

UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS  
ESCOLA DE ENFERMAGEM

RAÍSSA PRAES DE ALMEIDA

**O PROFESSOR E SUA VOZ: ASPECTOS RELACIONADOS À SAÚDE VOCAL E  
AO APARECIMENTO DE DISFONIAS**

CORINTO

2014

RAÍSSA PRAES DE ALMEIDA

**O PROFESSOR E SUA VOZ: ASPECTOS RELACIONADOS À SAÚDE VOCAL E  
AO APARECIMENTO DE DISFONIAS**

Monografia apresentada à Universidade Federal de Minas Gerais, como parte das exigências do Curso de Pós-Graduação *Lato Sensu* em Formação Pedagógica para Profissionais de Saúde, para a obtenção do título de Especialista em Formação Pedagógica.

Orientadora: Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Virgínia Mascarenhas Nascimento Teixeira

CORINTO

2014

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor, através do  
Programa de Geração Automática da Biblioteca Universitária da UFMG

Almeida, Raíssa Praes

O professor e sua voz [manuscrito] : Aspectos relacionados à saúde vocal e ao aparecimento de disfonias / Raíssa Praes Almeida. - 2014.

26 f.

Orientadora: Virgínia Mascarenhas Nascimento Teixeira.

Monografia apresentada ao curso de Especialização em Formação Pedagógica Para Profissionais da Saúde - Universidade Federal de Minas Gerais, Escola de Enfermagem, para obtenção do título de Especialista em Formação Pedagógica para Profissionais de Saúde.

1.Voz. 2.Distúrbios da voz. 3.Docente. I.Teixeira, Virgínia Mascarenhas Nascimento. II.Universidade Federal de Minas Gerais. Escola de Enfermagem. III.Título.

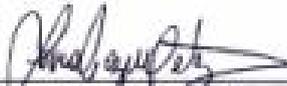
Raissa Praes de Almeida

**O PROFESSOR E SUA VOZ: ASPECTOS RELACIONADOS A  
SAÚDE VOCAL E AO APARECIMENTO DE DISFONIAS**

Trabalho apresentado ao Curso de Especialização de Formação Pedagógica para Profissionais de Saúde da Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Minas Gerais, como requisito parcial para obtenção do Certificado de Especialista.

BANCA EXAMINADORA:

  
\_\_\_\_\_  
Profa. Virginia Mascarenhas Nascimento Teixeira (Orientadora)

  
\_\_\_\_\_  
Profa. Livia Cozer Montenegro

Data de aprovação: 30/05/2014

Dedico esse trabalho aos meus pais, que sempre me apoiaram e me incentivaram nessa etapa da minha vida.

## AGRADECIMENTOS

A **Deus**, que com seu imenso amor e bondade me permitiu o dom da vida, e pelas infinitas bênçãos a mim concedidas.

À coordenação do **Curso de Especialização em Formação Pedagógica para Profissionais da área da saúde**, pela oportunidade de participar do curso e assim aperfeiçoar meus conhecimentos.

À tutora docente, **Virgínia Mascarenhas Nascimento Teixeira**, minha querida orientadora, pela dedicação, pelos incentivos e força, e pelo exemplo de profissionalismo e competência; o meu muito obrigada!

À tutora presencial, **Juliana Souza**, pelo carinho, ajuda e apoio.

Aos **colegas de curso**, pelos momentos de alegria e pelas trocas de experiências.

À minha **família**, pelo incentivo e pelo apoio incondicional.

Aos colegas de curso e também colegas de trabalho, **Raquel Correa Carvalho e Fábio de Jesus Santos**, pela amizade, pelo carinho e pelo apoio para concretização do curso.

As amigas, **Thaís Renée, Edina Souza, Simone Caires, Déborah Mendes e Thaís Araújo** pelo consolo e pelo apoio nas horas difíceis.

“Não somos responsáveis somente pelo que fazemos,  
mas também pelo que deixamos de fazer.”

