

## Artigos originais

# Uso da voz no ensino superior: o que dizem os professores

## *The use of voice in higher education: What the professors have to say?*

Yuri Patrick Oliveira de Medeiros<sup>1</sup>

<https://orcid.org/0000-0002-4993-5355>

Cynthia Maria Barboza do Nascimento<sup>1</sup>

<https://orcid.org/0000-0001-9197-2136>

Adriana de Oliveira Camargo Gomes<sup>1</sup>

<https://orcid.org/0000-0002-1871-9502>

Zulina Souza de Lira<sup>1</sup>

<https://orcid.org/0000-0002-8413-5513>

Ana Nery Araújo<sup>1</sup>

<https://orcid.org/0000-0001-7887-6246>

<sup>1</sup> Universidade Federal de Pernambuco – UFPE, Recife, Pernambuco, Brasil.

Conflito de interesses: Inexistente



### RESUMO

**Objetivo:** descrever a percepção de professores universitários em relação ao uso da voz na sua atividade laboral.

**Métodos:** participaram 247 professores do nível superior, que responderam a um questionário contendo perguntas sobre as queixas vocais, sendo consideradas pelo menos três queixas como indicativo de distúrbio na voz. Após a identificação dos professores com possível distúrbio vocal, foi realizada entrevista aberta com cinco professores com objetivo de conhecer as percepções em relação ao uso da voz no ambiente de trabalho. O estudo foi aprovado pelo comitê de ética em pesquisa da instituição de origem. Os dados foram analisados quantitativamente e qualitativamente.

**Resultados:** a faixa etária em que mais se encontra os problemas vocais é entre os 20 a 30 anos. Os docentes com contrato mais recentes, de até 5 anos, com carga horária de 40 horas semanais foram os que mais referiram queixas vocais. Os professores apresentaram boa percepção vocal e mostraram ter conhecimento a respeito da voz.

**Conclusão:** mesmo havendo prevalência de queixas vocais, os professores mostraram ter conhecimento sobre os cuidados com a voz.

**Descritores:** Fonoaudiologia; Voz; Docentes; Saúde do Trabalhador; Comunicação

### ABSTRACT

**Purpose:** to describe the perception of university professors regarding their use of voice at work.

**Methods:** a total of 247 higher education professors participated in this study. They answered a questionnaire on voice complaints, in which three complaints or more were considered indicative of a voice disorder. After the professors with a potential voice disorder were identified, a conversational interview was conducted with five professors to learn more on their perceptions on the use of voice at work. The study was approved by the research ethics committee of the institution of origin. The data were quantitatively and qualitatively analyzed.

**Results:** the age group 20 to 30 years old was the one that most presented voice problems. The most recently hired professors (up to five years of work), with a 40-hour weekly workload, were those who most reported voice complaints. The professors had a good perception of their voice and demonstrated good knowledge about it.

**Conclusion:** although voice complaints were prevalent, the professors proved to be aware of how to take care of their voices.

**Keywords:** Speech, Language and Hearing Sciences; Voice; Faculty; Occupational Health; Communication

Recebido em: 08/09/2019

Aceito em: 08/07/2020

#### Endereço para correspondência:

Yuri Patrick Oliveira de Medeiros  
Rua Compositor José Dantas, nº 800,  
Bairro José Dantas  
CEP: 56820-000 – Carnaíba, Pernambuco,  
Brasil  
E-mail: medeirosyuri@gmail.com

## INTRODUÇÃO

Profissionais da voz são aqueles que dependem dela como seu instrumento de trabalho e sofrem impacto negativo em caso de alteração vocal. Na sociedade atual, aproximadamente um terço das profissões têm a voz como ferramenta básica de trabalho<sup>1</sup>. Incluem-se nessa categoria os professores, cantores, atores, religiosos, políticos, secretárias, advogados, profissionais da saúde, vendedores, ambulantes, Agentes Comunitários de Saúde, entre outros. Porém, o profissional que mais faz o seu uso na sua atividade laboral é o professor<sup>1-3</sup>.

A voz é elemento muito importante na viabilização do trabalho docente. É esperado que esses profissionais tenham uma boa projeção vocal, com articulação precisa, coordenação pneumofonoarticulatória, boa sonoridade, ritmo e velocidade adequados, mostrando assim, uso adequado de comunicação oral<sup>2,4</sup>.

A disfonia é considerada como um transtorno de saúde importante, que traz consequências diretas não apenas na saúde, mas também na vida social e profissional do indivíduo. Professores apresentam duas a três vezes mais queixas de disfonia do que outros profissionais, evidenciando que a atividade de docência aumenta o risco dessa alteração<sup>5,6</sup>.

Distúrbios vocais de origem ocupacional normalmente estão associados à maneira como o professor usa sua voz: geralmente aumentam a intensidade vocal ao falar por longo período, apresentam tensão da musculatura cervical, na maioria das vezes não estão atentos aos hábitos de bem estar<sup>7,8</sup>, além do ambiente em que ele está inserido, e a organização do processo de trabalho, que juntos podem se tornar grandes vetores para o distúrbio vocal. Essa tríade: indivíduo, ambiente e organização do trabalho foi estabelecida a partir de um consenso destinado a elaboração de um documento que incluísse o Distúrbio de Voz Relacionado ao Trabalho (DVRT) no manual de doenças relacionadas ao trabalho<sup>2</sup>.

