



Voz e Ensino a distância (EaD): proposta de um curso para professor universitário

Voice and Distance Learning: proposal of a course for a university professor

Voz y aprendizaje a distancia: propuesta de curso para un profesor universitario

Pablo Rodrigo Rocha Ferraz* 

Léslie Piccolotto Ferreira* 

Resumo

Ao longo dos anos o entendimento de que o professor sofre limitações vocais quanto à qualidade e eficiência vocal tem sido ampliado de maneira constante. Questões além dos aspectos da qualidade vocal, queixas e sintomas se somam a importante influência que o trabalho tem na saúde do professor, condicionada também por fatores sociais, econômicos, tecnológicos e organizacionais. Paralelamente, há alguns anos, estudos com o professor universitário vem ganhando espaço, pois, observa-se que o setor da educação de ensino superior, no seu processo de reestruturação e adequação ao novo cenário socioeconômico e de produção da ciência, tecnologia e inovação, gera novas demandas que implicam transformações na organização do trabalho desse profissional. Dessa forma, a presente comunicação tem como objetivo apresentar uma proposta de curso para o professor universitário na modalidade ensino a distância (EaD), como uma ferramenta de sensibilização quanto às questões da saúde vocal, orientação e conscientização de mudanças de hábitos e promoção de estratégias para adequação do ambiente e da organização do trabalho que favoreçam a melhora da qualidade de vida. Organizado como comunicação assíncrona, o curso possui uma carga-horária total de 30 horas, e é dividido em seis módulos: 1 – A voz e suas características; 2 – Voz e trabalho; 3 – Voz e corpo; 4 – Voz e seus cuidados; 5 – Técnicas vocais e 6 – Estratégias comunicativas de expressividade.

Palavras-chave: Distúrbios da Voz; Professores universitários; Ensino a distância; Treinamento da voz; Saúde do trabalhador.

* Pontifícia Universidade Católica de São Paulo – PUC-SP, São Paulo, SP, Brasil.

Contribuição dos autores:

PRRF e LPF participaram da administração do projeto, concepção e delineamento do estudo, análise e interpretação dos dados, revisão crítica do artigo e aprovação final da versão a ser publicada.

E-mail para correspondência: Pablo Rodrigo Rocha Ferraz - pablorry@uol.com.br

Recebido: 21/03/2021

Aprovado: 26/05/2021



Abstract

Over the years, the understanding that the teacher suffers from vocal limitations in terms of vocal quality and efficiency has been steadily expanded. Issues beyond the aspects of vocal quality, complaints and symptoms are added to the important influence that the work has on the teacher's health, also conditioned by social, economic, technological and organizational factors. Simultaneously, studies with the university professor have been gaining space for a few years since we observe that higher education sector, in its process of restructuring and adaptation to the new socioeconomic scenario and the production of science, technology and innovation generates new demands that imply changes in the work organization of this professional. Thus, this communication presents a course proposal for the university teacher in distance education (DE) modality, as a tool to raise awareness of vocal health issues, changes in habits and promotion of strategies for environment adjustments and organization of the job that favor the improvement of quality of life. Organized as asynchronous communication, the course has a total workload of 30 hours, and is divided into six modules: 1 - The voice and its characteristics; 2 - Voice and work; 3 - Voice and body; 4 - Voice and its care; 5 - Vocal techniques and 6 - Communicative strategies of expressiveness.

Keywords: Voice Disorders; Faculty; Distance education; Voice Training; Occupational Health.

Resumen

A lo largo de los años, la comprensión de que el maestro sufre de limitaciones vocales en términos de calidad y eficiencia vocal se ha ampliado constantemente. Temas más allá de los aspectos de calidad vocal, quejas y síntomas se suman a la importante influencia que tiene el trabajo en la salud del docente, condicionada también por factores sociales, económicos, tecnológicos y organizativos. Al mismo tiempo, los estudios con el profesor universitario vienen ganando espacio desde hace algunos años, ya que se observa que el sector de la educación superior, en su proceso de reestructuración y adaptación al nuevo escenario socioeconómico y la producción de ciencia, tecnología e innovación, genera nuevas demandas que implican cambios en la organización del trabajo de este profesional. Así, esta comunicación tiene como objetivo presentar una propuesta de curso para el profesor universitario en educación a distancia (DE), como herramienta de sensibilización en temas de salud vocal, orientación y sensibilización sobre cambios de hábitos y promoción de estrategias de adaptación al entorno y organización del trabajo, que favorecen la mejora de la calidad de vida. Organizado como comunicación asincrónica, el curso tiene una carga de trabajo total de 30 horas, y se divide en seis módulos: 1 - La voz y sus características; 2 - Voz y trabajo; 3 - Voz y cuerpo; 4 - Voz y su cuidado; 5 - Técnicas vocales y 6 - Estrategias comunicativas de expresividad.

Palabras clave: Trastornos de la Voz; Docentes; Educación a Distancia; Entrenamiento de la Voz; Salud Laboral.

Introdução

Ao longo dos anos, o entendimento de que o professor, dentro do contexto de uso profissional da voz, sofre limitações vocais quanto à qualidade e eficiência vocal tem sido ampliado de maneira constante.