**RESUMO**

Os professores são considerados profissionais da voz, pois dependem dela para o exercício de suas atividades. O objetivo deste estudo foi discutir os aspectos relacionados à manutenção da saúde vocal do professor e ao aparecimento de disfonias. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, com utilização de estudos publicados no período de 2009 e 2013. Foram buscados artigos científicos a partir do site da Biblioteca Virtual em Saúde, com os descritores: voz, distúrbios da voz e docentes, sendo selecionados e analisados 17 artigos. Os aspectos que envolvem a manutenção da saúde vocal estão ligados aos hábitos de higiene vocal que o professor deve ter para prevenir problemas que acometem as pregas vocais. O distúrbio vocal tem levado vários profissionais da voz a situações de afastamento e incapacidade para o desempenho de suas atividades, o que implica em custos financeiros e sociais. Os cuidados de higiene vocal contribuem de forma positiva para os profissionais da voz, pois auxiliam na prevenção de problemas. Assim, utilizando a voz de forma correta, sem hábitos inadequados, o professor exerce seu trabalho sem correr o risco de prejudicar suas pregas vocais.

Palavras-chave: Voz. Distúrbio da voz. Docente.

## **ABSTRACT**

Teachers are considered voice professionals, because of her position for the exercise of their activities. The objective of this study was to discuss aspects related to maintenance of health teaching vocal and the appearance of disfonias. It is an integrative review of literature, with use of studies published in the period of 2009 and 2013. Were fetched scientific articles from the website of the Virtual Health Library, with the keywords: voice, voice disorders and faculty, being selected and analyzed 17 articles. Aspects that involve maintaining vocal health are connected to vocal hygiene habits that the teacher must have to prevent problems that affect the vocal folds. The vocal disorder has led various voice professionals to remote and inability for the performance of its activities, which implies financial and social costs. Vocal hygiene cares contribute positively to voice professionals, for help in the prevention of problems. Thus, using the voice properly, without inappropriate habits, the teacher carries on his work without running the risk of damaging your vocal folds.

Keywords: Voice. Voice Disorders. Faculty.

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO</b> .....	09
<b>2 METODOLOGIA</b> .....	13
<b>3 RESULTADOS E DISCUSSÃO</b> .....	14
<b>4 CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....	24
<b>REFERÊNCIAS</b> .....	25

## 1 INTRODUÇÃO

A voz é produzida a partir de um som básico gerado na laringe. A laringe localiza-se no pescoço e é um tubo alongado, no interior do qual estão as pregas ou “cordas” vocais. Quando respiramos silenciosamente, as pregas vocais ficam abertas, ou seja, afastadas entre si, para permitir a entrada e a saída do ar. Quando produzimos a voz, as pregas vocais se aproximam. O ar, então, passa entre elas e as faz vibrar, produzindo o som. Portanto, o ar é essencial para produzirmos a voz, sendo o combustível energético da fonação (RODRIGUES; VIEIRA; BEHLAU, 2011).

Segundo Ceballos *et al.* (2011), a voz é a principal forma de interação entre o falante e seu público. A integração entre mímica, corpo e voz transmite a emoção e o desejo do ser. Sendo produzida de forma complexa, a voz é sensível à desarmonia emocional e ao desajuste orgânico ou funcional do aparelho fonador.

Para Park e Behlau (2009), a voz humana é um som com características individuais e relaciona-se à autoimagem e autoestima pessoal, na medida em que espelha a identidade do sujeito. É um recurso para criação de vínculos na interação, o que possibilita atingir o outro e relacionar-se com ele. Porém, vozes alteradas ou disfônicas podem produzir um impacto negativo no ouvinte ou, até mesmo, influenciar os relacionamentos interpessoais, prejudicando a vida social e interferindo no trabalho.

Entende-se por distúrbio de voz relacionado ao trabalho qualquer alteração vocal referente ao uso da voz durante a atividade profissional que diminua, comprometa ou impeça a atuação e/ou a comunicação do trabalhador (FERREIRA *et al.*, 2012).

Distúrbios da voz podem decorrer de interação entre fatores hereditários, comportamentais, estilo de vida e ocupacionais. O uso excessivo da voz no trabalho é fator importante de trauma nas pregas vocais. Os distúrbios decorrentes do uso da voz caracterizam-se por serem crônicos, o que os diferenciam de outros distúrbios que alteram a qualidade do som da voz, como laringites, gripes, resfriados e processos inflamatórios agudos. Estipula-se a duração de 15 dias como marco divisório entre esses dois grupos de patologias (SOUZA *et al.*, 2011).