Os distúrbios da voz comprometem o desempenho e a efetividade da função dos professores podendo, como consequência, levar a faltas ao trabalho, afastamentos e até abandono da atividade. Por esse fato se torna necessário que o professor conheça a sua voz, suas qualidades e limites, bem como a consequência desses no desenvolvimento da aula<sup>9-11</sup>.

A percepção do indivíduo em relação aos fatores que podem gerar adoecimento vocal, o conhecimento que tem da voz e de como manejá-la no trabalho, além

de seus hábitos vocais são de grande importância, tendo em conta que a falta de acesso à informação ou incapacidade de aplicar os conhecimentos vocais devido à insalubridade do ambiente e/ou da organização do trabalho, pode contribuir para ocorrências dos sintomas vocais<sup>12,13</sup>.

A maioria dos estudos trazem como referência os professores do ensino fundamental e médio como aqueles que mais apresentam problemas de voz, poucos estudos referem os professores universitários. O docente do nível superior, comparado com os professores dos outros níveis de ensino, pode ter condições de trabalho um pouco diferentes, considerando o ambiente e a organização do trabalho, porém esse professor não está isento de riscos vocais relacionados aos fatores ambientais, organizacionais e individuais que a profissão apresenta<sup>14</sup>.

A temática uso da voz no ensino superior é pertinente e possibilita uma reflexão sobre a necessidade de cuidados que essa categoria deve ter no uso laboral da voz, principalmente a partir de um olhar sobre a importância da autopercepção vocal dos professores universitários, com entendimento por parte deles sobre sua saúde e desempenho profissional<sup>2</sup>. Desta forma o que torna este estudo diferencial, é a análise que foi realizada a partir da identificação das queixas vocais mais referidas e dos discursos dos professores, eixo principal da pesquisa. Diante do exposto, o objetivo deste estudo foi identificar sintomas vocais mais referidos e descrever a percepção de professores universitários em relação ao uso da voz na sua atividade laboral.

## MÉTODOS

Trata-se de um estudo observacional quantitativo e qualitativo, descritivo do tipo seccional. A pesquisa foi realizada em uma universidade pública. Participaram do estudo 247 professores, lotados nos centros acadêmicos da universidade.

Esta pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética e Pesquisa em Seres Humanos da Universidade Federal de Pernambuco, sob número de protocolo 029245/2015. A coleta ocorreu em dois momentos distintos: primeiro a partir de um questionário online, enviado a todos os professores, lotados nos três campi, num total de 2.504 professores. Nesse momento o critério de inclusão foi ser professor do quadro permanente e/ou professor substituto, com ou sem queixas vocais, convidado a participar da pesquisa via digital. Para este estudo foi considerado critério de exclusão

os professores não terem o e-mail ativo e/ou não terem respondido o questionário de forma completa.

Para esse momento foi utilizado como instrumento de coleta um questionário elaborado pelos autores contendo questões indicadas na Figura 1, disponibilizado via online para os professores lotados nos centros acadêmicos da universidade no intuito de identificar docentes que tivessem queixas de alteração na voz, sendo consideradas pelo menos três queixas como indicativo de um possível distúrbio na comunicação tendo como base desse ponto de corte o estudo de Sapir<sup>15</sup>.

Responderam ao questionário 247 docentes, a partir desse quantitativo de professores que responderam, utilizou-se como critério de exclusão para o segundo momento da pesquisa os professores que apresentaram nas respostas um resultado com menos de três queixas vocais, tendo em vista que indivíduos com três ou mais queixas vocais pode apresentar algum tipo de distúrbio na voz<sup>15</sup>, sendo dessa forma relevante para este estudo.

Os pesquisadores ao enviarem o questionário online aos participantes deram todas as explicações referentes ao estudo, inclusive esclarecimentos sobre o formato do TCLE, que foi elaborado seguindo as normas do comitê de ética e disponibilizado na internet, junto ao questionário. Por se tratar de um questionário eletrônico, o consentimento livre e esclarecido caracterizava-se pelo envio das respostas dos participantes.

A partir do questionário inicial, onde foram identificados os docentes com possível distúrbio vocal, foi realizada uma análise quantitativa que apontou os aspectos relativos aos problemas de voz autorreferidos pelos docentes do grupo como um todo. Em seguida foi realizado contato com os professores os quais foram convidados a participar do segundo momento da pesquisa, composto por entrevista individual que tinha por objetivo investigar a percepção do uso da voz na atividade laboral, contendo questões relativas à: representação da voz na atividade laboral; fatores determinantes da queixa vocal, incluindo aspectos pessoais, organizacionais e ambientais do trabalho de docente. No contato que foi realizado com os professores foi solicitado que o docente expressasse o melhor lugar físico para que eles pudessem responder a entrevista, sendo assim os autores se ofereceram a irem ao seu encontro. Para essa etapa só se disponibilizaram a realizar a entrevista cinco professores, em função da disponibilidade de tempo dos mesmos. Para esta análise foi realizada gravação de áudio, anotações

e transcrição das entrevistas. Como o critério de definição da amostra em estudos qualitativos não é numérico foi considerado o número suficiente de entrevistas que permitissem certa repetição das informações (saturação do tema), desta forma na quinta entrevista realizada optou-se por encerrar a coleta, tendo em vista que estava ocorrendo saturação do tema, onde o conteúdo relatado pelas entrevistas de cada professor se repetia de maneira recorrente a cada nova coleta.