Apesar de inúmeros estudos demonstrarem que é a categoria mais pesquisada por fonoaudiólogos, na área referente à voz, devido maior ocorrência de alterações vocais (professores – 63% e não professores – 35,8%)^{1,2}, pela intensa demanda vocal e

relação com os aspectos do próprio trabalho³, pela presença de fatores de risco no ambiente escolar seja de ensino infantil ou fundamental^{1,3} e pelo favorecimento do absenteísmo⁴, outros estudos^{3,5} acrescentam que a profissão tem sofrido progressivo desgaste social ao longo dos últimos anos, por inúmeras razões e, como resultado, há crescente associação da atividade docente com várias morbidades, sendo os distúrbios psíquicos e vocais as principais causas de afastamento do trabalho^{5,6}.

Alguns autores⁵ afirmam que o trabalho exercido e a sua natureza têm importante influência

na saúde do profissional sendo condicionada por fatores sociais, econômicos, tecnológicos e organizacionais. Ainda postulam que os resultados de seu estudo apontam para o crescimento de ocorrências de doenças e agravos relacionados ao trabalho, para professores universitários, seguido de professores de educação física e professores do ensino médio e em terceira posição, os professores da educação infantil/creche, seguidos dos professores do ensino fundamental (primeiro ao nono ano).

Nessa direção, os riscos relacionados à organização do trabalho que trazem prejuízos à voz e à saúde dos docentes podem estar relacionados a inúmeros fatores como, local de trabalho inadequado (presença de ruído, ventilação inadequada, etc.), rotina de trabalho (jornada prolongada, acúmulo de funções, demanda vocal excessiva, etc.), aspectos biológicos (envelhecimento e alterações do sistema imunológico, endocrinológico, respiratório e digestório), uso de medicações, etilismo, tabagismo e falta de hidratação³.

Além disso, outros autores^{1,7-9} ressaltam que o distúrbio da voz, por ser uma manifestação dinâmica e funcional e resultado de complexa interação de fatores biológicos, psíquicos e sociais, não pode ser definido apenas como ausência de uma voz aceitável e agradável, mas como parte de um processo de adoecimento.

Na maioria dos estudos essas questões estão relacionadas a professores que atuam no ensino fundamental e infantil, bem como, o interesse em pesquisas que correlacionam causa e efeito, voz e percepção da qualidade de vida dentro das mais variadas dimensões e identificação de sinais e sintomas vocais e das condições de trabalho¹. Dessa forma, o professor tem sido o protagonista de estudos que nos permitem questionar qual o impacto da docência na sua qualidade vocal e qual a influência dessa qualidade na eficácia de transmissão do conteúdo.

Paralelamente às questões citadas, há alguns anos e muito timidamente, estudos com o professor universitário vem ganhando espaço, pois num olhar mais amplo, observa-se que o setor da educação de ensino superior, no seu processo de reestruturação e adequação ao novo cenário socioeconômico e de produção da ciência, tecnologia e inovação, gera novas demandas que implicam transformações na organização do trabalho desse profissional¹⁰.

Mesmo que ainda sob o foco das questões de qualidade vocal, os estudos com professores uni-

versitários precisam ser mais explorados, pois muito além desses aspectos, as Instituições de Ensino Superior (IES) são caracterizadas como complexas^{5,10-12}, em que a nova configuração de trabalho decorrente das mudanças ao longo dos anos, impõe repercussões na atividade de trabalho do professor com sobrecarga na saúde em decorrência das novas exigências de organização de trabalho, por serem eles os protagonistas desse processo.

De acordo com alguns autores¹⁰, aspectos como aumento da carga-horária, aumento da produtividade acadêmica, competitividade entre os pares, redução do tempo de convivência com os colegas, atualização constante quanto às formações acadêmicas gerando “horas extras” de trabalho aos finais de semana e feriados e conseqüente redução das horas de lazer e repouso e perda da autonomia profissional são apontados como fatores de sofrimento e desgaste.

Além disso, os desafios enfrentados pelo docente e a escassez de atenção à formação do professor universitário para o desenvolvimento de uma docência sintonizada com os desafios da contemporaneidade têm mobilizado estudos de pesquisadores da área, contribuindo para o fortalecimento de uma agenda institucional¹². Embora o foco principal ainda não seja o professor, os avanços são observados na medida em que se evidencia certa disposição das Instituições de Ensino Superior (IES) em tomar como sua responsabilidade o acolhimento dos docentes ingressantes em seu quadro, destacando intencionalmente questões voltadas a um trabalho pedagógico “inovador”^{10,11,13}.

Embora grandes avanços tenham ocorrido, inúmeros estudos na área da formação de professores apontam os desafios deste século XXI em termos dos saberes, das teorias e das práticas referentes ao cotidiano docente; e neste contexto parece inevitável que os educadores tenham clareza da necessidade de se adequarem, de forma crítica e reflexiva, aos desafios e demandas educacionais apontados como referenciais deste século, superando concepções ultrapassadas do pleno desenvolvimento dos processos de ensino e de aprendizagem na sociedade atual. É nesse contexto de transformações, que o professor ainda persiste como um dos principais atores desse processo, porém, com sua formação e sua prática merecendo cada vez mais atenção¹⁴.

Apesar das evidências científicas confirmarem a relação entre o distúrbio vocal e os fatores de risco ocupacionais, verifica-se que as legislações

e políticas públicas específicas de incentivo à promoção da saúde vocal de professores têm sido predominantemente direcionadas para capacitações educativas sobre os cuidados com a voz. São escassas as intervenções nos aspectos contextuais do trabalho, como identificação e redução/eliminação dos riscos existentes à saúde vocal no ambiente e organização do trabalho, os treinamentos de aquecimento, desaquecimento e expressividade vocal, assim como as avaliações médicas e fonoaudiológicas periódicas para a identificação precoce do distúrbio vocal ⁶.

