

**A VOZ DO PROFESSOR: ESTUDO DE GRUPOS DE SAÚDE  
VOCAL EM UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE\***

Regina Yu Shon CHUN (*Doutoranda do Programa de Linguística Aplicada e Estudos da Linguagem da PUC/SP*)

*Abstract: The purpose of this article is to present the validity of the promotion of vocal health for groups of educators in municipal schools in São Paulo. The importance of the human voice cannot be overstated nowadays. There is an increasing number of professionals who depend on their voices to work. The high incidence of voice disorders faced by public education professionals indicated the need for vocal preventive actions. Two groups of educators were analysed in this study after participation in "Vocal Health Groups" coordinated by two speech-language pathologists. The results showed that such interventions are effective.*

0. Introdução

*"The importance of an individual speaker's voice in every day social interaction, as an audible index of his identity, personality and mood, could hardly be overstated."  
(JOHN LAVER, The Phonetic Description of Voice Quality)*

A voz é um precioso, poderoso e, muitas vezes, desconhecido recurso em nossas mãos, inesgotável em possibilidades e como tal, não pode ser vista apenas, como mera vibração das pregas vocais. Essa vibração e o som que dela se origina terá um efeito no ambiente e na nossa relação com o outro.

Geralmente, enquanto ouvintes não fazemos distinção entre voz e fala. Porém, quando ouvimos alguém falando, escutamos não só os sons da nossa língua como também a voz de quem fala, isto é, não se trata de simples transmissão de sons mas, de uma voz marcada pelas características de seu "dono" e pelo contexto interacional em que ocorre. A voz manifesta a identidade e características do falante e da situação interacional. É como um "cartão de visitas" - pessoal e intransferível, o qual fornece dados sobre o estado emocional e atitudes de cada um, da

\* Este trabalho foi apresentado no simpósio "Voz: Atuação e a Importância da Orientação Fonoaudiológica junto aos Professores".

mesma forma que podemos fazer inferências e atribuições sobre os outros.

A importância da voz humana, nos dias de hoje, é inquestionável. Há um crescente número de profissionais que dependem da voz enquanto instrumento de trabalho - artistas, locutores, operadores de telemarketing, telefonistas, vendedores, empresários e tantos outros, entre os quais situam-se os *professores/educadores*, cujas vozes constituem objeto deste estudo.

A voz do professor têm sido estudada em diversas disciplinas e entre elas, a Fonoaudiologia. Uma das razões desta preocupação para os fonoaudiólogos, está na grande incidência de problemas de voz nessa categoria profissional além dos prejuízos que acarreta tanto para o próprio indivíduo quanto para o processo de ensino em sala de aula. As alterações vocais afetam não só a vida profissional do indivíduo como a pessoal e social, gerando muita angústia e ansiedade (PINTO & FURCK, 1988). O conhecimento de noções básicas sobre o processo de produção vocal, alguns cuidados para preservar a voz e como utilizá-la, por exemplo, podem contribuir para modificação dessa situação.

O trabalho de PINTO & FURCK (op.cit.) foi um dos pioneiros no cenário nacional a desenvolver uma proposta de prevenção de problemas vocais para professores. Foi realizado o “Projeto Saúde Vocal do Professor” com educadores da Rede Municipal de Ensino de São Paulo. As autoras escrevem que as disfonias profissionais preocupavam aqueles que tinham a voz como instrumento de trabalho e sua incidência atingiam índices alarmantes, expresso no grande número de pedidos de licenças médicas e de professores readaptados em outras funções fora da sala de aula. Os resultados indicaram diminuição do número de pedidos de licença médica e a validade de se incrementar propostas deste tipo. Desde então, a realidade destes profissionais não mudou muito e continuam necessitando de intervenções que possam contribuir para modificar esse quadro.

Outras categorias profissionais têm sido objeto de estudo e pesquisa como os *atores* (FERREIRA, org. 1988; QUINTEIRO, 1989; FERREIRA e cols., 1995), *radialistas* (OLIVEIRA, 1988, 1995, 1997, NAVARRO & cols., 1994 ) entre outros, mais recentes como os *operadores de telemarketing* (QUINTEIRO, 1995; MASTER & ALGODOAL, 1995). Essa área ganhou grande espaço na literatura e suas referências encontram-se em “Voz Profissional” (SATALOFF, 1991; STEMPLE &

GLAZE, 1995; FERREIRA, 1995; RODRIGUES & cols. , 1996, LOPES FILHO & cols., orgs., 1997).