Para a análise quantitativa dos resultados foram utilizadas técnicas de estatística descritiva, por meio de tabelas, contendo distribuições absolutas e percentuais.

Para a análise das entrevistas, na busca pelos sentidos contidos nas falas, tomou-se o método de análise de conteúdo de BARDIN, que organiza as falas dos entrevistados por categorias temáticas, a partir dos núcleos de sentidos que compõem a comunicação, os quais de acordo com a presença ou frequência de aparição podem representar algum significado para o objetivo analítico<sup>16</sup>. O método de análise do conteúdo se compõe de três grandes etapas: 1) a pré-análise, onde compreende a leitura geral do material eleito para a análise; 2) a exploração do material, que se refere aos recortes dos textos em unidades de registros, a definição de regras de contagem e a classificação e agregação das informações em categorias; 3) o tratamento dos resultados e interpretação, que consiste em captar os conteúdos manifestos e latentes contidos em todo o material coletado.

Após a realização de leitura e releitura do material coletado, foram definidas três categorias, sendo elas: representação da voz, fatores determinantes das queixas vocais, e recomendações para o uso saudável da voz na atividade laboral. A partir dessas categorias e da leitura repetitiva das entrevistas foram tornando-se visíveis subcategorias. É importante destacar que as categorias o pesquisador de antemão já possuía segundo experiência prévia ou interesses, categorias pré-definidas consideradas na análise de conteúdo de categorias apriorísticas. Já as subcategorias não foram pré-estabelecidas, surgiram a partir do que foi expresso nas falas dos professores, o que é valorizado na análise de conteúdo.

## RESULTADOS

Na Tabela 1, são apresentadas as características da amostra pesquisada. Nela estão expressas quatro variáveis de identificação, sendo elas: faixa etária, sexo, tempo de magistério e carga horária semanal.

É possível observar na amostra que a maior parte da população do estudo se encontra na faixa etária de 20 a 39 anos, são do sexo feminino, com até 5 anos como professor na instituição e com carga horária de 40 horas semanais. Os docentes que integraram essa pesquisa atuam nos cursos de exatas, humanas e saúde.

Quanto às características dos professores que aceitaram participar do segundo momento da pesquisa, quatro docentes são do sexo feminino, e um do sexo masculino, todos se encontram na faixa etária de 40 a 49 anos, e com carga horária de 40 horas semanais.

**Tabela 1.** Características da amostra pesquisada

Variável	n	%
<b>TOTAL</b>	<b>247</b>	<b>100,0</b>
<b>Faixa etária (anos)</b>		
20 a 39 anos	110	44,53
40 a 49 anos	74	29,95
50 anos ou mais	63	25,5
<b>Sexo</b>		
Masculino	106	42,91
Feminino	141	57,08
<b>Tempo de magistério</b>		
Até 5 anos	118	47,77
6 a 10 anos	64	25,91
11 a 20 anos	30	12,14
Mais de 20 anos	35	14,17
<b>Carga horária semanal</b>		
20 horas	12	4,85
40 horas	235	95,14

Na Tabela 2, são apresentadas as avaliações dos sintomas vocais autorreferidos pelos docentes segundo as variáveis de identificação. Nessa tabela também é expresso o percentual de professores que disseram ter mais de três sintomas vocais se configurando como possível problema vocal e os que referiram menos de três sintomas. Por meio da análise constatou-se que a faixa etária em que mais se encontram sintomas vocais é entre os 20 a 39 anos e que esses sintomas são descritos mais em professores do sexo feminino. Os docentes que mais referem sintomas são professores que têm até 5 anos de ação profissional. Os professores com carga horária de 40 horas foram os que mais referiram sintomas vocais. 57,89% dos professores participantes da pesquisa referiram ter três ou mais sintomas vocais.

Na Figura 1, são apresentados os sintomas vocais referidos pelos docentes. A queixa mais presente se referiu ao desconforto vocal ao falar por longos períodos (67,13%). A segunda queixa mais citada foi relacionada a não ter conhecimento sobre os cuidados com a voz (63,63%). 45,45% dos professores referiram perceber alterações na voz representada por queixas como: rouquidão e/ou fraqueza, e/ou esforço ao falar e/ou falhas na voz. A queixa menos relatada se relacionou as pessoas referirem que a voz do professor está rouca (6,99%).

Quanto aos sintomas referidos pelos professores que participaram do segundo momento da pesquisa, dentre as queixas vocais referidas, se sobressaiu o desconforto vocal ao falar por longos períodos e presença de alterações na voz representada por queixas como: rouquidão e/ou fraqueza, e/ou esforço ao falar e/ou falhas na voz.