Os professores são considerados profissionais da voz, pois dependem dela para o exercício de suas atividades profissionais. Podem estar inseridos no grupo que representa maior risco para o desenvolvimento de distúrbios vocais devido às particularidades do ambiente de trabalho e à demanda vocal elevada (VIEIRA; BEHLAU, 2009).

Ainda segundo Vieira e Behlau (2009), a voz é o principal meio de comunicação do professor, já que transmite conteúdos e características da personalidade. A voz deve ser saudável, ocorrer de maneira eficiente e sem esforço, ser interessante e clara, a fim de garantir a atenção do aluno. Assim como a voz, os movimentos do corpo transmitem informações sobre o indivíduo e complementam a mensagem. Na sala de aula, a postura corporal e, principalmente da cabeça, pode refletir na aceitação visual e no funcionamento da musculatura da laringe. Da mesma forma, deve-se levar em consideração a utilização de gestos que complementam a mensagem, a expressão facial durante o discurso e o contato visual direcionado ao aluno.

Profissionais cuja voz é instrumento de trabalho, como cantores, instrutores de academias de ginástica, vendedores, atendentes de telemarketing, recepcionistas, atores e professores, estão em maior risco de desenvolver distúrbios vocais. Professores apresentam elevada prevalência de alterações da voz comparadas a outras categorias profissionais. Os distúrbios da voz comprometem o desempenho e a efetividade de sua função e podem levar a faltas ao trabalho, afastamentos e até abandono da atividade (SOUZA *et al.*, 2011).

Na profissão docente, a voz é fator relevante para o desempenho profissional e a atuação do professor em sala de aula, especialmente enquanto componente constitutivo da identidade do professor como trabalhador, a voz contribui com impacto do docente em relação ao discente e do componente do processo ensino-aprendizagem. Em contrapartida, o uso inadequado da voz pode gerar uma disфонia, transtorno da voz que pode ter três graus de acometimento: discreto, moderado e severo. Tradicionalmente, as avaliações objetivas de uma disфонia podem apresentar resultados dentro dos limites da normalidade, enquanto protocolos de qualidade de vida e análises subjetivas oferecem diversas informações sobre o impacto da dificuldade da produção vocal, o que pode contribuir enormemente para a compreensão do o que o paciente de fato sente em decorrência da disфонia (RICARTE; BOMMARITO; CHIARI, 2011).

Segundo Alves, Oliveira e Behlau (2010), professores vivem as dificuldades do seu próprio espaço, a relação com os seus colegas e a necessidade de atualização constante, fatores cumulativos à jornada estressante que costumam enfrentar. Como indicam estes autores, cerca de 90% dos professores cumprem, pelo menos, duas jornadas de trabalho; isto gera consequências à sua qualidade vocal e dificuldade em obter tempo para o aprendizado de questões relacionadas ao desenvolvimento da linguagem. Neste sentido, esta é uma profissão de risco para o desenvolvimento de disфонia.

Ainda segundo Alves, Oliveira e Behlau (2010), estudos evidenciaram que há dificuldade em se definir a prevalência de distúrbios da voz, devido às discrepâncias entre as definições utilizadas, a metodologia empregada e os resultados encontrados. Um a cada dois professores que estão na ativa apresenta queixas e sintomas de alterações vocais, duas a três vezes mais que outros profissionais. Tais dados revelam a importância da disфонia, que deve ser enfrentada de modo curativo, mas, principalmente, preventivo.

Lima-Silva *et al.* (2012), afirmam que os sintomas vocais se iniciam de uma forma lenta e esporádica, e se desenvolvem ao longo do tempo até se tornarem permanentes, com o consequente surgimento de lesões laríngeas. Sintomas como rouquidão, fadiga vocal e dor na garganta são sinais de abuso vocal ou de uso intenso da voz em condições inapropriadas e podem contribuir para o desenvolvimento de uma doença ocupacional.

