

“SINTOMAS VOCAIS E FATORES RELATIVOS AO ESTILO DE VIDA EM PROFESSORES”

Carollina Caporossi, Léslie Piccolotto Ferreira

Descritores: Docentes; Distúrbios da Voz; Fatores de Risco

INTRODUÇÃO: A profissão do docente é uma das que apresenta maior incidência de problema vocal. Na maioria das vezes, isso se deve às condições de trabalho que, em grande parte, são inadequadas como falar por longos períodos de tempo e em intensidade elevada em consequência do ruído ambiental. Pesquisas realizadas com professores evidenciam que as manifestações desse distúrbio podem ser: esforço à emissão, dificuldade de manter a voz, variação na frequência fundamental, habitual ou na intensidade, rouquidão, falta de volume e projeção, perda de eficiência vocal e pouca resistência ao falar (Thibeault et al. 2004; Roy et al. 2005; Simberg et al. 2005; Dragone e Behlau, 2006). Entre os professores, os sintomas mais comuns estão rouquidão, pigarro/tosse, dor de garganta/ardor, fadiga vocal, garganta seca, perda de voz ou afonia e variação na emissão vocal (Jardim et al., 2007; Romano et al. 2009) e dentre os mais citados estão rouquidão, cansaço vocal e garganta seca (Delcor et al, 2004; Sliwinska-Kowalska et al, 2006; Jardim et al, 2007). Quanto aos fatores de risco para o aparecimento de sintomas vocais, o estilo de vida, representado por hábitos, é mencionado e trabalhado nas ações fonoaudiológicas de promoção de saúde ou prevenção de distúrbios de voz. Dentre eles destaque especial é dado ao tabagismo (Spiegel et al, 1997), ao etilismo (Boone 1992) e falta de hidratação (Verdolini et al, 1994), além de hábitos inadequados de uso vocal, como gritar, falar alto ou muito (Boone, 1992). **OBJETIVO:** Identificar os hábitos vocais autorreferidos por professores do ensino fundamental e médio, e associar os mesmos a presença de rouquidão, cansaço ao falar, garganta seca e alteração de voz, também autorreferidos. **MÉTODO:** Duas escolas da rede municipal da Rede Municipal de Ensino de Sorocaba foram selecionadas para participarem da pesquisa e 103 professores que atuavam no ensino fundamental e médio na época da coleta de dados foram convidados para integrarem a mesma. Ao final participaram 88 professores do ensino fundamental, uma vez que 15 professores não responderam ao questionário. Como instrumento de coleta de dados foi utilizado o questionário denominado CPV-P proposto por Ferreira et al. (2007), composto por 84 questões, separadas em categorias, a saber: identificação do questionário; características do professor; características da organização do trabalho; características físicas do local de trabalho; aspectos perceptivos e de uso vocal; aspectos gerais de saúde; antecedentes mórbidos; e fatores relativos ao estilo de vida.

Especificamente para este estudo foram consideradas as seguintes questões: sexo, idade, tempo de magistério, número de escolas em que o professor leciona, carga horária semanal, tabagismo, etilismo, número de refeições diárias, horas de sono; gritar, falar muito, falar em lugar aberto, falar durante atividade física, falar carregando peso, poupar a voz, e beber água enquanto fala. Antes da aplicação do questionário, os professores foram informados sobre os objetivos da pesquisa, e o caráter voluntário e sigiloso da participação de cada um foi garantido pela assinatura de termo de compromisso. A aplicação dos questionários foi realizada na própria escola onde os professores lecionavam, em horários designados para as reuniões pedagógicas denominadas de HTPC- (Horário de Trabalho Pedagógico Coletivo), nos meses de março a junho de 2007. Os dados obtidos com os questionários foram tabulados no programa *Microsoft Office Excel 2003*, e optou-se por digitação dupla para eliminar a ocorrência de erros. Na análise estatística, as variáveis dependentes foram a autorreferência a alteração de voz e a presença dos sintomas de rouquidão, cansaço ao falar, e garganta seca. As variáveis independentes foram sexo, idade, tempo de magistério, número de escolas que leciona, carga horária semanal, tabagismo, etilismo, quantidade de refeições diárias, horas de sono, hábito de poupar a voz, gritar, falar muito, falar em lugar aberto, falar em atividade física, falar carregando peso e beber água durante o uso da voz. A análise estatística foi feita com o auxílio do programa STATA, versão 8.0 (Stata Corp. College Station, Estados Unidos) e em todas as análises foi considerado nível de significância de 5%. **RESULTADOS:** O grupo de 88 professores pesquisados foi caracterizado como sendo composto por 70,45% (62) do sexo feminino e 29,55% (26) do masculino. A média de idade dos mesmos foi de 42 anos de idade (mínima de 22 anos e máxima de 66 anos). O tempo médio de magistério referido pelos professores foi de 14 anos (tempo mínimo <1 ano e máximo de 35 anos), e a média de horas de jornada de trabalho de 42 horas semanais (mais da metade dos entrevistados, ou seja, 52,27%(46/) atuam em carga horária maior que 30 horas semanais). Dentre os entrevistados, 64,77% (57) do grupo fez autorreferência à presença de alteração de voz, no presente ou no passado, e dentre os sintomas pesquisados, 54,55% (48) assinalaram a presença de cansaço ao falar, 53,41% (47) de garganta seca e 44,32% (39) de rouquidão. Assinala ainda que foi encontrada associação estatística significativa entre alteração vocal autorreferida ($p=0,018$) e cansaço ao falar ($p=0,017$) e o sexo feminino, e tendência ($p=0,062$) quanto a presença do sintoma de rouquidão, a favor do mesmo sexo. Houve, ainda, associação estatisticamente significativa entre a autorreferência a cansaço ao falar ($p=0,012$) e garganta seca ($p=0,033$) e o grupo de professores representado pelos mais velhos quanto a média de idade estabelecida (42 anos). Quanto ao estilo de