Associado à necessidade de estudos de intervenção, a forma de abordar e alcançar a categoria de professores universitários tem sido um desafio a parte. Alguns autores ¹⁵ reforçam que a modalidade de ensino a distância (EaD) se apresenta como possibilidade viável para garantir o acesso de pessoas a uma determinada informação, as quais, não teriam condições de participar de atividades presenciais como é o caso da maioria dos professores, em função da rotina e demanda de trabalho.

Tais desafios demandam formas alternativas na busca por serviços de saúde especializados e estudos demonstram que a Telessaúde pode ser uma alternativa possível e segura, tendo se popularizado e crescido exponencialmente graças às facilidades e ao alcance proporcionado pelas tecnologias de informação transpondo barreiras até então inimagináveis ¹⁶, se fortalecendo em todos níveis e modalidades educacionais ¹⁷.

Alguns estudos que envolvem a Telessaúde à Fonoaudiologia têm sido uma solução promissora, porém, o uso desta modalidade na prática clínica fonoaudiológica é recente, havendo a necessidade de verificação de práticas fonoaudiológicas à distância objetivando o treinamento e aprimoramento da fala de profissionais da comunicação ¹⁶.

Nessa direção, alguns autores⁹ ao detalharem uma intervenção na modalidade EaD feita com professores do ensino infantil e fundamental de uma rede municipal, consideram ser essa mais uma ferramenta de estímulo, para que os professores se tornem profissionais ativos e independentes, agentes de sua própria qualidade de vida.

Não por coincidência ao momento de pandemia da COVID-19 em que todos os serviços presenciais foram suspensos no país, o Conselho Federal de Fonoaudiologia (CFFa) regulamenta a Telefonaudiologia como o exercício da Fonoaudiologia, mediado por tecnologias da informação

e comunicação – TICs¹⁸, o que orientou diversas práticas fonoaudiológicas eficazes num momento singular ^{13,19,20}.

A temática voz do professor universitário associada às condições de ambiente e organização do trabalho e às estratégias de intervenção na modalidade EaD é relevante, por ser pouco explorada em relação às pesquisas com professores de outros níveis de ensino, pela possibilidade de atingir o maior número de docentes e em menor tempo e por haver nesse universo uma multiplicidade de questões que merecem dedicação quando se considera a relação do professor com seu trabalho sob o ponto de vista da voz ^{10,12}.

No cenário atual, em que o afastamento social é critério para continuidade das relações interpessoais, econômicas e educacionais, a temática voz do professor universitário associada às condições de ambiente e organização do trabalho e às estratégias de intervenção na modalidade EaD é relevante por ser pouco explorada em relação às pesquisas com professores de outros níveis de ensino, pela possibilidade de atingir o maior número de docentes e em menor tempo e por haver nesse universo uma multiplicidade de questões que merecem dedicação quando se considera a relação do professor com seu trabalho sob o ponto de vista da voz.

Portanto, dentro de práticas pedagógicas que envolvem a voz e a comunicação como estratégias de ensino e aprendizagem, o objetivo desta Comunicação é apresentar uma proposta de curso para o professor universitário na modalidade EaD, como uma ferramenta de sensibilização quanto às questões da saúde vocal, orientação e conscientização de mudanças de hábitos e promoção de estratégias para adequações ambientais e de organização do trabalho que favoreçam a melhora da qualidade de vida.

Descrição

Etapas de elaboração do Curso

Inicialmente, quando pensamos na proposta de um curso para professores universitários, sabíamos que o primeiro entrave seria selecionar estudos sobre intervenção com professores que pudessem embasar bibliograficamente a metodologia de elaboração do curso. Isso porque, o que se observa, apesar de um vasto arsenal de pesquisas que relacionam voz e professores, é o número ínfimo de estudos com intervenção. Isso fica evidente no

levantamento realizado por autores brasileiros¹, no qual apenas 6,2% dos estudos selecionados e analisados (n=500) faziam referência a algum tipo de intervenção com professores. Ampliando esse estudo, em 2014 o Departamento de Voz da Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia (SBFa) divulgou um levantamento com mais de 900 publicações comprovando como a voz do professor segue como objeto priorizado nas pesquisas dos fonoaudiólogos, interessados em compreender as condições de produção da voz no contexto de trabalho⁷.

O próximo passo foi buscar entender quem é esse professor universitário para o qual é dirigido este curso. Tal definição não é simples, tendo em vista que haverá sempre possibilidades e particularidades no ser professor, uma vez que a prática pedagógica exercida é um somatório de fatores que se constituem durante a vida, pessoal, escolar e profissional de cada um¹⁰. A convivência familiar, as experiências sociais e escolares, a formação na graduação, os cursos de atualização, a educação continuada entre outros, contribuem de uma forma ou de outra, para formar o jeito de ser de um determinado professor^{11,14,15}.

Perseguindo a literatura por um modelo ou protocolo que estabelecesse critérios mínimos para elaborar ações de promoção e intervenção na categoria de professores, observa-se que os estudos mais bem avaliados são aqueles que se utilizam de duas perspectivas: a do professor (com dados obtidos por meio da autopercepção e autorreferência dos mesmos) e a do fonoaudiólogo (através da aplicação de diversos instrumentos como questionários, triagens ou protocolos)²¹.

