

## UMA AÇÃO EDUCATIVA E SAÚDE VOCAL: ANÁLISE DO PROGRAMA CUIDANDO DO MESTRE, SOBRAL-CEARÁ

Autora: Edine Dias Pimentel Gomes<sup>1</sup>  
Coautora: Maria Petrília Rocha Fernandes<sup>2</sup>

### RESUMO

A saúde vocal é considerada um fator importante na saúde e qualidade de vida dos profissionais docentes que utilizam como instrumento de trabalho, onde as ações educativas fortalecem a promoção, apontando sempre os aspectos preventivos para uma boa qualidade vocal. Este estudo teve como objetivo analisar o Programa Cuidando do Mestre das escolas municipais de Sobral, Ce, como ação educativa promotora de saúde vocal. Utilizou-se como caminho metodológico uma pesquisa com abordagem qualitativa e o método de pesquisa-ação. Para o universo da pesquisa no primeiro momento, 309 professores do Sistema Público Municipal de Ensino de Sobral participaram do diagnóstico. No segundo momento, a etapa da intervenção, participaram de 40 a 45 professores distribuídos por oficinas. Para a terceira fase, foram convidados 15 professores, mas somente 8 permaneceram. Na coleta de dados, seguiram-se as fases da pesquisa ação: diagnóstico, intervenção avaliação/reflexão. Para subsidiar as fases da pesquisa, foi fundamental: a pesquisa documental, aplicação de um questionário, realização de 10 oficinas na segunda fase e três encontros foram produtores dos dados da avaliação/reflexão, considerada 3ª fase. Análise dos dados foi feita através do método de análise de conteúdo. Os resultados confirmaram que o Programa Cuidando do Mestre possibilitou grandes mudanças na percepção dos professores acerca da saúde vocal com o desenvolvimento dos encontros.

**Palavras-chave:** Ensino, Professor, Saúde, Voz.

### INTRODUÇÃO

A educação em saúde é acima de tudo, processo dialógico, formativo e transformativo, supõe necessariamente, um contato, uma transmissão e uma aquisição de conhecimentos como, também, um desenvolvimento de competência, hábitos e valores que constituem os elementos da educação onde não pode ser vista apenas como uma reprodução de saberes, mas sim como um fabricante de saberes e de transformações culturais (GRAZZINELLI; REIS; MARQUES; 2006).

Atualmente, a educação em saúde é vista como processo teórico e prático que visa integrar diversos saberes: científico, popular, e do senso comum, oportunizando os atores envolvidos uma crítica, uma participação responsável e autônoma frente à saúde e o cotidiano. No campo da saúde pública, a educação em saúde passou a ser um processo importante e indispensável na prática dos profissionais de saúde tornando o processo uma ferramenta

---

<sup>1</sup> Mestre em Ensino na Saúde da Universidade Estadual do Ceará - CE, [edinemc@hotmail.com](mailto:edinemc@hotmail.com);

<sup>2</sup> Mestre em Ensino na Saúde da Universidade Estadual do Ceará - CE, [petrilia@gmail.com](mailto:petrilia@gmail.com);

essencial para o controle de doença, nas estratégias de prevenção e promoção de saúde (REIS,2006).

Desta forma, a educação em saúde, constitui-se em um conjunto de saberes e práticas orientadas para a prevenção de doenças e promoção da saúde. Trata-se de um recurso por meio do qual o conhecimento cientificamente produzido no campo da saúde, intermediado pelos profissionais de saúde, atinge a vida cotidiana das pessoas (COSTA; LÓPEZ, 1996).

No contexto do ensino, as práticas de educação em saúde vocal, ocorrem na maioria das vezes de forma processual, com três ou mais encontros, geralmente semanais, caracterizados por grupos constituídos a partir de propostas de cursos, oficinas ou vivências de voz. As ações de caráter processual são valorizadas como essenciais para trabalhar os aspectos relacionados à promoção de saúde no trabalho (PENTEADO; CHUN; SILVA, 2005; PENTEADO; SERVILHA, 2004).

A voz é um instrumento utilizado por diversos profissionais da área da saúde, educação, jornalismo, atores, cantores, locutores, dentre outros. Este instrumento é de suma importância para o processo de comunicação, principalmente, para quem faz uso da voz como instrumento de trabalho. Especificamente, na área da educação, os professores devem dispensar cuidados com sua voz para que possam exercer o magistério de forma plena e saudável. Ao longo de seu exercício, os profissionais devem estar atentos aos cuidados para mantê-lo saudável, evitando desgastes e patologias que advêm do abuso e mau uso vocal, dentre os quais, a disfonia é o sintoma mais frequente.

Sabe-se que, a grande prevalência de disfonia relacionada ao trabalho, pode ser explicada por transformações no trabalho, caracterizadas pelo estabelecimento de metas, considerando apenas sua produtividade, sem levar em consideração os limites físicos e psicossociais dos trabalhadores. Há uma forte exigência de adequação dos trabalhadores às características organizacionais das empresas, com intensificação do trabalho e padronização dos procedimentos, dificultando qualquer manifestação de criatividade e flexibilidade, ausência e impossibilidade de pausas espontâneas, necessidade de permanecer em posturas inadequadas por tempo prolongado, exigência de informações específicas, necessidade de concentração para não cometer erros, além de mobiliário, equipamentos e instrumentos inadequados ao desenvolvimento da atividade.(PENTEADO, 2007).