**Tabela 2.** Sintomas vocais segundo as variáveis de identificação

Variável	Sintomas vocais				TOTAL	
	Três ou mais sintomas		Menos de três sintomas		n	%
	N	%	N	%		
<b>Grupo total</b>	<b>143</b>	<b>57,89</b>	<b>104</b>	<b>42,10</b>	<b>247</b>	<b>100,0</b>
<b>Faixa etária (anos)</b>						
20 a 39	65	59,09	45	40,90	110	100,0
40 a 49	45	60,81	29	39,18	74	100,0
50 ou mais	33	52,38	30	47,61	63	100,0
<b>Gênero</b>						
Masculino	54	50,94	52	49,05	106	100,0
Feminino	89	63,12	52	36,87	141	100,0
<b>Tempo de magistério</b>						
Até 5 anos	66	55,93	52	44,06	118	100,0
6 a 10 anos	38	59,37	26	40,62	64	100,0
11 a 20 anos	18	60,0	12	40,00	30	100,0
Mais de 20 anos	21	60,0	14	40,0	35	100,0
<b>Carga horária semanal</b>						
20 horas	5	41,66	7	58,33	12	100,0
40 horas	138	58,7	97	41,27	235	100,0

Sintomas vocais	n	%
Tenho dificuldade com a minha voz no trabalho	28	19,58
O ruído no ambiente de trabalho interfere na minha comunicação oral	39	27,27
Sinto desconforto na voz ao falar por longos períodos	96	67,13
Minha voz se modifica ao longo do dia	38	26,57
Percebo alterações na minha voz como rouquidão, fraqueza, esforço ao falar e/ou falhas na voz	65	45,45
Sinto dor, pigarro e/ou sensação de bolo na garganta durante o uso da voz	32	22,37
Sinto cansaço na voz ao falar	41	28,67
Não tenho conhecimento sobre os cuidados com o uso da voz	91	63,63
No trabalho costumo falar muito e isso prejudica minha voz	53	37,06
As pessoas dizem que minha voz está rouca	10	6,99
Tenho dificuldade no exercício de minhas funções no trabalho por causa da minha voz	16	11,18
Às vezes, fico angustiado por causa da minha voz	15	10,48

**Figura 1.** Frequências dos sintomas vocais

Na Figura 2, são apresentadas as percepções dos professores referentes à categoria: representação da voz. A partir da análise do relato das falas emergiram três subcategorias, sendo elas: comunicação, atividade profissional e interação com o aluno. Na subcategoria comunicação, os professores entrevistados em grande maioria referiram que a voz é a maneira de se comunicar com o outro, “A voz para mim é imprescindível porque ela é a minha forma de me expressar... é um meio através do qual eu chego até as pessoas” (P2). Na subcategoria atividade profissional

observou-se que os docentes referiram que a voz é importante por ser o instrumento de trabalho, sendo esse o aspecto comum no discurso deles, “A voz é um dos principais instrumentos de trabalho... é através da voz que eu atuo como docente” (P1). Na subcategoria interação com o aluno, os professores referiram que é através da voz que eles conseguem se comunicar com o discente, “A voz para mim é meu principal meio para me comunicar com meu aluno, para explicitar minhas ideias” (P4).



Comunicação	Atividade profissional	Interação com o aluno
<p>“a voz é um instrumento para comunicação né, para expressar sentimentos, expressar o modo de ser, de sentir...” (P3)</p> <p>“faz parte da identidade da gente, é muito importante para comunicação... um meio importante de comunicação e interação, de aprendizado e dessas interações em diferentes aspectos né”. (P5)</p> <p>“a voz para mim é imprescindível porque ela é a minha forma de me expressar... é um meio através do qual eu chego até as pessoas” (P2)</p>	<p>“a voz ela tem um destaque maior na minha vida por está associado à atividade profissional que eu desenvolvo, que é a pesquisa, que é a orientação, então a voz é um instrumento de trabalho...” (P4)</p> <p>“a voz é um dos principais instrumentos de trabalho... através da voz que eu atuo como docente”. (P1)</p> <p>“instrumento de trabalho... a voz representa a forma como eu desenvolvo, como eu posso desenvolver meu trabalho...”. (P3)</p>	<p>“a voz é o meio de comunicação com o aluno...” (P3)</p> <p>“é fundamental porque é por meio da voz, da linguagem verbal oral que a gente consegue estabelecer interações com os alunos e possibilita a mediação das aprendizagens...” (P5)</p> <p>“a voz para mim é o principal meio para me comunicar com meu aluno, para explicitar minhas ideias...” (P4)</p>

**Figura 2.** Representação da voz

Na Figura 3, referente às percepções dos professores quanto a categoria: fatores determinantes das queixas vocais, foram identificadas nas falas dos docentes três subcategorias, sendo elas: fatores ambientais, fatores organizacionais e fatores pessoais. Em fatores ambientais se destacaram no discurso a temperatura do ambiente e o barulho, aspectos comuns referidos pelos docentes, “O ambiente de trabalho, ele é inóspito, muito quente, ambientes muito grandes, com muita fonte de ruído, então eu tenho

que tá utilizando a minha voz sempre com intensidade máxima...” (P1). Nos fatores organizacionais se destacaram a quantidade excessiva de alunos e a falta de descanso devido às aulas consecutivas, “A quantidade de alunos, isso também é um fator determinante que eu sinto que altera o comportamento da voz...” (P3). Nos fatores pessoais se destacaram aspectos como a utilização inadequada da voz e alergia (gripe, rinite). “Às vezes gripe, fico afônica, e aparece uma laringite...” (P2).