Nesse sentido, a mesma autora²¹ ainda afirma que a Fonoaudiologia realiza diversas ações a fim de promover o bem estar vocal do professor, as quais muitas vezes são denominadas Programa Saúde Vocal do Professor e que dependendo do profissional responsável, o foco das ações pode ser de prevenção ao distúrbio de voz, promoção e proteção da saúde vocal do professor, com diversas estratégias para diminuir o risco vocal, melhorar a qualidade de vida, entender a organização do trabalho docente, entre outras.

Buscando entender quais os fundamentos seriam a base do curso com a perspectiva de oferecer ao professor universitário informações para poder refletir sobre a voz na docência e estratégias para buscar equilíbrio do seu corpo, das suas emoções e da sua comunicação às questões de contexto

Institucional (ambiente e organização de trabalho), encontrou-se no estudo de revisão sistemática sobre intervenção vocal²², premissas interessantes que nortearam nossa decisão. Para esse estudo a intervenção vocal utilizada com professores que gera melhores resultados precisa ter uma abordagem combinada com ações diretas no funcionamento vocal (estratégias vocais para uma produção mais eficaz) e ações indiretas (informações para compreender o uso vocal, os fatores psicológicos e ambientais que podem levar à alteração de voz).

Nos últimos anos, tem sido discutida a importância de políticas que ampliem o acesso ao ensino, garantindo a qualidade e a equidade na educação^{11,23}. Nesta perspectiva, um movimento crescente encontra-se na ocorrência de cursos na modalidade EaD, os quais têm tido boa aceitação e benefícios comprovados, tais como: propiciar a escuta das necessidades do professor, configurar-se como um momento de reflexão e aquisição dos conteúdos de saúde vocal e propiciar uma tomada de posição ativa da sua saúde vocal por parte dos professores⁹.

Oportunamente, em meio à pandemia da COVID-19, as consequências como isolamento social e a suspensão das aulas presenciais de escolas e universidades, trouxeram a urgência na discussão e desenvolvimento de estratégias de EaD, na tentativa de atenuar os efeitos imediatos sobre o processo de aprendizagem²⁴. Convém ressaltar que aquilo que pode ser uma solução, também pode se tornar mais um desafio para a educação.

De posse dos fundamentos, faltava saber como seria a apresentação do curso. Nos baseamos em estudo brasileiro de intervenção com professores na modalidade EaD, no qual a forma e conteúdo foram bastante discutidos pelos autores⁸.

Convém ressaltar que apesar do início da EaD ter sido voltado à Educação, o setor da saúde aproveitou-se dos avanços tecnológicos contemporâneos e incorporou seus conceitos e práticas à Educação em Saúde, permitindo melhorar o acesso aos cuidados de saúde a grandes centros de ensino, pesquisa e assistência, à qualidade do serviço prestado, bem como à eficácia de diversas intervenções^{23,25}.

Além disso, em se tratando de professor universitário e as características que permeiam o seu fazer docente descritas anteriormente, as tecnologias aplicadas à educação possibilitam um maior acesso ao ensino superior, democratizando essa modalidade de ensino para as populações que mo-

ram nas regiões mais afastadas dos grandes centros do país, disseminando, assim, a ideia de ascensão e mobilidade social entre a classe trabalhadora ou menos privilegiada, por meio da realização de cursos à distância ¹¹.

A proposta ora apresentada foi denominada “Professor: vamos cuidar da sua voz?”, pois remete à intencionalidade de parceria entre os pesquisadores que estão por detrás do curso e os professores pretensos participantes. A estrutura deste curso, quanto à forma e conteúdo, norteadas para professores universitários, teve como fio condutor o estudo de pesquisadores brasileiros ^{8,26} cuja proposta foi voltada para professores da educação infantil e fundamental da rede municipal de São Paulo.

Destaco que o estudo é parte de um projeto de pesquisa submetido e aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa (CEP) da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo – PUC/SP sob CAAE nº 89243518.8.0000.5482.

O Curso propriamente dito

Quanto à forma, o curso “Professor: vamos cuidar da sua voz?” é organizado como comunicação assíncrona, com carga-horária total de 30 horas divididos em seis módulos, com perguntas norteadoras para reflexão realizadas antes e/ou após o início de cada módulo de acordo com a necessidade.

Os módulos são: 1 – A voz e suas características; 2 – Voz e trabalho; 3 – Voz e corpo; 4 – Voz e seus cuidados; 5 – Técnicas vocais e 6 – Estratégias comunicativas de expressividade. Cada módulo tem obrigatoriamente um *link* de acesso ao respectivo conteúdo e um item intitulado “Dicas da Semana” (vídeos).

Quanto ao conteúdo, o curso tem como proposta abordar os aspectos fisiológicos/funcionais da voz (cuidados com a voz; corpo, postura e relaxamento; articulação e ressonância; expressividade; voz e emoção) e as características da voz relacionadas ao trabalho docente no ensino superior (ambiente e organização de trabalho).

Todo o curso foi planejado para ser alocado na plataforma *Moodle*, no qual o professor tem acesso a qualquer tempo e sem qualquer interrupção. Os módulos são auto-orientados quanto ao direcionamento do material (leitura do conteúdo, visualização de vídeos e escuta de áudios, acesso a materiais complementares, preenchimento de questionários, etc.), não necessitando de um tutor.

O acompanhamento de cada professor é realizado por meio do preenchimento dos questionários disponíveis a cada módulo. As respostas de cada um ficam restritas à plataforma *on-line Google Form®*, na qual somente os pesquisadores e o setor acadêmico de Fonoaudiologia da Derdic (Divisão de Educação e Reabilitação dos Distúrbios da Comunicação – PUC/SP) têm acesso à totalidade dos questionários. Entretanto, ao final do preenchimento, cada professor recebe de forma individualizada uma resposta automática com os resultados dos questionários e as respectivas orientações. Dependendo do resultado dos questionários, o professor tem à sua disposição o acesso aos e-mails e contatos telefônicos dos pesquisadores e do Serviço de Motricidade Orofacial e Voz da Derdic.

