

A saúde vocal do professor: uma análise comparativa entre os docentes de música e de outras matérias

Rita de Cássia Fucci Amato
Faculdade de Música Carlos Gomes
fucciamato@terra.com.br

<http://buscatextual.cnpq.br/buscatextual/visualizacv.jsp?id=K4772900Z0>

Marcela Maia Carlini
Faculdade de Música Carlos Gomes
marcelacarlini@hotmail.com

<http://buscatextual.cnpq.br/buscatextual/visualizacv.jsp?id=K4290367Z9>

Sumário:

Esta pesquisa visa efetuar uma comparação da saúde vocal docente entre o educador musical de escolas especializadas e o professor de outras matérias em escolas regulares. Assim, como metodologia de pesquisa, foi aplicado um questionário de avaliação vocal (*anamnese*) a 37 (trinta e sete) profissionais, sendo 11 (onze) docentes da área de música e 26 (vinte e seis) professores de outras disciplinas. O estudo mostrou que tanto educadores musicais quanto professores de outras disciplinas na escola regular apresentam, semelhantemente, algumas dificuldades de manutenção da saúde vocal, embora, em geral, não haja índices alarmantes em nenhum dos casos, à exceção do nível de conhecimento sobre a voz.

Palavras-Chave: saúde vocal; educação musical; voz profissional; educação infantil; educação básica.

1. Introdução

Atualmente, vem crescendo o número de pesquisas e estudos sobre a saúde vocal de profissionais de diferentes áreas de atuação, incluindo aqueles que focam a voz do professor. Tais estudos trazem dados importantes sobre as principais queixas, os abusos vocais mais cometidos, suas conseqüências e as dificuldades encontradas no dia a dia do trabalho docente. No entanto, há uma lacuna quanto a estudos que enfoquem especificamente a voz do professor de música. Talvez as dificuldades encontradas no cotidiano de seu trabalho sejam bem próximas às dos outros professores: será que, por ser da área de música, o educador musical possui mais informações a respeito da saúde vocal e preserva mais sua voz? Haveria diferenças nos hábitos de higiene e saúde vocal do educador musical em relação ao professor generalista ou de outras matérias?

Visando investigar tais questões, esta pesquisa analisou a saúde vocal de docentes que lecionam em escolas regulares e especializadas na área de educação musical e trabalham com crianças na faixa etária dos 3 (três) aos 12 (doze) anos, correspondente à educação infantil e aos primeiros anos do ensino fundamental. O instrumento de coleta de dados utilizado foi um questionário semi-estruturado com informações sobre o histórico pessoal de hábitos e atitudes corporais relevantes do ponto de vista da avaliação vocal – a *anamnese*.

2. Metodologia

O estudo foi desenvolvido junto a 3 (três) escolas particulares no estado de São Paulo e com professores de diversas escolas de música. A pesquisa foi realizada por meio de um questionário, com 37

(trinta e sete) profissionais, sendo 11 (onze) docentes da área de música e 26 (vinte e seis) professores – generalistas ou de outras matérias – de escolas regulares. Por meio de tal questionário, do tipo *anamnese*, os professores avaliaram as características de sua voz, seus cuidados específicos com a alimentação, problemas alérgicos, históricos de doenças, percepção acerca de alterações vocais, entre outras questões, em um total de 23 (vinte e três) questões abertas. Através desse instrumento de pesquisa pudemos comparar como estes dois profissionais utilizam suas vozes, obtendo informações sobre os abusos e queixas mais frequentes e os transtornos vocais que mais atingem estes profissionais.

A *anamnese* é o instrumento mais utilizado para registrar o histórico e a percepção do indivíduo acerca de sua voz. Esse instrumento é frequentemente utilizado por profissionais da área da saúde (médicos, fonoaudiólogos, otorrinolaringologistas, etc.) para estudar o princípio e evolução de um distúrbio até a sua primeira avaliação clínica. Segundo Barros e Carrara-De Angelis (2002), a *anamnese* estabelece um roteiro do indivíduo com seus transtornos e por diversas vezes é o fundamento do sucesso de um tratamento.

