

# Promoção à saúde vocal em homens transgêneros

## Promotion of vocal health in transgenders men

## Promoción de la salud vocal en hombres transgénero

Eduardo Ramos da Silva\* 

Sandra Maria de Alencastro de Oliveira\* 

Maria Gabriella Pacheco da Silva\* 

### Resumo

**Objetivo:** Relatar a experiência da assistência fonoaudiológica na promoção à saúde vocal em homens transgêneros. **Método:** Trata-se de um estudo descritivo, qualitativo do tipo relato de experiência desenvolvido a partir das vivências do projeto de extensão universitária. O campo de práticas aconteceu em uma universidade privada, durante o segundo semestre do ano de 2019. Participaram oito homens trans com faixa etária entre 19 a 24 anos. Os atendimentos aconteceram uma vez por semana, em formato individual, pautados na integralidade, ou seja, as condutas terapêuticas foram adotadas a partir das necessidades e demandas dos sujeitos. Foi realizada uma avaliação vocal e aplicados instrumentos de avaliação vocal. **Resultados:** A principal queixa referida pelos participantes foi a oscilação entre grave e agudo da voz durante sua comunicação e atividades de vida diária. Observou-se a satisfação dos participantes quanto aos exercícios vocais de fonoterapia. **Considerações finais:** A assistência fonoaudiológica, no âmbito da população trans, tem mostrado sua importância no aprimoramento vocal, tornando-se mais um campo de atuação da Fonoaudiologia.

**Palavras-chave:** Voz; Saúde pública; Fonoaudiologia; Qualidade da voz; Pessoas Transgênero.

### Abstract

**Objective:** To report the experience of speech therapy assistance in promoting vocal health in transgender men. **Method:** It is a descriptive, qualitative study of the experience report type developed from the experiences of the university extension project. The practice field took place at a private university, during the second semester of 2019. Eight trans men aged between 19 and 24 years participated.

\* Centro Universitário São Miguel - UNISÃO MIGUEL - Recife – Pernambuco (PE) - Brasil.

#### Contribuição dos autores:

ERS: concepção do estudo, coleta de dados, metodologia e redação do artigo.

SMAO: orientação da interpretação dos dados, revisão crítica e aprovação final.

MGPS: orientação do estudo e redação, revisão e aprovação final da versão a ser publicada.

**E-mail para correspondência:** Eduardo Ramos da Silva - [eduardo.ramos.fono@gmail.com](mailto:eduardo.ramos.fono@gmail.com)

**Recebido:** 14/07/2020

**Aprovado:** 03/11/2020

The consultations took place once a week, in an individual format, guided in full, that is, the therapeutic behaviors were adopted based on the needs and demands of the subjects. A vocal assessment was carried out and vocal assessment instruments were applied. **Results:** The main complaint mentioned by the participants was the oscillation between low and high voice during their communication and activities of daily living. Participants' satisfaction with vocal therapy exercises was observed. **Final considerations:** Speech therapy assistance, in the context of the trans population, has shown its importance in vocal improvement, becoming another field of action of Speech Therapy.

**Keywords:** Voice; Public Health; Speech, Language and Hearing Sciences; Voice quality; Transgender persons.

## Resumen

**Objetivo:** Informar la experiencia de la asistencia de terapia del habla en la promoción de la salud vocal en hombres transgénero. **Método:** Se trata de un estudio descriptivo, cualitativo del tipo relato de experiencia desarrollado a partir de las experiencias del proyecto de extensión universitaria. El campo de práctica se llevó a cabo en una universidad privada, durante el segundo semestre de 2019. Participaron ocho hombres trans de entre 19 y 24 años. Las consultas se realizaron una vez por semana, en formato individual, guiadas en su totalidad, es decir, se adoptaron las conductas terapéuticas en función de las necesidades y demandas de los sujetos. Se realizó una evaluación vocal y se aplicaron instrumentos de evaluación vocal. **Resultados:** La principal queja mencionada por los participantes fue la oscilación entre voz baja y alta durante su comunicación y actividades de la vida diaria. Se observó la satisfacción de los participantes con los ejercicios de terapia vocal. **Consideraciones finales:** La asistencia de terapia del habla, dentro de la población trans, ha demostrado su importancia en la mejora vocal, convirtiéndose en otro campo de acción de la terapia del habla.

