

Disfonia: relação entre o trabalho do professor e o prejuízo da voz

Rogério Drago¹

Mariana Tamara Nunes Rodrigues²

RESUMO

A presente pesquisa investiga a relação entre o trabalho do professor e o prejuízo da voz. Salienta ainda que, atualmente, os docentes vêm sendo alvo de estudos devido ao aumento considerável de alterações vocais relacionadas ao trabalho. Muitos professores têm se queixado de sintomas como rouquidão, tosse persistente, garganta seca, dor e/ou dificuldade ao falar, e até mesmo disfonias, apesar da legislação trabalhista vigente não reconhecer a relação da doença com a atividade do professor, ou seja, não se encaixa como doença profissional, em que o trabalho constitui causa necessária e está prevista na lista do Ministério da Saúde. Assim, o objetivo deste estudo é identificar a relação entre o trabalho do professor e os prejuízos com a voz. A partir do objetivo deste estudo, tem-se o intuito de deixar os colaboradores cientes dos riscos a que estão se expondo e as autoridades competentes poderão estabelecer analogia entre os que lecionam e as doenças ocupacionais. A pesquisa deu-se por meio de referências bibliográficas e métodos documentais em livros, artigos, trabalhos indexados na base de dados da *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) revistas eletrônicas, como forma de coletas de dados, cujos resultados atentaram-se para as questões sobre o assunto proposto.

Palavras-chave: Professor; Voz; Disfonia; Ocupacional.

Dysphonia: relationship between teacher's work and voice impairment

ABSTRACT

This research investigates through bibliographic search the relationship between the work of the teacher and the injury of the voice. Currently teachers have been the target of study due to

¹ Doutor em Educação pela Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro (PUC-RJ). Mestre em Educação pelo Programa de Pós-Graduação em Educação da Universidade Federal do Espírito Santo (PPGE-UFES). Professor Associado do Centro de Educação e do PPGE-UFES. E-mail: rogerio.drago@gmail.com

² Bacharel em Enfermagem pela Universidade Salgado de Oliveira – Campos (RJ). Atua como Enfermeira do Trabalho no Hospital Santa Casa de Misericórdia de Vitória (ES). E-mail: mariannatnunes@hotmail.com

considerable increase of vocal changes related to the work. Many teachers have complained of symptoms such as hoarseness, persistent cough, dry throat, pain and/or difficulty in talking, and even disfonias. Despite the current labor law does not recognize the relationship of the disease with the teacher's activity, i.e. doesn't fit as an occupational disease, in which the work is considered necessary and is provided for in the list of the Ministry of health, however, can be no causal link with the function and be regarded as occupational disease. Thus, the goal of this study is to identify the relationship between the work of professor and losses with the voice. With this, the developers are aware of the risks to which they are exposing themselves and the competent authorities may establish analogy between those who teach and occupational diseases. The search is through bibliographic references and documentary methods in books, articles, sites scielo scholars such as Google scholar, electronic journals, as a way of data collection, which will look for the questions on the subject proposed.

Keywords: Teaching; Voice; Dysphonia; Occupational.

INTRODUÇÃO

A voz, no ser humano, é uma característica. Repassa ao ouvinte descrições como sexo, idade, estado emocional e personalidade. Pode ser descrita como uma fonação modificada pelas estruturas ressonadoras. Ela deve ser produzida pelo comunicador sem esforço adicional e com conforto, devendo estar adequada ao ambiente social, profissional e cultural do sujeito. O distúrbio da comunicação oral, cuja voz não desempenha seu papel básico na transmissão verbal e emocional de um indivíduo, é denominado disfonia (HENRIQUES, 2010).

Segundo Ortiz (*et al*, 2004), ultimamente, vêm surgindo mais estudos sobre os profissionais que utilizam a voz para trabalhar, como, por exemplo, os docentes. É notório que esses profissionais tenham mais probabilidade de desenvolver uma disfonia, embora a incidência de acontecer, varia entre 3% e 90%.

Entre os profissionais que possuem na comunicação um elemento essencial para viabilizar seu trabalho, estão os professores, sendo a voz o instrumento utilizado para promover vínculos diretos com o aluno, a família e a comunidade (PROVENZANO; SAMPAIO, 2010).