Fatores ambientais	Fatores organizacionais	Fatores pessoais
<p>“o ambiente de trabalho, ele é inóspito, muito quente, ambientes muito grandes, com muita fonte de ruído, então eu tenho que tá utilizando a minha voz sempre com intensidade máxima...” (P1)</p> <p>“o ambiente de trabalho nem sempre tá limpo, então eu sofro muito, como eu sou alérgica eu sofro muito com a poeira dos ambientes das salas de aula, da minha própria sala, dos laboratórios... Outra coisa que me prejudica é o barulho, as salas não sei se tem um vedamento acústico correto, então muita coisa de barulho externo invade a sala e aí tem que falar mais alto ainda, então isso é uma coisa que me incomoda e eu percebo” (P2)</p> <p>“um ar condicionado que termina emitindo um barulho mais elevado, então você entra meio que em uma competição entre você e o aparelho né, o equipamento eletrônico para você tentar superar aquele barulho...” (P4)</p>	<p>“quantidade de alunos né, isso também é um fator determinante que altera, que eu sinto que altera o comportamento da voz...” (P3)</p> <p>“eu acho que a estrutura curricular dos cursos que eu leciono, então, de um ano para cá melhorou, mas em alguns semestres eu dei dez aulas consecutivas, praticamente sem intervalo de almoço, e isso sobrecarregava muito a voz...” (P1)</p>	<p>“falta um pouco de treinamento para utilizar a voz da melhor maneira possível...” (P1)</p> <p>“a minha atividade como docente terminou fazendo com que eu falasse mais alto ainda e falasse durante mais tempo alto, então isso me faz sofrer um pouco, minha voz sofre um pouco por conta desse sei lá, timbre vocal...” (P2)</p> <p>“As vezes gripe, fico afônica, e aparece uma laringite...” (P2)</p> <p>“associo essa rouquidão a não utilização adequada da voz, ou seja, falando por horas sem a entonação devida, sem as pausas devidas, sem dígamos a hidratação devida das cordas vocais...” (P4)</p>

**Figura 3.** Fatores determinantes das queixas vocais

Na Figura 4, são apresentadas as percepções dos professores relacionadas à categoria: recomendações para o uso saudável da voz na atividade laboral. A partir das falas dos docentes foram identificadas três subcategorias: fatores ambientais, fatores organizacionais e fatores pessoais. Nos fatores ambientais se destacaram entre os discursos dos professores, não ser preciso a utilização do ar condicionado durante a aula e ambientes confortáveis, “Não ser preciso utilizar o ar – condicionado, que gera barulho e distorce e cansa né, a voz...” (P3); “Ambientes de trabalho, eles precisariam serem mais confortáveis, e mais agradáveis... os professores que fossem dar aula nesses grandes ambientes fossem providos de

equipamentos mecânicos para auxiliar na atividade didática...” (P1). Nos fatores organizacionais foram destacadas, ter intervalos para descanso, e o tipo de aula que está relacionada a não montar longas aulas expositivas, “Períodos de aulas menos intensos, com intervalos maiores para que a voz possa descansar...” (P1); “Tipo de aula né que eu tenho muita discussão oral, mas também muitas atividades, então eu mesclo a aula, não é aquela aula que só o professor fala...” (P5). Nos fatores pessoais se destacaram a ingestão de água e o monitoramento da intensidade vocal, “Eu passo o dia dando aula e com a garrafa de água do lado... pratico exercícios físicos diariamente... eu tenho procurado falar mais baixo...” (P2).

Fatores ambientais	Fatores organizacionais	Fatores pessoais
<p>“não ser preciso utilizar o ar – condicionado, que gera barulho e distorce e cansa né, a voz...” (P3)</p> <p>“ambientes de trabalho, eles precisariam serem mais confortáveis, e mais agradáveis... os professores que fossem dar aula nesses grandes ambientes fossem providos de equipamentos mecânicos para auxiliar na atividade didática...” (P1)</p> <p>“desligo um ar condicionado para tentar fazer com que eu fale mais baixo né...” (P2)</p>	<p>“o número pequeno de alunos permite essa qualidade de desenvolvimento da fala... você ter intervalos, você poder dar um intervalo e descansar um pouco a voz...” (P3)</p> <p>“períodos de aulas menos intensos, com intervalos maiores para que a voz possa descansar...” (P1)</p> <p>“tipo de aula né que eu tenho muita discussão oral, mas também muitas atividades, então eu mesclo a aula né, não é aquela aula que só o professor fala...” (P5)</p>	<p>“hidratação constante né dessas cordas vocais... a postura corporal também faz diferença...” (P4)</p> <p>“eu passo o dia dando aula e com a garrafa de água do lado... pratico exercícios físicos diariamente... eu tenho procurado falar mais baixo...” (P2)</p> <p>“sempre trazer uma garrafinha d’água né, pra ficar tomando durante a aula...” (P5)</p>

**Figura 4.** Recomendações para o uso saudável da voz na atividade laboral

## DISCUSSÃO

A alteração da qualidade vocal pode estar relacionada a vários fatores tais como à irregularidade de vibração das pregas vocais, problemas relacionados à adução ou abdução, flexibilidade da mucosa ou tensão da musculatura intrínseca e extrínseca da laringe. A ação conjunta da laringe com o trato vocal e a combinação desses com ajustes inadequados se fazem presentes em indivíduos com queixa vocal e risco em desenvolver alterações vocais<sup>17</sup>. O alto percentual de professores com queixa vocal neste estudo (Tabela 2) corrobora o resultado de outros trabalhos realizados<sup>1,17,18</sup>.