**Palabras clave:** Voz; Salud Pública; Fonoaudiología; Calidad de la Voz; Personas Transgénero.

## Introdução

A Política Nacional de Saúde Integral de Lésbicas, Gays, Bissexuais, Travestis e Transexuais (PNSI-LGBT), elaborada em 2012, foi um marco no reconhecimento das necessidades dessa população, pois considera a orientação sexual e a identidade de gênero como Determinantes Sociais da Saúde (DSS). Nesse contexto, a estratégia de promoção da saúde, somada à perspectiva dos DSS, visa à mitigação das iniquidades e desigualdades em saúde, com o estabelecimento de diretrizes voltadas à garantia do direito à saúde assegurando, assim, o acesso universal e igualitário no Sistema Único de Saúde (SUS)<sup>1</sup>.

A Política Nacional Integral LGBT Lésbicas, Gays, Bissexuais, Travestis e Transexuais institui o acesso e o acolhimento integral no SUS, possibilitando a visibilidade da população que desde a década de 1970 luta pelos direitos igualitários e o combate à discriminação. Essa conquista, embora incipiente em algumas regiões do país, favoreceu a ampliação do Processo Transexualizador (PrTr)

e a utilização do nome social no âmbito dos serviços públicos de saúde. Ressalta-se que o processo transexualizador compreende um conjunto de estratégias que visa contemplar a integralidade da atenção, o trabalho interdisciplinar e multidisciplinar, o acesso humanizado e livre de discriminação em todos os níveis de atenção à saúde. A Atenção Básica deve ser a principal porta de entrada do usuário, sendo a responsável pela referência para a Atenção Especializada do Processo Transexualizador na modalidade ambulatorial e Atenção Hospitalar<sup>1,2</sup>.

Estudos revelam a existência de barreiras no acesso aos serviços de saúde, caracterizado por episódios de transfobia, travestifobia e desrespeito ao nome social, evidenciando o despreparo dos profissionais de saúde ao público LGBT<sup>3,4</sup>. Saliencia-se que a conjuntura social para a população transgénero é bastante difícil, pois enfrentam além do preconceito pela sociedade brasileira, o estigma impresso pelas questões de gênero, nas quais se trata de “homem verdadeiro” somente aquele que nasceu biologicamente com o sexo masculino<sup>5</sup>.

O conceito de gênero parte de uma construção de identidade social e de uma autopercepção que

independem do sexo biológico, ou seja, o gênero é a forma de se identificar pessoalmente e socialmente como homem, mulher e outras definições. Sexo, por conseguinte, é uma forma de classificar biologicamente as pessoas em machos ou fêmeas, tendo como base características orgânicas, tais como: cromossomos, níveis hormonais, órgãos reprodutivos e genitais. Dessa forma, o homem transgênero (ou, simplesmente homem trans) é aquele que nasceu biologicamente com a genitália feminina, mas se identifica psico e socialmente com o gênero masculino<sup>5,6</sup>.

Entre as características que permitem a passabilidade está a voz humana, compondo parte importante da construção de nossa identidade durante a comunicação oral, envolvendo desde aspectos físicos, emocionais, étários, de gênero e de personalidade. A não conformidade com a voz já tem sido evidenciada na literatura em impactos negativos à população transgênero que tem buscado nos últimos anos os ambulatórios e clínicas fonoaudiológica para readequação vocal à nova identidade de gênero. Entretanto, os estudos que tratam de promoção à saúde vocal em homens trans são escassos, evidenciando a necessidade de trazer maiores contribuições para a atuação fonoaudiológica<sup>7,8,9</sup>.

Nessa perspectiva, o projeto de extensão universitária surge como estratégia para proporcionar à comunidade o acesso às ações e serviços desenvolvidos na universidade, desempenhando um papel social frente às reais necessidades da população. Dessa forma, com intuito de viabilizar práticas assistenciais de promoção e educação em saúde vocal aos homens trans, a extensão universitária corrobora para a promoção do cuidado integral, reafirmando o sujeito à sua identidade de gênero, não somente às características físicas e vocais. Salienta-se que a voz pode ser uma razão de discriminação e preconceito por não estar em conformidade com a identidade de gênero, somando-se a outros fatores responsáveis pelo processo de adoecimento e sofrimento da população transgênero<sup>10,11</sup>.

