

A PERCEPÇÃO DA VOZ E OS CUIDADOS VOCAIS DOS PROFESSORES MUNICIPAIS DA CIDADE DE CAFELÂNDIA.

Luciene HONÓRIO¹
Celline OBERMEIER²

RESUMO

INTRODUÇÃO: Estudos mostram a relação entre as condições de trabalho do professor e o desenvolvimento de alterações vocais. **MÉTODOLOGIA:** Trata-se de um estudo de campo, com abordagem quantitativa e descritiva que contou com 50 professores da rede municipal da cidade de Cafelândia-PR. Para a coleta de dados foram utilizados questionários sobre percepção e cuidados vocais. **RESULTADOS:** 100% da população estudada afirmam que a fonoaudiologia é importante para a profissão, 41,7% dos indivíduos sem atuação tem como principal cuidado vocal a água, 28% mencionam ardência como principal sintoma vocal, 75% dos professores ingerem água durante o uso da voz, 46% da população com atuação apresentam rouquidão como sintoma vocal, 68% ingerem água durante o uso da voz, 97% afirmam não realizar aquecimento vocal antes de utilizar a voz, 68% não realizam higiene vocal. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que apesar dos professores terem recebido orientações fonoaudiológicas durante a carreira, e apresentarem consciência sobre importância da voz como instrumento de trabalho eles ainda não empregaram esses cuidados em seu dia-a-dia.

Palavras-chave: Voz, Professores, Fonoaudiologia.

Acadêmica do Centro Universitário Assis Gurgacz do Curso de Fonoaudiologia¹
Docente/Orientadora do Centro Universitário Assis Gurgacz do Curso de Fonoaudiologia.²

THE VOICE PERCEPTION AND THE VOCAL CARES OF THE MUNICIPAL TEACHERS FROM CAFELÂNDIA.

Luciene HONÓRIO¹
Celine OBERMEIER²
fonoaudiologaceline@gmail.com

ABSTRACT

INTRODUCTION: Studies show the relationship between the teachers working conditions and the vocal disorders development. **METHODOLOGY:** This is a field search with a descriptive and quantitative approach that included 50 municipal teachers from Cafelândia in the state of Paraná. To collect the informations it was used questionnaires about perception and vocal cares. **RESULTS:** 100% of the studied population say that Speech Therapy is important in their profession, 41,7% from the individuals who didn't receive Speech Therapy performance have the water as the principal vocal care, 28% mention blazing as the principal vocal symptom, 75% of the teachers drink water while is using the voice, 46% of the population that received Speech Therapy performance presented hoarseness as vocal symptom, 68% drink water while is using the voice, 97% say that they don't perform vocal heating before using the voice, 68% don't perform vocal hygiene. **CONCLUSION:** Through this search, it is concluded that although teachers had received Speech Therapy performance during their career and are aware about the voice importance as a work tool they still don't use these cares in their routine.

KEY WORDS: Speech Therapy, Voice, Teacher.

Academic Student from Centro Universitário Assis Gurgacz in the course of Speech Therapy¹
Adviser Professor from Centro Universitário Assis Gurgacz in the course of Speech Therapy²

INTRODUÇÃO

O som vocal é o resultado da vibração das pregas vocais, localizadas na laringe. Enquanto as pregas vocais constituem a fonte sonora, a supra-glote opera como filtro que atenua ou acentua os sons gerados pelas pregas vocais. Durante a fonação o indivíduo utiliza ampla variação dos sons. As mais evidentes são: variação de frequência, alternância entre registros graves e agudos, e, variação de intensidade, alternância de volume. (SPINA, 2009).

Segundo Souza *et al* 2015, todo ser humano possui uma voz única, que carrega traços de sua faixa etária, sexo, tipo físico, personalidade e estado emocional. Porém, para alguns, ela representa muito mais do que isso. Professores, atores, repórteres, cantores e outros profissionais têm na voz uma indispensável ferramenta de trabalho, e precisam estar atentos aos cuidados que devem utilizar para não prejudicá-la.

Embora a função primária da voz seja a comunicação, na sociedade moderna aproximadamente um terço dela depende deste como instrumento primário em seu trabalho. Professores, bem como os demais profissionais da voz dependem de uma qualidade vocal harmônica, com integridade das estruturas envolvidas no processo de fonação, bem como condições de trabalho favoráveis para adequada atuação e eficiência nas relações interpessoais (PUTNOKI *et al*, 2010).

Estudos mostram a relação entre as condições de trabalho do professor e o desenvolvimento de alterações vocais. Um exemplo desta realidade são as salas de aula com número elevado de alunos, ruído interno e externo, condições inadequadas de temperatura e umidade podem levar um professor a falar em intensidade elevada e gerar uma sobrecarga muscular importante que prejudique a voz. Outros fatores como alterações psicoemocionais, ansiedade, estresse e tensão podem também influenciar a

produção vocal, resultando em ajustes vocais inadequados (GOMES, MEDEIROS E TEIXEIRA 2015).

A literatura também relata que os sintomas vocais mais encontrados nesta categoria são rouquidão, fadiga vocal, voz fraca, falha na voz, dor ou desconforto ao falar, garganta seca, pigarro, tosse persistente, dificuldade de projetar a voz. Esses sintomas são sinais de abuso vocal ou uso intensivo da voz em condições inapropriadas de trabalho, que podem contribuir para o aparecimento de um distúrbio de voz de origem ocupacional (SILVA, *et al* 2016).

As principais técnicas preventivas estão incluídas nos procedimentos de higiene vocal, que consistem em algumas orientações básicas que auxiliam a manter 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 (OLIVEIRA, 2012).

A Higiene vocal é um procedimento fonoaudiológico utilizado principalmente na prevenção de possíveis problemas vocais, mas é também utilizado na reabilitação vocal e no aprimoramento vocal (OLIVEIRA, 2012).

O objetivo dos cuidados, tanto de prevenção, quanto de tratamento, é recuperar a voz, tornando-a funcional para o uso profissional e para a comunicação, em geral. (RUOTSALAINEN, 2007).

Desse modo, o fonoaudiólogo é considerado o profissional capacitado para atuar no conjunto processo fonatório, devido ao seu conhecimento anatômico e fisiológico. (ZIMMER, 2010).

MATERIAIS E MÉTODOS

O presente estudo caracterizou-se como pesquisa de campo, de forma exploratória, com abordagem quantitativa e descritiva.

A amostra desta pesquisa contou com 50 indivíduos de diferentes gêneros. A pesquisa foi realizada nas escolas municipais, localizadas na cidade de Cafelândia-PR.

Os critérios de inclusão foram pertencer ao quadro de professores da rede municipal. Foram excluídos professores que não estiveram de acordo com a pesquisa e se recusaram a participar e ou indivíduos que não fossem professores atuantes em sala de aula.

Para a realização o projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética do Centro Universitário Assis Gurgacz pelo CEP Nº 1.774.974 (ANEXO 1), pois trata-se de uma pesquisa com seres humanos, em que deverá ser obedecida a Resolução CNS 196/96.