A atuação do fonoaudiólogo sempre teve um eixo central pautado pela preocupação com a patologia e a doença, herança da visão médica e positivista entre outras influências, (FERREIRA, 1993 e SIMÃO & CHUN, 1997) e hoje, procura-se uma maior compreensão das relações homem e meio, buscando modificar a visão do processo saúde e doença e conseqüentemente, do eixo patologia/tratamento para saúde/prevenção. Há um grande desenvolvimento dos estudos na Fonoaudiologia em busca de diferentes referenciais teóricos que contemplem a visão do homem em suas dimensões sociais, históricas e culturais. Neste sentido, o diálogo com outras ciências, particularmente, com a Lingüística, assume fundamental importância.

Embora, esteja havendo uma aumento de propostas de ações coletivas de saúde não só na Fonoaudiologia, como em outras áreas da Saúde, os trabalhos sobre intervenções preventivas em voz, constituem, ainda, um número muito pequeno em relação aos inúmeros estudos com patologias vocais, indicando a carência e a necessidade de pesquisas deste tipo em nosso país.

O objetivo deste trabalho é mostrar a validade e a eficácia da promoção de saúde vocal para educadores da rede pública de ensino em uma Unidade Básica de Saúde através da vivência e exploração da voz em grupos denominados de “Grupos de Saúde Vocal”. A alta incidência de alterações vocais entre estes profissionais, indicavam a necessidade de prevenção dos problemas relacionados à voz e justificavam a realização de ações deste teor.

#### 1. Método

Neste estudo foram analisados dois Grupos de Saúde Vocal realizados com educadores de escolas municipais da área de abrangência de uma Unidade Básica de Saúde no Município de São Paulo. Um grupo teve 10 participantes e outro 16. Cada grupo teve uma média de 10 encontros semanais com a duração de uma hora e trinta minutos coordenado por duas fonoaudiólogas, sendo uma delas a signatária deste trabalho<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> A coordenação dos grupos e o levantamento e tratamento quantitativo dos dados foram realizados em conjunto com a fonoaudióloga Ana Lúcia Finholt Simão.

Foram aplicados dois questionários, um inicial e outro final. O inicial tinha por finalidade levantar o interesse na participação de encontros desta natureza e conhecer a opinião que cada qual possuía acerca de sua própria voz. O questionário final destinava-se a verificar os resultados dos encontros.

Além de breve exposição teórica sobre as bases da produção vocal, os encontros tinham por objetivo principal, propiciar vivências e atividades de expressão vocal, respiração e movimento considerando-se a dimensão voz/indivíduo em sua totalidade e realidade social, histórica e cultural. Os temas abordados foram:

- A voz, usos e contextos
- Qualidades e características da voz
- A voz enquanto expressão
- Respiração, movimento e voz
- Ressonância, articulação e voz
- A voz no diálogo, na leitura, na poesia e no canto

## 2. Resultados e Discussão

Foram analisados 20 questionários iniciais. A maioria dos participantes era do sexo feminino, sendo que apenas um era do sexo masculino.

A primeira pergunta do questionário apontou *que a maioria tinha interesse em trabalhar aspectos relacionados ao conhecimento, uso ou melhora da própria voz*. Somente um participante procurou o grupo com a intenção de realizar terapia de voz e poucos não especificaram os motivos conforme a Tabela 1.

Os resultados indicam que todos os participantes buscavam nos encontros aprimorar o uso da voz e que a maioria relacionava essa busca às necessidades da vida profissional, ou seja, pretendiam evitar o desgaste vocal pelo uso constante e eliminar ou diminuir as queixas.

Tabela 1 - Interesse no grupo de saúde vocal

INTERESSE	%
aprender a usar a voz corretamente	45
modificar queixas atuais da voz	15

aprender a usar a voz corretamente e multiplicar no trabalho	10
conhecer mais sobre voz	5
melhorar a expressão oral (voz e fala)	5
realizar terapia de voz	5
não há referência do motivo	15

Em relação à segunda pergunta do questionário: "O que você acha da sua voz?", a maioria expressava sua opinião através de *queixas/sintomas* sobre a própria voz. Poucos consideraram sua voz boa ou normal como podemos depreender dos resultados da Tabela 2.

Tabela 2 - Opinião sobre a própria voz

Opinião	%
expressa através de queixas	70
voz boa ou normal	20
voz boa ou normal com ressalvas	10

Entre as *queixas* apresentadas encontramos: "falar alto demais", "cansar ao falar", "apresentar rouquidão", "perder a voz", "achar a voz estridente" e "ter voz baixa". Um participante considerou sua voz infantil e antipática.

Um aspecto que chamou bastante atenção é que a maioria dos participantes expressava opinião sobre sua própria voz através, principalmente de *queixas*, o que pode ser interpretado como descontentamento em relação à mesma. Poucos estavam satisfeitos com ela, ainda assim, com ressalvas.

Nos grupos era importante não restringir os usos da voz, ao contrário, pretendia-se ampliar as possibilidades vocais através das atividades desenvolvidas, contribuindo para que estes sujeitos tivessem maior domínio da produção vocal.