Diante do exposto, o objetivo deste trabalho é relatar a experiência da assistência fonoaudiológica na promoção à saúde vocal em homens transgêneros.

## Descrição da experiência

Trata-se de um estudo descritivo, qualitativo, do tipo relato de experiência desenvolvido a

partir das vivências do projeto de extensão: Voz e identidade promoção à saúde vocal em homens transgênero. O projeto possui como objetivo promover a saúde vocal aos homens trans através de orientações sobre cuidados com a voz e exercícios vocais, visando o aprimoramento da voz como componente de identidade. O campo de práticas aconteceu em uma universidade privada, durante o segundo semestre do ano de 2019. As atividades assistenciais fazem parte do projeto de extensão composto por seis alunos de Fonoaudiologia da instituição e duas professoras fonoaudiólogas com especialização em Voz e Saúde Coletiva.

Os atendimentos aconteceram uma vez por semana, no período da tarde, em formato individual, pautados na integralidade, ou seja, as condutas terapêuticas foram adotadas a partir das necessidades e demandas dos sujeitos. Participaram oito homens trans na faixa etária entre 19 a 24 anos com nível de escolaridade elevado (universitário, diversas instituições de ensino). Quanto à profissão, a maioria encontrava-se desempregado e morava sozinho ou com seu cônjuge. O tempo de cada atendimento variou entre 30 a 40 minutos, totalizando nove encontros de aprimoramento vocal durante o período de outubro a novembro de 2019. Não houve critérios de exclusão para participar.

Os atendimentos clínicos foram inicialmente agendados (Via *WhatsApp*) e em seguida foi efetuada uma triagem para coleta de dados pessoais para direcionamento do participante à sala de atendimento. Nesse momento foi realizada uma entrevista para levantamento de informações acerca da saúde vocal e outras morbidades. Também foram aplicados instrumentos de avaliação vocal, sendo eles: Escala RASATI (Avaliação Perceptiva da Fonte Glótica); Protocolo de Qualidade de Vida em Voz-QVV; Índice de Desvantagem Vocal Reduzido (IDV-10) e Questionário de Performance Vocal (QPV). As informações quanto à avaliação vocal foram compiladas através das perguntas norteadoras e serão descritas a seguir:

## Queixa principal

Observou-se que a principal queixa referida pelos participantes foi a oscilação entre grave e agudo da voz durante sua comunicação, resultando em angústias por suas vozes não estarem em conformidade com a identidade de gênero. Durante nossos encontros, desconstruiu-se o paradigma do padrão vocal heteronormativo imposto socialmente,

que designa que o homem cisgênero é aquele que deve atingir frequência vocal grave para ser considerado homem. Tal padrão social acarreta aos homens trans uma frustração, uma vez que suas vozes não se apresentam dentro do padrão socialmente exigido. Sendo um fator marcante na percepção de gênero, já há evidências que a voz tem gerado perturbações negativas na qualidade de vida das pessoas trans, influenciando diariamente e socialmente, com impactos psicossociais e distúrbios vocais<sup>7</sup>. Percebe-se que o estereótipo da voz masculina tem sido relacionado, pelos homens trans, com a satisfação pessoal de serem identificados na sociedade pelo gênero masculino, e também com a segurança em relação às violências transfóbicas sofridas por essa população<sup>2,9</sup>.

### Tratamento hormonal

Ao indagar sobre a autopercepção vocal no início da hormonioterapia os homens trans relataram que houve mudança na sua voz entre o período de um a três meses, contudo essa mudança estava acompanhada da oscilação de frequência entre grave e agudo durante a fala. Observou-se através do atendimento a satisfação de alguns participantes ao se identificarem mais com as próprias vozes mesmo com a presença de oscilações. Entretanto, alguns homens trans informaram não notar diferença da voz com uso da testosterona. Esses achados corroboram com outros estudos, referindo que as mudanças na voz de homens trans podem não ser percebidas e/ou satisfatórias, podendo, ainda, apresentar oscilações na frequência vocal<sup>12</sup>.