Como procedimento inicial, foi realizada uma reunião com a secretária de educação do município, com intuito de solicitar a aprovação e explicar o motivo e a abordagem a ser utilizada. Após o parecer favorável, foi realizada uma segunda conversa com as fonoaudiólogas educacionais municipais que desenvolveram o projeto de atuação em voz mediante a campanha vocal, para elencar o levantamento da população a ser estudada, após estas etapas foi solicitado aos participantes a assinatura de um termo de Consentimento Livre e Esclarecido (APENDICE A) explicando os objetivos e procedimentos da pesquisa e autorizando a utilização dos dados obtidos.

Os professores e equipe pedagógica de cada instituição foram convidados a participar da pesquisa, sendo informados sobre os objetivos da mesma. A população participante foi dividida em dois grupos, pertencendo ao grupo 1 professores que nunca receberam atuação fonoaudiológica, e grupo 2, professores que já receberam atuação fonoaudiológica. O grupo 1 respondeu o questionário 1 que abordou questões específicas sobre percepção e cuidados vocais direcionadas à professores que nunca obteve orientações fonoaudiológicas relacionado a voz. O grupo 2 respondeu o

questionário 2 que por sua vez contou com questões voltadas ao conhecimento já obtido durante a atuação fonoaudiológica, afim de verificar seu efeito no dia-a-dia destes profissionais. Ambos os questionários continham questões fechadas, impossibilitando fugir do objetivo principal da pergunta. Foram aplicados em salas fechadas individualmente impossibilitando qualquer constrangimento ou desconforto em momentos das horas atividades e intervalos para não prejudicar o trabalho.

Depois de os indivíduos terem aceitado participar da pesquisa, e assinarem o termo, foi aplicado um questionário, que contemplou questões sobre percepção e cuidados vocais. (APÊNDICE B).

A metodologia estatística utilizada no estudo foi análise univariada, para conhecer as características da amostra, realizada através de frequência simples, média e desvio padrão. As respostas dos questionários foram digitadas em planilha do Microsoft Excel e QUI-quadrado.

RESULTADOS

O presente estudo abrangeu aplicação de questionários sobre percepção e cuidados vocais em 50 professores de quatro escolas da rede municipal de Cafelândia-PR. A tabela abaixo apresenta os resultados do questionário de percepção e cuidados vocais com dois grupos, G1 sem atuação fonoaudiológica e G2 com atuação.

O G1, (professores que não receberam nenhuma atuação/orientação fonoaudiológica associada a voz) quando questionados se existe um período do dia em que a voz piora, 41,7% disseram que a voz piora no período da tarde, 33,3% a noite, 8,3% pela manhã, 8,3% manhã/noite e 8,3% tarde/noite.

Na figura 1, observa-se que 28,0% dos professores mencionam ardência como principal sintoma vocal, 24,0% voz fraca, 16,0% cansaço, 12,0% tosse, 12,0% dor, 4,0% falta de ar, e 4,0% não apresentam sintomas.

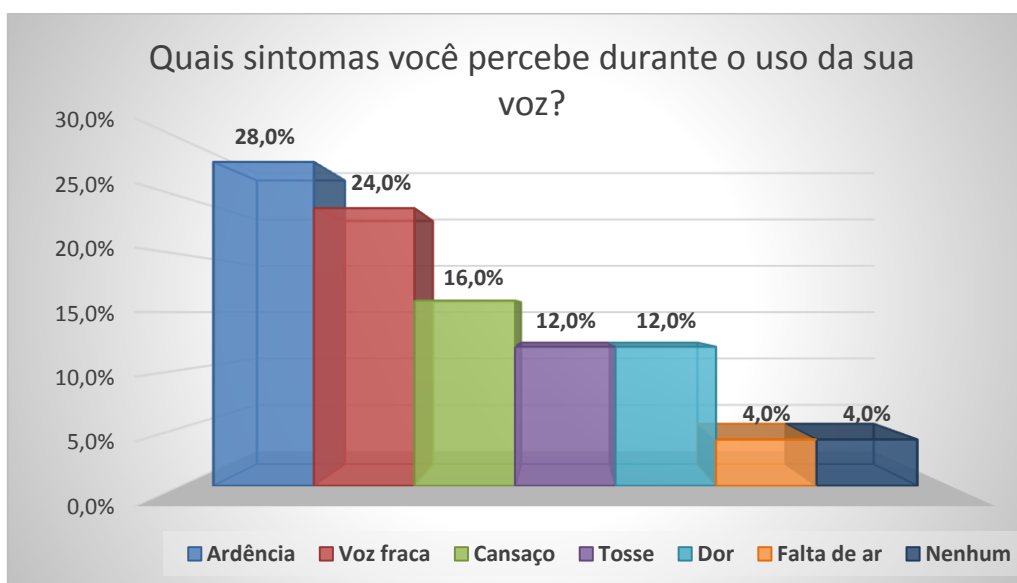


Figura 1 - Grupo 1 (professores que nunca receberam atuação fonoaudiológica) Sintomas percebidos durante o uso da voz.

100% dos professores relatam reconhecer a voz como extremamente importante para a sua atuação profissional.

Da população estudada 17% afirmaram ter o costume de pigarrear, enquanto 83% não.

Ao serem questionados sobre a importância da fonoaudiologia na profissão deles, 100% dos professores responderam que sim, a fonoaudiologia é importante para a profissão deles, seja para ajudar as crianças com dificuldades ou melhorar a qualidade vocal.

O gráfico na Figura 2, mostra 41,7% de indivíduos que utilizam a água com frequência como cuidado vocal, 33,3% não apresentam nenhum tipo de cuidado com a voz, 8,3% relatam não forçar a voz e ter sono regular, 8,3% falam o essencial, e 8,3% não alteram a voz.

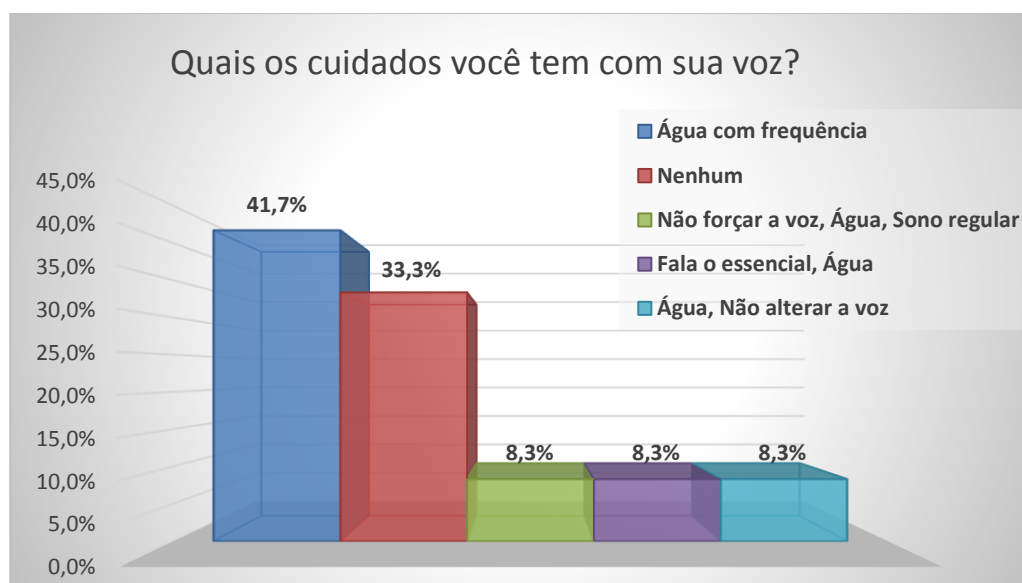


Figura 2- Grupo 1 (professores que nunca receberam atuação fonoaudiológica) relato de cuidados vocais que conhecem.