Os dados obtidos nesta pesquisa revelam a presença de queixas vocais mais frequentes em docentes na faixa etária de 20-39 anos do sexo feminino. A literatura aponta que, à medida que a

idade avança, a eficiência vocal diminui e uma série de alterações estruturais na laringe pode ocorrer, com maior ou menor impacto vocal<sup>19</sup>, porém a população deste estudo mostra o contrário: os professores mais jovens referem mais queixas, podendo ser justificadas pelo pouco conhecimento vocal, quando comparado com os professores mais experientes. O predomínio de mulheres no trabalho docente universitário nesta pesquisa confirmam os achados de outros estudos<sup>20,21</sup>.

Esse predomínio é atribuído à expansão do sistema educacional que começou a ocorrer no país na metade do século XX onde o ensino foi considerado atividade própria das mulheres por envolver o cuidado com os outros e por considera-se a atividade pedagógica como continuidade das atividades da esfera doméstica<sup>1</sup>.

Além desse fato é considerado que o sexo feminino é mais vulnerável a desenvolver distúrbios vocais quando comparado com o sexo masculino, sendo justificada por razões anatomofisiológicas. A laringe feminina apresenta como característica fenda triangular posterior e menor proporção glótica, causando maior predisposição para surgimento de alterações vocais. Além destes aspectos, o sexo feminino apresenta menor ácido hialurônico na superfície das pregas vocais, prejudicando na restauração de traumas. É importante destacar que as mulheres procuram mais os serviços de saúde do que os homens, fato que também pode ser acrescentado na justificativa de mulheres apresentarem mais sintomas vocais <sup>17,22,23</sup>.

Um estudo realizado com 88 professores do Ensino Fundamental e Médio, que analisou os sintomas vocais e fatores relativos ao estilo de vida, encontrou que, dentre os entrevistados, 64,77% do grupo fez autorreferência à presença de alteração de voz. Além disso, a literatura refere que os problemas de voz aparecem depois de longos anos de profissão <sup>24</sup>, o que difere do presente estudo onde foi encontrado o oposto, pois os professores com menos tempo na docência foram os que mais referiram queixa vocal.

Os professores mais velhos e mais experientes podem ter obtido conhecimento sobre higiene vocal e conhecimento da própria voz, o que pode ter ajudado quando comparado com seus homólogos mais jovens e menos experientes <sup>25</sup>, fato que pode justificar os achados deste estudo, pois a população que mais referiu queixas vocais nesta pesquisa foi a com menor tempo de magistério. É de grande importância deixar claro que a comparação entre esses estudos torna-se limitada, pois a presente pesquisa analisa o Ensino Superior.

A variável carga horária normalmente apresenta grande importância na percepção sobre as condições de trabalho docente, pois estão associadas, tanto com a baixa qualidade de vida, quanto com o acometimento de patologias. Neste estudo os professores que mais referiram problemas vocais foram os que tinham maiores cargas horárias, confirmando o que a literatura traz e mostrando que de fato é um ponto necessário a ser trabalhado em políticas públicas à promoção de saúde dos professores <sup>1,17,19,20</sup>.

A autorreferência (Figura 1) dos sintomas vocais feita pelos docentes mostrou que cerca de 67,13% deles apontou desconforto ao falar por longos períodos, tendo em vista grande demanda vocal acarretando o uso incorreto da voz, principalmente em

atividades que exigem muito esforço, podendo resultar em sintoma vocal negativo <sup>1,19</sup>.

Outros problemas vocais autorreferidos (Figura 1) pelos professores foram relacionados a não ter conhecimento sobre os cuidados com o uso da voz, a voz se modificar ao longo do dia, presença de rouquidão, fraqueza vocal, esforço e cansaço ao falar. Os sintomas relatados pelos sujeitos pesquisados são compatíveis com os descritos pela literatura que verificaram tais queixas em professores <sup>22,26</sup>. Esses sintomas são reflexos da combinação de vários fatores que se relacionam com as condições de trabalho e com a percepção do professor quanto à exposição ao ambiente e às cargas de trabalho, podendo vir a causar sintomas vocais e posteriormente disфонia <sup>1</sup>.

Tendo em vista a importância da autopercepção vocal e dos fatores causais dos distúrbios vocais e que a falta de percepção vocal deste segmento profissional, levaria à falta de cuidados e de busca por ajuda <sup>13,27</sup>, as entrevistas realizadas com alguns professores permitiram a compreensão quanto à percepção desses em relação à representação da voz, fatores determinantes das queixas vocais e as recomendações a respeito do uso da voz.

Para os professores, a voz é importante porque é por meio dela que eles conseguem se comunicar e interagir com o outro, além de ser o instrumento de trabalho. Ter conhecimento vocal e saber a importância deste como recurso pedagógico é de grande relevância para o decorrer da vida acadêmica como mostram pesquisas que abordaram esse tema <sup>4,13</sup>. Porém é comum ver-se estudos que indicam a falta de conhecimento vocal destes profissionais, o que causaria à falta de cuidados com a voz <sup>3,28</sup>.