Notou-se que todos os participantes estavam sendo acompanhados em centros de referência de atendimento ambulatorial para o tratamento hormonal e psicológico. Quanto ao tempo de tratamento hormonal, este variou entre seis meses a dois anos. A terapia hormonal promove diversas modificações na fisiologia vocal e corporal, acarretando em um aumento de massa muscular em todo o corpo dos homens trans<sup>13,14</sup>.

Ao indagar sobre o sono durante o tratamento hormonal, o ronco foi um comportamento no sono que teve piora após o início da hormonioterapia, sendo constatado principalmente pelos cônjuges. Nossa hipótese é que, em decorrência do aumento da massa muscular, há um relaxamento das estruturas musculares da língua, úvula e palato muscular

causando um estreitamento de via aérea superior durante o sono, resultando no ronco.

Essa observação respalda-se em alguns estudos que evidenciaram alteração da qualidade do sono em mulheres na menopausa. Ressalta-se que o ronco normalmente é associado aos homens. O ronco tende a se tornar mais frequente nessa fase da vida da mulher, pois com o fim do ciclo reprodutivo, há uma queda natural dos hormônios progesterona e estrogênio. No caso dos homens trans essa queda não ocorre pela idade avançada, mas pelo uso da testosterona<sup>15</sup>. Denota-se a importância de futuras pesquisas, a fim de compreender os impactos da terapia hormonal relacionada ao sono.

### Utilização do Binder

“Binder” é um termo utilizado para itens de vestuários com finalidade de comprimir a região mamária. Percebeu-se que a maioria dos participantes que faz uso do item trouxe queixas de que precisa respirar várias vezes durante sua fala. Corroborando com o relato, dois estudos transversais realizados com população transgênero, demonstrou que 74 a 75% relataram dores no peito, ombros, costas e abdômen, enquanto que 51 a 52% informaram problemas respiratórios (como falta de ar)<sup>16,17</sup>.

A compressão da região torácica pode acarretar, para os pacientes, vários prejuízos, tais como: postura anteriorizada, rigidez muscular e problemas respiratórios, acarretando em uma diminuição da passagem de ar, gerando uma tensão nas pregas vocais e região cervical<sup>12</sup>. Ressalta-se, contudo, que a utilização do binder, embora seja uma contraindicação, está associada ao desconforto dos homens trans com suas mamas e que interfere na sua passabilidade, havendo a necessidade de orientação sobre a utilização correta.

A promoção vocal visa o aprimoramento à nova identidade de gênero, aproximando sua voz dentro dos limites anatômicos e fisiológicos, levando sempre em consideração o desejo do participante. Buscou-se propor um planejamento terapêutico individualizado e de acordo com as necessidades de aprimoramento vocal, cujos resultados foram percebidos através da satisfação dos participantes durante os exercícios vocais de fonoterapia. Dessa forma, a atuação fonoaudiológica possibilitou a ampliação do cuidado na promoção das atividades assistenciais a essa população. No entanto, por se tratar de um grupo vulnerável e minoritário, as

condições socioeconômicas influenciaram na assiduidade às terapias, denotando-se a importância de políticas públicas que garantam não apenas a inclusão, mas também a sustentabilidade da população trans na sociedade.

Observou-se que a adesão ao projeto pelos homens trans residiu na busca pela readequação vocal à sua identidade de gênero, embora a utilização da testosterona tenha trazido aos homens benefícios para a voz. O uso do hormônio não tem se mostrado suficiente para a boa qualidade vocal, demonstrando a incompatibilidade da voz com o gênero em sua vida diária. Neste contexto, a promoção à saúde vocal somada ao processo transexualizador se torna relevante aos homens trans, ultrapassando a lógica de que não necessitam de cuidados ao funcionamento vocal, principalmente quando se utiliza hormônio<sup>12</sup>. A literatura ainda apresenta limitações, especificamente em homens trans<sup>12</sup>, para compreender as representações da voz para o transgênero homem, dada a importância no estabelecimento da nova identidade de gênero, podendo ajudar nas intervenções fonoaudiológicas.

## Considerações finais

A assistência fonoaudiológica tem mostrado sua importância para a garantia da promoção à saúde integral da população trans. Ademais, a possibilidade de aprimoramento vocal tornou-se mais um campo de atuação da Fonoaudiologia, ainda que os fonoaudiólogos não estejam determinados como profissionais obrigatórios nas resoluções e portarias federais. Ressalta-se que a Fonoaudiologia pode contribuir junto à equipe multidisciplinar no processo transexualizador e proporcionar aos homens trans melhor aceitação às características inerentes às próprias vozes.