Na pesquisa, 75% dos professores afirmam ingerir água durante o uso da voz, e 25% não.

A maioria dos professores 92%, afirmam modificar a voz em determinados momentos e situações, enquanto 8% relatam não precisar modifica-la em nenhum momento.

Quanto a satisfação com a voz, 75% dizem se sentirem satisfeitos com a voz, e 25% não estão satisfeitos.

Na figura 3, é possível observar que 46% dos indivíduos conhecem a água como principal cuidado vocal, 23% o uso de pastilhas para a garganta, 12% alimentação

balanceada, 12% exercícios físicos, 8% aquecimento e desaquecimento vocal, 0% a não ingestão de chás e cafés.

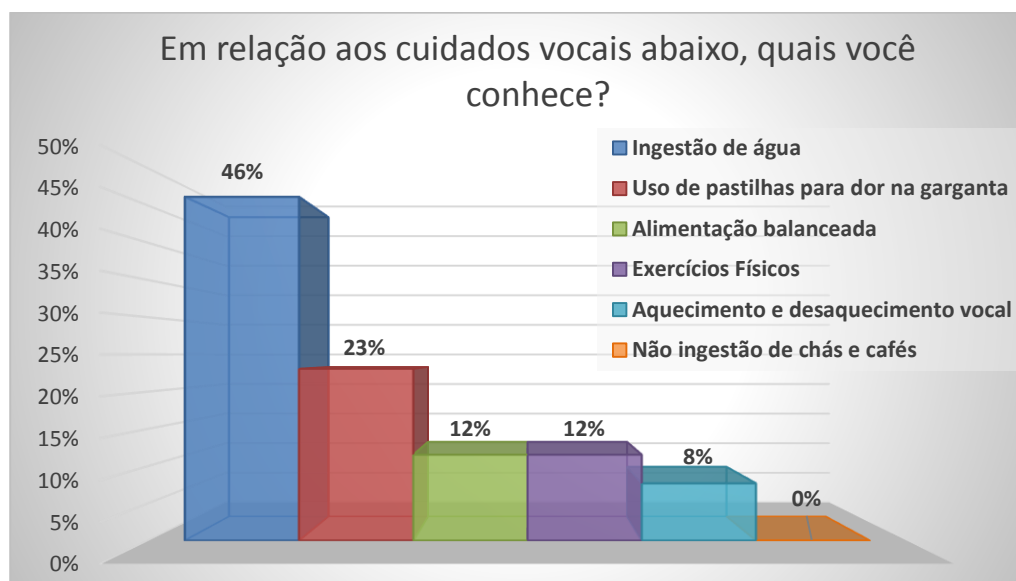


Figura 3 – Grupo 1 (professores que nunca receberam atuação fonoaudiológica) Cuidados vocais conhecidos pelos professores.

No G2, (professores que já receberam atuação/orientação fonoaudiológica associada a voz) foram evidenciados os seguintes relatos apresentados na Figura 1: 46% dos professores apresentaram rouquidão como sintoma vocal em algum momento da carreira, 25% afonia, 16% dor na garganta, 4% nenhum sintoma, 4% nódulo, 2% dor de cabeça e corpo, 2% pigarro e 2% relataram que a voz ficou mais grave.

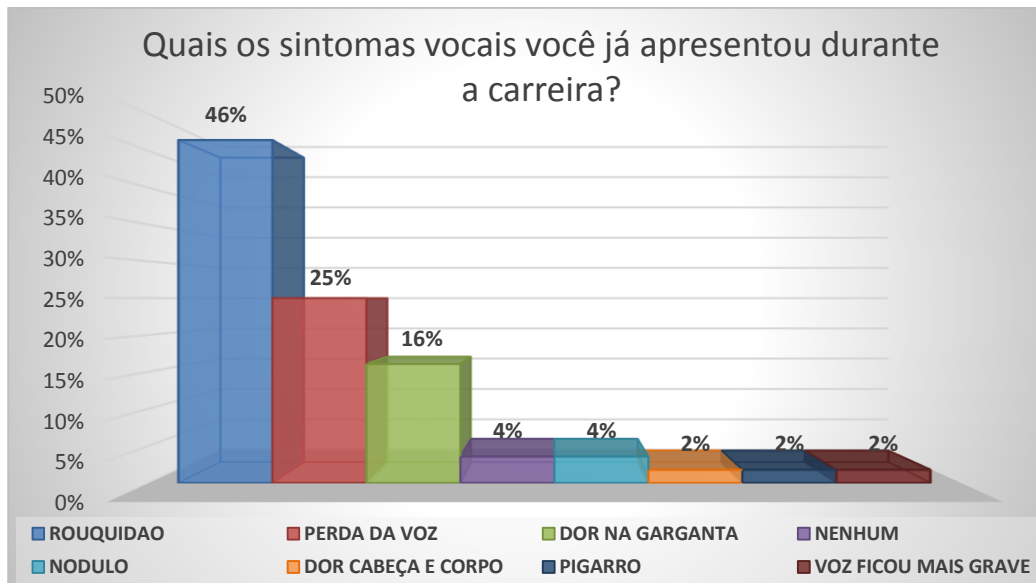


Figura 1 – Grupo 2 (professores que já receberam atuação fonoaudiológica relacionada a voz.) Sintomas apresentados durante a carreira.

Ao serem questionados se ingerem água durante o uso da voz 68% responderam que sim e 32% não ingerem.

Na pesquisa, 27% dos professores ingerem água quando a voz falha, 18% evitam falar, 7% diminuem o tom da voz, outros 7% procuram médico, 5% fazem gargarejos, 5% comem maçã, 5% tomam chá, 5% provocam tosse, 5% não fazem nada. Outros 4% fazem uso de pastilhas, 4% falam por gestos, 2% utilizam spray para garganta, 2% pigarreiam, 2% provocam tosse e 2% respiram fundo quando a voz falha.