A disfonia relacionada ao trabalho pode estar relacionada não só a fatores de riscos-ambientais, mas, sobretudo, àqueles relacionados à organização do trabalho. Neste sentido, sabendo da importância da saúde vocal dos profissionais da educação foi implantado em parceria com o Centro de Referência em Saúde do Trabalhador- CEREST e a Escola de

Formação do Magistério e Secretaria da Educação do município de Sobral- CE, o Programa Cuidando do Mestre, têm como objetivo capacitar o professor da rede municipal de ensino quanto à importância dos cuidados com a saúde vocal. O referido programa surgiu para dar suporte a esses professores sobre como utilizar a voz como instrumento de trabalho, ensinando técnicas de aquecimento e desaquecimento vocal, buscando minimizar os agravos da voz.

Diante do exposto, surgiram algumas indagações, a saber: Como os professores percebem o programa Cuidando do Mestre? Os hábitos de saúde vocal dos professores mudaram com o programa? Como eles veem hoje o cuidado com a saúde vocal? O objetivo desse estudo é analisar o Programa Cuidando do Mestre das escolas municipais de Sobral- Ce, como ação educativa promotora de saúde vocal. Assim, esta pesquisa, poderá possibilitar a melhoria do Programa Cuidando do Mestre, subsidiando a reflexão dos professores acerca da saúde vocal, minimizando as alterações vocais causadas pelo mau uso e abuso vocal nas escolas, e propondo aos professores cuidados com a voz, facilitando o processo de ensino-aprendizagem.

## **METODOLOGIA**

Para o cumprimento dos objetivos propostos nesta pesquisa, foi utilizada uma abordagem qualitativa. Do ponto de vista metodológico a pesquisa qualitativa aprofunda a complexidade de fenômenos, fatos e processos particulares e específicos dos grupos em estudo. Nesta perspectiva este tipo de abordagem é utilizado para conhecer as percepções, opiniões, valores, crenças, atitudes o que corresponde a um espaço mais profundo das relações, e pontos de vista dos sujeitos sobre o tema estudado (MINAYO, 2014).

Para concretizar a pesquisa com abordagem qualitativa, a pesquisa-ação, apresentou-se mais adequada por ser um tipo de pesquisa social com base empírica que é concebida e realizada em estreita associação com uma ação ou com a resolução de um problema coletivo e no qual os pesquisadores e os participantes representativos da situação ou do problema estão envolvidos de modo cooperativo ou participativo (THIOLLENT, 2011).

Esta pesquisa foi realizada no município de Sobral que está situado na zona Centro-Oeste (Noroeste) do estado do Ceará. Para o universo da pesquisa no primeiro momento, 309 professores em exercício, efetivos, no Sistema Público Municipal de Ensino de Sobral participaram do diagnóstico que subsidiou o programa Cuidando do Mestre. No segundo momento que refere-se a etapa da intervenção participaram de 40 a 45 professores distribuídos por oficinas que foram multiplicadores para os demais. E para terceira fase de

avaliação, foram convidados 15 professores, participantes do segundo momento de todas as oficinas, no entanto, somente 8 permaneceram.

A análise dos dados foi feita através do método de análise de conteúdo, técnica de pesquisa que trabalha com a palavra, permitindo de forma prática e objetiva produzir inferências de conteúdo da comunicação de um texto, replicáveis ao seu contexto social. (CARREGNATO; MUTTI, 2006). Atendendo às normas da Universidade Estadual do Ceará-UECE, este estudo foi submetido ao Comitê de Ética e Pesquisa - CEP da instituição, com número do parecer: 1.751.882 e CAEE: 58837316.4.0000.5534, conforme previsto pela resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde do Ministério da Saúde, que regulamenta a pesquisa com seres humanos (BRASIL, 2012).

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

### **Primeira Fase – diagnóstica**

Essa primeira fase corresponde ao primeiro item do diagrama que tem como compreensão o diagnóstico. Na pesquisa-ação a fase diagnóstica se refere quando o pesquisador identifica e define o problema, estabelecendo as possibilidades de várias ações para resolvê-las nesse momento o pesquisador determina os princípios epistemológicos que orientarão a ação, devendo saber como é produzido o conhecimento e a posição dos sujeitos na pesquisa. (RICHARDSON,2007).

Para realização dessa fase nesse estudo, a pesquisa documental foi à principal fonte de coleta de dados. Para isto, foram realizadas três visitas nos dias 03, 04, 05 de março de 2016 no centro de documentação e formação David Capistrano localizado na Escola de Formação em Saúde da Família Visconde Saboia da cidade de Sobral.

O diagnóstico da pesquisa foi realizado através de um questionário estruturado contendo 12 perguntas de múltiplas escolhas, abordando: atividade profissional do professor (tempo de profissão, carga horária semanal, número de aluno por classe atendida, série que leciona); presença de atividades extra- ocupacionais que exigem esforço vocal (canto, cultos religiosos, cuidado com filhos pequenos e outros); presença de outros sintomas concomitantes (rinite alérgica e refluxo gástrico-esofágico); presença de tabagismo. Em relação a disfonia foram levantados os seguintes dados: presença da afecção, a intensidade desta, se realizou alguma avaliação otorrinolaringológica (laringoscopia, cirurgia e diagnóstico clínico).