## Referências

1. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Gestão Estratégica e Participativa. Departamento de Apoio à Gestão Participativa. Política Nacional de Saúde Integral de Lésbicas, Gays, Bissexuais, Travestis e Transexuais. Brasília: 1. Reimp. – Ministério da Saúde. 2013; 32 p.
2. Popadiuk SG, Oliveira DC, Signorelli MC. A Política Nacional de Saúde Integral de Lésbicas, Gays, Bissexuais e Transgêneros (LGBT) e o acesso ao Processo Transexualizador no Sistema Único de Saúde (SUS): avanços e desafios. *Ciênc. saúde coletiva*. 2017; 22(5): 1509-20.
3. Rocon PC, Sodré F, Zamboni J, Rodrigues A, Roseiro MCFB. O que esperam pessoas trans do Sistema Único de Saúde? *Interface (Botucatu)*. 2018; 22(64): 43-53.
4. Filipiack IC, Gaspodini IB. Políticas Públicas para a população LGBT no Brasil. *Perspectivas em Psicologia*. 2020; 23(2): 40-56.
5. Jesus JG. Orientações sobre identidade de gênero: conceitos e termos. Guia técnico sobre pessoas transexuais, travestis e demais transgêneros, para formadores de opinião. DF: Brasília; 2012; 24 p.
6. Villike LP, Assunção MMS, Souza PCM, Torres TBM. Processo de identificação do transgênero e suas implicações sociais, psicológicas e afetivas. *Pretextos – Rev. Grad. Psic. PUC Minas*. 2019; (4) 8.
7. Dornelas R, Guedes-Granzotti RB, Souza AS, Jesus AKB, Silva K. Qualidade de vida e voz: a autopercepção vocal de pessoas transgênero. *AudioCommun Res*. 2020; 25: (2): 196.
8. Dornelas R, Granzotti RBG, Leite AFS, Silva K. A redesignação vocal em pessoas trans. *CoDAS*. 2017; 29 (2): 160-68.
9. Barros AL, Cavadinha ET, Mendonça AVM. A percepção de homens trans sobre a relação entre voz e expressão de gênero em suas interações sociais. *Rev. Tempus, actas de saúde colet*. 2018; 11 (4): 09-24.
10. Góes TRV, Rocha MCG, Lima BPS, Porto VFA. Extensão universitária: perfil do discente de Fonoaudiologia de uma universidade pública. *DistúrbiosComun*. 2018; 30 (3): 429-39.
11. Nascimento FG, Diniz JL, Cavalcante ASP, Neto OAP, Vasconcelos MIO. Reflexões Sobre Extensão Universitária nos Cursos de Graduação da Saúde a Partir da Produção Científica Brasileira. *Saúde em Redes*. 2019; 5(3): 207-26.
12. Azul D, Nygren U, Södersten M, Neuschaefer-Rube C. Transmasculine People's Voice Function: A Review of the Currently Available Evidence. *J Voice*. 2017; 31 (2): 261.
13. Nygren U, Nordenskjöld A, Arver S, Södersten M. Effects on voice fundamental frequency and satisfaction with voice in trans men during testosterone treatment: a longitudinal study. *J Voice*. 2016; 30(6): 766.e23-766.e34.
14. Azul, D. Transmasculine people's vocal situations: a critical review of gender-related discourses and empirical data. *Int J Lang Commun Disord*. 2015; 50(1): 31-47
15. Valiensi SM, Belardo MA, Pilnik S, Izbizky G, Starvaggi AP, Castelo Branco C. Sleep quality and related factors in postmenopausal women. *Maturitas*. 2019 May; 12(3): 73-77.
16. Peitzmeier S, Gardner I, Weinand J, Corbet A, Acevedo K. Health impact of chest binding among transgender adults: a community-engaged, cross-sectional study. *Cult Health Sex*. 2017 Jan; 19(1): 64-75.
17. Jarrett BA, Corbet AL, Gardner IH, Weinand JD, Peitzmeier SM. Chest binding and care seeking among transmasculine adults: a cross-sectional study. *Transgend Health*. 2018; 3(1): 170-178.