O cuidado vocal mais utilizado no dia-a-dia do professor é a ingestão de água conforme a Figura 2, com 43% de relatos, 24% não utilizam nenhum tipo de cuidado, 17% ingerem maçã, 13% diminuem o tom da voz, 2% realizam exercícios vocais, e outros 2% cuidam da alimentação.

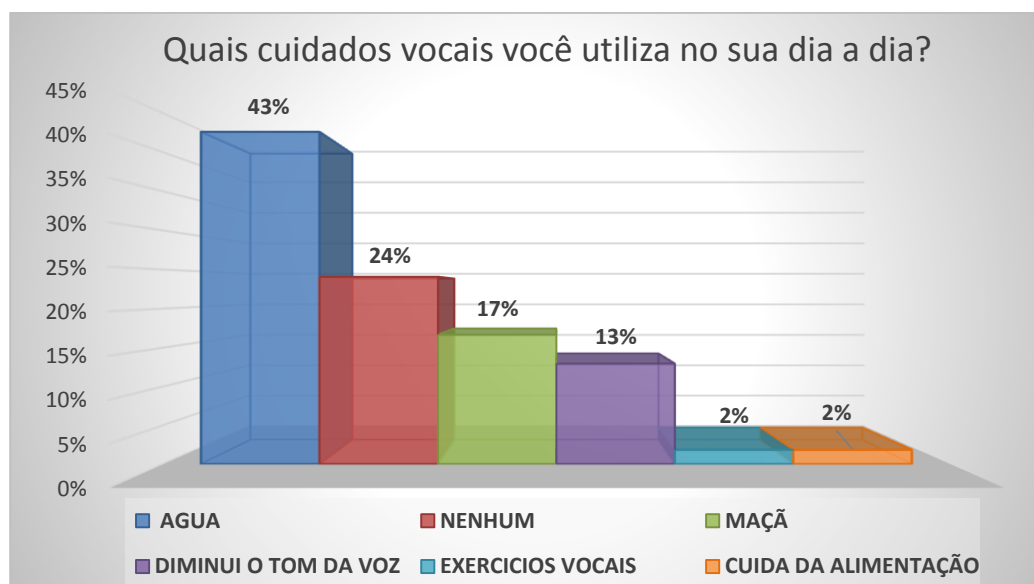


Figura 2 – Grupo 2 (professores que já receberam atuação fonoaudiológica)
Cuidados vocais utilizados no dia-a-dia.

Após atuação fonoaudiológica, 34% dos professores disseram ter obtido melhoras, 8% afirmaram não ter obtido e 58% não souberam responder.

A maioria dos professores, 97% relataram que não faz aquecimento vocal antes de utilizar a voz, apenas 3% utilizam esse cuidado antes da atuação.

Em relação ao período do dia em que a voz melhora, 47% dos indivíduos afirmaram que melhora pela manhã, 29% a tarde, 16% a noite, e 8% não souberam responder.

Quando questionados se já tiveram algum distúrbio vocal, 48% disseram que não, 23% tiveram perda da voz, 18% apresentaram rouquidão, 7% não souberam responder, 2% gripe, 2% cirurgia nas pregas vocais.

Observa-se na Figura 3 que a maioria dos professores com 68%, não apresentam o hábito de higiene vocal, e 32% afirmam realizar o hábito.

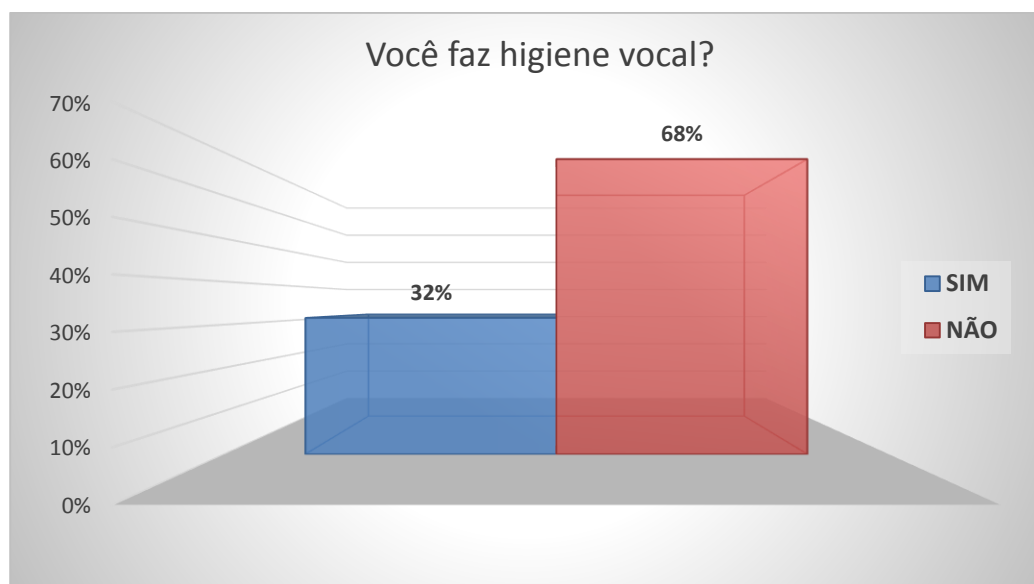


Figura 3 – Grupo 2 (professores que já receberam atuação fonoaudiológica) relatos de higiene vocal.

Da população estudada 74% afirmam estar satisfeito com sua voz, e 26% não.

Na pesquisa 100% dos professores consideram a voz importante para o seu trabalho.

Falar alto é um habito não saudavel para a voz diz 27% dos individuos, 14% considera que falar muito não é saudavel, 13% gritar, 9% bebidas geladas, 6% não soube responder, 5% pó de giz, 3% ar condicionado, 3% não tomar agua, 3% ventilador, 3% fumo, alcool, 3% tossir, 2% falta de aquecimento, 2% poeira, 2% mudança de clima, 2% alterar a voz, 2% ambiente ruidoso, 2% pigarrear, 2% ingerir pouca água.

DISCUSSÃO

Segundo Penteadó 2007, no que diz respeito a relação entre saúde trabalho, na escola, a literatura comprova que a categoria de professores é uma população de risco. Entender a necessidade desta categoria e o processo de saúde-doença requer uma compreensão das condições de trabalho, ambiente organização e condições do docente, portanto há a necessidade de encontrar estratégias e metodologias que possibilitem evidenciar os sentidos e a pluralidade destes no trabalho, passando a ver o mundo dessa categoria de profissionais e assim intervindo, juntamente, na percepção e hábitos diários.

Ao encontro com esta idéia exposta visamos identificar como encontram-se a saúde vocal e os cuidados dos professores de uma rede municipal de educação, onde existe uma atuação anual da campanha da voz com uma semana de treinamentos, realizado pelas fonoaudiólogas educacionais do município.

Obtivemos resultados que vem ao encontro com a literatura, ressaltando sintomas como: rouquidão ardência, voz fraca, afonia, cansaço e tosse como principais sintomas durante o uso da voz, estes relatados em ambos os grupos. Segundo Silva *et al* 2016, esses sintomas são sinais de abuso vocal ou uso intensivo da voz em condições inapropriadas de trabalho, que podem contribuir para o aparecimento de um distúrbio vocal.

