

**UNIVERSIDADE DO ESTADO DO AMAZONAS
CENTRO DE ESTUDOS SUPERIORES DE PARINTINS
CURSO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS**

**DISFONIAS EM PROFESSORES DE BIOLOGIA: UM ESTUDO NAS ESCOLAS
ESTADUAIS DO MUNICÍPIO DE PARINTINS /AM.**

**PARINTINS – AM
NOVEMBRO – 2020**

MARTA DE SOUZA PAIVA

**DISFONIAS EM PROFESSORES DE BIOLOGIA: UM ESTUDO NAS ESCOLAS
ESTADUAIS DO MUNICÍPIO DE PARINTINS /AM.**

Monografia apresentada ao Curso de Licenciatura em Ciências Biológicas do Centro de Estudos Superiores de Parintins, da Universidade do Estado do Amazonas como requisito obrigatório ao Trabalho de Conclusão de Curso e obtenção do grau de licenciado em Ciências Biológicas.

ORIENTADORA: PROFA.Dra. CYNARA CARMO BEZERRA.

**PARINTINS – AM
NOVEMBRO – 2020**

MARTA DE SOUZA PAIVA

**DISFONIAS EM PROFESSORES DE BIOLOGIA: UM ESTUDO NAS ESCOLAS
ESTADUAIS DO MUNICÍPIO DE PARINTINS /AM.**

Monografia apresentada ao Curso de Licenciatura em Ciências Biológicas do Centro de Estudos Superiores de Parintins, da Universidade do Estado do Amazonas como requisito obrigatório ao Trabalho de Conclusão de Curso e obtenção do grau de licenciado em Ciências Biológicas.

ORIENTADOR (A): PROFESSOR (A) CYNARA CARMO BEZERRA.

Aprovado em _____ de _____ de _____ pela Comissão Examinadora.

BANCA EXAMINADORA

Presidente/Orientadora

Membro Titular

Membro Titular

AGRADECIMENTOS

Primeiramente a Deus por permitir mais esta conquista em minha vida, por me ajudar a vencer os obstáculos encontrados ao longo destes anos na Universidade, e por ser o maior professor que alguém pode conhecer.

A Deus por ter me dado saúde e força para superar as dificuldades.

A Deus por ter iluminado minha vida meu caminho em mais esta etapa da minha vida.

A esta universidade, seu corpo docente, direção e administração que oportunizaram a chance de um futuro diferente daquele que eu estava fadada, pelo ambiente criativo e amigável que proporciona. E pela oportunidade de fazer o curso.

A minha orientadora Profa. Dr. Cynara Carmo Bezerra, pelo tempo dedicado, pela disponibilidade de orientação, por compartilhar sua experiência, seu olhar crítico e construtivo ajudou a superar os desafios deste trabalho de conclusão de curso. Serei eternamente grata.

A todos os professores do Curso de Ciências Biológicas pela excelência e qualidade técnica, que ajudaram na construção de nossa vida acadêmica.

Aos professores ao qual esta pesquisa é direcionada, por dedicarem um pouco do seu tempo para contribuir para este estudo.

Aos familiares, em especial a minha mãe que sempre leva meu nome em suas orações.

Ao meu esposo pela dedicação a nossa família, pela compreensão e apoio, durante este percurso tão importante para mim.

Aos meus sogros, Luiza e Muracy e meus irmãos Joabe, Eliude, Gilciane, Simone e meu cunhado Erivan, pelo apoio e pelo companheirismo dedicado durante estes anos de estudo.

Meus *agradecimentos* aos amigos e companheiros de trabalho, irmãos nesses 5 anos de crescimento e amadurecimento pessoal e profissional.

“Consagre ao Senhor tudo o que você faz, e os seus planos serão bem-sucedidos. (Provérbios 16:3)

RESUMO

As disfonias em professores decorrentes da sua atuação docente tem se tornado comum durante o desenvolvimento de suas atividades em sala de aula, por isso este estudo com os professores de biologia nas escolas estaduais da rede pública da zona urbana do município de Parintins – Amazonas, teve por objetivo conhecer a situação dos problemas relacionados à saúde das cordas vocais desses profissionais, usando como instrumento de coleta dos dados um Questionário para Identificação de Possíveis Problemas de Voz de Behlau e Rehder (1997), aplicado para 10 professores atuantes no ensino de Biologia no município. Os resultados foram 40% dos profissionais já apresentaram algum sintoma e afastamento do trabalho por pelo menos 4 dias, o tempo médio de afastamento foi de 5,5 dias e o tempo máximo de 7 dias. A prevalência de disfonias mostrou-se elevada nos professores de Biologia nos quatro primeiros anos de exercício da profissão. Neste estudo sugere-se que medidas preventivas devem ser adotadas, tanto por parte dos professores como pela organização que estes fazem parte.

Palavras-chave: Disfonias, professores, trabalho.

LISTA DE TABELAS

Tabela 01: Sintomas vocais durante o trabalho.....	15
Tabela 02: Principais sintomas vocais durante o trabalho.....	16
Tabela 03: Quantidade de sintomas relacionadas ao tempo de serviço.....	17

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	8
1 OBJETIVOS	8
1.1 OBJETIVO GERAL	8
1.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	8
2 REVISÃO TEÓRICA	9
2.1 Problemas vocais relacionados à docência.....	9
2.1.1 Adoção de ações preventivas para a saúde das cordas vocais	10
2.2 A produção da fala a partir da fonética articulatória	12
3 MATERIAL E MÉTODOS	13
3.1 Tipo de Estudo	13
3.1.1 Coleta de dados	13
3.2 Instrumento de Coleta	13
3.2.2 Caracterização da amostra	14
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	14
CONCLUSÃO.....	19
REFERÊNCIAS.....	20
APÊNDICE A - QUESTIONÁRIO.....	25
APÊNDICE B – FOLDER	25

INTRODUÇÃO

A voz pode ser considerada um instrumento de trabalho fundamental em diferentes profissões, entre elas, à docência, para a qual é utilizada como meio de transmissão de informações, influência e convencimento. (SÁS, et al 2007).