A origem da utilização da *anamnese* como instrumento de avaliação médica remonta à Grécia Antiga, considerada o berço da medicina.

Qual a ajuda trazida pelo paciente ao médico? Sua memória. O médico antigo praticava com o paciente a *anamnese*, isto é, a reminiscência. Por meio de perguntas, o médico fazia o paciente lembrar-se de todas as circunstâncias que antecederam o momento em que ficara doente e as circunstâncias em que adoecera, pois essas lembranças auxiliavam o médico a fazer o diagnóstico e a receitar remédios, cirurgias e dietas que correspondiam à necessidade específica da cura do paciente. (Chauí, 2006: 139)

Assim, a memória do indivíduo e sua propriocepção corporal são as instâncias determinantes nesse processo de avaliação, promovendo, concomitantemente, uma reflexão do indivíduo acerca de suas atitudes e de sua própria saúde física. O entendimento de Costa e Andrada e Silva (1998, p.142-3) referente à *anamnese* é recuperar a história de cada pessoa e a sua dinâmica vocal, instituindo uma proximidade entre o terapeuta e o cliente por meio do amplo leque de questionamentos e reflexões que são permutados.

3. Revisão de literatura

Uma vasta literatura da área de fonoaudiologia tem focalizado o tema da saúde e higiene vocal (Behlau, 1998; Colton e Casper, 1996; Rodrigues, Azevedo e Behlau, 1995). As alterações vocais, apesar de via de regra serem consideradas de menor importância, são essenciais para a qualidade de vida do indivíduo (cf. Kasama e Brasolotto, 2007).

Com relação à voz do professor, tem sido crescente o número de pesquisas desenvolvidas nos últimos anos no Brasil. Em um estudo sobre a docência no ensino fundamental, Grillo e Penteadó (2005: 330) destacaram que há “demandas e necessidades específicas relacionadas ao uso profissional da voz, sob longas jornadas e precárias condições de trabalho que se repetem ao longo dos anos”.

Gonçalves (2004) mostrou que é frequente a hipersolicitação vocal por parte dos docentes investigados – professores da rede municipal de ensino de Belo Horizonte – que frequentemente gritam e distorcem a voz durante as aulas. Ainda destacou que, apesar de terem estratégias de preservação vocal, como a utilização de dinâmicas didáticas alternativa e a busca por evitar a competição sonora, tais atitudes são dificultadas pela própria configuração do espaço escolar (e.g.: ruído externo e excesso de alunos em sala de aula).

Simões e Latorre (2006) investigaram a saúde vocal de educadoras em creches da cidade de São Paulo, registrando em 80% dos profissionais a presença de alterações na voz. Em grande parte, os problemas têm caráter moderado e se manifestam intermitentemente, o que faz com que somente um quarto das educadoras tenha procurado algum tipo de tratamento. Quatro quintos das professoras atribuem os problemas vocais aos abusos cometidos na produção falada. As autoras ainda notaram a correlação entre a percepção dos educadores e a real detecção de alterações vocais por avaliação especializada.

Vale citar ainda o estudo de Penteadó (2007: 21), que concluiu: “a investigação, acerca das percepções e das maneiras de professores lidarem com o seu processo saúde-doença-cuidado relacionado à voz, permitiu evidenciar distanciamentos, entre as necessidades docentes, e aquilo que as tradicionais ações educativas fonoaudiológicas em saúde vocal costumam oferecer”.

4. Breve comentário sobre os resultados

4.1. Professores de outras matérias (escolas regulares)

A maioria dos professores que trabalham em escolas regulares enfrenta salas de aula numerosas, atingindo um número de alunos que varia entre 20 a 30 por turma, o que ocasiona uma maior produção vocal (um aumento de intensidade na voz falada) por parte do docente, a fim de atender às necessidades do alunado no processo de ensino-aprendizagem, ou seja, de se fazer ouvir e manter a atenção de todos na sala.