Os professores demonstram dificuldades em perceber o seu processo saúde-doença e refletir sobre os sinais e sintomas vocais que apresentam. Isso pode ser indicativo de um quadro de desensibilização ao próprio aparelho fonador, de sentir, de interpretar, de significar e de enfrentar as experiências cotidianas – provavelmente, favorecido pela forma como o trabalho docente está organizado pedagogicamente (SILVA *et al*, 2012).

Podemos perceber que a população estudada embora parcialmente tenha contato com atuação fonoaudiológica, desconhece a importância de parceria entre Fonoaudiologia para com a profissão do professor, este fato também nos faz pensar em relação a realidade do professor, muitos conhecem a Fonoaudiologia somente educacional, e desconhecem a higiene vocal e os cuidados vocais. A literatura afirma que o profissional da voz, busca na Fonoaudiologia informações e procedimentos

necessários para o uso adequado e aperfeiçoamento vocal, foi perceptível que parcialmente esses profissionais da voz sabem desta informação, mas não empregam na prática diária, deixando claro a necessidade de uma atuação intensiva. Deste modo, é função do fonoaudiólogo esclarecer e conscientizar sobre a propriocepção vocal, treino auditivo, desinibição, esquema corporal, postura, relaxamento, aquecimento e higiene vocal, associado a um trabalho com parâmetros de qualidade vocal e não somente informativo e momentâneo (OLIVEIRA, 2012).

Siqueira *et al* 2016, afirma que a hidratação é considerada importante na prevenção e tratamento de distúrbios vocais. A desidratação, por sua vez, altera as propriedades viscoelásticas das pregas vocais, contribuindo para o desenvolvimento de disfonias e agravamento do desempenho vocal, embora tenhamos como suposição antes do estudo perceber a utilização da água em seu ambiente de trabalho frequente, encontramos dados diferentes dos relatados, pois o grupo que não teve atuação fonoaudiológica faz mais ingestão de água que os que já obtêm esta orientação quanto a necessidade de hidratação.

Segundo Xavier 2013, a hidratação é um dos fatores que contribui para as boas condições orgânicas e funcionais da laringe, sendo um hábito de saúde importante na manutenção da qualidade vocal, sobretudo para os profissionais da voz que apresentam maior demanda vocal. O estudo apontou que a ingestão de água é o cuidado mais conhecido entre os professores que nunca obtiveram contato com a fonoaudiologia voltada para a atuação vocal, porém este dado também foi encontrado pelo grupo que já obtivera atuação fonoaudiológica de higiene vocal, este utiliza a água como principal cuidado vocal no dia-a-dia e como forma de amenizar os sintomas do abuso gerado em sua atuação profissional, tais como falha na voz, patologia vocal que ocorre devido ao uso intensivo da voz, carga horária excessiva de trabalho, stress e falta de conhecimentos sobre cuidados vocais (PIZOLATO, 2012).

Há evidências nesta pesquisa que nos relatam dados significativamente questionáveis, como por exemplo o grupo que já conhece os cuidados vocais e a atuação fonoaudiológica ingere quantidade menor de água e não realiza aquecimento vocal, este mesmo grupo também justifica como causa de possíveis alterações citadas a ausência destas medidas a serem tomadas para manter a saúde vocal. Levando em consideração o

grupo que nunca teve atuação, eles apresentam maior número de ingestão de água como cuidados vocais diários, e durante o uso da voz.

Segundo Masson 2013, o aquecimento prepara a voz, diminuindo o fluxo de ar por meio de uma expiração controlada, melhorando a flexibilidade da musculatura das pregas vocais, a projeção vocal e a articulação do som. Já o desaquecimento promove o retorno ao ajuste da voz coloquial, evitando-se o abuso decorrente da utilização em situação profissional. Desta forma, reduz-se a sobrecarga vocal. Contudo, foi possível observar que grande maioria dos professores não utilizam esse cuidado para com a voz em seu cotidiano mesmo sabendo da sua importância, caracterizando o trabalho fonoaudiológico utilizado como insuficiente, segundo a Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia a campanha anual tem como objetivo conscientizar e oportunizar a promoção de saúde, este embora realizado como tentativa, não alcança o objetivo de modo abrangente e praticável em voz ocupacional.

Considerando que a maçã tem propriedades adstringentes que diminuem a secreção da mucosa, além de ter efeito na hidratação. O consumo da maçã auxilia na produção vocal, não somente pela sua propriedade de adstringência, mas também por promover uma melhoria da articulação e da ressonância por meio dos movimentos vigorosos da mastigação que exercitam a musculatura da boca e da mandíbula (FONTES, 2016). Embora este cuidado seja relatado pela literatura como adequado, a população estudada mesmo sabendo ser um cuidado vocal no grupo que já obtivera atuação fonoaudiológica não apresentou grande porcentagem de ingestão, sendo esta apenas 5%.

A cafeína pode aumentar a eliminação de líquidos através da urina, levando a desidratação corporal, envolvendo as pregas vocais, o que compromete a qualidade vocal, além de aumentar a circulação, acarretando maior risco de surgimento de vâsculo disgenesias e pequenos sangramentos relacionado ao uso vocal. Alimentos que contém cafeína podem aumentar a acidez, provando refluxo gastroesofágico, que pode irritar a mucosa da laringe. (FONTES, 2016). Mediante este fator a população estudada mostrou a falta de conhecimento sobre a não ingestão de chás e café como cuidados vocais. No entanto, apresentou como conhecimento o uso de pastilhas para garganta. Para Oliveira 2012, o uso das pastilhas não ajudam, apenas mascaram os sintomas de esforço vocal

por possuírem o poder de anestésico, impedindo que o professor perceba que está forçando a voz.

Em relação a percepção da voz quanto ao período do dia em que a população percebe a melhora ou piora da voz, foram evidenciados que a melhora acontece pela manhã, e piora no período da tarde. A literatura afirma que uma boa noite de sono é fator primordial para uma produção adequada da voz. Na fala, as alterações mais evidentes durante a privação do sono são associadas ao ritmo, ao tom e à clareza da fala, à variação na intensidade vocal, ao pitch e à articulação assim como nas funções cognitivas. A qualidade do sono reflete-se no dia seguinte, uma noite mal dormida pode significar uma voz rouca, fraca e soprosa pela manhã (GUIMARÃES E SILVA, 2007).