Os professores vêm sendo objeto de estudos há alguns anos, pois têm apresentado comprometimentos vocais, o que dificulta a atividade docente, uma vez que essa depende da interação entre o profissional e o aluno, além da voz, fala e linguagem como recurso didático (SILVÉRIO *et al*, 2008).

O professor serve de modelo de aprendizado e cultura e, além disso, ele se apresenta também como um modelo de voz para o educando. Compreender como o professor lida com a

aparência da sua voz e da voz de seus alunos em sala de aula, torna-se muito importante. Reconhecer tanto do ponto de vista da saúde vocal, como do reconhecimento de desvios vocais em crianças pode contribuir para detecções de problemas futuros de voz no ambiente escolar (HENRIQUES, 2010).

Na profissão docente, a voz é um fator de extrema importância para o desempenho profissional e a atuação do professor em sala de aula. Principalmente como componente da identidade deste como trabalhador em um processo construtivo, do impacto do docente sobre o discente e componente do processo ensino-aprendizagem (PENTEADO, 2007).

Determinadas relações sociais, culturais, econômicas e produtivas, orientadas por políticas de saúde, que por sua vez têm pressupostos e concepções subjacentes, vem estabelecendo relações entre trabalho e saúde. Consequentemente, maneiras de valorizar a saúde, o cidadão e o processo saúde-doença são diferentes em cada lugar (SILVÉRIO *et al*, 2008).

Portanto, a principal motivação para o referido tema ocorreu de forma a esclarecer e informar à população como um todo, mas principalmente aos professores atuantes, a respeito dos prejuízos com a voz, relacionados à profissão que exercem.

Diante dessas questões, este estudo tem como objetivo identificar a relação entre o trabalho do professor e os prejuízos com a voz, buscando na literatura artigos relacionados ao tema.

METODOLOGIA

A pesquisa foi realizada por meio de referências bibliográficas e métodos documentais em livros, artigos, trabalhos indexados nas bases de dados *Scielo* e *Google Scholar*, revistas eletrônicas, como forma de coleta de dados, cujos resultados atentaram para as questões sobre o assunto proposto.

O período delimitado para busca dos artigos foi o de novembro de 2001 a dezembro de 2010.

Para a seleção dos textos, foi realizada a leitura prévia dos resumos e da introdução, totalizando dezenove trabalhos. Desses, foram excluídos nove, que não tinham relação com as questões que serão discutidas. Os descritores utilizados foram: professor, voz, disfonia, docente, ocupacional e fatores de risco.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Este estudo apresentou os achados da literatura referentes à relação do trabalho do professor e os prejuízos com a voz. Nesse contexto, os artigos foram selecionados e divididos em três categorias: principais alterações da voz, processo saúde-doença e as condições de trabalho relacionadas a prejuízos com a voz.

Principais alterações da voz

A produção da voz é consequente a da ação conjunta e em harmonia de várias estruturas anatômicas. A esse conjunto de estruturas é chamado aparelho fonador ou trato vocal, composto pela laringe e pelas cavidades de ressonância (VIEIRA *et al.* 2007).

Conforme Penteadó (2007), a voz é um dos principais instrumentos de trabalho do professor e um importante recurso na relação entre o aluno e o docente, com relevantes implicações no processo de ensino e aprendizagem.

Um alto índice de queixas, licenças médicas, afastamentos e readaptações funcionais acontece devido a alterações da voz, tais como disfonia, afonia, dor e cansaço ao falar, falha na voz, falta de projeção vocal e dificuldades para falarem com forte intensidade (DRAGONE *et al.*, 1999).

Entre os distúrbios da comunicação, existem os distúrbios vocais que são chamados de disfonias, caracterizados como qualquer dificuldade na emissão da voz, podendo impedir a transmissão da mensagem verbal ou emocional do discurso (PROVENZANO; SAMPAIO, 2010).

A disfonia pode ser manifestada de diversas formas, tais como: desvios na qualidade da voz, esforço à emissão vocal, fadiga e perda da potência vocal, variações de forma descontrolada da frequência, ausência de intensidade e projeção, perda da eficiência da voz, baixa resistência vocal e sensações proprioceptivas que são desagradáveis à emissão (VIEIRA *et al.* 2007).