Xavier, Santos e Silva (2013) afirmam que a docência exige grande demanda da voz, sendo constatada uma série de problemas vocais entre os que a exercem. Poucos possuem preparo vocal para o uso profissional; há conhecimento apenas superficial a respeito dos cuidados com a voz; falta atenção para as queixas, sinais e sintomas do processo saúde/doença vocal, como também às dificuldades em perceber, interpretar e enfrentar os determinantes de tal processo; o uso da voz se dá em condições laborais ambientais e organizacionais adversas e percebe-se a demora e a resistência na busca pelo atendimento especializado.

Ainda segundo Xavier, Santos e Silva (2013), a voz do professor é apontada por ele mesmo como um de seus principais recursos de trabalho. Porém, pela falta de prévio treinamento vocal e por um conjunto de condições desfavoráveis de ensino, o professor torna-se um profissional de risco para desenvolver um problema de voz. A responsabilidade de transmitir conhecimento, de formar culturalmente alunos e de cumprir os currículos escolares leva muitas vezes o professor a relegar seus problemas vocais a segundo plano, buscando ajuda somente quando se torna impossível produzir uma voz audível.

A disфонia é sintoma de algum comprometimento vocal que deve ser investigado. É um problema que vem crescendo significativamente e vem afastando muitos professores da sala de aula. Esses profissionais, que utilizam a voz como instrumento de trabalho, têm aumentado nos consultórios fonoaudiológicos, com algum problema já diagnosticado pelo otorrinolaringologista ou com queixas vocais que necessitam ser investigadas.

Em pouco tempo de experiência profissional, tenho observado uma grande demanda desses profissionais nos consultórios fonoaudiológicos. A maioria procura orientações de especialistas por causa de disфонia por mais de 15 dias. E, além da rouquidão, aparecem queixas como fadiga, falhas na voz, tosse, falta de ar, pigarro, sabor amargo na boca, dor ao

falar, sensação de corpo estranho, garganta seca, ardência, coceira, voz fraca. E esses sintomas sempre são indicativos de problemas como nódulos, pólipos, cistos, entre outros.

Além de abuso e mau uso vocal, que é a principal causa de alterações vocais, outros fatores também podem contribuir para o surgimento de problemas, como: alergias respiratórias, alterações hormonais, distúrbios pulmonares, gástricos, auditivos.

Uma grande falha dos professores é julgar que os hábitos de higiene vocal não são importantes, ou não acreditam na sua eficácia, pois quase não colocam em prática. Mas é fundamental lembrar que são atos preventivos, que irão evitar o aparecimento de alterações vocais.

Diante das considerações abordadas acima surge a seguinte questão: quais os aspectos que envolvem a manutenção da saúde vocal do professor e o aparecimento de disfonias? Nesse sentido, pretende-se com este estudo discutir os aspectos relacionados à manutenção da saúde vocal do professor e ao aparecimento de disfonias.

O tema escolhido é de grande relevância para ajudar na prevenção de problemas vocais, para conscientizar os professores que muitas queixas vocais podem ser evitadas com alguns cuidados de higiene vocal. Espera-se, com esse estudo, mostrar aos professores que utilizam a voz como instrumento de trabalho, os cuidados necessários que devem ser feitos com a voz, a fim de evitar problemas futuros.

## 2 METODOLOGIA

O estudo apresenta-se como uma revisão integrativa que, segundo Souza, Silva e Carvalho (2010), determina o conhecimento atual sobre uma temática específica, já que é conduzida de modo a identificar, analisar e sintetizar resultados de estudos independentes sobre o mesmo assunto, contribuindo para uma possível repercussão benéfica na qualidade dos cuidados prestados ao paciente. Pontua-se, então, que o impacto da utilização da revisão integrativa se dá não somente pelo desenvolvimento de políticas, protocolos e procedimentos, mas também no pensamento crítico que a prática diária necessita. É necessário seguir seis fases para elaboração da revisão integrativa: elaboração da pergunta norteadora, busca ou amostragem na literatura, coleta de dados, análise crítica dos estudos incluídos, discussão dos resultados e apresentação da revisão integrativa.