vida, dentre os entrevistados, 77 (86,52%), fizeram autorreferencia a falar muito, 59,55% (53) a falar em lugar aberto, 50,56% (45) a gritar, 28,41% (25) a fumar, 28,09% (25) a falar carregando peso, e 22,73% (20) a ingerir bebida alcoólica. Em contrapartida, dentre os hábitos preconizados como positivos para a produção vocal, 75,28% (67) disseram beber água durante o uso da voz, e 67,42% (60) poupam a voz. Pode-se identificar essas ocorrências e a associação delas com a autorreferencia a alteração vocal, rouquidão, cansaço ao falar e garganta seca. Foi encontrada associação estatística significativa entre alteração vocal autorreferida ($p=0,033$) e o falar muito. **CONCLUSÃO:** Dentre os fatores que podem predispor a alteração vocal, os entrevistados referiram em maior numero os hábitos de falar muito, em lugar aberto e gritar. Entre as variáveis, foi possível observar a associação entre a autorreferencia a presença de alteração vocal e ser mulher e falar muito; entre cansaço ao falar e ser mulher e mais idoso; e entre garganta seca e ser mais idoso.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

1. Thibeault SL, Merrill RM, Roy N, Gray SD, Smith EM. Occupational risk factors associated with voice disorders among teachers. *Ann Epidemiol* 2004; 14:786-92.
2. Roy N, Merrill RM, Gray SD, Smith EM. Voice disorders in the general population: prevalence, risk factors, and occupational impact. *Laryngoscope*. 2005; 115(11):1988-95.
3. Simberg S, Sala E, Vehmas K, Laine A. Changes in the prevalence of vocal symptoms among teachers during a twelve-year period. *Journal of Voice*, Vol. 19, No. 1, 2005.
4. Dragone MLS, Behlau M. A fonoaudiologia brasileira e a voz do professor - olhares científicos no decorrer do tempo. *Fonoaudiol Brasil*. 2006;4(2):6-9.
5. Jardim R, Barreto SM, Assunção AA. Voice Disorder: case definition and prevalence in teachers. *Rev Bras Epidemiol*. 2007; 10(4):625-36.
6. Romano CC, Alves LA, Silva LA da, Marziale MHP, Robazzi MLCC. Alterações vocais decorrentes do trabalho em professores: uma revisão de literatura. *Rev Enferm UFPE On Line*. 2009 jul./set.;3(3):69-277.
7. Delcor NS, Araújo TM, Reis EJFB, Porto LA, Carvalho FM, Silva MO, Barbalho L, Andrade JM. Condições de trabalho e saúde dos professores da rede particular de ensino de Vitória da Conquista, Bahia, Brasil. *Cad. Saúde Pública*, Rio de Janeiro, 20(1):187-196, jan-fev, 2004.
8. Sliwinska-Kowalska M, Niebudek-Bogusz E, Fiszer M, Los-Spychalska T, Kotylo P, Sznurowska-Przygocka B et al. The prevalence and risk factors for occupational voice disorders in teachers. *Folia Phoniatr Logop*. 2006; 58(2):85-101.
9. Spiegel JR, Sataloff RT, Emerich KA. The young adult voice. *J Voice* 1997; 2: 138-43.
10. Boone DR. Inimigos biológicos da Voz Profissional. *Pró-Fono*. 1992; 4(2):3-8.

11. Verdolini K, Titze IR. Dependence of fonatory effort on hydration level. *Journal of Speech and Hearing Research*. 1994; 37: 1001-1007.
12. Ferreira LP, Giannini SPP, Latorre MRDO, Zenari MS. Distúrbio de voz relacionado ao trabalho: proposta de um instrumento para avaliação de professores. *Rev. Dist Comunicação*. 2007; 19(1): 127-36.

1.