Segundo Jardim, Barreto e Assunção (2007), a disfonia caracteriza-se por alterações da voz, como por exemplo: fadiga ao falar, rouquidão, pigarro, tosse persistente e queimação na garganta.

Em alguns casos, os sintomas da disfonia são ausentes por um longo período de tempo, o que permite sem preocupações, o uso indiscriminado da voz. Esse fato, associado às precárias condições de trabalho que os docentes são submetidos, afetam o aparelho laríngeo, acarretando alterações em diferentes níveis de complexidade (ARAÚJO; CARVALHO, 2009, p. 32).

A disfonia e todos os sintomas desencadeados por ela acarretam uma série de consequências que interferem direta e indiretamente no cotidiano do professor e até mesmo do aluno. Por exemplo: dificuldade de interação entre os mesmos, desequilíbrio emocional, social e prejuízos econômicos, profissionais e pessoais, estimados em cerca de duzentos milhões de reais ao ano, no Brasil (JARDIM; BARRETO; ASSUNÇÃO, 2007).

Estudos mostram que distúrbios vocais podem ser mais frequentes entre a população que precisa utilizar a voz de modo profissional, causados pela grande demanda da mesma e exposição aos diversos fatores de risco (PROVENZANO; SAMPAIO, 2010).

A voz profissional foi definida como uma forma de comunicação oral, usada por indivíduos que dependem dela para executar sua atividade ocupacional e atingir um público específico e determinado (PROVENZANO; SAMPAIO, 2010).

Todos os sintomas descritos representam prejuízos para o trabalhador, a comunidade escolar e a sociedade. Sendo assim, a saúde vocal é considerada um aspecto importante da saúde geral e qualidade de vida do professor (PENTEADO, 2007).

Ainda de acordo com Penteado (2007), existem sintomas como ardor, dor ao falar, tosse, infecções laríngeas e até mesmo perda total da voz (afonia), que são facilmente interpretados como problemas vocais. Mas, quando os sinais não são tão claros (pigarros, engasgos), os professores se mostram pouco sensíveis

Processo saúde-doença

A prevalência da disfonia entre os docentes vem despertando o interesse dos fonoaudiólogos, na tentativa de melhor compreender sobre o problema de voz, como também, devido à importância social do problema. Tal prevalência é originada na maior parte dos estudos, pela quantidade de sinais e sintomas na voz relatados pelos professores, sendo medida frequentemente, por meio de questionários autoaplicados (PROVENZANO; SAMPAIO, 2010).

Estudos recentes sugerem que a relação entre saúde e trabalho na escola requer uma compreensão do professor e do seu processo saúde-doença, além das condições e organização do trabalho do docente.

Para que isso aconteça, existe a necessidade de buscar métodos que possibilitem evidenciar os sentidos não aparentes e a diversidade de sentidos no trabalho, ou seja, analisar o mundo com os olhos dos trabalhadores e colocar-se no lugar do outro, a fim de procurar os motivos alheios e compreender suas razões, possibilitando ação, critérios de decisão e compromissos entre objetivos divergentes (PENTEADO, 2007).

Distúrbios vocais afetam negativamente o desempenho do docente em suas atividades de ensino, causando frustração, insatisfação, estresse e, ainda, um afastamento temporário ou definitivo da sala de aula, o que contribui para uma diminuição da qualidade de vida dos professores e prejuízos ao processo de ensino-aprendizagem, gerando, então, um grande impacto na saúde de tais colaboradores (ARAÚJO; CARVALHO, 2009).

Os professores têm dificuldades em perceber os sinais e sintomas que ocorrem no corpo deles em consequência dos problemas vocais. Esse quadro é favorecido pela forma com que está organizado o trabalho dos docentes e ainda pela sobrecarga de trabalho dos mesmos (PENTEADO, 2007).