Ainda nos arquivos, foram coletadas informações sobre a situação de saúde vocal dos professores municipais especificamente no que se refere a prevalência de disfonias apresentados por eles no exercícios da docência.

## **Segunda Fase – Intervenção**

Esta fase de intervenção, foi constituída pelo Programa Cuidando do Mestre, elaborado com base nos resultados obtidos. Para coleta de dados, desta segunda fase, optou-se pela utilização de um diário de campo, recurso utilizado para registro de todas as etapas do Programa Cuidando do Mestre. Na elaboração inicial do programa fez-se necessário a participação de profissionais da saúde, bem como profissionais da educação representados assim da seguinte forma: três profissionais do Centro de Referência em Saúde do Trabalhador (CEREST), representados pela coordenação, enfermeira do trabalho e fonoaudióloga e os profissionais da educação, representados pela coordenação da escola, um representante da Escola de Formação Permanente do Magistério de Sobral (ESFAPEM).

As reuniões para efetivação do programa ocorreram no período de março a julho de 2011, sendo realizada sempre na última sexta feira de cada mês, e com a participação de todos os profissionais envolvidos. As reuniões consistiam em momentos de discussões e decisões acerca da elaboração do Programa Cuidando do Mestre. Nesta perspectiva, na primeira reunião decidiram-se quais seriam os procedimentos metodológicos, e de que forma ocorreria a aquisição de materiais, a escolha dos formadores, e os locais para realização das oficinas.

Assim, definiu-se para o desenvolvimento das oficinas que seriam utilizados a apresentações em slides, além da exposição de materiais ilustrativos, com linguagem simples, e de fácil entendimento, e que toda oficina seria teria momentos de vivências práticas.

Para escolha dos formadores facilitadores das oficinas, definiu-se como critério de inclusão que: as formadoras escolhidas fossem profissionais graduadas em fonoaudiologia, e que possuíssem experiência em formações, além de experiência com as temáticas que seriam abordadas.

Na segunda reunião ocorrida no mês de abril, elaborou-se o cronograma das oficinas, tendo ficando decidido que as oficinas aconteceriam uma vez por mês, divididas por turma, conforme lotação dos professores na Educação Infantil, Ensino Fundamental (series iniciais) e na Educação de Jovens e Adultos-EJA. As turmas eram formadas por uma média de 40 a 45 professores por oficina.



Na terceira reunião, realizada no mês de maio, todo o conteúdo programático do Programa Cuidando do Mestre, e as temáticas que seriam abordadas durante todo o ano foram elaboradas, como é possível observar no quadro a seguir:

**Quadro 1-** Conteúdo Programático do Programa Cuidando do Mestre

TEMAS TRABALHADOS	MESES
Anatomia e fisiologia do aparelho fonador	FEVEREIRO
Diferença entre voz, fala e linguagem	MARÇO
Patologias vocais	ABRIL
Saúde vocal	MAIO
Respiração	JUNHO
Articulação	JULHO
Ressonância	AGOSTO
Impostação Vocal	SETEMBRO
Aquecimento e desaquecimento vocal	OUTUBRO
Oficina de exercícios vocais	NOVEMBRO

**Fonte:** Elaborado pela autora (2016)

### **Terceira Fase: Avaliação/Reflexão**

Para o desenvolvimento desta 3ª fase foram realizados três encontros agendados com à direção da Escola Carlos Jeressati depois de enviado ofício de solicitação e apresentado os objetivos do estudo. Os dias disponibilizados foram 04,11, 18 de novembro de 2016, para a realização dos encontros com a presença de treze professores sendo dez do sexo feminino e três do sexo masculino, no entanto, só compareceram oito (três do sexo masculino e cinco do sexo feminino), a desistência da participação nos encontros deve-se ao fato de residirem em outros municípios.

#### **Análise dos Dados**

Na pré-análise, entendida como a fase de organização, procedeu-se à transcrição das discussões de forma integral e a leitura flutuante e exaustiva dos dados coletados. Permitiu, ainda, a retomada dos documentos e objetivos iniciais da pesquisa. A exploração do material foi uma fase longa e consistiu na codificação e numeração das unidades de registro. Estas se

constituem de frases ou palavras que se agrupam convergentemente, isto é, são agrupadas conforme semelhanças, e constituíram as categorias de análise (BARDIN, 2011).

Respeitamos os discursos dos participantes emergidos durante os encontros e o material escrito produzido. Em seguida, realizamos uma leitura aprofundada das falas e transcrição do material obtido, com algumas correções do material original dos participantes sem distorcer seu conteúdo.

#### Avaliação/Reflexão: Dando voz aos Professores

Nesta seção, serão apresentadas as percepções dos professores quanto a realização do Programa Cuidando do Mestre e como 3ª fase representa a avaliação/reflexão na pesquisa-ação. Destaca-se que as fases anteriores foram realizadas no ano de 2011, quando diagnosticado o problema e elaborado o Programa Cuidando do Mestre, como ação interventora baseada no resultado do trabalho de pós-graduação em Residencial Multiprofissional em Saúde da Família, realizado pela pesquisadora deste atual estudo.