A pergunta norteadora da pesquisa é: quais os aspectos que envolvem a manutenção da saúde vocal do professor e o aparecimento de disfonias?

Inicialmente foi feita uma pré-seleção de artigos que foram pesquisados no site de pesquisa da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), sem filtrar bases de dados específicas, sendo que a base de dados que prevaleceu foi a Literatura Latino-Americana em Ciências de Saúde (LILACS). Os descritores utilizados foram: voz, voz e docente e distúrbios da voz, obtendo, assim, 16.357, 254 e 183 artigos, respectivamente. Para definir a amostragem do estudo foram estabelecidos os seguintes critérios de inclusão: assunto principal: voz, professor/docente e distúrbios da voz; texto completo disponível; idiomas: português, inglês e espanhol; ano de publicação: de 2009 a 2013 e tipo de documento: artigo.

Após filtragem com os critérios já estabelecidos foram encontrados 87 artigos. Foi realizada uma leitura inicial dos títulos dos artigos e foram descartados 69, restando 37 para nova avaliação. Destes, foi feita a leitura dos resumos e foram descartados 20 artigos, restando 17 para a leitura na íntegra. Após a leitura do material, verificou-se que todos eles poderiam ser utilizados na pesquisa, uma vez que abordavam os cuidados utilizados na prevenção da saúde vocal do professor. Nesse sentido, foram utilizados 17 artigos para construção do presente texto.

De posse do material e realizadas as leituras e fichamentos, procurou-se destacar nos artigos os aspectos relacionados aos cuidados com a saúde vocal dos professores. Em seguida, foi feita a interpretação dos dados e construção do texto da pesquisa, cujos achados são apresentados a seguir.

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram analisados 17 artigos científicos, que contribuíram para o desenvolvimento desta revisão integrativa. O quadro 1 apresenta a síntese dos artigos selecionados na BVS, no período de 2009 a 2013, especificando periódico, ano, idioma, autoria, título, objetivo e resultado.

Quadro 1 - Síntese dos artigos científicos selecionados, BVS, 2009-2013

Periódico/Ano Idioma/ Autoria	Título	Objetivo	Resultado
Revista Baiana de Saúde Pública / 2010 /Português / ALVES, L.A.; OLIVEIRA, G.; BEHLAU, M.	A Voz das Professoras Durante a Atividade Letiva.	Analisar a voz destes trabalhadores durante a atividade letiva e relacioná-las com sinais e sintomas vocais.	A análise fonoaudiológica evidenciou vozes alteradas, não correspondendo à percepção das professoras sobre sua própria voz, que as entendem como adaptadas. Por não perceberem estas alterações, as professoras descuidam-se da voz.
Revista Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia / 2009 /Português / VIEIRA, A.C.; BEHLAU, M.	Análise de Voz e Comunicação Oral de Professores de Curso Pré-vestibular.	Realizar uma auto-avaliação com professores de curso pré-vestibular enfocando aspectos de voz, bem como analisar as características de voz, fala e recursos corporais utilizados em sala de aula.	A maioria dos professores relatou usar microfone (77,5%) e apresentaram queixas de sinais e sintomas vocais, sendo os mais citados: falhas na voz, rouquidão, esforço para falar, secura na garganta e pigarro. Na análise perceptivo-auditiva observou-se que os professores apresentaram qualidade vocal discretamente alterada, sendo 35% do tipo rouca. Os aspectos de fala e recursos corporais foram utilizados na maior parte do tempo de forma adequada.
Revista Brasileira de Epidemiologia/2011 / Português / CEBALLOS, A.G.C. <i>et al.</i>	Avaliação Perceptivo-auditiva e Fatores Associados à Alteração Vocal em Professores.	Identificar fatores associados à alteração vocal em professores.	A análise bivariada evidenciou associações estatisticamente significantes entre alteração vocal e idade maior que 40 anos, histórico familiar de disfonia, carga horária semanal maior que 20 horas e presença de pó de giz na sala de aula.
Revista Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia / 2012 /Português / GUIDINI, R.F. <i>et al.</i>	Correlações entre Ruído Ambiental em Sala de Aula e Voz do Professor.	Identificar se existe correlação entre ruído ambiental no interior da sala de aula, intensidade da voz e presença de alteração vocal em professores.	Houve correlação entre a intensidade vocal das professoras e ruído ambiental na presença das crianças durante a aula.
Revista Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia / 2012 / Português / LIMA-SILVA, M.F.B. <i>et al.</i>	Distúrbio de Voz em Professores: Autorreferência, Avaliação Perceptiva da Voz e das Pregas Vocais.	Analisar a presença do distúrbio de voz em professores na concordância entre autorreferência, avaliação perceptiva da voz e das pregas vocais.	Não houve associação entre autorreferência e avaliação da voz, nem entre autorreferência e avaliação de pregas vocais, com registro de concordância baixa entre as avaliações. Porém, houve associação entre a avaliação da voz e de pregas vocais, com concordância intermediária entre elas.
Distúrbio Comunicação São Paulo / 2012 / Português / FERREIRA, L.P.; ARRUDA, A.F.; MARQUEZIN, D.M.S.S.	Expressividade Oral de Professoras: Análise de Recursos Vocais.	Avaliar qualidade da voz, variação de <i>loudness</i> e <i>pitch</i> , alongamento da sílaba, velocidade de fala, pausa e articulação, presentes na fala de quatro professoras do ensino médio.	Foram selecionadas quatro professoras que selecionavam no ensino médio de um colégio particular da cidade São Paulo, aqui identificadas como: P1, P2, P3 e P4, todas com formação superior na matéria que ministravam. Os alunos elegeram P3 como preferida, pela fala clara, objetiva e boa dicção, expressividade oral motivadora, agradável, prendeu a atenção. P2 apresentou fala repetitiva, utilizando-se muito da expressão "tá", expressividade oral agradável e firme; P1, porque falou

