE VOCAL: UMA EXPERIÊNCIA DE INTERVENÇÃO FONOAUDIOLÓGICA EM GRUPO

Autores:

[ALMEIDA, Anna Alice Figueirêdo de; LIMA, André; EVANGELISTA, Karoline; FAHNING, Ana Karina Alves; LOPES, Leonardo]

Centro de Ciências da Saúde (CCS) / Departamento de Fonoaudiologia/ PROBEX

RESUMO

A importância da intervenção educativa na atenção primária é facilmente observada quando nota-se a grande eficácia dos programas determinados verticalmente, em ações preventivas das doenças e de promoção da saúde. Devido a esse fato, o projeto de extensão Educação em Saúde Vocal (EDUCVOX) tem a proposta de desenvolver atividades em grupos voltados a pessoas com ou sem queixas vocais, profissionais (ou não) da voz, com o objetivo de prevenção de distúrbios vocais e a promoção da saúde vocal. Esses grupos são submetidos a 8 encontros, nos quais são enfatizados a reeducação vocal e a importância da prevenção de fatores de risco, bem como realizar tarefas que ajudem no processo de conscientização favorecendo a melhor adesão aos exercícios vocais; ajudar o paciente em uma melhor comunicação, expressão, otimizar sua qualidade vocal, melhorar seu autocuidado e/ou favorecer a terapia com relação aos aspectos envolvidos na produção vocal. Acredita-se que troca de experiências, vivência de técnicas, elaboração de produtos/materiais em conjunto facilita a comunicação e assim a socialização de percepções que podem favorecer o aprendizado de novo comportamento vocal, além de resultados mais rápidos e efetivos do que se trabalhados de forma individual. Após todos os encontros, são definidos, através dos resultados obtidos, quais pacientes podem receber alta e quais devem ter um acompanhamento individual. Reuniões periódicas entre os colaboradores e discentes do projeto são realizadas para discutir as melhores ferramentas a serem utilizadas no desenvolvimento da prática educativa, articular vivências, além de facilitar o trabalho em grupo unindo ensino, pesquisa e extensão.

Palavras chave: Intervenção educativa, Promoção de Saúde, Prevenção de Doenças.

INTRODUÇÃO

A alteração da voz ou disfonia é um distúrbio da comunicação oral caracterizado por qualquer dificuldade na emissão vocal que impeça a expressão das emoções, o desempenho profissional e/ou o desenvolvimento pleno do indivíduo na sociedade em que vive (BEHLAU & PONTES, 1995). Esse distúrbio pode ocasionar muitos impactos negativos e limitações na vida das pessoas em várias esferas.

Os dados epidemiológicos apontam uma prevalência de 3 a 35% de alterações vocais na população em geral (RAMIG & VERDOLINI, 1998). Esse valor é ainda maior quando nos referimos aos profissionais da voz, pessoas que têm a voz como seu instrumento de trabalho, chegando à prevalência de acima de 86% para professores do ensino fundamental do município de João Pessoa (SILVA, 2013). Essa prevalência nos mostra um grande impacto e restrição na vida profissional, pessoal e de qualidade de vida para esses indivíduos.

Com base nesses indicadores, em maio de 2012, implantou-se o PROVOX na Clínica-Escola de Fonoaudiologia da UFPB. Ampliou-se a demanda e horários de atendimento, no decorrer de sete meses realizou-se, em média, 1024 atendimentos, incluindo sessões de avaliação vocal, de reabilitação e ações educativas de orientação quanto à saúde vocal.

Em continuidade aos procedimentos citados, propôs-se atividades em grupos com pessoas que tenham queixa de problemas vocais ou ainda que queiram melhorar a performance comunicativa. Tal projeto é o Educação em Saúde Vocal (EDUCVOX).