Refletindo sobre o hábito de higiene vocal, 68% dos professores relatam que não fazem uso deste hábito. Dentre os cuidados de higiene vocal mais citados pela literatura estão: evitar chocolate, cafeína, ar condicionado, mudança brusca de temperatura, poluição, abuso vocal, pigarrear, tossir, alguns medicamentos, fumo, álcool, drogas ilícitas, falar durante exercícios físicos, discussões frequentes, roupas apertadas, falar em ambientes ruidosos, falar excessivamente durante quadros gripais ou crises alérgicas, falar ou cantar abusivamente em período pré-menstrual, cantar inadequadamente ou abusivamente sem fazer preparo vocal e riso em alta intensidade, recomenda-se ingestão de maçã, frutas cítricas e hidratação, cuidar da saúde geral e controlar o estresse (UEDA, SANTOS E OLIVEIRA 2008).

Hábitos vocais inadequados colaboram para o mau uso da voz e estão relacionados a falar com competição de ruído ambiental, rir ou chorar excessivamente, tossir, pigarrear constantemente, imitar outras vozes ou imitar ruídos de personagens, dentre outros. O presente estudo constatou números significativos de professores que afirmam modificar a voz em algum momento, seja para contar histórias ou chamar atenção dos alunos. Outro questionamento foi a percepção de hábitos não saudáveis para com a voz, os dados corroboraram com a literatura que afirma que disfonias associadas à formação de nódulos, podem ser atribuídas a abusos vocais, especialmente gritar, falar com esforço, falar em forte intensidade por períodos prolongados (PAIXÃO *et al* 2011). Neste sentido é possível constatar que os professores conhecem os hábitos inadequados, porém não evitam.

CONCLUSÃO

Conclui-se que apesar dos professores terem consciência sobre a importância da voz, e terem recebido orientações fonoaudiológicas sobre os cuidados vocais, eles ainda não as empregaram em seu dia-a-dia, um fator que pode contribuir negativamente sobre a qualidade de vida destes profissionais, por serem uma categoria de risco.

Embora estudos comprovem que a não efetividade das orientações fonoaudiológicas ofertadas ao professor esteja relacionada a desgastante rotina impossibilitando-os de manter a saúde vocal de forma contínua, a fonoaudiologia tem como função encontrar uma maneira de planejar a efetivação do treino e da informação que a categoria de risco já obtém passando a executar como prática diária. Talvez as orientações sobre saúde vocal recebidas pelos professores devem ser acompanhadas pelos fonoaudiólogos dentro da escola, com monitoramento integral, fazendo –se necessário um profissional além de educacional, com formação e experiência na área da VOZ.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

FONTES V; OLIVEIRA C. **Alimentação como fator relevante à saúde vocal: alimentos que proporcionam efeitos benéficos e maléficos para a produção da voz**, 2016. Disponível em <<https://hurevista.ufjf.emnuvens.com.br/hurevista/article/view/2328/844>> acesso em 15 de nov. 2016.

GOMES N; MEDEIROS A; TEIXEIRA L. **Condições de trabalho em professores e relação com os sintomas vocais**, 2015. Disponível em <<http://www.sbfa.org.br/portal/anais2015/premios/PP-107.pdf>> acesso em 11 jun. 2016.

GUIMARÃES M; SILVA M. **Relação entre sono e voz: percepção de indivíduos adultos disfônicos e não disfônicos**, 2007. Disponível em <<http://revistas.pucsp.br/index.php/dic/article/view/11851>> acesso em 22 nov. 2016.

MASSON M. **Aquecimento e Desaquecimento Vocal em Estudantes de Pedagogia**, 2013. Disponível em <<http://revistas.pucsp.br/index.php/dic/article/view/16467/12403>> acesso em 16 nov. 2016.

OLIVEIRA M. **Refletindo acerca da Voz do Professor e da necessidade de um planejamento específico para sua aplicabilidade em sala de aula**, 2012. Disponível em <<http://www.fara.edu.br/sipe/index.php/renefara/article/viewFile/120/106>> acesso em 14 nov. 2016.

PAIXÃO C; SILVERIO K; BERBERIAN A; MOURÃO L; MARQUES J. **Disfonia infantil: hábitos prejudiciais à voz dos pais interferem na saúde vocal de seus filhos?** 2011. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-18462012000400014> acesso em 22 nov. 2016.

PENTEADO R; PEREIRA I. **Qualidade de vida e saúde vocal de professores**, 2007. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0034-89102007000200010&script=sci_abstract&tlng=pt> acesso em 21 nov. 2016.

PIZOLATO R; MIALHE F; BARRICHELO R; REHDER M; PEREIRA A. **Práticas e percepções de professores, após a vivência vocal em um programa educativo para a voz**, 2012. Disponível em <<https://www.metodista.br/revistas/revistasims/index.php/Odonto/article/view/3042/2851>> Acesso em 22 nov. 2016.

PUTNOKI DS; HARA F; OLIVEIRA G; BEHALU M. **Qualidade de vida em voz: o impacto de uma disfonia de acordocom o gênero, idade e uso vocal profissinal**, 2010. Disponível em < http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1516-80342010000400003&script=sci_abstract&tlng=pt> acesso em 10 jun. 2016.

SILVA M; FERREIRA L; OLIVEIRA I; SILVA M; GHIRARDI C. **Distúrbio de voz em professores: autorreferência, avaliação perceptiva da voz e das pregas vocais**, 2012. Disponível em < http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-80342012000400005> acesso em 22 nov. 2016.

SILVA G; ALMEIDA A; LUCENA B; SILVA M. **Sintomas vocais e causas autorreferidas em professores** 2016. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-18462016000100158> acesso em 21 nov. 2016.

SIQUEIRA M; BASTILHA G; LIMA J; CIELO C. **Hidratação vocal em profissionais e futuros profissionais da voz**, 2016. Disponível em < http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-18462016000400908> acesso em 23 nov. 2016.

SOUZA M; GOMES R; GUEDES J. **Voz Humana e Comunicação**, 2015. Disponível em <http://www.fumec.br/files/6814/3337/6578/Voz_humana-v7.pdf> acesso em 04 mai. 2016.

SPINA, Ana Lúcia **Auto-avaliação vocal, qualidade de vida e avaliação da percepção de sons vocais e sons instrumentais de sujeitos disfônicos**, 2009. Disponível em <<http://www.bibliotecadigital.unicamp.br/document/?code=000467678>> acesso em 10 mai. 2016.

UEDA K; SANTOS L; OLIVEIRA I. **25 anos de cuidados com a voz profissional: avaliando ações**, 2008. Disponível em < http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-18462008000400016> acesso em 21 nov. 2016

ZIMMER V; CIELO CA; FINGER LS. **Modificações vocais acústicas espectrográficas produzidas pela fonação reversa**, 2010. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1516-18462010000400002&nrm=iso&tlng=pt> acesso em 07 mai. 2016.

APÊNDICE A

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)

Você está sendo convidada (o) a participar de uma pesquisa intitulada: “**A PERCEPÇÃO DA VOZ E OS CUIDADOS VOCAIS DOS PROFESSORES MUNICIPAIS DA CIDADE DE CAFELÂNDIA**”, em virtude de ser um profissional que tem na voz seu principal instrumento de trabalho, coordenada pela Professora Celine Obermeier e contará ainda com a aluna Luciene Honório que fará a coleta dos dados.