A percepção dos professores está organizada, inicialmente, em cinco categorias escolhidas para avaliação/reflexão do programa, em si: a metodologia utilizada, a participação, os facilitadores, e o material didático utilizado e a visão geral do programa. Em seguida é apresentada a percepção dos professores sobre a sua qualidade vocal após o Programa Cuidando do Mestre e na sequência são evidenciadas as mudanças dos hábitos vocais após o programa indicadas pelos professores.

Nesta fase os resultados são analisados na perspectiva da avaliação/reflexão para se conhecer e intervir, caso seja necessário. Assim sendo no final da seção, também são indicadas algumas ideias para qualificar o programa, subsidiando a atual gestão.

#### **Quadro 2-** Percepção dos professores em relação à metodologia utilizada

P1	As atividades propostas foram bem dinâmicas, os slides estavam bem visíveis.
P2	Objetivo, claro, prática, ajudou muito na compreensão e facilitou a percepção e a aplicação para o meu cotidiano.
P3	Muito boa de forma clara e bastante objetiva.
P4	Bastante eficaz para aprimoramento de nossa voz.
P5	Interagi e compreendi bem sobre o assunto.
P6	Satisfatória contribuindo assim para chamar a atenção dos participantes.
P7	Satisfatória sempre chamando atenção dos professores para pontos importantes em relação ao uso vocal.
P8	Adequada, prática e teórica.

**Fonte:** Elaborado pela autora (2016)

O quadro 2 indica como os participantes percebem a metodologia utilizada durante a formação do Programa Cuidando do Mestre. Em referência a este quadro evidenciou-se que os participantes consideraram satisfatória a metodologia de ensino apresentada no Programa Cuidando do Mestre, em que se utilizou de métodos dinâmicos, teóricos e práticos.

A metodologia de ensino, segundo Masetto (2003), se constitui na arte em decidir sobre um conjunto de disposições, que favoreçam o alcance dos objetivos educacionais pelo aluno e que vão desde a organização do espaço de sala de aula até a preparação do material a ser usado.

É nesta perspectiva, que cabe salientar que mudanças e transformações foram produzidas no processo educativo quanto às metodologias de ensino para atenderem as necessidades e aos interesses vigentes no momento, dentre os quais o processo de apropriação do conhecimento. Mudanças na forma de ensinar e pesquisar foram impulsionados pelo panorama social, político e econômico nacional e internacional (ABDALLA et al., 2005).

A prática de aula expositiva dialógica utilizada no Programa Cuidando do Mestre permitiu a possibilidade de transformar uma aula que seria simplesmente de transmissão do conhecimento pronto por parte do educador, a uma aula onde o aluno terá a oportunidade de mostrar o seu conhecimento prévio, associar este as informações trazidas pelo educador e por fim tecer uma relação entre conhecimento e experiências, possibilitando assim o surgimento das perguntas.

Ao refletirmos sobre a metodologia de ensino aplicada no Programa Cuidando do Mestre, ficou evidente que ensinar e aprender, atualmente, precisa ir muito além do que transmitir e reproduzir conhecimentos. Considerando as novas estratégias na educação, ficou entendido que o professor necessita atuar como mediador, como aquele que “mostra o caminho”, suscita ideias, para que os alunos consigam discutir, levantar hipóteses, propor soluções, sempre levando em consideração a sua realidade de vida e o contexto com o qual está inserido. A partir destas considerações e dos depoimentos dos participantes, podemos inferir que a metodologia de ensino utilizada no Programa Cuidando do Mestre, conseguiu alcançar os objetivos propostos a partir da utilização de metodologias de ensino condizentes com a formação necessária para a saúde vocal dos professores.

### **Quadro 3- Percepção dos professores em relação a participação**

P1	Participei ativamente das atividades propostas
P2	Considero não muito eficiente, pois precisei em alguns momentos me ausentar, o que me fez perder algumas informações importantes.
P3	Excelente



P4	Ótima o grupo conseguiu se envolver.
P5	Minha participação foi ativa, seguindo as dinâmicas e atividades propostas.
P6	Bastante ativa, pois todos os professores saíram conscientes da importância de cuidar da voz e que através de atividades e dicas bem simples dadas pelos facilitadores podemos melhorar muito a qualidade de nossa voz.
P7	Ativa por parte dos professores, pois todos nós precisamos de orientações de como usar a nossa voz.
P8	Satisfatória mudando alguns hábitos profissionais.

**Fonte:** Dados da Pesquisa (2016)

Sobre o aspecto participação segundo o quadro 3, observou-se que somente um dos oito professores não considerou a participação importante, devido a ausências necessárias durante as oficinas. Entretanto, os outros sete professores relataram que tiveram participação efetiva durante toda a formação, pois reconhecem a importância dos cuidados com a voz, e que através de atividades e dicas bem simples dadas pelos facilitadores podem melhorar a qualidade da voz. A participação é definida como processo de interação social que resulta na criação de espaços coletivos (SARMENTO et al., 2007).