Ao entrar no PROVOX, o participante passa por uma avaliação fonoaudiológica e, em seguida, é encaminhado a participar do EDUCVOX, onde, desde então, teria a possibilidade de desenvolver ações de promoção à saúde vocal, prevenção às alterações de voz e/ou ainda melhoria da sua qualidade de vida e voz. O EDUCVOX também poderá gerar pesquisas científicas, ao demonstrar que intervenções fonoaudiológicas a partir de educação de saúde são válidas para populações de características distintas e quais os benefícios que elas poderão trazer para a qualidade de vida das pessoas que terão a oportunidade de participar.

DESENVOLVIMENTO

A Educação em Saúde é um tema bastante atual e deve fazer parte de todas as ações desenvolvidas no Sistema único de Saúde (SUS). Constitui parte essencial na promoção da saúde, na prevenção de doenças, além de contribuir para o tratamento

precoce e eficaz das doenças, a fim de minimizar o sofrimento e a incapacidade do indivíduo (WITT, 2005).

Acredita-se que bons resultados nesse campo vão contribuir para a reflexão e a mudança de comportamento, proporcionando ao usuário maior satisfação com seu autocuidado e, assim, a diminuição da procura desses pela unidade de saúde.

Uma das formas de se trabalhar com Educação em Saúde com o intuito de promoção de saúde é a partir de abordagens em grupo, se aplica principalmente àquelas realidades em que exigem uma participação ativa do sujeito, com a finalidade de possibilitar a transformação de suas atitudes, conhecimentos e habilidades para lidar com os problemas de saúde (DIAS ET. AL., 2009).

De acordo com a literatura, o grupo de terapia envolvendo sujeitos com problemas vocais deve conter um número pequeno de participantes, em torno de 6 a 8 sujeitos, da mesma faixa etária, problemas semelhantes e (se houver) indicação cirúrgica. A realização da intervenção em grupo deve envolver um período de cerca de 7 semanas, onde cada sessão terá a duração aproximadamente de 90 minutos e envolverá exercícios diretos e indiretos ao problema vocal. Os exercícios indiretos seriam os mais voltados à postura corporal, mas são os exercícios diretos, principalmente os de ressonância, que tomam a maior parte da terapia. (ANELLI, 1997; SIMBERG ET AL., 2006; ALMEIDA & TELLES, 2009; LAW ET AL., 2012).

Assim, este projeto de extensão tem como proposta norteadora de viabilizar a educação em saúde, a comunicação e a intervenção em grupo. As ações educativas em saúde podem capacitar indivíduos e grupos na construção de novos conhecimentos, conduzindo a uma prática consciente de comportamentos preventivos ou de promoção da saúde. Essas ações ampliam as possibilidades de controle das doenças, de reabilitação e de tomada de decisões que favoreçam uma vida saudável. Tal processo é altamente favorecido pela utilização da técnica de grupos.

Uma forma de proporcionar o fortalecimento de habilidades sociais e da comunicação é a intervenção em grupo. Neste tipo de proposta, o indivíduo pode beneficiar-se da experiência de interagir com pessoas que apresentam dificuldades semelhantes às suas, além de experimentar novas respostas sociais no relacionamento com o grupo (VANNOPPEN ET AL., 1998).

De forma geral, o aluno extensionista, futuro profissional de saúde (fonoaudiólogo), junto às fonoaudiólogas colaboradoras, facilitam a vivência de novas experiências sensoriais ao paciente, permitindo que o mesmo se depare com seu ideal, a

fim de favorecer uma imagem vocal mais consolidada, tornando sua função comunicativa mais eficaz.

O EDUCVOX é responsável em constituir grupos de pessoas com e sem queixas de voz, profissionais ou não da voz, pessoas que estão dentro e fora dos grupos de risco em desenvolver distúrbios vocais, que tenham como objetivo comum, promoção da saúde vocal e prevenção de distúrbios vocais. Cada grupo acontece em 8 encontros, cada qual com a duração média de 90 minutos, de periodicidade semanal, sendo o primeiro e o último (1º e 8º encontros) destinados à aplicação de questionários.