Os números dos professores que já sofreram com algum tipo de problema vocal e dos que nunca sofreram é muito próximo, podendo daqui a alguns anos se equivaler, uma vez que esses que nunca sofreram algum problema podem a vir desenvolver ainda algum distúrbio vocal, pelos poucos cuidados que apresentam em classe. Assim, por exemplo, praticamente todos eles não fazem nenhum tipo de aquecimento vocal antes das aulas, como medida preventiva à coibição do abuso vocal. Ademais, tais profissionais também não fazem um trabalho de hidratação adequado durante as aulas e a maioria nunca teve acompanhamento fonoaudiológico especializado. Sendo a voz o instrumento principal de trabalho do professor, é alarmante a falta de informação e desconhecimento sobre os cuidados com a própria voz e também no que diz respeito à fisiologia vocal e sua importância na produção falada.

Por outro lado, um dado positivo a ser destacado é que todos os entrevistados não são consumidores de bebidas alcoólicas e não são fumantes.

4.2. Professores de música

A maioria dos educadores musicais entrevistados trabalha em escolas especializadas, em salas de aula com um menor número de alunos em comparação com os discentes de escolas regulares.

Os índices de professores que não ficam com a voz rouca após as aulas e dos que ficam são muito próximos, o mesmo sendo notado em relação aos professores que já tiveram algum tipo de problema vocal e os que nunca tiveram. Ademais, a maioria dos profissionais respondeu que ao fim do dia a voz está rouca e cansada.

Cabe notar, por outro lado, que cerca da metade dos docentes declararam realizar aquecimento vocal antes de ministrar suas aulas, o que desvela um especial cuidado com a manutenção de sua saúde vocal. Outros dados positivos são que grande parte dos professores tomam água constantemente durante as aulas e que nenhum entrevistado consome bebidas alcoólicas ou fuma. A maioria possui algum tipo de cuidado com a alimentação e, ainda, pratica exercícios físicos regularmente.

Apesar de os dados supracitados mostrarem alguns tipos de cuidados com a voz, como aqueles referente à hidratação, à alimentação e à prática esportiva, registra-se que a maioria dos educadores musicais não tem conhecimento sobre o termo fisiologia (e o conteúdo abordado por essa área do conhecimento), tendo lido muito pouco sobre o assunto.

4.3. Comparação

A porcentagem de professores regulares e professores de música que já tiveram algum problema de voz é equivalente. Entretanto, o índice de professores regulares que não fazem nenhum tipo de aquecimento vocal antes das aulas é muito superior aos dos professores de música.

Considerando a proporção do número de professores entrevistados, a queixa mais freqüente por parte dos mesmos ao fim do dia é a sensação de coceira e garganta seca. Entre os professores de música entrevistados, a maioria respondeu que, ao fim do dia, considera sua voz rouca. Já entre os professores regulares houve um número muito próximo dos que consideram sua voz boa ou normal ao fim do dia. Por outro lado, enquanto praticamente todos professores de música têm o hábito de tomar água durante as aulas, entre os professores regulares apenas 46% responderam que fazem o consumo de água durante as aulas. Em contraste, enquanto cerca de 20% dos docentes de escolas regulares se automedicam quanto têm algum problema vocal, no caso dos educadores musicais esse índice sobe para aproximadamente 40%. A maioria dos profissionais declarou ingerir pastilhas e fazer gargarejos, que constituem medidas paliativas na promoção da saúde vocal, e 36% dos professores de música já fizeram algum tipo de acompanhamento com fonoaudiólogo, contra apenas 15% dos professores regulares entrevistados.

Em geral, todos os entrevistados mostraram uma boa qualidade de vida relativamente ao fato de não consumirem bebidas alcoólicas e não fumarem. Além disso, os exercícios físicos mais comuns entre os professores entrevistados são a caminhada, a bicicleta e a frequência à academia.