Martins (2010), também, reflete acerca da forte relação existente entre a participação e os processos de aprendizagem, advertindo-nos que o sujeito só passa a acreditar na participação mediante a sua experimentação e o êxito de algumas experiências que impliquem em seu exercício. Sendo a participação algo que só se aprende participando, a escola, enquanto espaço de formação seria um lugar propício para a vivência de experiências de participação. As sequências de atividades facilitavam a participação dos alunos numa variedade de dinâmicas que iam do trabalho individual ao trabalho em grande grupo, passando pelo trabalho em pares ou em pequenos grupos. Em geral as tarefas utilizadas nas referidas sequências eram de natureza exploratória, sobretudo na introdução de conceitos.

**Quadro 4 - Percepção dos professores em relação ao desempenho dos facilitadores**

P1	Mostram conhecimento sobre o assunto, sempre respondendo as perguntas e interagindo conosco.
P2	São preparados, empenharam-se em sintetizar ao máximo um conteúdo muito abrangente, mas sem perder a qualidade.
P3	Foram dinâmicos e interativos
P4	Excelente, pois usou bastantes recursos para nos ensinarmos o uso da voz.
P5	Dinâmicos, bastante objetivos em sua proposta.
P6	Demonstraram segurança sobre o assunto e que nos ajudaram até hoje a melhorar nossa voz.
P7	A formadora foi clara e objetiva no decorrer do programa, incentivando sempre a fazer o melhor para se ter uma voz clara e suave.
P8	Os facilitadores foram eficientes e didáticos

**Fonte:** Dados da Pesquisa (2016)

Sobre os facilitadores, os professores relataram que eles foram objetivos e dinâmicos, e ficou evidente o conhecimento destes acerca do tema. Mencionaram em seus depoimentos que os facilitadores demonstram segurança e empoderamento sobre os conteúdos abordados.

O facilitador deve ser aquela pessoa capaz de contribuir para a realização do processo de improvisar e refinar o improviso de outra pessoa, no caso o estudante; e para realizar esta árdua tarefa, esse ser humano deve estar constantemente atualizado, caso contrário ele não estará instruindo, treinando ou facilitando, mas impondo paradigmas e conceitos que não podem contribuir mais para a mudança e melhoria contínua da qualidade do comportamento dos seus aprendizes.

Acredita-se, portanto, que, o professor além de serem educador e transmissor de conhecimento, deve atuar, ao mesmo tempo, como mediador. Ou seja, o professor deve se colocar como ponte entre o estudante e o conhecimento para que, dessa forma, o aluno aprenda a “pensar” e a questionar por si mesmo e não mais receba passivamente as informações como se fosse um depósito do educador.

#### **Quadro 05-** Percepção dos professores em relação ao material didático

P1	Material bem acessível, de fácil compreensão
P2	Boa qualidade e boa aplicabilidade, visualmente instrutivo, bem ilustrativo e instrutivo
P3	Adequado para o momento
P4	Excelente
P5	Foi um suporte maior na metodologia para a compreensão e entendimento. Ajudou bastante
P6	Foi satisfatório prendeu a atenção dos participantes
P7	Durante o projeto os facilitadores usavam apostilas com informações sobre o uso vocal, o que podemos e o que não podemos fazer
P8	Importante apresentou informações relevantes

**Fonte:** Dados da Pesquisa (2016)

A produção de recursos didáticos está intimamente ligada às atividades práticas dos docentes. Estes recursos, de diferentes naturezas, muito contribuem para o aprendizado, ampliando o potencial interpretativo do conteúdo, rompendo o limite da exposição oral. No entanto, a concepção do material didático não deve ficar restrita a uma possibilidade ilustrativa às aulas do professor, nem, tampouco, corresponder à única fonte de informação sobre determinado conteúdo.

De acordo com Souza (2009, p. 111), “recurso didático é todo material utilizado como auxílio no ensino-aprendizagem do conteúdo proposto para ser aplicado pelo professor a seus alunos”. Os recursos didáticos compreendem uma diversidade de instrumentos e métodos

pedagógicos que são utilizados como suporte experimental no desenvolvimento das aulas e na organização do processo de ensino e de aprendizagem. Eles servem como objetos de motivação do interesse para aprender dos educandos.

Os materiais didáticos, utilizados em aula, possuem a função de mediação, de forma que facilitem as crianças a construção dos conhecimentos escolares. Devido à importância que os recursos didáticos desempenham na aprendizagem, faz-se necessário conhecer algumas de suas funções e importância.

Acerca do material didático, os professores relataram que foi importante, pois facilitou a compreensão e o entendimento dos temas abordados. Os facilitadores utilizaram a apostila elaborada pela equipe de fonoaudiólogos com informações sobre o uso vocal.

