

CONTRIBUIÇÕES DE UM PROGRAMA DE ASSESSORIA EM VOZ PARA PROFESSORES

PAIVA³, Laise

CARVALHO¹, João

NASCIMENTO¹, Emanuelle

SILVA¹, Gislayne

LIMA-SILVA², Maria Fabiana Bonfim de

Centro de Ciências da Saúde /Departamento de Fonoaudiologia/PROBEX

Resumo

Introdução: Tendo em vista a necessidade da voz para o trabalho dos professores faz-se necessário subsidiá-los com o máximo de informações possíveis a cerca dos cuidados que devem ser tomados e dos danos causados pela ausência da voz, uma vez que estes são os profissionais que apresentam o maior índice de alterações vocais. **Objetivo:** descrever o programa de assessoria em voz para professores e suas contribuições para professores do ensino fundamental e médio da rede pública de João Pessoa. **Desenvolvimento:** Participaram 128 professores de escolas públicas de João Pessoa. Os professores responderam ao questionário Condição de Produção Vocal-Professor (CPV-P), logo em seguida foram feitas triagem vocal e oficinas relacionados a saúde vocal e técnicas vocais. Dos 128 professores 76,56% foram do sexo feminino, com idade média de 41,24 anos, tempo de trabalho médio de 15 anos, e carga horária de 10 à 20h (34%) por semana com intervalos mínimos. **Considerações finais:** O projeto ASSEVOX proporcionou aos professores um maior conhecimento sobre a voz, com relação aos fatores que podem contribuir ou não para uma boa saúde vocal, com isso possibilitando uma maior conscientização da maneira de como usar a voz, principal instrumento de trabalho dos professores.

PALAVRAS CHAVE: voz, docente, saúde do trabalhador

Discente¹, professora orientadora² discente bolsista³

INTRODUÇÃO

Profissionais que dependem da voz para exercer atividades profissionais têm maior risco de apresentarem distúrbios vocais, que, quando ocorrem tem impactos na produção e interferem na habilidade profissional. Entre estes profissionais que tem a voz como instrumento de trabalho, temos o professor, individuo de extrema importância na sociedade.

Segundo a literatura nacional e internacional, dentre os profissionais da voz, o professor pertence à categoria que apresenta maior prevalência de distúrbios de voz. Considere-se também que esse profissional tem na voz um dos principais instrumentos de trabalho em sala de aula (SMITH et al., 1997; MATTISKE et al., 1998; VIOLA et al., 2000; SIMÕES et al., 2000; FERREIRA et al., 2003; SIMÕES, 2004; ROY et al., 2004; PRECIADO et al., 2005; SIMÕES-ZENARI, 2008; DRAGONE et al., 2010; GIANNINI, 2010; LIMA-SILVA, 2012).

Não se pode ignorar a importância de que o professor mantenha hábitos corretos de postura, gestos precisos e boa qualidade vocal, pois além de influenciar na transmissão de conhecimentos é frequentemente observado e imitado pelos seus interlocutores.

A prevenção e promoção de saúde vocal para estes profissionais são de suma importância, pois as incidências atingem índices alarmantes quando está relacionado com os problemas de voz dos educadores. O que falta ao professor são informações adequadas sobre o uso de sua voz. (SIMÕES-ZENARI E LATORRE, 2008)

Nesse sentido, o presente estudo tem como objetivo descrever o programa de assessoria em voz para professores e suas contribuições para professores do ensino fundamental e médio da rede pública de João Pessoa. O projeto está fundamentado no conceito de promoção da saúde, no qual abrange ações: no nível primário, palestras e orientações sobre os cuidados com a voz; no nível secundário, triagens vocais (avaliação); e no nível terciário atendimento terapêutico em voz (grupo de vivência em voz). Com a aplicação do programa ASSEVOX, espera-se que o professor melhore seus cuidados com a voz e compreenda os fatores intervenientes e determinantes dos distúrbios de voz.

Tendo em vista a necessidade da voz para o trabalho dos professores faz-se necessário subsidiá-los com o máximo de informações possíveis a cerca dos cuidados que devem ser tomados e dos danos causados pela ausência dele uma vez que estes são os profissionais que apresentam o maior índice de alterações vocais em estado muitas vezes já agravados quando os mesmos procuram ajuda especializada e é este o fator que queremos evitar buscando a prevenção e a otimização das vozes destes trabalhadores

DESENVOLVIMENTO

O projeto de extensão Programa de assessoria em voz para professores(ASSEVOX) é voltado a todos os professores do ensino fundamental e médio das escolas públicas de João Pessoa. O projeto envolveu três etapas de ações educativas de promoção de saúde vocal para os professores: levantamento de dados sobre as condições de trabalho, de saúde geral e saúde vocal; triagem vocal (coleta da voz, avaliação perceptivo-auditiva e acústica da voz); oficinas em grupo de vivência em voz.

Para levantamento das condições de trabalho e de saúde do professor foi aplicado o questionário de avaliação auto perceptiva Condição de produção vocal-professor CPV-P(adaptado FERREIRA et. Al, 2007), que é composto de questões relacionadas a identificação do entrevistado; características profissionais do professor ; características de organização do trabalho; características físicas do local de trabalho; e aspectos perceptivos de saúde geral e do uso vocal .