Os professores compõem uma das classes mais afetadas por problemas vocais, (Costa, et al 2013). Sabe-se que a voz é o instrumento primordial para a atuação dos docentes em sala de aula, é usada para que se concretize o processo de ensino-aprendizagem. Segundo Sás, et al (2007) diversas pesquisas investigando as condições vocais de professores brasileiros apontam ser esta uma das profissões com maior desgaste vocal. Para Servilha e Costa (2015) a voz em seu uso profissional é altamente exigente em termos comunicacionais e seu bom funcionamento é um requisito básico para a profissão, considerando que a exposição oral tem sido a estratégia didática mais utilizada em sala de aula, o que eleva a demanda vocal.

Para Ferracciu (2014), os agravos à saúde vocal do professor, além de limitar o seu desenvolvimento profissional, resultam muitas vezes em situações de afastamento e incapacidade laboral temporária para o exercício da função, o que vem a gerar diversos prejuízos com implicações na saúde, na Previdência Social e no trabalho.

Esta é uma questão que se torna mais relevante à medida que sob o ponto de vista do paciente a disfonia não é menor do que de doenças já incluídas na legislação trabalhista na condição de doenças ocupacionais. (RECHENBERG, 2005).

O objetivo deste estudo é conhecer a situação dos problemas relacionados à saúde das cordas vocais dos professores de Biologia, em decorrência da atuação docente nas Escolas Estaduais do Município de Parintins /AM.

1 OBJETIVOS.

1.1 OBJETIVO GERAL

Conhecer a situação dos problemas relacionados à saúde das cordas vocais dos professores de Biologia, em decorrência da atuação docente nas Escolas Estaduais do Município de Parintins /AM.

1.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Realizar uma pesquisa bibliográfica sobre os eventos que levam o docente a apresentar algum problema nas cordas vocais.

Analisar os conhecimentos sobre cuidados vocais, queixas e sintomas vocais dos professores de Biologia.

Identificar ações adotadas para a solução do problema.

Apresentar através de um folder alternativas de prevenção e cuidados com a VOZ.

2 REVISÃO TEÓRICA

A revisão teórica desta pesquisa se divide em três tópicos, o primeiro explanando os Problemas Vocais relacionados à docência. O segundo tópico aborda as ações preventivas para a saúde das cordas vocais dos professores. E seguindo o terceiro tópico faz uma abordagem da produção da fala a partir da fonética articulatória.

2.1 Problemas vocais relacionados à docência

Segundo Behlau et al. (2005) a Fonoaudiologia – ciência que estuda a comunicação humana em suas manifestações normais e patológicas, vem se dedicando, há algum tempo, à análise vocal do professor, por ser de grande importância o papel que esse profissional exerce sobre a formação social, cultural e educacional dos indivíduos. Ainda segundo este autor, a situação do professor é uma ironia social quando nos remetemos a estes indivíduos como os principais responsáveis pela formação dos cidadãos, necessitando assim se comunicar de forma efetiva para o sucesso no desempenho de sua função.

O professor ensina sem preparação vocal, as condições de trabalho não favorecem a saúde de sua voz podendo assim desenvolver problemas de disfonia. Como há poucos recursos para se tratar, ou continua lecionando e piorando sua condição, ou reduz sua jornada de trabalho e passa a ganhar menos ainda e a ter ainda menos recursos para se tratar. Somado a isso o estresse em sala de aula acaba piorando sua situação tornando assim impossível romper esse ciclo.

Baldissera, em 2011 analisando a condição vocal do professor da rede municipal de educação de COLOMBO-PR e as suas implicações para o Sistema Único de Saúde, observou que mesmo sendo um problema de saúde ainda ao analisar este

óbice, não se pôde deixar de indagar o Porquê da dificuldade de acesso imediato aos serviços de saúde? Segundo este autor “ Responder a esta questão envolve muito mais que uma simples resposta. Ela é muito complexa e necessita de uma revisão na história política e social das últimas décadas”.

Para Soares (2000), “estamos diante de uma situação social e de saúde onde a superposição de antigos e novos problemas configura um quadro de uma enorme perversidade e complexidade”.

Segundo Behlau e Pontes (1989) as disfonias podem ser divididas em três grupos: disfonias funcionais, disfonias orgânicas e disfonias orgânico-funcionais sendo a primeira caracterizada por alterações no processo de emissão vocal em decorrência do adequado ou não uso da voz, ou seja, da função da voz propriamente dita, enquanto que o segundo grupo é caracterizado pela ocorrência de alterações tanto no processo de emissão vocal como nos órgãos da fonação e por fim caracterizam as disfonias funcionais como causadoras de modificações secundárias nos órgãos participantes no processo de emissão vocal, de maneira específica na laringe.

O professor que, mesmo sentindo sinais de cansaço vocal, continua lecionando e forçando a voz, sem tomar nenhum cuidado ou tratar o problema, acaba desgastando ainda mais a sua voz, chegando algumas vezes à afonia (perda da voz), o que pode levar à finalização precoce da carreira (BRUM, 2004).

Considerando o ponto de vista de professores, em seu trabalho Silva et al. (2016) destaca que as principais causas dos sintomas no desenvolvimento de disfonias, foram: uso intensivo da voz, estresse e alergia.

2.1.1 Adoção de ações preventivas para a saúde das cordas vocais dos professores.

No trabalho de Cruz (2014), onde no desenvolvimento de seu projeto FALE BEM, FALE BAIXINHO: Programa de Saúde Vocal para o Professor, analisa a fala dos professores onde os mesmos destacam-se como profissionais de alto risco para o desenvolvimento de alterações vocais devido à necessidade de atender a grandes demandas vocais, além de, em muitas situações, terem de intensificar a voz para superar o ruído ambiental.