**Quadro 6- Percepção geral dos professores em relação ao programa**

P1	A ideia é bem legal, contribui para nossa prática docente, porém deveria ser mais sistemático.
P2	Percebi mudanças significativas em meus hábitos vocais e no nível de policiamento do uso da voz no cotidiano. Agradeço a toda equipe
P3	Deve ser sistemático dentro da escola
P4	Não deu continuidade
P5	O objetivo do programa é muito válido precisamos desse apoio. Porém necessário que seja mais contínuo, intensivo, para melhor validação
P6	O programa foi bem válido, pois o professor não tem um acompanhamento de fonoaudiólogo, porém muito pouco tempo. Serviu bastante, pois melhorei a qualidade vocal e mudei alguns hábitos
P7	O programa veio de encontro aos professores por que veio com informações importantes sobre o uso adequado da voz, pois é seu instrumento principal de trabalho
P8	Poderia ser contínuo dentro das escolas, verificando as mudanças de comprometimento e a melhoria da qualidade vocal

**Fonte:** Dados da Pesquisa (2016)

Sobre a percepção geral do professor acerca do Programa Cuidando do Mestre identificou-se na fala dos professores a importância da introdução de ações voltadas à saúde do professor com o intuito de amenizar os efeitos do trabalho sobre sua saúde, e a inserção do fonoaudiólogo a fim de facilitar estas ações na prática cotidiana da escola.

As grandes maiorias das docentes referiam problemas na voz ou fala e poucas tinham procurado assistência para os problemas que referiam. A intervenção realizada com as docentes nas oficinas de voz mostrou-se positiva, pois a maioria delas percebeu a importância dos cuidados com a voz para uma melhora no desempenho vocal e no desempenho profissional.

Percebeu-se que os professores têm necessidade de participar de programas de prevenção para cuidar de suas vozes, impedindo que rouquidões em decorrência do exercício profissional limitem sua participação no trabalho, os afastassem das aulas por meio de licenças muitas vezes dispendiosas aos mantenedores das escolas, ou, cheguem a impedimento do exercício profissional.

### **Qualidade vocal após o programa Cuidando do Mestre**

Em continuidade, nas oficinas, perguntou-se aos professores como o Programa Cuidando do Mestre influenciou a qualidade vocal, e como estes percebem a qualidade vocal após a realização do programa.

Para isto, utilizou-se a seguinte pergunta: Como está sua qualidade vocal hoje? As formações do Projeto Cuidando do Mestre influenciaram na sua saúde vocal. Nas falas é possível observar uma discordância de ideias quanto à contribuição do programa para a mudança na qualidade vocal dos professores, como é possível identificar na fala dos professores:

A minha voz tem melhorado antes eu ficava rouco, agora eu consigo controlar meu tom de voz evitando assim eu ficar rouco então melhorou bastante. No início das formações quando ela nos ensinou fazíamos exercícios de aquecimento e desaquecimento vocal. Como ela falou se tivesse uma pessoa lembrando sempre a gente acho que faríamos mais os exercícios (P4).

Bom, pra mim melhorou minha qualidade vocal porque antes eu me sentia cansado eu falava muito acho que eu não respirava direito falava muito ai eu ficava cansado não conseguia completar as vezes as frases melhorou muito mas eu acho que ainda eu consigo melhorar mais pois ainda não estou seguindo corretamente todos os requisitos que a gente deve fazer mas melhorou muito antes eu ficava muito cansado falava, falava, falava e não respirava e ai me sentia cansado a voz cansada ficava mesmo com dificuldade falar nesse aspecto melhorou (P6).

### **Mudanças dos Hábitos vocais após o programa**

Por fim, dando continuidade as questões apresentadas na oficina acerca do Programa Cuidando do Mestre, analisaram-se as falas dos professores quanto às mudanças dos hábitos vocais após o programa. A pergunta feita pela facilitadora foi: como estão seus hábitos vocais depois do Programa Cuidando do Mestre.

Para facultar a compreensão e análise dos dados esta questão apresentou as seguintes categorias: respiração; exercícios de aquecimento e desaquecimento; e higiene vocal apresentadas no momento da oficina.

## **Respiração**

A respiração é o alicerce da boa voz tanto para situações de fala quanto de canto, sendo responsável pelo equilíbrio vocal, a segurança e o controle da situação. A boa voz começa com a boa respiração. Mudando a maneira de respirar, modifica-se também suas representações interiores.

Nesta categoria, acerca da respiração foi possível identificar no discurso dos professores, que este era um aspecto que trazia grandes dúvidas e desconforto na prática docente, como se observa a seguir:

Hoje me preocupo com meus hábitos vocais. Isso tem evitado a falta de ar que eu tinha sempre quando falava muito por um tempo prologado. (P1).

A formação foi muito importante, pois eu tinha o hábito de prolongar a fala até o final do ar, e continuar falando sem respirar. Através do programa foi possível adquirir dicas de como coordenar o ar com a fala. (P2).

Sobre a relação da voz e a falta de ar Pinho (2003) afirma que a voz falada se utiliza de estruturas do aparelho respiratório e do digestivo, na medida em que ocorrem alterações constantes na movimentação dos lábios, língua, véu palatino e da própria laringe. Assim, o desconforto gerado pela dificuldade da fala do professor leva a produção de sons desagradáveis e alterações na fala.

## **Aquecimento e Desaquecimento Vocal**

Na segunda categoria sobre aquecimento e desaquecimento vocal, surgida a partir da questão sobre mudanças de hábitos vocais observa-se nas falas dos professores que a contextualização deste tema foi importante, pois hoje compreendem estes conceitos e conseguem aplicar no cotidiano:

Cuidados que foram citados de você fazer o aquecimento da voz é importante, e tenho me preocupado em estar fazendo isso em minha prática docente. (P3)



A necessidade de realizar os exercícios de aquecimento vocal após utilizar durante um longo espaço de tempo a voz.(P5).