Para parte dos docentes entrevistados o ambiente de trabalho (Figura 3) foi considerado ruidoso, com temperatura inadequada e sujo. O ruído intenso na maioria das vezes exige que se eleve a voz para se comunicar, podendo gerar alterações importantes como a disфонia <sup>29,30</sup>. A temperatura inadequada e a presença de poeira no ambiente são fatores que incomodam o docente, e que vem sendo investigados há algum tempo pelos fonoaudiólogos <sup>20,31,32</sup>.

A literatura traz que a causa da disфонia é multifatorial <sup>28</sup> e a organização do trabalho pode contribuir de alguma maneira para o aparecimento dessa alteração. Em relação aos fatores organizacionais determinantes para a queixa vocal, os professores referiram que o grande número de alunos e a falta de horário para descanso entre as aulas são os fatores que mais os



deixam insatisfeitos. A autorreferência realizada pelos professores desta pesquisa é confirmada na literatura, onde mostra que o número de alunos e a falta de descanso estão diretamente relacionados à disфонia e à baixa qualidade de vida dos educadores, porém é importante ressaltar que as atividades dos docentes de universidades públicas não são exclusivas do eixo ensino, tendo outras atribuições que demandam menos uso da voz<sup>19</sup>.

Dentre as falas dos professores em relação aos fatores pessoais determinantes para a queixa vocal se destacaram aspectos como a falta de conhecimento vocal e alergias. Quadros de alergia e a falta de conhecimento e conseqüentemente a utilização inadequada da voz pode influenciar no surgimento da queixa vocal, fato que é confirmado pela literatura<sup>3,13,28</sup>.

Os professores participantes desse estudo fizeram vários apontamentos para o uso saudável da voz na atividade laboral, dentre os aspectos citados, destacaram-se a não utilização do ar – condicionado, ambientes confortáveis, ter intervalo para descansar a voz, não planejar aulas somente expositivas, ingestão de água e monitoramento da intensidade vocal. Esses aspectos se contradizem com que os professores referiram em relação à queixa de não ter conhecimento sobre os cuidados com o uso da voz, pois mostra breve conhecimento relacionado aos fatores ligados ao uso saudável da voz confirmando pesquisa também realizada com professores universitários que observou que docentes do nível superior têm percepção dos cuidados que devem existir com a voz e como manejá-la no ambiente de trabalho<sup>13</sup>.

Esta pesquisa mostra que a população estudada refere alto percentual de queixas vocais e apresenta boa percepção vocal, indicando que as principais medidas para melhoria das condições de trabalho dos professores investigados estão relacionadas com o ambiente e organização de trabalho. Porém, é esperado o desenvolvimento de programas que visem disseminar o conhecimento vocal na categoria, considerando a boa parte de docentes que afirmaram não ter conhecimento relacionado à voz, tendo em vista que para o professor a voz é o seu meio de comunicação e necessita estar em boas condições para que a atividade laboral seja realizada<sup>3,28,29</sup>.

## CONCLUSÃO

No presente estudo foi possível observar quantidade elevada de referência a sintomas vocais em professores do ensino superior. Por meio dos depoimentos

dos docentes, pôde-se perceber que estes apresentam conhecimento sobre cuidados vocais e sobre o que ocorre com suas vozes. Para eles, o ambiente e a organização de trabalho podem influenciar no adoecimento vocal, demonstrando desta forma terem boas percepções quanto aos fatores determinantes para a presença de queixa vocal.

## REFERÊNCIAS

1. Fillis MMA, Andrade SM, González AD, Melanda FN, Mesas AE. Frequência de problemas vocais autorreferidos e fatores ocupacionais associados em professores da educação básica de Londrina, Paraná, Brasil. *Cad. Saúde Pública*. 2016;32(1):e00026015.
2. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de saúde Ambiental e Saúde do Trabalhador. *Distúrbio de Voz Relacionado ao Trabalho*. Brasília, 2018.
3. Fabricio MZ, Kasama ST, Martinez EZ. Qualidade de vida relacionada à voz de professores universitários. *Rev. CEFAC*. 2009;12(2):280-7.
4. Rezende Netto B. Conceptions of teacher of IES for articulated communicative and expressive development on evaluation of students on this performance. *Rev. CEFAC*. 2013;15(1):25-39.
5. Alves LP, Araújo LTR, Xavier Neto JA. Prevalência de queixas vocais e estudo de fatores associados em uma amostra de professores de ensino fundamental em Maceió, Alagoas, Brasil. *Rev. brasileira de Saúde ocupacional*. 2010;35(121):168-75.
6. Almeida LNA, Lopes LW, Costa DB, Silva EG, Cunha GMS, Almeida AAF. Vocal and emotional features of teachers and non-teachers with low and high anxiety. *Audiol., Commun. Res*. 2014;19(2):179-85.
7. Choi-Cardim K, Behlau M, Zambon F. Sintomas vocais e perfil de professores em um programa de saúde vocal. *Rev. CEFAC*. 2010;12(5):811-9.
8. Dragone MLOS. Programa de Saúde Vocal para educadores: ações e resultados. *Rev. CEFAC*. 2011;13(6):1133-43.
9. Luchesi KF, Mourão LF, Kitamura S, Nakamura HY. Problemas vocais no trabalho: prevenção na prática docente sob a óptica do professor. *Rev. Saúde e Sociedade*. 2009;18(4):673-81.
10. Cielo CA, Ribeiro VV, Bastilha GR. Spectrographic voice measures, vocal complaints and occupational data of elementary school teachers. *Distúrb. Comum*. 2015;27(2):299-308.