Módulo 1 – A voz e suas características.

Inicialmente, antes de assistir o módulo, o professor é direcionado a responder os questionários Índice de Triagem de Distúrbio da Voz – ITDV ²⁷ e IDV-10 ²⁸ compilados em um único *link* do *Google Form®* e intitulado de Triagem de Distúrbio vocal e Desvantagem vocal (APÊNDICE 1).

O questionário “Professor: vamos cuidar da sua voz?” tem o objetivo de mensurar e qualificar o quanto o professor conhece sobre a sua voz. A estratégia em se utilizar o ITDV e IDV-10 se destina a identificar a presença de distúrbio de voz e possível desvantagem vocal. O professor tem acesso a esse instrumento em formato eletrônico *on-line* pelo *Google Form®* via plataforma *Moodle* na respectiva área do módulo 1. A coleta das informações por esse meio, permite acesso automático às respostas e facilita a identificação da presença do distúrbio de voz (caso presente \geq 5 sintomas em frequência às vezes e sempre) e de desvantagem vocal (com valor de corte de 7,5). Após finalizar o preenchimento do questionário, o professor recebe uma resposta automática no e-mail cadastrado, com as respectivas orientações a depender do resultado (se deve ou não procurar atendimento de um profissional da voz, um médico otorrinolaringologista e/ou fonoaudiólogo). Além disso, todos os professores participantes têm acesso ao contato dos pesquisadores e do setor de atendimento da Derdic disponível no final do questionário para que os mesmos possam entrar em contato em caso de dúvida e/ou orientação.

O módulo de entrada do curso aborda as características da voz e como ela é produzida,

além de informar sobre a percepção da voz e sua relação com a comunicação e a docência. Após o módulo será apresentado o texto “Pouca gente sabe ouvir-se” de Pedro Block, anexado como link ao final do módulo.

Módulo 2 – Voz e trabalho.

Antes da visualização do módulo apresentamos uma pergunta inicial: “Você já pensou em como se relaciona com o ambiente e a organização do seu trabalho?” A reflexão a esta pergunta conduz o professor ao conteúdo do respectivo módulo.

Este módulo traz uma reflexão sobre as condições do ambiente e organização de trabalho e como essas podem interferir no bem-estar de sua voz. Estratégias individuais e coletivas são apresentadas para informar e orientar o professor no enfrentamento das situações inadequadas do ambiente e organização de trabalho. Dentre estas, a aproximação da CIPA (Comissão Interna de Prevenção de Acidentes) como movimento coletivo para estreitar a parceria na melhoria das condições de ambiente e de organização de trabalho.

Módulo 3 – Voz e corpo.

Neste módulo o professor tem a oportunidade de ser informado acerca dos aspectos posturais, da consciência corporal durante a jornada de trabalho, da importância da relação da voz e corpo dentro de sala de aula e estratégias para auxiliar no condicionamento corporal para o dia a dia.

Ao final do módulo o professor tem acesso ao vídeo “O corpo, a voz e a palavra na comunicação” publicado na plataforma de Youtube por meio do *link* <https://www.youtube.com/watch?v=4s-2pp6BY30g>.

Adicionalmente, na página final do módulo fica disponível o texto informativo da fonoaudióloga Dra Cida Stier denominado “A linguagem corporal é uma poderosa forma de comunicação”. Essas informações auxiliam o professor a compreender a relação entre voz e corpo.

Módulo 4 – Voz e seus cuidados.

Uma vez apresentadas as informações quanto às características da voz, a influência na organização e ambiente de trabalho e a relação com o corpo, apresenta-se, neste módulo, aspectos referentes à saúde vocal, partindo de orientações quanto à saúde geral, hidratação, alimentação e vestuário,

além da reflexão sobre mitos e verdades sobre os cuidados vocais.

Ao final do módulo são disponibilizadas informações adicionais sobre cuidados com a voz elaborado pelo grupo de pesquisa do Laboratório de Voz (LaborVox/PUC/SP) por meio do *link* https://www.pucsp.br/laborvox/cuidados_vocais/cuidados_vocais.html, além das FAQs (Respostas para perguntas frequentes) para área de voz profissional elaboradas pela Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia (SBFa) e disponível no *link* https://www.sbf.org.br/portal2017/themes/2017/faqs/faq_voz_profissional.pdf.

Módulo 5 – Técnicas vocais.

A partir desse módulo, as informações são repassadas sob o ponto de vista teórico e prático sobre a respiração, articulação da fala e ressonância, informações sobre a amplificação da voz nas caixas de ressonância e a necessidade do uso equilibrado desses ressoadores para alcançar a produção de voz mais agradável, confortável e sem esforço. Para isso, ao final da exposição teórica de cada função, o professor tem acesso a um vídeo instrucional com a demonstração de execução dos exercícios vocais. Os exercícios para cada função seguem os seguintes princípios²⁹:

1. Respiração: melhorar o tempo máximo fonatório e o controle de fluxo respiratório utilizando sons facilitadores;
2. Articulação da fala: preparar a musculatura orofacial, modificar a produção de fala e facilitar a produção vocal utilizando o exercício de sobrearticulação de fala e rotação de língua no vestibulo oral;
3. Ressonância: estimular o equilíbrio fonatório entre a fonte e o filtro e reduzir o impacto na vibração das pregas vocais utilizando exercícios do trato vocal semiocluido.