Para Costa (2013), nas escolas, em geral, não são oferecidas condições ideais ou adequadas para o desenvolvimento do trabalho destes profissionais. Não há

nessas escolas alguma preocupação com a saúde vocal dos professores, inclusive de algum programa de prevenção para os distúrbios da voz ou ainda programas voltados para a conservação ou promoção vocal. Considerando o relato dos professores quanto a acústica inapropriada das salas de aula em decorrência de ruídos internos e externos no local.

Sás (2007) destaca ainda que a adoção de cuidados simples como: aquecimento e desaquecimento vocal contribuiriam muito para a prevenção destes problemas vocais, no entanto, o número é encurtado dos que tomam estes cuidados. Para ele, estudos voltados para à qualidade vocal ainda precisam crescer, embora, o principal fator a contribuir para o combate a este problema é a informação a estes profissionais e a necessária prevenção são fundamentais no combate aos problemas vocais, o que influi na redução das ausências destes profissionais nas escolas em que ensinam.

Ferracciu (2014) destaca ainda que:

Embora haja consistências científicas da relação causal entre o uso inadequado da voz e o sobre-esforço vocal em algumas profissões e ocupações, em muitos países como o Brasil as alterações resultantes dessa situação não são reconhecidas como enfermidades relacionadas ao trabalho. Alguns países limitam-se a reconhecer a magnitude do problema a nível internacional e a possibilidade de prevenção primária mediante programas especializados de saúde e seguridade do trabalho, sobretudo no âmbito privado.

“A orientação é fundamental para que este profissional seja assessorado a utilizar a voz de maneira adequada, sem esforço vocal, pois sua utilização inadequada pode gerar um distúrbio” (SILVA, 2016).

Neto et al. (2008), acrescenta outro fator de grande importância e que leva ao questionamento por que os professores saem dos seus cursos orientados a respeito de como ensinar e instruir na busca pelo saber, mas, sem nenhuma orientação quanto a sua saúde vocal, podendo este profissional apresentar graves problemas quando estes fazem uso incorreto da voz devido à falta de técnica para o seu uso correto.

Em seu trabalho Nogueira (2009) demonstrou também que:

A prevalência de sintomas vocais é maior durante os segundo e terceiro ano entre os estudantes de licenciatura. Isso pode ser explicado pelo fato de que estudantes de licenciatura desses estágios de seus estudos tiveram alguns períodos de prática como parte dos seus estudos e em consequência se tornaram mais conscientes de

seus problemas vocais. A prevenção de um problema é muito mais eficaz que a cura.

2.2 A produção da fala a partir da fonética articulatória.

A fonética articulatória, é uma das disciplinas que se fazem presente no curso de Licenciatura em Letras, é a responsável pelo estudo da produção da fala e seus aspectos, como destacado no trabalho de Carvalho (2012) “diferente da maioria dos cursos de formação inicial e continuada” (OLIVEIRA, 2012). Em seu trabalho Oliveira (2012) retrata a relevância que a fonética e a fonologia tem na grade curricular nos cursos de formação inicial e continuada, sendo esta de grande importância para que o professor tenha conhecimento, dos órgãos responsáveis pelo processo de produção e realização dos sons, para que possa perceber mudanças principalmente na região da laringe e das pregas vocais.

Seara, Nunes e Volcão (2011) acrescentam em seu trabalho que na maioria das literaturas os termos Fonética e Fonologia são usados de formas distintas, mas para esta autora, “Primeiramente, deve-se dizer que tanto a Fonética quanto a Fonologia têm como objeto de estudo os sons da fala ou melhor dizendo, tanto a fonética quanto a fonologia investigam como os seres humanos produzem e ouvem os sons da fala”, e destaca que: “ Em segundo lugar, deve-se observar que é difícil, senão impossível, fazer fonologia sem antes entender de (ou fazer) fonética”.

Carvalho (2012) a fim de explicitar a forma como os sons são produzidos e articulados, apresenta o funcionamento do aparelho fonador, onde demonstra os órgãos do corpo humano que desempenham papel na produção da fala são os seguintes: o sistema respiratório (pulmões, músculos pulmonares, brônquios, traquéia); o sistema fonatório (laringe, onde está a glote) e o sistema articulatório (faringe, língua, nariz, palato, dentes, lábios). Segundo Giacomolli (2014) a falta de conhecimento sobre o tema faz com que os professores não tenham consciência dos danos que o mau uso da voz causa ao seu aparato vocal e da importância da qualidade de voz no resultado de seu trabalho, assim demonstrando que a produção da fala envolve basicamente três processos: a produção do som glótico pela vibração das pregas vocais; seguida da ressonância e da articulação deste som, que ocorre no trato vocal supraglótico.

Giacomolli (2014) ainda acresce em seu trabalho que:

A fala é algo tão natural e comum ao ser humano que o modo como a utiliza, muitas vezes, o afasta dos cuidados que com ela deve manter para obter seus benefícios. Sobrecarregando-a e causando diversos danos ao aparato e à produção vocal, os profissionais da voz acabam sendo os mais atingidos em função do seu desconhecimento diante dos componentes que interagem para a produção de uma voz sem dificuldades e com qualidade. Este fato nos reporta aos professores.

3 MATERIAL E MÉTODOS

3.1 Tipo de Estudo

Trata-se de uma pesquisa de campo, transversal, de abordagem quantitativa-descritiva, baseada em entrevista estruturada com os participantes da pesquisa. Segundo Marconi e Lakatos (2003) pesquisa de campo é aquela utilizada com o objetivo de conseguir informações e/ou conhecimentos acerca de um problema, para o qual se procura uma resposta, ou de uma hipótese, que se queira comprovar, ou, ainda, descobrir novos fenômenos ou as relações entre eles, consiste na observação de fatos e fenômenos tal como ocorrem espontaneamente, na coleta de dados a eles referentes e no registro de variáveis que se presume relevantes, para analisá-los. Sendo que a pesquisa de campo Quantitativa-Descritiva - consiste em investigações de pesquisa empírica cuja principal finalidade é o delineamento ou análise das características de fatos ou fenômenos, a avaliação de programas, ou o isolamento de variáveis principais ou chave, utilizando várias técnicas como entrevistas, questionários, formulários etc.