No primeiro, observa-se suas expectativas, impressões sobre sua comunicação e voz, prejuízos pessoais e profissionais decorrentes da comunicação, hábitos e fatores de risco para voz. No último encontro, os participantes têm oportunidade de responder sobre sua satisfação para as ações desenvolvidas, percepção de mudança de hábitos e comportamentos vocais, bem como sugestões e advertências sobre o trabalho em grupo.

Em relação a oferecer suporte, formam-se grupos com características semelhantes, em relação à faixa etária, colocação social/profissional e presença (ou ausência) de queixa vocal. Acredita-se que ao colocar pessoas com características similares, o grupo será mais homogêneo e poderá compartilhar experiências semelhantes, a fim de servir como reflexão mais aproximada de sua realidade.

Para a realização de tarefas, é proposto que o grupo elabore materiais educativos para trabalhar em prol da saúde vocal, com informações sobre anatomofisiologia da voz, hábitos benéficos e fatores de risco para o aparecimento ou piora de um problema de voz. Além dos materiais educativos, o grupo participa de vivências/dinâmicas, bem como técnicas fonoaudiológicas voltadas ao benefício da voz que irão facilitar o seu autoconhecimento, autocuidado e autopercepção.

Sem dúvida, percebe-se que a troca de experiências, a vivência de técnicas, elaboração de produtos/materiais em conjunto tem servido como instrumento facilitador do processo de comunicação, socialização de percepções que podem favorecer o aprendizado de um novo comportamento, além de resultados ainda mais rápidos e efetivos do que se trabalhados de forma individual.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A Extensão Universitária é uma ação social prestada pelas Instituições de Ensino Superior (IES), pois envolve atividades junto à comunidade, disponibilizando ao

público externo o conhecimento adquirido com o ensino e a pesquisa desenvolvidos. O projeto EDUCVOX atende a população com ou sem queixa de voz, profissionais ou não da voz, com o propósito de promover a saúde vocal e ainda prevenir problemas vocais, maximizando a performance profissional, comunicativa e a qualidade de vida da comunidade do município de João Pessoa e adjacências.

Além do mencionado, o discente extensionista também ganha a partir dessa interação com a comunidade e articulação vivida entre a teoria e prática, a fim de compreender a relação complexa entre aspectos biológicos, sociais, comportamentais e emocionais, bem como desenvolver atitudes de liderança e gestão, atualmente, pré-requisitos essenciais para profissionais da saúde.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. ALMEIDA AAF & QUEIROZ TELLES M. A autopercepção como facilitadora de terapia vocal em grupo. *Distúrb Comun* 2009;21(3):373-83.
2. ANELLI W. Atendimento em grupo ao disfônico. In: Lopes FO, organizador. *Tratado de fonoaudiologia*. São Paulo: Roca; 1997. p.717-22.
3. DIAS VP, SILVEIRA DT, WITT RR. Educação em saúde: o trabalho de grupos em atenção primária. *Rev.APS*, 2009;12(2):221-7.
4. FREITAS AP, LACERDA DE CBF, PANHOCA I. O grupo terapêutico fonoaudiológico: ensaios preliminares. *Rev Soc Brasil Fonoaudiol* 1999;3(5):57-64.
5. GILLIVAN-MURPHY P, DRINNAN MJ, DWYER TPO, RDHA H, CARDING P. The effectiveness of a voice treatment approach for teachers with self-reported voice problems. *J Voice*. 2006; 20(3):423-31.
6. LAW T, LEE KYS, HO NY, VLANTIS, VAN HASSELT AC, TONG MCF. The effectiveness of group voice therapy: a group climate perspective. *J Voice* 2012;26:41-8.
7. LEITE APD, PANHOCA I, ZANOLLI ML. Distúrbios de voz em crianças: o grupo como possibilidade de intervenção. *Rev Dist Comun*. 2008 Dez; 20(3):339-47.
8. SILVA POC. Relação entre distúrbio vocal, fatores ocupacionais e aspectos biopsicossociais em professores [dissertação]. João Pessoa: Programa de Pós-Graduação em Modelos de Decisão e Saúde, 2013.