Os exercícios de aquecimento vocal têm como principais objetivos: possibilitar correta coaptação das pregas vocais, resultando em uma qualidade vocal com maior componente harmônico; diminuir o fluxo transglótico por meio de uma inspiração rápida e curta e uma expiração controlada; permitir maior flexibilidade das pregas vocais para alongar e encurtar durante as variações de frequência; deixar a mucosa mais solta, dar mais intensidade e projeção à voz; proporcionar uma melhor articulação dos sons, reunindo melhores condições de produção vocal. (FRANCATO et al, 1996).

### **Higiene Vocal**

Ainda sobre as mudanças de hábitos vocais emergidos a partir da realização do programa, um aspecto muito importante analisado foi a higiene vocal.

O docente, em sua atividade profissional deve tomar alguns cuidados com a voz com objetivo de preservar um de seus mais importantes instrumentos de trabalho. A Higiene Vocal é um instrumento fonoaudiológico utilizado principalmente na prevenção de possíveis problemas vocais, mas é também utilizado na reabilitação vocal (tratamento) e no aperfeiçoamento vocal (estética) (BEHLAU; PONTES, 1999).

A gente vive numa cidade extremamente quente e já encontra na gente uma necessidade de estar bebendo água constantemente independente do uso da voz mas devido a necessidade de ser nosso instrumento de trabalho agente sente muita sede, a sugestão de estarmos ingerindo água foi fundamental no programa (P6)

No processo de fala é imprescindível a utilização da água para que as pregas vocais vibrem com menos esforço e a voz seja produzida em melhores condições. Quando estamos desidratados, temos mais dificuldades para manter o controle da voz e geralmente fazemos maior esforço e produzimos um som pior. Segundo Behlau (2004) a pouca ingestão de água é bastante prejudicial para a produção vocal, pois conduz a desidratação dos tecidos laríngeos.

### **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O estudo teve a intenção de analisar o Programa Cuidando do Mestre como ação educativa promotora de saúde vocal desenvolvido nas escolas municipais de Sobral-Ce. O

desenvolvimento do programa permitiu ampliar a percepção e conscientizar os professores a respeito dos fatores que atuam de maneira favorável ou prejudicial à saúde vocal.

Nas pesquisas analisadas neste estudo observou-se que diversos fatores são responsáveis pelos problemas da voz apresentados pelos professores desde o número excessivo de alunos em sala de aula, que obriga o professor a aumentar a intensidade da voz para ser ouvido por todos na sala, seguida, pela intensa jornada de trabalho que não permitem aos professores tempo para cuidarem da voz.

Os professores consideraram satisfatória a metodologia de ensino apresentada no Programa Cuidando do Mestre, em que se utilizou de métodos dinâmicos, teóricos e práticos, com variação de estratégias de ensino, ampliando, desta forma, as possibilidades de aprendizado levando em conta a diversidade da sala de aula. Neste aspecto ficou evidente a necessidade de propor uma diversidade de estratégias de ensino, reconhecendo que o processo educativo precisa ir muito além do que transmitir e reproduzir conhecimentos.

Sobre o aspecto participação o resultado revelou-se contundente, pois quase todos os professores relataram que tiveram participação efetiva durante toda a formação, pois reconhecem a importância dos cuidados com a voz, e que através de atividades e dicas bem simples dadas pelos facilitadores podem melhorar a qualidade da voz. Entretanto, os motivos que não tornaram este resultado totalmente positivo perpassam a infra-estrutura e dificuldades de acesso aos locais das formações se constituíram como desafios para participação dos docentes.

Outro aspecto que se constitui como um desafio é o aumento da cobertura do cuidado, tanto no ambiente de trabalho, através da inserção do fonoaudiólogo nas escolas, como na melhoria do acesso ao diagnóstico e reabilitação.

Acerca da condução dos facilitadores durante a execução das oficinas observou-se que os professores sentiram-se contemplados, pois disseram que as exposições foram objetivas e dinâmicas, seguidas do empoderamento apresentado pelos facilitadores. Assim, mister se faz refletir sobre o papel do professor, que além de ser educador e transmissor de conhecimento, deve atuar, ao mesmo tempo, como mediador.

Sobre o material didático, os professores relataram que foi importante pois facilitou a compreensão e o entendimento dos temas abordados. Os facilitadores utilizaram a apostila elaborada pela equipe de fonoaudiólogos com informações sobre o uso vocal

Quanto à percepção acerca do Programa Cuidando do Mestre os professores destacam a importância da introdução de ações voltadas à saúde do professor com o intuito de amenizar os efeitos do trabalho sobre sua saúde, e a inserção do fonoaudiólogo a fim de facilitar estas

ações na prática cotidiana da escola. A intervenção realizada com as docentes nas oficinas de voz mostrou-se positiva, pois a maioria delas percebeu a importância dos cuidados com a voz para uma melhora no desempenho vocal e no desempenho profissional.