A sua participação não é obrigatória sendo que, a qualquer momento da pesquisa, você poderá desistir e retirar seu consentimento. Sua recusa não trará nenhum prejuízo para sua relação com o pesquisador, com a FAG ou com a Secretaria de Educação Municipal de Cafelândia.

Os objetivos desta pesquisa são: Avaliar o impacto da atuação fonoaudiológica na voz dos professores. Verificar o conhecimento sobre os cuidados e alterações vocais. Analisar a percepção do professor perante a importância da voz. Comparar a percepção vocal após atuação fonoaudiológica. Caso você decida aceitar o convite, será submetido (a) ao seguinte procedimento: Responder um questionário elaborado pelas pesquisadoras. O tempo previsto para a sua participação é de aproximadamente 10 minutos.

Os riscos relacionados com sua participação são mínimos, um possível desconforto poderá ser o constrangimento em responder o questionário juntamente com outros indivíduos. Visando diminuir o risco, a aplicação do questionário será feita individualmente.

Os benefícios relacionados com a sua participação poderão contribuir para o conhecimento científico e obter novos conhecimentos sobre seu principal instrumento de trabalho, a voz.

Os resultados desta pesquisa poderão ser apresentados em seminários, congressos e similares, entretanto, os dados/informações obtidos por meio da sua participação serão confidenciais e sigilosos, não possibilitando sua identificação. (caso a algum desses itens não possa ser assegurado, tal fato deve estar claro e bem justificado). A sua participação bem como a de todas as partes envolvidas será voluntária, não havendo remuneração para tal. Qualquer gasto financeiro da sua parte será ressarcido pelo responsável pela pesquisa (caso não estejam previsto gastos, informar a fim de justificar que não está previsto ressarcimento). Não está previsto indenização por sua participação, mas em qualquer momento se você sofrer algum dano, comprovadamente decorrente desta pesquisa, terá direito à indenização.

Você receberá uma cópia deste termo onde constam o telefone e o endereço do pesquisador principal, podendo tirar suas dúvidas sobre o projeto e sobre sua participação agora ou em qualquer momento.

Coordenadora do Projeto Belline Oliveira
Endereço N. Brasil 5081 - Cascavel - PR
Telefone (45) 93022522

Declaro que entendi os objetivos, a forma de minha participação, riscos e benefícios da mesma e aceito o convite para participar. Autorizo a publicação dos resultados da pesquisa, a qual garante o anonimato e o sigilo referente à minha participação.

Nome do sujeito da pesquisa: _____

Assinatura do sujeito da pesquisa: _____

Informações – Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Faculdade Assis
Gurgacz
Avenida das Torres 500 – Bloco 4– Bairro FAG
Cascavel-Paraná CEP: 85806-095
Tel.: (45)33213791
Coordenadora: Profª. Andressa Almeida
Secretária do Comitê de ética: Fernando
Email: comitedeetica@fag.edu.br

Observações adicionais:

1. Vale ressaltar que este é apenas um modelo para servir de guia para a elaboração do TCLE de seu projeto. Procure adaptá-lo às características de sua pesquisa. Você poderá também optar por fazer um TCLE completamente diferente deste, desde que contenha todas as informações determinadas pela Resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde e suas complementares (de acordo com o item IV.1).
2. Nas pesquisas em que os sujeitos participantes se encontrarem impossibilitados de escreverem ou assinarem o nome, é necessário a aposição da digital como assinatura no TCLE.
3. Quando o estudo for com cooperação estrangeira, envolver armazenamento de material biológico, banco de dados ou remessa de material biológico para o exterior devem ser observadas as resoluções complementares. Cooperação estrangeira (Resolução nº 292-99, CNS), Genética Humana (Resolução nº 340-04, CNS) e Armazenamento de material biológico (Resolução nº 347-05, CNS).
4. Quando o estudo envolver população indígena deverá ser também ser observada a Resolução nº 304/CNS.
5. É necessário que os termos técnicos sejam simplificados para melhor compreensão do sujeito da pesquisa.
6. Para os sujeitos da pesquisa com incapacidade legalmente definida, é necessária a assinatura do seu responsável legal com a identificação do sujeito pesquisado.

APÊNDICE B

QUESTIONÁRIO PERCEPÇÃO E CUIDADOS VOCAIS (grupo 1)

1- Existe um período do dia em que sua voz piora ?

Manhã Tarde Noite

2- Quais dos sintomas você percebe durante o uso da sua voz ?

- Cansaço
- Falta de ar
- Tosse
- Ardência
- Dor
- Voz fraca
- Não sinto nenhum sintoma

3- Qual a importância da sua voz para o seu trabalho?

.....
4- Tem costume de pigarrear?

Sim Não

Por qual motivo?

5- Você acha que a Fonoaudiologia é importante para sua profissão?

Sim Não

Porque?

6- Quais os cuidados que você tem com sua voz ?

7- Ingerir água durante o uso da voz?

Sim Não

Porque ?

8- Você modifica sua voz, em determinados locais ou situações ?

Sim Não

Qual a situação que mais se faz necessário a mudança em sua profissão ?

.....

9- Se sente satisfeito com a voz?

Sim Não

E o que você procura fazer para mudar o que lhe incomoda na sua voz ?

.....

10- Em relação aos cuidados vocais abaixo, quais você conhece ?

- Aquecimento e desaquecimento vocal.
- Ingestão de água
- Alimentação balanceada antes da atuação profissional
- Exercício físico
- Não ingestão de chás, café
- Uso de pastilhas para dor de garganta

QUESTIONÁRIO PERCEPÇÃO E CUIDADOS VOCAIS (grupo 2)

1- Quais sintomas vocais você já apresentou durante a carreira?

.....

2- Ingera água durante o uso da voz?

Sim Não

3- O que você faz quando sua voz falha?

.....

4- Você conhece a atuação fonoaudiológica?

Sim Não

5- Quais cuidados vocais você utiliza no seu dia a dia?

.....

6- Após atuação fonoaudiológica, você obteve melhoras?

Sim Não

7- Você faz aquecimento vocal antes de utilizar a voz?

Sim Não

8- Em que período do dia sua voz melhora?

Manhã Tarde Noite

9- Você já teve algum distúrbio vocal? Qual?

.....

10- Você faz higiene vocal?

Sim Não

11- Você está satisfeito com a sua voz?

Sim Não

12- Você considera sua voz importante para seu trabalho?

Sim

Não

13- O que não é um hábito saudável para a sua voz ?

.....