Após a aplicação do questionário, foi realizada, a coleta da amostra de fala para a avaliação perceptivo-auditiva e acústica da qualidade vocal (individual). No que se refere a avaliação perceptivo-auditiva foi utilizado a escala GRBASI (DEJONCKERE et al., 1996). A análise acústica foi realizada por meio do software Praat para a extração das medidas de frequência fundamental e frequências dos formantes (F1, F2 e F3) da vogal [a], em sílaba tônica.

Baseado nos resultados das avaliações a equipe de execução (extensionistas, coordenador e colaboradores) do projeto fizeram algumas reflexões a respeito das possíveis causas e determinantes do distúrbio de voz nos professores (de ordem social,

ocupacional, emocional, comportamental ou orgânica). Os dados perceptivos-auditivos, acústicos e de auto avaliação foram analisados em conjunto.

A terceira etapa compreendeu ações à nível terciário, oficinas de vivência em voz (grupo). Essa etapa trata-se de uma proposta voltada à formação teórica e prática de professores para adequado uso profissional da voz. O princípio norteador foi a integração entre bem estar vocal e condições adequadas de trabalho. O programa de oficinas teve um total de quatro encontros (um por semana). A duração de cada encontro era de uma hora e trinta minutos. As oficinas constaram de um grupo limitado de dez participantes. Os tópicos trabalhados nos encontros (baseado em GRILLO, 2001; AOKI, 2002) foram: processos de comunicação, produção da voz, psicodinâmica vocal, conceito de voz normal/voz adaptada/voz alterada, resistência e plasticidade vocal, comunicação não verbal/corpo e voz, importância do ouvir, principais distúrbios vocais que acometem os professores, possibilidades vocais/limites individuais, conceito de bem estar vocal/principais fatores positivos e negativos para a voz do professor, importância do espaço físico no uso adequado da voz, técnicas de favorecimento para projeção adequada da voz, vivências de exercícios de ressonância, respiração, articulação dos sons da fala, resistência vocal, vibração das pregas vocais e alongamento cervical. Toda a parte teórica foi trabalhada principalmente no primeiro encontro e, depois, foram retomados os conteúdos nos encontros seguintes, sempre de maneira inter-relacionada à prática. Além disso, para reforçar os conteúdos trabalhados foram elaborados estratégias e materiais didáticos.

Na atualidade a prática fonoaudiológica em grupo constitui-se como uma ferramenta importante de intervenção, além de ser educativa, tal prática favorece o maior conhecimento e a troca de experiências entre os integrantes do grupo, o que propiciar em resultados positivos para todos (FREITAS 1999; RIBEIRO 2011). Dessa forma após as oficinas refletiu-se com os participantes sobre os pontos positivos e negativos das estratégias.

O projeto está em andamento, e até o presente momento foi implantado em quatro escolas de rede pública de ensino fundamental e médio de João Pessoa-PB, o qual contemplou 128 professores, destes, 98 do sexo feminino (76,56%) e 30 do sexo masculino (23,44%). Os professores participantes do projeto apresentaram idade média de 41,24 anos, uma média de tempo de trabalho de 15 anos e grande parte relataram uma carga horária de 10 à 20h por semana com intervalos mínimos (34%). Referiram

alterações vocais 85,93%, comprovando a falta de conhecimento sobre o uso adequado da voz e de fatores externos que também podem favorecer essas alterações. Até o presente momento foi desenvolvido 80 avaliações nas quatro escolas e 10 oficinas em duas escolas. Os professores conseguiram assimilar muito bem o que foi trabalhado nas oficinas, e mostraram-se confiantes para dar continuidade as técnicas e orientações desenvolvidas. Além disso, foram realizadas duas campanhas de saúde vocal em datas comemorativas, no dia da família e no dia do estudante, em duas escolas, com o objetivo de proporcionar um maior conhecimento sobre a produção adequada da voz e de divulgar o projeto, mostrando a importância de ações de promoção do bem estar vocal bem como redução do ruído dentro das escolas. Em média cada campanha atingiu em torno 100 indivíduos. Nessas ações foram distribuídos brindes (garrafas, canetas, entre outros) como fator motivador para a participação de algumas atividades e conseqüentemente promovendo uma maior consciência de como garantir uma boa saúde vocal.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O projeto ASSEVOX proporcionou aos professores das escolas participantes um maior conhecimento sobre a voz, no que diz respeito a fatores que podem contribuir ou não para uma boa saúde vocal. Sendo assim, possibilitando uma maior conscientização da maneira de como usar a voz, principal instrumento de trabalho dos professores. Pode-se observar neste estudo alto índice de alterações vocais, comprovando a falta de treinamento na sua formação para o uso adequado da voz, e também a falta de estruturas físicas nas escolas favoráveis a esse uso adequado.

REFERÊNCIAS:

- FREITAS, A. P.; LACERDA, M. C.; PANHOCA, I. O grupo terapêutico fonoaudiológico - ensaios preliminares. **Rev Bras Fonoaudiol.**, v. 7, n. 1, p. 57-64, 1999.
- RIBEIRO, V. V. et al. Grupo terapêutico em Fonoaudiologia: Revisão de literatura. **Rev. CEFAC**, 2011.
- SIMÕES-ZENARI, M.; LATORRE, M. R. D. O. Mudanças em comportamentos relacionados com o uso da voz após intervenção fonoaudiológica junto a educadoras de creche. **Pró-Fono**, v. 20, n. 1, p. 61-6, 2008.