Neste sentido, os resultados apontados neste estudo permitiram identificar que os professores reconhecem que o programa de Intervenção Cuidando do Mestre mostrou-se benéfico, sendo as intervenções inseridas na rotina diária e ainda, sugeriram mudanças para planejamento futuro de novas práticas. Os depoimentos dos professores evidenciaram que o Programa Cuidando do Mestre contribuiu para o reconhecimento da importância da voz como instrumento de trabalho e para o conhecimento de atitudes voltadas ao cuidado da voz.

As evidências referidas aqui e as percebidas e relatadas no cotidiano escolar, mostram a necessidade de ir além das atuais ações preventivas focalizadas no plano individual para o plano das condições ambientais relacionadas ao desenvolvimento do trabalho docente. Este trabalho demonstra a necessidade da adoção de medidas de promoção e prevenção à saúde vocal de professor.

Neste sentido, apresentam-se sugestões que contribuam com a promoção da saúde vocal dos professores: Realização de oficinas que subsidiem reflexões sobre a importância da voz no ensino, identificação e atenuação de fatores de risco; Continuação do Programa Cuidando do Mestre e outros programas de aprimoramento vocal; Políticas Educacionais à saúde do trabalhador e à educação, especificamente, para a saúde vocal dos professores.

Dessa forma, emerge para o governo, políticas educacionais de formação continuada, e essa pesquisa, como se observa, desvela possibilidades de contribuições. Portanto, fazem-se necessários avanços nas ações de criação de programas que promovam intervenções na saúde vocal docente. Também se abre a oportunidade de discussão sobre a necessidade de novas pesquisas no campo de atuação, bem como diálogos com as análises referidas ao longo do resumo.

## REFERÊNCIAS

ABDALLA, I. G. et al. Professor da área de saúde: pesquisas em diálogo. In: BATISTA, N. A.; BATISTA, S. H.; ABDALLA, I. G.; (org). **Ensino em saúde: visitando conceitos e práticas**. São Paulo: Arte & Ciência, Cap. 6, p. 103-118, 2005.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo: edição revisada e ampliada**. 1ªed. São Paulo: edições 70, 2011.

BEHLAU, M; PONTES, P. **Higiene vocal: cuidando da voz**. 2ª ed. Rio de Janeiro: Revinter; 1999.

BRASIL. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. Resolução n. 466, de 12 de dezembro de 2012. Aprova diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. Brasília, Diário Oficial da União, 12 dez. 2012.

CARREGNATO, R. C.; MUTTI, R. Pesquisa qualitativa: análise de discurso versus análise de conteúdo. **Texto Contexto Enfermagem**, Florianópolis, v. 15, n. 4, p. 679-684, out./dez. 2006.

COSTA, M.; LÓPEZ, E. **Educación para lasalud** . Madrid: Pirámide, 1996. p.25-58.

FRANCATO, A. NOGUEIRA, J. PELA, S.M. BEHLAU, M. Programa de aquecimento vocal. In: Marchesan IQ, Zorzi JL, Gomes ICD, organizadores. Tópicos de fonoaudiologia III, São Paulo:CEFAC - Lovise; 1996. p. 529-36.

GRAZZINELLI, Maria Flávia; REIS, Dener Carlos dos; MARQUES, Rita de Cássia. **Educação em saúde teoria, método e imaginação**. Belo Horizonte: UFMG, 2006. 77 p.

MASETTO, M.T. **Competência Pedagógica do Professor Universitário**. São Paulo. Summus, 2003.

MARTINS, F. A. S. A voz do estudante na educação pública: um estudo sobre participação de jovens por meio do grêmio estudantil. 2010. 168f. **Dissertação** (Mestrado em Educação) – Faculdade de Educação, Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2010.

MINAYO, M. C. S. **O desafio do conhecimento. Pesquisa qualitativa em saúde**. São Paulo: HUCITEC, 2014.

PENTEADO. R. Z.; CHUN. R.Y.; SILVA. R.C. Do higienismo às ações promotoras de saúde: a trajetória em saúde vocal. *Distúrbcomum*. São Paulo, v.17, n.1 p. 9-17, abr. 2005.

PENTEADO, Z. R. Relação entre saúde e trabalho docente: percepção de professores sobre saúde vocal. **RevSocBrasFonoaudiol.**, São Paulo, v. 12, n. 1, p.18-22, mar. 2007.

PINHO, S. M. R. **Fundamentos em fonoaudiologia**. 2 ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003.

REIS, D.C. Educação em Saúde. Aspectos históricos e conceituais. **In:** Gazzinelli MF, Reis DC, Marques RC. Educação em Saúde: Teoria, Método Imaginação. Belo Horizonte: Editora UFMG, 2006.

RICHARDSON, R. J. **Pesquisa social: métodos e técnicas**. São Paulo: Atlas, 2007.

SARMENTO, M. J.; FERNANDES, N.; TOMÁS, C. Políticas públicas e participação infantil. **Educação, Sociedade e Cultura**, Porto, Portugal, 25, p. 183-206, 2007.

SOUZA, I. P. M. A.; JACOBINA, R. R. Educação em Saúde e suas Versões na História Brasileira. **Revista Baiana de Saúde Pública**, v.33, n.4, p.618-627 out./dez.2009.

THIOLLENT, Michel. **Metodologia da pesquisa-ação**. São Paulo: Cortez, 2011, p. 108.