Módulo 6 – Estratégias comunicativas de expressividade.

Nesse módulo, é discutida a questão da voz como veículo da emoção e expressão da personalidade e aspectos referentes à expressividade verbal e não verbal.

O intuito deste módulo é permitir ao professor o entendimento que a expressividade é o resultado de um conhecimento adquirido ao longo do curso e da percepção do impacto intencional da comunicação no falante e ouvinte.

Assim, além da visão fonoaudiológica sobre a expressividade, o professor tem acesso a um vídeo informativo sobre essa questão na ótica de outro profissional da comunicação. O vídeo está publicado na plataforma de Youtube por meio do *link* <https://www.youtube.com/watch?v=jDza15pIvzo>.

Ao concluir os módulos, o professor responde novamente o questionário Triagem de Distúrbio vocal e Desvantagem vocal (APÊNDICE 1) e, da mesma forma que antes do início do curso, tem acesso automático às respostas.

Encerramento do Curso (Avaliação do Curso e Certificado de participação)

Uma vez finalizados os seis módulos, o professor tem acesso ao tópico da plataforma Moodle intitulado “Encerramento/Avalie o curso”. Nesse tópico, é possibilitado acesso ao questionário de avaliação do curso “Professor: vamos cuidar da sua voz?” (APÊNDICE 2) em formato eletrônico *on-line* por meio de *Google Form*®. Após o preenchimento é liberado o acesso ao Certificado de participação do curso com carga-horária de 30 horas.

Considerações finais

Para elaborar o curso “Professor: vamos cuidar da sua voz?”, ampliando o escopo de intervenção para além das orientações e intervenções vocais tradicionais que é o que mais se observa na literatura, foi necessário entender primeiro o universo do professor universitário.

Observamos lacuna de (in)formação sobre o ser docente e os princípios que permeiam as práticas pedagógicas (premissas aprendidas nos cursos de licenciatura) e informações que promovam saúde vocal sob a ótica da comunicação verbal e não verbal e não apenas como produto das pregas vocais e trato vocal. Esse realmente foi um primeiro desafio, uma vez que, o que temos na literatura são principalmente pesquisas com professores do ensino infantil e fundamental.

Quanto ao uso da metodologia de EaD, nunca fez tanto sentido utilizá-la em tempos de pandemia da COVID-19. Ademais, o crescimento do EaD no Brasil tem sido reconhecido e legitimado pelas Instituições de Ensino, pelo MEC^{11,24}, pela sociedade e pelo Conselho Federal de Fonoaudiologia – CFFa¹⁸ como uma importante ferramenta de propagação de conhecimento e de democratização da informação^{23,25}.

Consideramos a publicação do Protocolo DVRT³⁰ como importante instrumento para orientar os profissionais da rede SUS (Vigilância em Saúde, Atenção Básica, média e alta complexidade), de serviços privados, serviços de saúde das empresas e Serviços Especializados de Segurança e Medicina do Trabalho (SESMT) a identificar, notificar e subsidiar as ações de vigilância dos casos de DVRTs e de seus determinantes. Nesse cenário, pode-se conceber a criação de uma linha de cuidado com fluxo assistencial na rede de saúde, uma vez que já são conhecidas as necessidades de saúde do professor.

Assim, entendemos que apesar desta proposta ser de prevenção, a viabilidade de estabelecer uma política institucional nas Universidades, poderá alavancar uma política nacional, que possa considerar os professores em todos os níveis de atuação.

Referências

1. Dragone MLS, Ferreira LP, Giannini SPP, Simões-Zenari M, Vieira VP, Behlau M. Voz do professor: uma revisão de 15 anos de contribuição fonoaudiológica. *Rev da Soc Bras Fonoaudiol*. 2010; 15(2): 289–96.
2. Behlau M, Zambon F, Guerrieri AC, Roy N. Epidemiology of Voice Disorders in Teachers and Nonteachers in Brazil: Prevalence and Adverse Effects. *J Voice*. 2012; 26(5): 665.e9-665.e18.
3. Giannini SPP, Latorre MRDO, Ferreira LP. Distúrbio de voz: definição de caso em estudos epidemiológicos. *Distúrb Comun*. 2016; 28(4): 658–64.
4. Moselli LDL, Assunção AA, Medeiros AM. Absenteism due to voice disorders in teachers: literature review, 2005-2015. *Distúrb Comun*. 2017; 29(3): 579–87.
5. Marchetti JR, Busnello GF, Kolhs M. Agravos à saúde do professor relacionados ao trabalho: revisão de literatura. *Rev Uningá Rev*. 2016; 25(3).
6. Medeiros AM, Vieira MT. Distúrbio de voz como doença relacionada ao trabalho no Brasil: reconhecimento e desafios. *Cad Saúde Pública*. 2019; 35(10): e00174219.
7. Dragone MLS, Giannini SPP, Ditscheiner ES, Andrade BMR, Ferreira LP. A voz do professor. In: Motta L, Amorim GO, Raíze T, Dragone MLS, Almeida AA, editors. *Voz Profissional: produção científica da fonoaudiologia brasileira (2008-2012)*. São Paulo: Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia; 2014. p. 1–51.
8. Ferreira LP, Souza RV, Souza AR, Burti JS, Pereira MM, Giannini SPP, et al. Intervenção fonoaudiológica com professores: análise de uma proposta realizada a distância. *Distúrb Comun*. 2019; 31(2): 234–45.
9. Pompeu ATS, Ferreira LP, Trenche CB, Souza TT, Esteves AO, Giannini SPP. Bem-estar vocal de professores: uma proposta de intervenção realizada a distância. *Distúrb Comun*. 2016; 28(2): 350–62.