3.1.1 Coleta de Dados

Este trabalho foi realizado nas 08 escolas estaduais da zona urbana no município de Parintins, junto aos professores de Biologia da rede pública estadual do Município de Parintins/ AM. O instrumento utilizado para a coleta dos dados foi um Questionário para Identificação de Possíveis Problemas de Voz de Behlau e Rehder (1997), adaptado para professores, sendo este, questionário fechado. A apresentação dos dados ocorrerá quantitativamente, sendo a discussão de modo descritivo.

3.2 Instrumento de Coleta

Foi realizado a entrega do questionário para cada professor de Biologia, onde foram analisadas questões como: afastamento da sala de aula por algum problema com a voz, tempo de duração do afastamento, se o professor já fez tratamento de voz, se possui diagnóstico do problema de voz, se a quantidade de alunos em sala de aula contribui para esse problema, mais a vinculação de 4 perguntas como: o uso de tecnologias, quais os sintomas se aplicam durante o trabalho ou quando fala de forma prolongada, tempo de serviço e a opinião dos professores quanto a importância da prevenção e cuidado para com a voz.

3.2.2 Caracterização da amostra

A amostra deste estudo é composta por 10 professores que correspondem aos professores de Biologia, atuantes no quadro de professores das Escolas Estaduais do Município de Parintins/ AM.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os sujeitos submetidos ao questionário somam um total de 10 professores. Pode-se verificar que no grupo estudado, houve maior ocorrência de professores do sexo feminino, com 80% do total e apenas 20% de professores do sexo masculino respectivamente. O questionário (apêndice A) continha informações relacionadas ao problema de voz e de sintomas vocais relacionados à docência, como: afastamento da sala de aula por algum problema com a voz; o período de prevalência dos problemas de disfonia; quais os sintomas envolvidos na suspensão das aulas; se houve tratamento e qual o possível diagnóstico; quanto ao número de alunos em sala de aula e sua contribuição para o aparecimento dos sintomas; uso de tecnologias além da voz para a ministração das aulas; o tempo de serviço como professor e qual o grau de conhecimento dos professores de Biologia em relação a importância do cuidado com a voz.

Para a primeira pergunta onde os professores foram questionados sobre o afastamento ou não da sala de aula por algum problema com a voz a maioria correspondente a 60% respondeu que não, o que leva a segunda questão a ficar em branco para estes professores, pois corresponderia ao tempo de duração do afastamento se houvesse. E para os 40 % que responderam sim para esta pergunta o tempo mínimo de duração do sintoma e afastamento do trabalho foi de 4 dias e o

tempo médio foi de 5,5 dias e o tempo máximo assim como no trabalho de Medeiros (2019) foi de 7 dias, resposta à segunda pergunta do questionário. Este mesmo autor destaca ainda em seu trabalho que em muitos casos, o repouso vocal é suficiente para estabilizar o quadro, fazendo com que o professor retorne ao trabalho rapidamente. É comum também o professor precisar faltar ou organizar com a direção da escola a redução da carga horária de trabalho para se ausentar por um período do dia a fim de realizar a reabilitação vocal.

Na 3ª pergunta, quando questionados sobre a presença de algum tratamento de voz, 50% dos indivíduos disseram que já fizeram tratamento, mas alguns desistiram no decorrer do processo.

Quando perguntados se atualmente possuem diagnóstico do problema de voz, quase que 100 % do grupo respondeu que não, um dos profissionais citou que desistiu por conta da escassez de tempo para ir a um profissional. Os dados das perguntas citadas acima estão dispostos na tabela abaixo, e demonstram que 80% dos professores responderam que a quantidade de alunos em sala de aula contribui para o aparecimento de disfonias. Do total de professores apenas 10% faz uso de tecnologia para ajudar na ministração das aulas, sendo o microfone a única citada neste trabalho. (TABELA 1).

Tabela 1 - Sintomas vocais durante o trabalho.

PERGUNTAS	SIM	NÃO
01 Afastamento	40 %	60%
03 Tratamento de voz	50%	50%
04 Diagnóstico	10%	90%
05 Quantidade de alunos	90%	10%
06 Uso de tecnologias	10%	90%

Rossi-Barbosa, Gama e Caldeira (2015), acreditam que para que haja uma mudança quanto ao uso da voz, o professor tem que ter percepção sobre o seu problema, isto pode ser uma ferramenta importante para a detecção precoce de problemas vocais, sendo necessário que estes profissionais busquem tratamento com um fonoaudiólogo, para terem consciência quanto aos riscos do mau uso e abuso da voz e benefícios em relação à saúde geral e vocal.

Como resposta para a questão 6 do questionário, outro ponto observado nas respostas é o uso de tecnologias para ajudar na ministração das aulas que foi registrado apenas por um professor, o que agrava os sintomas, pois como citado neste e no trabalho de Almeida (2000) a maioria dos profissionais trabalham em salas de aula cheias e sem meios que ajudem os professores a ter uma adequada produção vocal e o microfone ou salas projetadas com uma acústica melhor são propostas que facilitariam a manutenção da qualidade da voz deste profissional, mas temos um entrave neste aspecto, pois tudo isso está longe da realidade da educação brasileira, o uso de tecnologias é um fator que vem a contribuir na ministração das aulas, e segundo este autor contribuiria para uma educação mais eficiente e prazerosa.

Na Tabela 2 estão as respostas para a 7^a pergunta, onde os professores puderam apresentar uma relação dos sintomas vocais pesquisados e a prevalência destes no decorrer de sua atuação profissional. Os sintomas citados pela maioria das pessoas foram: sensação de coceira na garganta (60%), rouquidão (40%), sensação de garganta raspando ou ardendo (60%), dor ao falar (20%), fadiga vocal, apontado por 60% dos sujeitos, engasga vocal (20%), garganta raspando (20%), falta de ar ao falar (20%), garganta seca (70%), voz grave (30%) e voz que enfraquece à medida do uso (com 30%) e pigarro constante (20%), e rouquidão (40%).