A exposição à poluição, porém, se revela no dado do alto índice (dentre todos os professores, em média de 40%) de ocorrência de sintomas alérgicos, sendo a queixa mais frequente a referente à rinite.

Quanto à porcentagem de professores que não sabem quase nada sobre o termo fisiologia da voz, leram pouca coisa relacionada a este assunto e quase nunca assistiram nenhuma palestra à respeito, esta é muito elevada em ambos os casos, alcançando os índices de cerca de 72% dentre os educadores musicais e 64% dentre os demais professores.

5. Considerações finais

Tanto educadores musicais quanto professores de outras disciplinas na escola regular apresentam, semelhantemente, algumas dificuldades de manutenção da saúde vocal, embora, em geral, não haja índices alarmantes em nenhum dos casos, à exceção do nível de conhecimento sobre a fisiologia da voz. Portanto, a pesquisa revela a necessidade de (in)formação dos professores sobre a produção vocal e suas interferências na vida profissional, uma vez que, embora estejam inseridos na categoria de profissionais da voz, carecem de noções elementares de fisiologia vocal, incluindo hábitos de higiene e saúde vocal, fato o que pode provocar, aos longos dos anos de atividade, a redução da qualidade didática da performance docente durante as aulas, gerando dificuldades no processo de transmissão e assimilação do conteúdo ministrado. Igualmente, convém destacar que alguns danos ao aparelho fonador podem ser irreversíveis, como o caso de nódulos vocais (sujeitos à cirurgia); uma informação bem transmitida e assimilada com relação à produção vocal, entretanto, reduzirá muito a ocorrência de tais situações.

Referências Bibliográficas

- Barros, A. P. B.; Carrara-De Angelis, E. (2002). Avaliação perceptivo-auditiva da voz. In: Dedivitis, R.; Barros, A. P. B. (Orgs.). *Métodos de avaliação e diagnóstico de laringe e voz*. São Paulo: Lovise. p.185-200.
- Behlau, M. S. (1998). *Laringologia e voz hoje*. Rio de Janeiro: Revinter.
- Chauí, M. (2006). *Convite à filosofia*. 13 ed. São Paulo: Ática.
- Colton, R. N.; Casper, J. K. (1996). *Compreendendo os problemas de voz: uma perspectiva fisiológica ao diagnóstico e ao tratamento*. Porto Alegre: Artes Médicas.
- Costa, H. O.; Andrada e Silva, M. A. (1998). *Voz cantada: evolução, avaliação e terapia fonoaudiológica*. São Paulo: Lovise.
- Gonçalves, G. (2004). Uso profissional da voz em sala de aula e organização do trabalho docente. *Trabalho e educação*, Belo Horizonte, v.13, n. 2, p. 205-205.
- Grillo, M. H. M. M.; Penteadó, R. Z. (2005). Impacto da voz na qualidade de vida de professor(a)s do ensino fundamental. *Pró-Fono*, Barueri, v. 17, n. 3, p.321-330.
- Kasama, S. T.; Brasolotto, A. G. (2007). Percepção vocal e qualidade de vida. *Pró-Fono*, Barueri, v. 19, n. 1, p.19-28.
- Penteadó, R. (2007). Relações entre saúde e trabalho docente: percepções de professores sobre saúde vocal. *Revista da Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia*, São Paulo, v.12, n.1, p.18-22.
- Rodrigues, R.; Azevedo, S.; Behlau, M. (1995). Considerações sobre a voz profissional falada. In: Marchesan, I.Q.; Zorzi, J.L.; Gomes, I.C.D. *Tópicos em Fonoaudiologia*. Vol. 3. São Paulo: Lovise.
- Simões, M.; Latorre, M. (2006). Prevalência de alteração vocal em educadoras e sua relação com a auto-percepção. *Revista de Saúde Pública*, São Paulo, v.40, n.6, p.1013-1018.