Após a participação nos grupos de voz, os educadores relataram as seguintes transformações: melhora na voz; mudanças na voz em relação à respiração e à articulação e maior eficácia no uso vocal (vide Tabela 3). Apenas um dos educadores observou poucas mudanças na voz. Vale

esclarecer que este teve uma participação assistemática nos encontros por questões de saúde.

Tabela 3 - Observação da voz após os encontros

OBSERVAÇÃO	%
melhora na voz	38
mudanças na voz	31
mudanças quanto à consciência e postura vocal	23
pouca mudança na voz	8

Os participantes no final dos encontros reconheciam a eficácia do trabalho com voz e observavam mudanças em suas produções vocais.

Na avaliação final foi sugerida a continuidade dos encontros de Saúde Vocal e a realização de novos grupos para os demais profissionais da rede. Um dos educadores solicitou informações adicionais sobre linguagem que pudessem ser aplicadas com os alunos.

Um aspecto fundamental que não apareceu nos questionários, mas estava presente na fala dos componentes dos grupos, foi o quanto a maioria estava mais atenta à própria voz e à voz do outro. Além disso, foi bastante apontado pelos professores, quanto este trabalho contribuiu para a modificação da imagem que possuíam acerca da própria voz. No final dos encontros, vários educadores referiram estar gostando e aceitando mais a própria voz, inclusive relatando maior prazer em falar. Outros apontaram a mudança quanto a mitos e preconceitos como “... *sou desafinada, não tenho voz, não tenho ritmo.*” (N., 39a, professora de pré-escola). Frequentemente, o indivíduo assim como o profissional que atua com voz, ao avaliá-la tende a destacar os “defeitos” da produção vocal observando mais as características ausentes e “inadequadas”, conferindo menor valor as que estão presentes e “adequadas” (FERREIRA, 1993).

Essa tendência inicial dos professores em analisar suas próprias vozes a partir das “falhas” ou “déficits” foi questionada com o aprofundamento do conhecimento da produção vocal e ao fazerem outros usos da voz. A partir daí, começavam a valorizar mais seu potencial vocal e assim, mudavam a visão de “déficits” para uma visão de “possibilidades”. Os participantes reconheciam também que o trabalho vocal em *grupo* contribuiu bastante para que essas mudanças ocorressem.

A opção pelo atendimento em grupo justificava-se por diversas razões. Essa escolha em contraposição ao individual, explica-se nas diversas áreas de conhecimento, num primeiro momento, pela quantidade de pessoas a serem atendidas (CORRÊA, 1994 e SIMÃO & CHUN, 1997), o que não era diferente neste caso. Porém, certamente não era o fator primordial.

Estudos sobre grupos (BION, 1963; PICHON-RIVIÈRE, 1988; BLEGER; 1990) mostram que o confronto de sentimentos e ações do outro pode favorecer transformações no indivíduo. Todo grupo interatua em função de uma tarefa comum e sua atividade está centrada na mobilização de estruturas estereotipadas (PICHON-RIVIÈRE, op.cit.). Em outras palavras, os grupos de voz permitiram a seus participantes a oportunidade de partilha do processo vocal de si e dos outros, compartilhando suas dificuldades e experiências com pessoas em situação semelhante. No espaço/tempo dos grupos negociavam-se e emergiam as condições de vivência e mudanças vocais.

Segundo ANELLI & XAVIER (1995), o trabalho vocal em grupo facilitaria a atuação numa perspectiva social da voz, uma vez que possibilita ao sujeito maior percepção da sua voz na interação com as outras pessoas. Neste sentido o grupo assume grande importância pois, é nesse espaço social e através das relações sociais que as transformações na voz de cada um ocorreram.

### 3. Comentários finais

Os resultados indicam que o trabalho com a voz nesses Grupos de Saúde Vocal possibilitaram aos participantes dar outros usos e sentidos a suas vozes propiciando dessa maneira as transformações vocais. O trabalho com a voz deu subsídios aos participantes para utilizarem, de maneira produtiva, o seu potencial vocal na interação social.

A experiência destes grupos de voz aponta caminhos para a promoção da Saúde Vocal reafirmando os achados de PINTO & FURCK (op.cit.). Atualmente, porém essa reflexão implica na busca de outros referenciais teóricos e parcerias interdisciplinares visando o aprofundamento da compreensão da produção vocal na *interação social*.

Poucos pesquisadores têm se preocupado em fornecer uma *explicação social* para o fenômeno vocal e entre eles, podemos citar PITTAM (1994) como referência fundamental para aqueles que

pretendam estudar a voz sob este prisma. Na literatura nacional, FERREIRA (op.cit.) representa uma das primeiras autoras a se preocupar em abordar a voz nesta perspectiva constituindo, portanto, importante campo de pesquisa a ser preenchido, principalmente em nosso país.

#### REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ANELLI, W. e XAVIER, C. (1995) - Novo enfoque de atendimento à pacientes disfônicos em instituição: grupos de orientação. In: MARCHEZAN, I.Q. e outros, orgs. - *Tópicos de Fonoaudiologia 1995*. São Paulo: Lovise, vol. II.
- BEHLAU, M. e Pontes, P. (1995) - *Avaliação e Tratamento das Disfonias*. São Paulo: Lovise.
- BEHLAU, M. e outros (1996) - Considerações sobre Voz Profissional Falada. In: MARCHEZAN, I.Q. e outros, orgs. - *Tópicos de Fonoaudiologia 1996*. São Paulo: Lovise, vol. III.
- BION, W. R. (1963) - *Experiências em Grupos*. Buenos Aires: Paidós.
- BLEGER, J. (1990) - *Temas de Psicologia: Entrevistas e Grupos*. São Paulo: Martins Fontes.
- CORRÊA, M. B. (1994) - Considerações sobre a Terapia Fonoaudiológica em Grupo. In: LIER-DE VITTO (org.). *Fonoaudiologia: no sentido da linguagem*. São Paulo: Cortez.
- FERREIRA, L. P., org. (1988) - *Trabalhando a Voz*. São Paulo: Summus.
- \_\_\_\_\_. (1993) - *Um Pouco de Nós Sobre Voz*. Barueri, SP: Pró-Fono.
- FERREIRA, L. P. & cols., orgs. (1995) - *Voz Profissional: O Profissional da Voz*. Carapicuíba: Pró-Fono Departamento Editorial.
- LAVIER, J. (1980) - *The Phonetic Description of Voice Quality*. Cambridge: Cambridge University Press.
- LOPES FILHO, O. de C. & cols. (orgs) (1997) - *Tratado de Fonoaudiologia*. São Paulo: Roca.
- MASTER, S. & ALGODOAL, M.J.A.de O. (1995) - Fonoaudiologia e Telemarketing. Um Futuro Promissor. . In: FERREIRA, L. P. & cols. (orgs.) - *Voz Profissional: O Profissional da Voz*. Carapicuíba: Pró-Fono Departamento Editorial, pp.183-196.
- NAVARRO, C.A. & cols. (1994) - *Perfil vocal dos locutores profissionais*. In: Anais do V Congresso Nacional de Fonoaudiologia. Petrópolis, p.137.
- OLIVEIRA, I.B. (1988) - A Educação Vocal na Radiodifusão. In: FERREIRA, L.P. - *Trabalhando a voz*. São Paulo: Summus, pp.28-39.
- \_\_\_\_\_. (1995) - A Educação Vocal nos Meios de Comunicação e Arte: A Voz na Radiodifusão. In: FERREIRA, L. P. & cols. (orgs.) - *Voz*

- Profissional: O Profissional da Voz*. Carapicuíba: Pró-Fono Departamento Editorial, pp.91-101.
- \_\_\_\_\_. (1997) - Atuação Fonoaudiológica com Locutores de Rádio. In: LOPES FILHO, O. - *Tratado de Fonoaudiologia*. São Paulo: Roca.
- PICHON-RIVIÈRE, E. (1988) - *O Processo Grupal*. São Paulo: Martins Fontes.
- PINTO, A.M.M. & FURCK, M.A.E. (1988) - Projeto Saúde Vocal do Professor. In: FERREIRA, L.P. - *Trabalhando a voz*. São Paulo: Summus, pp.11-27.
- PITTAM, J. (1994) - *Voice in Social Interaction. An Interdisciplinary approach*. EUA: Sage Publications, Inc.
- QUINTEIRO, E.A. (1989) - *Estética da Voz - Uma Voz para o ator*. São Paulo: Summus.
- QUINTEIRO, E.A (1995) - *O Poder da Voz e da Fala no Telemarketing: treinamento vocal para teleoperadores*. São Paulo: Summus.
- RODRIGUES, S. & cols. (1996) - Considerações sobre Voz Profissional Falada. In: MARCHEZAN, I.Q. & col. (ORG.) - *Tópicos de Fonoaudiologia 1996*. São Paulo: Lovise, v.III, pp.701-712
- SATALOFF, R. (1991) - *Professional Voice. The Science and Art of Clinical Care*. New York: Raven Press.
- SIMÃO, A.L.F. & CHUN, R.Y.S. (1997) - Do Movimento, a Voz Surge Naturalmente. In: LACERDA, C. e PANHOCA, I. org. *Tempo de Fonoaudiologia*. Cabral Editores.
- STEMPLE, J.C. & GLAZE (1995) - *Clinical Voice Pathology: Theory and Management*. San Diego, California: Singular Publishing Group.