Tabela 2 - Principais sintomas vocais durante o trabalho.

PRINCIPAIS SINTOMAS	%
Fadiga Vocal ou Voz Cansada	60
Coceira na Garganta	-
Dor ao Falar	20
Ardor na Garganta	60
Engasga ao Falar	20
Pigarro Constante	20
Garganta Seca	70
Garganta Raspando	20
Dor ao Engolir	-
Rouquidão	40
Voz Enfraquecendo	30
Voz se Torna mais Grave	30

Voz se Torna mais Aguda	-
Falta de ar ao Falar	20

A quantidade de sintomas relacionadas ao tempo de serviço demonstraram que o tempo de serviço é um indicativo do aparecimento dos sintomas, o interessante ao analisar este ponto é que os professores com menos tempo de serviço apresentam mais sintomas quando relacionados aos professores com mais tempo de serviço. Em um caso isolado como o do indivíduo com 31 anos de experiência profissional é que este e mais 4 professores obtiveram tratamento para o seu problema, enquanto que os outros professores nunca consultaram um especialista. Podemos acrescentar com base nos dados do questionário que o profissional com 1 único sintoma durante sua trajetória profissional, quando questionado sobre a importância da prevenção e cuidado com a voz, respondeu que a prevenção e o acompanhamento com um especialista é uma necessidade para se manter a saúde vocal.

Quanto ao tempo de serviço foi para a professora com mais sintomas, 26 anos, e para a com menos sintomas foi de 4 anos, sendo que no geral o tempo de serviço variou entre 4 e 38 anos. (TABELA 3).

Tabela 3 – Relação: quantidade de sintomas x tempo de serviço.

Quantidade de sintomas	Tempo de serviço
9	26
1	32
5	12
5	4
4	9
3	38
5	4
4	12
8	4
6	8

Os profissionais em início de carreira apresentaram pelo menos 5 sintomas durante sua vida profissional, nota-se que os com mais experiência com exceção de 1 profissional apresentam menos sintomas quando comparados aos professores em início de carreira. A idade mínima do aparecimento dos sintomas foi de 4 anos de serviço a média foi de 12, 6 anos de serviço e a máxima de 38 anos.

Não houve uma relação da prevalência dos sintomas com o tempo de serviço, o que para Urrutikoetxea, Ispizua e Matellanes (1995) se deve ao fato de uma adaptação dos profissionais ao trabalho no decorrer dos anos.

Os maiores sintomas neste estudo foram relacionados ao sexo feminino o que se deve ao fato delas serem em maior número nesta pesquisa, assim como no trabalho de Lima et al (2015), onde este retrata que as mulheres tem certa tendência a apresentar mais sintomas devido ao fato das mulheres estarem participando ativamente do mercado de trabalho, associando assim a sala de aula, com as suas atividades domésticas, o que o autor chama de “dupla jornada”, isso por sua vez gera desgaste físico, psicológico e estresse que, podem acarretar distúrbios da voz. Para Ortiz et al (2004) em seus estudos, a ocorrência de mudanças na configuração glótica das mulheres se deve a possíveis diferenças constitucionais e anatômicas.

Quando questionados sobre a importância da prevenção e cuidado com a voz, os professores destacaram que: “ a voz merece cuidados constantes, pois o desgaste vocal é enorme, é necessário inclusive termos em nossas escolas um fonoaudiólogo”. Ainda destacou outro professor que: “ É importante o cuidado com a voz, devido a intensidade com que precisamos usá-la durante o trabalho, para que não se venha a desenvolver problemas futuros que interfiram na qualidade das nossas aulas e que afetem a nossa saúde principalmente. Apenas 30% destacou a necessidade de um especialista para acompanhamento e preparo vocal. Com isto foi confeccionado um Folder (apêndice B) com instruções de exercícios e medidas preventivas simples, enviado para cada participante deste trabalho, pois segundo Sás (2007) é muito importante a adoção de cuidados simples como: aquecimento e desaquecimento vocal, estes contribuem para a prevenção de problemas vocais, este autor acrescenta ainda que o principal fator a contribuir para o combate a este problema é a informação a estes profissionais e a necessária prevenção são fundamentais no combate aos problemas vocais.

CONCLUSÃO

A prevalência de disfonias mostrou-se elevada nos professores de Biologia nos quatro primeiros anos de exercício da profissão. Neste estudo sugere-se que medidas preventivas devem ser adotadas, tanto por parte dos professores como pela organização que estes fazem parte. Recomenda-se ainda que os professores tenham mais cuidado com a voz e consultem um profissional especializado para acompanhamento e diagnóstico do problema, para as instituições que recebem estes professores, precisam adotar medidas como a redução do número de alunos em sala de aula, e investir em melhores condições de trabalho como o uso de tecnologias para ajudar o professor a ministrar as suas aulas.

A falta de preparo vocal para a atividade docente também se trata de um aspecto fundamental na causa das alterações vocais, pois a maior parte dos professores não têm as noções básicas de uso vocal durante a graduação, e como citado neste trabalho, os conhecimentos a respeito dos cuidados com a saúde vocal devem ser abordados em sua formação, com isso há uma chance de os índices de disfonias em professores diminuir.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Amália Pollastri de Castro. Trabalhando a voz do professor: prevenir, orientar e conscientizar. **Rio de Janeiro: Centro de Especialização em Fonoaudiologia Clínica do Rio de Janeiro**, 2000.

BEHLAU, Mara et al. Voz Profissional: aspectos gerais e atuação fonoaudiológica. **Voz: o livro do especialista**. 2 ed. Rio de Janeiro: Revinter, 2005.

BALDISSERA, Simone Nunes. A condição vocal do professor da Rede Municipal de Educação de Colombo-PR: implicações para o sistema único de saúde. CURITIBA, 2011.

BRUM, Débora Meurer. A voz professor merece cuidados. **Revista, Textual**, v. 1, n. 1, p. 2-3, 2004.

