

Título: “SAÚDE VOCAL DO PROFESSOR”

Autor:

Mariana Freire Oliveira Martin da Silva¹

Serviços de Saúde:

- 1- CEREST – Centro Regional de Referência em Saúde do Trabalhador

Palavras Chave:

Distúrbios da voz, Promoção da Saúde do Trabalhador, Prevenção de doenças

Introdução

Os distúrbios da voz ocorrem principalmente entre os trabalhadores que no contexto ocupacional utilizam a voz como fundamental para o desenvolvimento de seu trabalho. Os distúrbios da voz podem ser originados na relação entre os fatores orgânicos, ocupacionais, comportamentais e de estilo de vida. Diversos estudos relacionam a atividade ocupacional com o distúrbio da voz e fatores do ambiente e de organização do trabalho, como jornadas de trabalho prolongadas, sobrecarga e acúmulo de atividades, ausência de pausas para descanso e demanda vocal excessiva que são fatores de risco para o aparecimento e agravamento dos distúrbios da voz.

Objetivos

Ampliar o projeto “Saúde Vocal do Professor” no município de Jundiaí, identificando o perfil vocal e as questões do ambiente de trabalho e realizar ações de educação e capacitação desses profissionais para a prevenção de tais distúrbios.

Métodos

O projeto “Saúde Vocal do Professor” envolve três fases: Avaliação do ambiente de trabalho e do perfil vocal e auditivo do grupo, educação em saúde vocal e treinamento. A fonoaudióloga do CEREST realiza visitas nas escolas e por aproximadamente duas horas são apresentados e discutidos assuntos relativos à saúde vocal. Inicialmente, são levantados os perfis vocais e auditivos, através de questionário de identificação vocal e triagem auditiva, além das observações do ambiente de trabalho. No CEREST são realizadas avaliações audiológicas e acompanhamento da saúde auditiva para os professores que não passaram na triagem de audição e acompanhamento fonoaudiológico em terapia de voz, para os professores que apresentam distúrbios vocais diagnosticados. Os temas abordados no projeto são: “O ruído e os efeitos auditivos e extra auditivos na comunicação”, “Voz-Noções de anatomia e fisiologia vocal na produção vocal”, “Psicodinâmica vocal”, “Saúde vocal”, “A voz do professor – Orientações quanto aos hábitos vocais, postura e relaxamento, ambiente de trabalho”, sendo finalizado com uma “Oficina de voz”, onde são apresentados e vivenciados pelo grupo, exercícios para a prática diária: respiração, relaxamento, exercícios para aquecimento e desaquecimento vocal, alongamento do trato vocal e adequação de tônus e força muscular. Encerrado o projeto, os dados obtidos são tabulados e um relatório é enviado para a escola para ciência de todos os participantes.

Resultados

Os resultados observados através da aplicação desse projeto indicam que a alta incidência dos distúrbios vocais entre os professores é decorrente da interação de fatores diversos, como a falta de conscientização para o uso correto da voz, ambientes de trabalho adversos e ausência de ações profiláticas, apontando para a necessidade da continuidade das ações de educação e prevenção para este grupo de trabalhadores.

Conclusão

Através do trabalho contínuo de educação, treinamento e acompanhamento dos professores esperamos reduzir os casos dos distúrbios da voz relacionados ao trabalho, havendo melhora na saúde vocal e na qualidade de vida.

Referências Bibliográficas

1. Behlau M. Pontes P. Avaliação e Tratamento das Disfonias. Editora Lovise. 1995
2. Ferreira LP, Bittante IO. Voz profissional: O profissional da voz. Pró Fono. 1998
3. Ferreira LP, Oliveira SRF, organizadores. Voz profissional – Produção científica da fonoaudiologia brasileira. Roca. 2004
4. Centro de Referência em Saúde do Trabalhador. Coordenadoria de Controle de Doenças. Secretaria de Estado da Saúde de São Paulo. Centro de Vigilância em Saúde. Distúrbios da voz relacionados ao trabalho. BEPA 2006 (periódico na internet).