10. Souza KR, Mendonça ALO, Rodrigues AMS, Felix EG, Teixeira LR, Santos MBM, et al. A nova organização do trabalho na universidade pública: Consequências coletivas da precarização na saúde dos docentes. *Ciência e Saúde Coletiva*. 2017; 22(11): 3667–76.
11. Silva ZG da, Pavão ACO. Curso de EAD: Impactos na Formação e Prática dos Professores. *Rev Iberoam Tecnol en Educ y Educ en Tecnol*. 2019; (23): 31–42.
12. Sordi MRL De. Docência no ensino superior: interpellando os sentidos e desafios dos espaços institucionais de formação. *Educ em Rev*. 2019; 35(75): 135–54.
13. Siqueira LTD, Santos AP dos, Silva RLF, Moreira PAM, Vitor J da S, Ribeiro VV. Vocal Self-Perception of Home Office Workers During the COVID-19 Pandemic. *J Voice*. 2020; S0892-1997.
14. Oliveira ESG. A formação de educadores e o uso das tecnologias digitais: a voz dos professores. In: *Formação de Professores e a Condição do Trabalho Docente*. Ponta Grossa: Atena Editora; 2019. p. 172–87.
15. Barbosa PP, Ursi S. Motivação para formação continuada em Educação a Distância: um estudo exploratório com professores de Biologia. *Rev Electrónica Enseñanza las Ciencias*. 2019; 18(1): 148–72.
16. Narece IL. Oficina para suavização de sotaque no {R} caipira em locutores: comparação entre abordagem presencial e a distância [tese]. Biblioteca Digital de Teses e Dissertações da Universidade de São Paulo; 2015.
17. Almeida AJL. As trajetórias da Educação a distância. *O Adjun Rev Pedagógica da Esc Aperfeiçoamento Sargentos das Armas*. 2019; 6(1): 31–3.
18. Conselho Federal de Fonoaudiologia. Resolução no 427, de 01 de março de 2013. Dispõe sobre a regulamentação da Telessaúde em Fonoaudiologia e dá outras providências [Internet]. 2013 [cited 2021 Jan 25]. Available from: https://www.fonoaudiologia.org.br/resolucoes/resolucoes_html/CFFa_N_427_13.htm
19. Primov-Fever A, Roziner I, Amir O. Songbirds Must Sing: How Artistic Voice Users Perceive Their Voice in Times of COVID-19. *J Voice*. 2020; In Press.
20. Cantarella G, Barillari MR, Lechien JR, Pignataro L. The Challenge of Virtual Voice Therapy During the COVID-19 Pandemic. *J Voice*. 2020; S0892-1997.
21. Aoki MCS. Elaboração e validação de um guia fonoaudiológico para ações de saúde vocal do professor [tese]. Paraná: Universidade Tuiuti do Paraná; 2019.
22. Anhaia TC, Gurgel LG, Vieira RH, Cassol M. Intervenções vocais diretas e indiretas em professores: revisão sistemática da literatura. *Audiol - Commun Res*. 2013; 18(4): 361–6.
23. Piropo TG., Amaral HO. Telessaúde, contextos e implicações no cenário baiano. *Saúde debate*. 2015; 39(104): 279–87.
24. Pierro B. Para além da sala de aula. *Revista Pesquisa Fapesp*. 2020; 292: 82–7.
25. Pereira CCA, MAchado CJ. Telessaúde no Brasil: conceitos e aplicações. *Ciênc saúde coletiva*. 2015; 20(10): 3283–4.
26. Pompeu ATS. Intervenção fonoaudiológica com professores: análise de uma proposta realizada na modalidade de Educação a Distância [dissertação]. São Paulo: Faculdade de Ciências Humanas e da Saúde da PUC-SP; 2016.
27. Ghirardi ACDAM, Ferreira LP, Giannini SPP, Latorre MRDO. Screening index for voice disorder (SIVD): Development and validation. *J Voice*. 2013; 27(2): 195–200.
28. Costa T, Oliveira G, Behlau M. Validation of the Voice Handicap Index: 10 (VHI-10) to the Brazilian Portuguese. *CODAS*. 2013; 25(5): 482–5.
29. Behlau M, Madazio G, Feijó D, Azevedo R, Gielow I, Rehder MI. Aperfeiçoamento vocal e tratamento fonoaudiológico das disfonias. In: Behlau M, editor. *Voz: O livro do especialista*. V2. Rio de Janeiro: Revinter; 2010. p. 409–564.
30. Brasil. *Distúrbio de Voz Relacionado ao Trabalho – DVRT*. Brasília: Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Departamento de Vigilância em Saúde Ambiental e Saúde do Trabalhador; 2018.

Apêndice 1 – Triagem de Distúrbios da Voz e Desvantagem vocal

I – Identificação

1. Nome completo *

2. Data de nascimento (altere o ano) *

Exemplo: 7 de janeiro de 2019

3. Sexo *

Marcar apenas uma oval.