BEHLAU, Mara; PONTES, Paulo. Avaliação global da voz. São Paulo: Instituto da Laringe, 1989.

CARVALHO, Lucirene da Silva. O ensino de fonética e fonologia no curso de Letras/Português: uma experiência com alunos da Universidade Estadual do Piauí-UESPI. **Anais do SIELP, Uberlândia, EDUFU**, v. 2, n. 1, p. 1-18, 2012.

CRUZ, Rafael Machado. Fale bem, fale baixinho: Programa de Saúde Vocal para o Professor. Paraná ,2014.

CHIZZOTTI, Antonio. **Pesquisa em ciências humanas e sociais: a execução da pesquisa de campo**. 1ed, v.16. São Paulo: Cortez, 2006.

COSTA, Denise Batista et al. Fatores de risco e emocionais na voz de professores com e sem queixas vocais. **Revista, CEFAC**, v. 15, n. 4, p. 1001-1010, 2013.
FERRACCIU, Cristiane Cunha Soderini; ALMEIDA, Marcia Soalheiro. O distúrbio de voz relacionado ao trabalho do professor e a legislação atual. **Revista, CEFAC**, v. 16, n. 2, p. 628-633, 2014.

GIACOMOLLI, Giana. A voz como instrumento de trabalho. **Revista Educação IDEAU**, v. 9, p. 1-12, 2014.

LAKATOS, Eva Maria; MARCONI, Marina de Andrade. Fundamentos de metodologia científica. 5. Ed: São Paulo : Atlas, 2003.

MEDEIROS, Adriane Mesquita; VIEIRA, Marcel de Toledo. Ausência ao trabalho por distúrbio vocal de professores da Educação Básica no Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 35, p. e00171717, 2019.

NOGUEIRA, Daniela Lucas. **Comparação dos conhecimentos e queixas vocais dos estudantes ingressantes e concluintes de licenciatura dos cursos de Física, Química e Matemática da UFMG**. 2009. Tese (Doutorado em Fonoaudiologia). Universidade Federal de Minas Gerais, p.142. 2009.

NETO, Francisco Xavier Palheta et al. Incidência de rouquidão em alunos do último ano dos cursos de Licenciatura. **Arq. Int. Otorrinolaringol**, v.12, n.2, p. 246-252. 2008.

SERVILHA, Emilse Aparecida Merlin; COSTA, Aline Teixeira Fialho da. Conhecimento vocal e a importância da voz como recurso pedagógico na perspectiva de professores universitários. **Revista Cefac**, v. 17, n. 1, p. 13-26, 2015.
SILVA, Gislayne Januária et al. Sintomas vocais e causas autorreferidas em professores. **Revista. CEFAC**. v. 18, n. 1, p. 158-166, 2016.

SOARES, Laura Tavares. As atuais políticas de saúde: os riscos do desmonte neoliberal. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 53, n. especial, p. 17-24, 2000.

SEARA, Izabel Christine; NUNES, Vanessa Gonzaga; VOLCÃO, Cristiane Lazzarotto. Fonética e fonologia do português brasileiro: 2º período. **Florianópolis: LLV/CCE/UFSC**, 2011.

SÁS, Roberta Moreno et al. Incidência de alterações vocais em professores de Educação física. *In: Congresso Brasileiro Multidisciplinar de Educação Especial*, 4., 2007, Londrina. **Anais...** Londrina: ATENA, 2007.p. 2-9.

ROSSI-BARBOSA, Luiza Augusta; GAMA, Ana Cristina Côrtes; CALDEIRA, Antônio Prates. Associação entre prontidão para mudanças de comportamento e queixa de disfonia em professores. *In: CoDAS*. Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia, 2015. p. 170-177.

RECHENBERG, Leila. **Prevalência de sintomas vocais em operadores de telemarketing**. 2005. Dissertação (mestrado em ciências médicas) - Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre, p.87. 2005.

ORTIZ, Erica et al. Proposta de modelo de atendimento multidisciplinar para disfonias relacionadas ao trabalho: estudo preliminar. **Revista Brasileira de Otorrinolaringologia**, v. 70, n. 5, p. 590-596, 2004.

OLIVEIRA, Pereira. REFLETINDO ACERCA DA VOZ DO PROFESSOR E DA NECESSIDADE DE UM PLANEJAMENTO ESPECÍFICO PARA SUA APLICABILIDADE EM SALA DE AULA. **RENEFARA**, v. 3, n. 3, p. 40-53, 2012.

URRUTIKOETXEA, A.; ISPIZUA, A.; MATELLANES, F. Vocal pathology in teachers: a videolaryngostroboscopic study in 1046 teachers. **Revue de laryngologie-otologie-rhinologie**, v. 116, n. 4, p. 255, 1995.

APÊNDICE A – QUESTIONÁRIO DIRECIONADO AOS PROFESSORES



Questionário Para Professor de Biologia

Prezado (a) Professor (a),

Você está sendo convidado a participar da pesquisa intitulada "**Disfonias em professores de Biologia: Um estudo nas Escolas Estaduais do Município de Parintins /AM**", que tem por objetivo Conhecer a situação dos problemas relacionados à saúde das cordas vocais dos professores de Biologia, em decorrência da atuação docente nas Escolas Estaduais do município de Parintins /AM. Esclareço que os resultados desta pesquisa serão utilizados na elaboração do meu Trabalho de Conclusão de Curso / TCC.

Gostaria de contar com sua participação neste estudo, dedicando um pouco do seu tempo para responder o questionário a seguir. Informo que será garantido o anonimato.

Desde já agradeço a sua colaboração.

I PERFIL DO PROFESSOR

1. Sexo a. Masculino b. Feminino |

2. Faixa etária

a. 20 a 30 anos b. 31 a 40 anos c. 41 a 50anos d. mais de 50 anos

3. Nível de escolaridade

a. Superior – Curso _____

b. Especialização em _____

c. Mestrado em _____

d. Doutorado em _____

II QUESTIONÁRIO

Problema de Voz e de Sintomas Vocais

Escola: _____

Queixa, história do problema de voz relacionado à docência:

01. Já teve que se afastar da sala de aula por algum problema com a voz?

Sim Não .