A intervenção fonoaudiológica aos professores inclui higiene vocal, treinamento da voz e os programas de prevenção à disfonia. A higiene vocal se refere às orientações sobre a adequada produção vocal, hábitos vocais e de vida, que tragam benefícios para a produção adequada da voz; sugere-se aos professores: hidratação adequada, especialmente na exposição ao ar condicionado – acredita-se que aproximadamente dois litros de água por dia sejam suficientes; a água gelada pode provocar edema vocal, portanto deve ser evitada; possuir uma alimentação saudável, evitando o consumo em excesso de café e de alimentos ou hábitos relacionados ao refluxo gastroesofágico; evitar o tabagismo, o etilismo, a exposição a produtos químicos tóxicos, poluição, fatores que irritam a mucosa do trato vocal (VIEIRA *et al.* 2007).

O fonoaudiólogo, no treinamento vocal, ajuda o professor a conhecer suas potências vocais mediante a prática de exercícios. Nesse momento, o professor analisa quais exercícios contribuem para a melhora da produção de sua voz e sua qualidade. Também são realizados exercícios de relaxamento para ajudar o professor a descobrir os pontos de tensão e a diminuir o esforço fonatório (VIEIRA *et al.* 2007).

Nos programas de prevenção à disfonia, estão inclusos a higiene vocal, treinamento vocal e as triagens. Em pesquisa realizada com 55 professores e 67 futuros professores por meio

de comparação de questionários foi constatado que ambos os grupos acreditaram que os exercícios e as estratégias particulares de higiene vocal podem os auxiliar a prevenirem problemas vocais (VIEIRA *et al.* 2007).

Além da atuação do fonoaudiólogo, a contribuição do médico otorrinolaringologista nesses programas é fundamental para prevenção e diagnóstico precoce de alterações vocais em professores (VIEIRA *et al.* 2007).

A legislação trabalhista em vigor, não estabelece relação entre as alterações da voz dos docentes, com a profissão exercida pelos mesmos. No entanto, tais mudanças são um problema de saúde pública. Portanto, as questões que envolvem o processo de saúde-doença e o cuidado com a saúde vocal dos professores precisam ser trabalhadas, não apenas o estilo de vida e comportamentos individuais, mas também em discussões relacionadas ao trabalho e à vida cotidiana, envolvendo toda a comunidade escolar (PENTEADO, 2007).

CONDIÇÕES DE TRABALHO RELACIONADAS A PREJUÍZOS COM A VOZ

A voz deve ser produzida corretamente, para que o profissional não venha a ter prejuízos na profissão. A organização do ambiente de trabalho, demanda vocal e condições do uso da voz nos contextos cotidianos, saúde geral, organização da vida privada e representações acerca do processo de saúde e doença são fatores apontados como determinantes ou agravantes para desenvolver a disfonia (ALVES *et al.*, 2009).

Modificações psíquicas e nos comportamentos vocais dos professores são provocadas pelo ruído presente na escola, o que torna difícil a compreensão da mensagem transmitida ao aluno (FUESS; LORENZ, 2003).

Quando se trata de distúrbios da voz relacionados ao trabalho, considera-se o ambiente com altos níveis de ruído, desconforto e choque térmico, ventilação inadequada, exposição a produtos químicos irritativos de vias aéreas superiores, como solventes e presença de poeira e fumaça. Em relação aos aspectos organizacionais, destacam-se, jornada prolongada, falta de autonomia, ritmo estressante trabalho sob pressão além de insatisfação com a remuneração ofertada (SERVILHA *et al.*, 2010, p. 82).

Afastamentos ou incapacidades para o desempenho de funções acontecem frequentemente, devido a alterações vocais ocasionadas pela má organização do trabalho. Limitações na expressão vocal e emocional geram estresse e ansiedade ao colaborador, podendo

propiciar riscos à sua atuação, assim, pode-se dizer que os distúrbios vocais têm impactos relevantes na vida do profissional (ALVES *et al*, 2009).

O uso incorreto ou exagerado da voz, além de poeira, muito ruído no ambiente e pouca hidratação durante o uso profissional da voz, relacionam-se diretamente a sintomas referidos por docentes, tais como: garganta seca, rouquidão, cansaço vocal, pigarro e dor ao falar (SIMÕES; LATORRE, 2006).