11. Souza CL, Carvalho FM, Araújo TM, Reis EJFB, Lima VMC, Porto LA. Fatores associados a patologias de pregas vocais em professores. *Rev. Saúde Pública*. 2011;45(5):914-21.
12. Lima JP, Ribeiro VV, Cielo CA. Vocal symptoms, quantity of speech degree and loudness of voice in teachers. *Distúrb. Comun*. 2015;27(1):129-37.
13. Servilha EAM, Costa ATF. Knowledge about voice and the importance of voice as an educational resource in the perspective of university professors. *Rev. CEFAC*. 2015;17(1):13-26.
14. Servilha EAM, Arbach MP. Queixas de saúde em professores universitários e sua relação com fatores de risco presentes na organização do trabalho. *Distúrb. Comun*. 2011;23(2):181-91.
15. Sapir S, Keidar A, Mathers-Schmidt B. Vocal attrition in teachers: survey findings. *J Disord Commun*. 1993;28(2):177-85.
16. Campos CJG. Método de análise de conteúdo: ferramenta para a análise de dados qualitativos no campo da saúde. *Rev Bras Enferm*. 2004;57(5):611-4.
17. Souza LBR, Gurlekian JA, Sabino APM, Pernambuco LA, Santos MM. Avaliação do risco vocal em professores do ensino fundamental. *Rev. Ciênc. Méd. Biol*. 2014;13(10):18-23.
18. Houtte EV, Claeys S, Wuyts F, Van LK. the impact of voice disorders among teachers: vocal complaints, treatment-seeking behavior, knowledge of vocal care, and voice-related absenteeism. *Rev Soc Bras Fonoaudiol*. 2011;16(2):240-1.
19. Ferracciu CCS, Santos LVA, Texeira LR, Almeida MS. Coping strategies and profile voice activities participation in teachers of public schools with and without voice disorders. *Rev. CEFAC*. 2015;17(4):1184-94.
20. Pereira EF, Texeira CS, Silva-Lopes RAA. O trabalho docente e a qualidade de vida dos professores na educação básica. *Rev. Saúde Pública*. 2014;16(2):221-31.
21. Devadas U, Bellur R, Maruthy S. Prevalence and risk factors of voice problems among primary school teachers in India. *J Voice*. 2017;31(1):117.e1-117.e10 0892-1997.
22. Pizolato RA, Mialhe FL, Cortellazzi KL, Ambrozano GMB, Cornacchioni Rehder MIB, Pereira AC. Evaluation of risk factors for voice disorders in teachers and vocal acoustic analysis as an instrument of epidemiological assessment. *Rev. CEFAC*. 2013;15(4):957-66.
23. Gomes R, Nascimento EF, Araújo FC. Why do men use health services less than women? Explanations by men with low versus higher education. *Cad. Saúde Pública*. 2007;23(3):565-74.
24. Caporossi C, Ferreira LP. Sintomas vocais e fatores relativos ao estilo de vida em professores. *Rev. CEFAC*. 2011;13(1):132-9.
25. Costa V, Prada E, Roberts A, Cohen S. Voice disorders in primary school teachers and barriers to care. *J Voice*. 2012;26(1):69-76.
26. Teixeira LN, Rodrigues AL, Silva FM, Silveira RCP. As possíveis alterações no estilo de vida e saúde de professores. *R. Enferm. Cent. O. Min*. 2015;5(2):1669-83.
27. Moraes EPG, Azevedo RR, Chiari BM. Correlação entre voz, autoavaliação vocal e qualidade de vida em voz de professoras. *Rev. CEFAC*. 2012;14(5):892-900.
28. Lima-Silva MFB, Ferreira LP, Oliveira IB, Silva MAA, Ghirardi ACAM. Distúrbio de voz em professores: autorreferência, avaliação perceptiva da voz e das pregas vocais. *Rev. Soc. Bras Fonoaudiol*. 2012;17(4):391-7.
29. Rabelo ATV, Guimarães ACF, Oliveira RC, Fragoso LB, Santos JN. Evaluation and perception of teachers on the effects of sound pressure level in the classroom. *Distúrb. Comun*. 2015;27(4):715-24.
30. Munier C, Farrell R. Working conditions and workplace barriers to vocal health in primary school teachers. *J Voice*. 2016;30(1):127.e31-127.e41.
31. Abo-Hasseba A, Waaramaa T, Alku P, Geneid A. Difference in voice problems and noise reports between teachers of public and private schools in upper Egypt. *J Voice*. 2017;31(4):508.e11-508.e16.
32. Servilha EAM, Correia JM. Correlation between environment, work organization conditions, voice symptoms self-reported by university professors and speech-language pathology assessment. *Distúrb. Comun*. 2014;26(3):452-62.