ANEXO 1

PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: A PERCEPÇÃO DA VOZ E OS CUIDADOS VOCAIS DOS PROFESSORES MUNICIPAIS DA CIDADE DE CAFELÂNDIA

Pesquisador: Celline Obermeier

Área Temática:

Versão: 3

CAAE: 57636116.7.0000.5219

Instituição Proponente: Faculdade Assis Gurgacz/PR

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 1.774.974

Apresentação do Projeto:

A pesquisa intitulada A PERCEPÇÃO DA VOZ E OS CUIDADOS VOCAIS DOS PROFESSORES MUNICIPAIS DA CIDADE DE CAFELÂNDIA sob responsabilidade do pesquisador Celline Obermeier e número de CAAE 57636116.7.0000.5219 encontra-se de acordo com as normas regulamentadoras de pesquisa envolvendo seres humanos, conforme normativas do Sistema CEP/CONEP. A equipe da pesquisa respeita os sujeitos da pesquisa e a confidencialidade dos dados coletados, bem como, descreve que oferecerá o suporte necessário em eventual risco.

Objetivo da Pesquisa:

O Objetivo da pesquisa A PERCEPÇÃO DA VOZ E OS CUIDADOS VOCAIS DOS PROFESSORES MUNICIPAIS DA CIDADE DE CAFELÂNDIA encontra-se de acordo com a proposta metodológica do estudo. É pesquisa de campo, exploratória de abordagem quantitativa e qualitativa com aplicação de questionário e justifica-se pela necessidade de o fonoaudiólogo ser o responsável por orientar, prevenir e treinar os profissionais, minimizando os efeitos que a voz ocupacional ocasiona e vitalizando a utilização do seu instrumento de trabalho.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

A pesquisa encontra-se de acordo a resolução 466/12 quanto aos Riscos e Benefícios conforme o item I.3 - assistência ao participante da pesquisa:

Endereço: Avenida das Torres, 500
Bairro: FAG **CEP:** 85.806-095
UF: PR **Município:** CASCAVEL
Telefone: (45)3321-3791 **Fax:** (45)3321-3902 **E-mail:** comitedeetica@fag.edu.br

II.3.1 - assistência imediata - é aquela emergencial e sem ônus de qualquer espécie ao participante da pesquisa, em situações em que este dela necessite; e

II.3.2 - assistência integral - é aquela prestada para atender complicações e danos decorrentes, direta ou indiretamente, da pesquisa;

II.4 - benefícios da pesquisa - proveito direto ou indireto, imediato ou posterior, auferido pelo participante e/ou sua comunidade em decorrência de sua participação na pesquisa.

Considera-se que a pesquisa não apresenta riscos para os voluntários, não fornecendo nenhum desconforto aos mesmos.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

A pesquisa enviada a este CEP possui relevância social e tem como objetivo: Avaliar a percepção e os cuidados vocais dos professores

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Os termos obrigatórios foram corretamente anexados e estão de acordo com os critérios éticos exigidos. As autorizações estão assinadas e carimbadas e o TCLE contempla todos os itens exigidos, sendo claro, objetivo e informativo quanto aos procedimentos que serão realizados durante a coleta de dados.

Recomendações:

Enviar relatório final para este CEP após o encerramento da pesquisa.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

O projeto está aprovado e a coleta de dados pode ser iniciada.

Considerações Finais a critério do CEP:

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES BÁSICAS_DO_PROJETO_738916.pdf	29/09/2016 09:31:22		Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	PROJETOVOZ.pdf	29/09/2016 09:30:55	Celline Obermeier	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de	tcle.Pdf	14/09/2016 09:34:01	Celline Obermeier	Aceito

Endereço: Avenida das Torres, 500
 Bairro: FAG CEP: 85.806-095
 UF: PR Município: CASCAVEL
 Telefone: (45)3321-3791 Fax: (45)3321-3902 E-mail: comitedeetica@fag.edu.br

Continuação do Parecer: 1.774.974

Ausência	tcle.Pdf	14/09/2016 09:34:01	Celline Obermeier	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	a_percepcao_vocal_dos_professores_municipais.pdf	07/07/2016 08:52:13	Celline Obermeier	Aceito
Folha de Rosto	FOLHA_DE_ROSTO.pdf	07/07/2016 08:48:15	Celline Obermeier	Aceito
Outros	008.pdf	07/07/2016 08:35:12	Celline Obermeier	Aceito
Outros	007.pdf	07/07/2016 08:34:51	Celline Obermeier	Aceito
Outros	010.pdf	07/07/2016 08:34:22	Celline Obermeier	Aceito
Outros	009.pdf	07/07/2016 08:33:31	Celline Obermeier	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	006.pdf	07/07/2016 08:32:34	Celline Obermeier	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	005.pdf	07/07/2016 08:30:01	Celline Obermeier	Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	003.pdf	07/07/2016 08:29:36	Celline Obermeier	Aceito
Declaração de Pesquisadores	004.pdf	07/07/2016 08:28:59	Celline Obermeier	Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	003.jpg	13/06/2016 17:09:33	Celline Obermeier	Aceito
Declaração de Pesquisadores	002.jpg	13/06/2016 17:09:06	Celline Obermeier	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

CASCADEL, 14 de Outubro de 2016

Assinado por:
Andressa Almeida
(Coordenador)

Endereço: Avenida das Torres, 500
Bairro: FAG CEP: 85.806-095
UF: PR Município: CASCADEL
Telefone: (45)3321-3791 Fax: (45)3321-3902 E-mail: comitedeetica@fag.edu.br

ANEXO 2



TERMO DE CIÊNCIA DO RESPONSÁVEL PELO CAMPO DE ESTUDO

Título do projeto: A percepção da voz e os cuidados vocais dos professores municipais da cidade de Cafelândia.

Pesquisadore(s): Celline Obermeier e Luciene Honório

Local da pesquisa: Escolas municipais de Cafelândia

Responsável pelo local de realização da pesquisa: Viviani Grigio Vissovatti

O(s) pesquisador(es) acima identificado(s) estão autorizados a realizarem a pesquisa e coletar dados, preservando as informações referentes aos sujeitos de pesquisa, divulgando-as exclusivamente para fins científicos apenas anonimamente, respeitando todas as normas da Resolução 196/96 e suas complementares.

Cascavel, 09 de Junho de 2016.

Viviani Grigio Vissovatti

Prefeitura Municipal de Cafelândia
Viviani Grigio Vissovatti
Secretária Munic Educ e Cultura
Portaria Nº 027/2015 DOE 31/01/2015

ANEXO 3

CENTRO UNIVERSITÁRIO ASSIS GURGACZ

LUCIENE HONÓRIO

**A PERCEPÇÃO DA VOZ E OS CUIDADOS VOCAIS DOS PROFESSORES
MUNICIPAIS DA CIDADE DE CAFELÂNDIA**

Trabalho apresentado no Curso de Fonoaudiologia, do Centro Universitário Assis Gurgacz / Dom Bosco, como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel/Licenciado em Fonoaudiologia, sob a orientação da Professora Celline Obermeier.

BANCA EXAMINADORA

Professor(a) Orientador(a)

Instituição a que Pertence Titulação

Professor(a) Avaliador(a)

Instituição a que Pertence Titulação

Professor(a) Avaliador(a)

Instituição a que Pertence Titulação

Cascavel/PR., ____ de _____ de 2016.