GOVERNO DO ESTADO DO AMAZONAS

02. Quanto tempo durou?

03. Você já fez tratamento de voz? Sim () Não ()

Em caso positivo qual foi o resultado?

() Resolveu () Não resolveu () Desistiu

Outros (). Explique o que aconteceu:

04. Atualmente possui diagnóstico do problema de voz? Sim () Não ()

Em caso positivo, especificar o diagnóstico?

05. Você acha que a quantidade de alunos em sala de aula contribui para esse problema?

Sim () Não ().

06. Utiliza alguma tecnologia para ajudar na ministração das aulas? Ex: Microfones, etc.

07. Assinale/ diga quais sintomas se aplicam a você durante o trabalho ou quando fala de forma prolongada:

() fadiga vocal (sente que a voz cansa conforme fala)

() sensação de coceira na garganta

() dor ao falar (na garganta ou região da laringe)

() garganta raspando

() ardor na garganta

() engasga ao falar

() falta de ar ao falar ou fica ofegante

() tem pigarro constante

() sente a garganta seca

() dor ao engolir

() rouquidão

() a voz vai enfraquecendo

() a voz vai ficando mais grossa (grave)

() a voz vai ficando mais fina (aguda)

() a voz vai ficando trêmula

() outros. Especifique:



GOVERNO DO ESTADO DO AMAZONAS

08. Tempo de serviço?

09. Qual sua opinião quanto a importância da prevenção e cuidado com a voz?

APÊNDICE B – FOLDER DIRECIONADO AOS PROFESSORES

Atenção à postura

- ❖ Quando estiver falando, em qualquer situação, mantenha a postura do corpo ereta, sem tensão. Nunca incline a cabeça, inclusive ao falar no telefone e no celular. Não concentre a força no pescoço pois é a pressão na cervical compromete o aparelho fonador. Quando estiver escrevendo na lousa evite falar olhando para a classe, pois isso provoca mau posicionamento da laringe. Quando for falar, pare de escrever, vire-se e olhe para os alunos.

Exercícios de articulação para usar bem a voz

- ❖ Habitue-se a fazer um aquecimento vocal antes das aulas. Os exercícios respiratórios e vocais mais comuns, mas muito eficientes, são:
- ❖ Alongamento da cabeça, pescoço e ombros.
- ❖ Pronunciar prolongadamente “s” e depois “z” enquanto solta o ar.
- ❖ Mastigar com a boca fechada pronunciando “humun”.
Vibração da língua em escala ascendente.
Vibração dos lábios (como faz o bebê).
Pronunciar “pa-pa-pa” seguidamente.
Bocejar.

Acadêmica: Marta de Souza Paiva
Orientadora: Profa. Dra. Cynara Carmo Bezerra
Coordenador do Curso: Prof. Dr. Adailton Moreira

Parintins

2020

Universidade do Estado do
Amazonas-UEA
Centro de Estudos
Superiores de Parintins –
CESP



Disfonias em professores
de Biologia:

Um estudo nas Escolas
Estaduais do Município de
Parintins /AM.



Objetivo

- ❖ Conhecer a situação dos problemas relacionados à saúde das cordas vocais dos professores de Biologia, em decorrência da atuação docente nas Escolas Estaduais do Município de Parintins /AM.

Mitos da saúde vocal

- ❖ Chupar balas e pastilhas para aliviar a garganta irritada.
- ❖ Pigarrear para eliminar a secreção nas pregas vocais.
- ❖ Beber álcool para aquecer a voz.
- ❖ Tomar café para limpar a garganta.
- ❖ Fazer gargarejos com folhas de romã, limão e vinagre, gengibre etc. – os gargarejos não atingem as pregas vocais e algumas receitas caseiras podem causar mais dano à voz.

Uso adequado da voz

- ❖ Fale em intensidade moderada. Evite gritar, falar em excesso ou competir com o ruído ambiental. Usar a voz em tom mais alto ou mais baixo (sussurrar ou cochichar) exigem um maior esforço vocal que pode provocar a formação de nódulos.
- ❖ Use o intervalo entre as aulas como repouso vocal; fale menos e evite conversas ruidosas na sala dos professores.
- ❖ Peça para um aluno fazer a chamada no seu lugar.
- ❖ Articule bem as palavras. A boa dicção permite a clareza da comunicação, poupando a voz e evitando que você tenha que falar alto para ser melhor ouvido.
- ❖ Mantenha-se hidratado, é um dos segredos para manter a voz saudável. Traga consigo uma garrafa de água em temperatura ambiente (nunca gelada nem água gasosa) e beba alguns goles sempre que possível, inclusive durante a aula.



**UNIVERSIDADE DO ESTADO DO AMAZONAS – UEA – CESP
AVALIAÇÃO FINAL - TCC – 10º PERÍODO**

1. DADOS DE IDENTIFICAÇÃO

1.1 **Nome do (a) acadêmico:** Marta de Souza Paiva

1.2 **Título do Trabalho:** Disfonia em Professores de Biologia: um estudo nas Escolas Estaduais do Município de Parintins AM.