0. feminino

1. masculino

II – Índice de Triagem de Distúrbios da Voz (ITDV)

4. Marque um “X” na opção que melhor descreve a frequência com que você tem os sintomas abaixo: *

Marcar apenas uma oval por linha.

	nunca	raramente	às vezes	sempre
1. rouquidão	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. perda da voz	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. falha na voz	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. voz grossa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. pigarro	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. tosse seca	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. tosse com secreção	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. dor ao falar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. dor ao engolir	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. secreção na garganta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11. garganta seca	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12. cansaço ao falar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

5. Se desejar acrescentar algum comentário, escreva abaixo.



III – Índice de Desvantagem vocal (IDV-10)

6. Marque a opção que melhor descreve o quanto você compartilha da mesma experiência: *

Marcar apenas uma oval por linha.

	0. nunca	1. quase nunca	2. às vezes	3. quase sempre	4. sempre
As pessoas têm dificuldade para me ouvir por causa da minha voz.	<input type="radio"/>				
As pessoas têm dificuldade para me entender em lugares barulhentos.	<input type="radio"/>				
As pessoas perguntam: "O que você tem na voz?"	<input type="radio"/>				
Sinto que tenho que fazer força para a minha voz sair.	<input type="radio"/>				
Meu problema de voz limita minha vida social e pessoal.	<input type="radio"/>				
Não consigo prever quando minha voz vai sair clara.	<input type="radio"/>				
Eu me sinto excluído nas conversas por causa da minha voz.	<input type="radio"/>				
Meu problema de voz me causa prejuízos econômicos.	<input type="radio"/>				
Meu problema de voz me chateia.	<input type="radio"/>				
Minha voz faz com que eu me sinta em desvantagem.	<input type="radio"/>				





Apêndice 2 – Avaliação do curso “Professor, vamos cuidar da sua voz?” pelos professores.

Avaliação do curso "Professor, vamos cuidar da sua voz?"

Chegamos ao fim dessa jornada de conhecimento. Por isso, queremos ouvi-lo e entender o quanto foi produtivo e importante adquirir esses conhecimentos sobre o universo da voz do professor universitário.

Leia com atenção cada pergunta e responda assinalando a sua opinião segundo as opções abaixo:

- * discordo totalmente
- * discordo parcialmente
- * nem concordo nem discordo
- * concordo parcialmente
- * concordo totalmente

Prof. Me. Pablo Rodrigo Rocha Ferraz (Doutorando em Fonoaudiologia)
PUC-SP e LaborVox

*Obrigatório

I – Identificação

1. 1. Nome completo *

2. 2. Data de hoje (altere o ano) *

Exemplo: 7 de janeiro de 2019

3. 3. Sexo *

Marcar apenas uma oval.

0. feminino
 1. masculino

4. 4. Estado Civil *

Marcar apenas uma oval.

1. solteiro
 2. casado ou qualquer forma de união
 3. separado, desquitado ou divorciado
 4. viúvo

5. 5. Escolaridade *

Marcar apenas uma oval.

1. Especialização completa
 2. Mestrado incompleto
 3. Mestrado completo
 4. Doutorado incompleto
 5. Doutorado completo
 6. Pós-doutorado

Como você avalia o curso?





II – Como você avalia o curso?

6. 6. Como você avalia o uso da tecnologia para receber informações sobre a voz do professor? *

Marcar apenas uma oval por linha.

	discordo totalmente	discordo parcialmente	não concordo nem discordo	concordo parcialmente	concordo totalmente
Permitiu que eu tivesse acesso adequado ao conteúdo de forma clara e objetiva	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Contribuiu para melhora da minha qualidade de vida	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Fiquei irritado por ter sido todo realizado à distância	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Senti-me confortável por não ter que me deslocar e ganhar tempo para fazer outras coisas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Os materiais oferecidos são suficientes para assimilar o conteúdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Senti-me seguro em realizar o curso mesmo sem um tutor/professor presente	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Consigo colocar em prática o conhecimento adquirido mantendo a qualidade vocal aceitável	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Penso em estratégias para melhorar meu ambiente de trabalho	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

7. 7. O fato do curso ter sido realizado de forma remota proporcionou para mim *

Marcar apenas uma oval por linha.

	discordo totalmente	discordo parcialmente	não concordo nem discordo	concordo parcialmente	concordo totalmente
Disponibilidade para estar sempre presente	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mais tempo para fazer outras atividades	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Perceber que a forma remota ou presencial são semelhantes	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Maior atenção no que era falado ou executado	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Conhecimento sobre voz e a relação com a docência que eu desconhecia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Dificuldade para preparar o ambiente de forma adequada para o encontro	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Dificuldade de observar e compreender a realização das técnicas vocais	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>





Dificuldade de entender as informações/orientações passadas sem auxílio de um tutor/professor presencialmente	<input type="radio"/>				
Dúvidas em relação a assuntos da voz que não foram esclarecidas	<input type="radio"/>				
Que o tempo e o número de módulos foram suficientes	<input type="radio"/>				
Dificuldade nas questões de acesso na plataforma e acesso aos módulos e respectivos conteúdos	<input type="radio"/>				

8. 8. Como você se avalia frente ao curso? *

Marcar apenas uma oval por linha.

	discordo totalmente	discordo parcialmente	não concordo nem discordo	concordo parcialmente	concordo totalmente
Fui assíduo semanalmente conforme as orientações em cada módulo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Acessei os materiais disponibilizados em cada módulo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Me comprometi com as atividades propostas pelo curso do início até o término	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Meu interesse no pelo curso se manteve do início até o término	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

9. 9. Utilize o espaço abaixo caso queira fazer algum comentário. Agradecemos sua participação!