Devido à urgência de programar ações e caráter preventivo e de promoção da saúde vocal, vários autores têm apontado a necessidade de intensificar pesquisas nessa área, para que haja uma melhoria das condições de trabalho e do ambiente no qual o professor atua (SILVÉRIO *et al*, 2008).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conforme aponta a pesquisa, os professores são os profissionais da voz mais acometidos por transtornos vocais. A pesquisa demonstrou que os professores estão cada vez mais procurando ajuda médica para o tratamento de problemas na voz, uma vez que é comum apresentarem alterações vocais atribuídas a condições desfavoráveis de trabalho e ao desconhecimento dos cuidados que devem ter com a voz, o que acaba provocando uma série de abusos nocivos à saúde vocal.

Segundo os autores pesquisados, os fatores negativos mais comuns aos professores envolvem presença de ruído, fumo, pó de giz, álcool, fala excessiva, poeira, beber gelado e falar em forte intensidade.

Os resultados indicam que as queixas vocais mais frequentes são: rouquidão, fadiga vocal, pigarro, tosse, dor de garganta, ardor e garganta seca, e que o mau uso e o abuso vocal devido ao excesso de jornada de trabalho são os principais fatores causais da disфонia entre esses profissionais.

A orientação sobre fatores de risco e a prevenção da disфонia na prática docente deveriam ser oferecidas para professores em atividade e fazer parte da grade curricular de profissões que estão relacionadas à docência.

REFERÊNCIAS

ALVES, L. A. *et al.* Health disorders and teachers' voice: a workers' health issue. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, 2009, vol. 17, n.14, pp. 566-572.

ARAÚJO, T. M.; CARVALHO, F. M. Condições de trabalho docente e saúde na Bahia: estudos epidemiológicos. **Educação & Sociedade**, vol. 30, n. 107, pp. 427-449, 2009.

DRAGONE, M. L. O. S. *et al.* O desgaste vocal do professor: um estudo longitudinal. **Revista da Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia**, vol. 3, n. 5, pp. 50-57, 1999.

FUESS, V. L. R.; LORENZ, M. C. Disfonia em professores do ensino municipal: prevalência e fatores de risco. **Revista Brasileira de Otorrinolaringologia**, São Paulo, v. 69, n. 6, p. 807-812, nov./dez. 2003.

HENRIQUES, C. M. A. **Percepção dos professores com relação à disfonia de seus alunos**. 2010. 63 f. Trabalho de Conclusão de Curso de Fonoaudiologia – Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2010.

JARDIM, R.; BARRETO, S. M.; ASSUNÇÃO, A. A. condições de trabalho, qualidade de vida e disfonia entre docentes. **Cadernos de Saúde Pública**, vol. 23, n. 10, pp. 2439-2461, 2007.

ORTIZ, E. *et al.* Proposta de modelo de atendimento multidisciplinar para disfonias relacionadas ao trabalho: estudo preliminar. **Revista Brasileira de Otorrinolaringologia**, vol. 70, n. 5, pp. 590-596, 2004.

PENTEADO, R. Z. Relações entre saúde e trabalho docente: percepções de professores sobre saúde vocal. **Revista da Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia**, vol. 12, n. 1, pp. 18-22, 2007.

PROVENZANO, L. C. F. A; SAMPAIO, T. M.M. Prevalência de disfonia em professores do ensino público estadual afastados de sala de aula. **Revista CEFAC**, v. 12, n. 1, p. 97-108, 2010.

SERVILHA, E. A. M. *et al.* Riscos ocupacionais na legislação trabalhista brasileira: destaque para aqueles relativos à saúde e à voz do professor. **Revista da Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia**, 2010, vol. 15, n. 4, pp. 505-513.

SILVÉRIO, K. C. A. *et al.* Ações em saúde vocal: proposta de melhoria do perfil vocal de professores. **Pró-Fono Revista Atualização Científica**, vol. 20, n. 3, pp. 177-182, 2008.

SIMÕES, M.; LATORRE, M. R. D. O. Prevalência de alteração vocal em educadoras e sua relação com a auto-percepção. **Revista de Saúde Pública**, vol. 40, n. 6, pp. 1013-1018, 2006.

VIEIRA, A. B. C. *et al.* Fatores causais e profilaxia da disfonia na prática docente. **Cadernos de Educação**, v. 28, p. 255-270, 2007.

Artigo recebido em: 09/11/2017

Aceito em: 20/11/2017

Publicado em: 17/12/2018