1.3 **Orientador (a):** Profa. Dra. Cynara Carmo Bezerra

TÍTULO: Disfonia em Professores de Biologia: um estudo nas Escolas Estaduais do Município de Parintins AM.			
	Pontos	Nota Obtida	
TÍTULO: É conciso e reflete com precisão o conteúdo	0,0 – 0,5	0,5	
INTRODUÇÃO			
A introdução justifica as principais razões e inquietações pessoais e profissionais que conduziram à referida escolha do tema	0,0 – 0,5	0,5	
As questões norteadoras estão coerentes com os objetivos propostos? São descritos e relacionados ao tema?	0,0 – 0,5	0,5	
REVISÃO BIBLIOGRÁFICA: as referências utilizadas são pertinentes aos objetivos do estudo:	0,0 – 0,5	0,5	
METODOLOGIA: é suficiente e detalhada? É claramente descrita e precisa? O desenvolvimento do trabalho utiliza métodos adequados	0,0 – 0,5	0,5	
Na DISCUSSÃO há uma relação, de forma satisfatória dos resultados obtidos com os trabalhos de outros autores?	0,0 – 1,0	0,9	
As CONSIDERAÇÕES FINAIS/CONCLUSÃO são clara e sustentadas pelas evidências. Tem relação com o objetivo inicial?	0,0 – 0,5	0,5	
BIBLIOGRAFIA: é suficiente para o tema do trabalho? Todos os autores citados estão referenciados e seguem as regras da ABNT?	0,0 – 0,5	0,4	
REDAÇÃO: é clara, objetiva, técnica? A ortografia utilizada é a oficial?	0,0 – 0,5	0,5	
APRESENTAÇÃO ORAL (coerência com o trabalho escrito; atendeu ao tempo estipulado; sustentou seus argumentos coerentes aos objetivos propostos)	0,0 – 5,0	5,0	
NOTA FINAL		9,8	

Enumerar problema não previsto (caso houver)

Parintins, 23 de Novembro de 2020.

Assinatura Avaliadores

1- Dilinda B. Trindade
2- _____



UNIVERSIDADE DO ESTADO DO AMAZONAS – UEA – CESP
AValiação FINAL - TCC – 10º PERÍODO

1. DADOS DE IDENTIFICAÇÃO

1.1 **Nome do Acadêmico:**

Marta de Souza Paiva

1.2 **Título do Trabalho:** Disfonia em Professores de Biologia: um estudo nas Escolas Estaduais do Município de Parintins AM.

1.3 **Orientador (a):** Profa. Dra. Cynara Carmo Bezerra _____

TÍTULO:	Pontos	Nota Obtida
TÍTULO: É conciso e reflete com precisão o conteúdo	0,0 – 0,5	0,5
INTRODUÇÃO		
A introdução justifica as principais razões e inquietações pessoais e profissionais que conduziram à referida escolha do tema	0,0 – 0,5	0,4
As questões norteadoras estão coerentes com os objetivos propostos? São descritos e relacionados ao tema?	0,0 – 0,5	0,4
REVISÃO BIBLIOGRÁFICA: as referencias utilizadas são pertinentes aos objetivos do estudo:	0,0 – 0,5	0,5
METODOLOGIA: é suficiente e detalhada? É claramente descrita e precisa? O desenvolvimento do trabalho utiliza métodos adequados	0,0 – 0,5	0,5
Na DISCUSSÃO há uma relação, de forma satisfatória dos resultados obtidos com os trabalhos de outros autores?	0,0 – 1,0	0,8
As CONSIDERAÇÕES FINAIS/CONCLUSÃO são clara e sustentadas pela evidências. Tem relação com o objetivo inicial?	0,0 – 0,5	0,5
BIBLIOGRAFIA: é suficiente para o tema do trabalho? Todos os autores citados estão referenciados e seguem as regras da ABNT?	0,0 – 0,5	0,5
REDAÇÃO: é clara, objetiva, técnica? A ortografia utilizada é a oficial?	0,0 – 0,5	0,5
APRESENTAÇÃO ORAL (coerência com o trabalho escrito; atendeu ao tempo estipulado; sustentou seus argumentos coerentes aos objetivos propostos)	0,0 – 5,0	5,0
NOTA FINAL	9,6 (nove, seis)	
Enumerar problema não previsto (caso houver)		

Parintins, ____ de _____ de 2020.

Assinatura Avaliadores

1- _____
2- _____




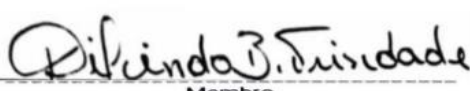


UNIVERSIDADE DO ESTADO DO AMAZONAS
CENTRO DE ESTUDOS SUPERIORES DE PARINTINS
COLEGIADO DE LICENCIATURA EM CIÊNCIAS BIOLÓGICAS

Ata de defesa do Trabalho Final do Curso de Graduação em Licenciatura em Ciências Biológicas da Universidade do Estado do Amazonas do(a) aluno(a) MARTA DE SOUZA PAIVA realizada no dia 23 de novembro de 2020.

Aos 23 dias do mês de novembro do ano de dois mil e vinte realizou-se a Defesa Virtual do Trabalho Final de Conclusão de Curso intitulado Disfonias em Professores de Biologia: um Estudo nas Escolas Estaduais do Município de Parintins/AM do(a) acadêmico(a): **Marta de Souza Paiva**, como parte final do seu trabalho para obtenção do grau de **LICENCIADO EM CIÊNCIAS BIOLÓGICAS**. A Banca Examinadora foi constituída pelos seguintes membros: Professor(a) Dra. Cynara Camo Bezerra (**Presidente**), Professor(a) Dr. Ademir Castro e Silva (**Membro**) e Professor(a) Dr. Dilcindo Barros Trindade (**Membro**). O presidente da banca examinadora deu início à sessão e informou sobre o procedimento do exame. A palavra foi facultada ao acadêmico(a) para apresentar uma síntese de sua pesquisa e responder às perguntas formuladas pelos membros da Banca Examinadora. Após a apresentação e arguição pelos membros da Banca Examinadora, esta se reuniu e deliberou que a Monografia desenvolvida pelo acadêmico(a) em questão foi "_____". A sessão foi encerrada e eu Cynara Camo Bezerra, lavrei a presente Ata assinada por mim, e pelos membros da Banca Examinadora e pelo(a) acadêmico(a).

Parintins, _____ de novembro de 2020.

Média das notas atribuídas ao trabalho escrito	Média das notas atribuídas a apresentação	Média Final
4.6	5.0	9.6 (nove, seis).
Comissão Julgadora		Parecer
Presidente  Membro  Membro		APROVADA <u>Marta de Souza Paiva</u> Acadêmico