			rápido e sem pausas, teve expressividade oral considerada desagradável, mas transmitiu firmeza; e P4, porque gritou e falou com voz aguda e estridente, teve expressividade oral desagradável e hesitante.
Revista Saúde Pública / 2011 / Português / SOUZA, C.L. <i>et al.</i>	Fatores Associados a Patologias de Pregas Vocais em Professores.	Analisar fatores associados à prevalência do diagnóstico medicoreferido de patologias das pregas vocais em professores.	Na análise de regressão logística, as variáveis que permaneceram associadas ao diagnóstico médico de patologia das pregas vocais foram: sexo feminino, trabalhar como professor por mais de sete anos, uso intensivo da voz, referir mais de cinco características desfavoráveis do ambiente físico de trabalho, uma ou mais doenças do trato respiratório, perda auditiva e apresentar transtornos mentais comuns.
Revista CEFAC / 2011 / Português / RICARTE, A.; BOMMARITO, S.; CHIARI, B.	Impacto Vocal de Professores.	Analisar o impacto vocal nas atividades diárias em professores do ensino médio. Correlacionar os achados da auto percepção do problema vocal com os aspectos: feitos no trabalho, na comunicação diária, na comunicação social e na sua emoção.	Na comparação dos grupos com e sem queixa vocal foram verificados que todos os resultados foram estatisticamente significantes e, em todos os aspectos os maiores escores foram do grupo com queixa vocal.
Revista Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia / 2009 / Português / PARK, K. BEHLAU, M.	Perda da Voz em Professores e Não Professores.	Verificar a percepção de professores e não-professores sobre as implicações de uma eventual perda de voz.	Em relação ao maior impacto de uma eventual perda da voz, professores indicaram prejuízos no trabalho, relacionamento social e atividades rotineiras e, no grupo de não professores, nas atividades rotineiras, trabalho, relacionamento social e manifestações das emoções.
Revista Brasileira Saúde Ocupacional / 2010 / Português / ALVES, L.P.; ARAÚJO, L.T.R.; XAVIER NETO, J.A.	Prevalência de Queixas Vocais e Estudo de Fatores Associados em uma Amostra de Professores de Ensino Fundamental em Maceió, Alagoas, Brasil.	Avaliar a frequência de disфонia em professores do Ensino Fundamental da rede municipal em Maceió/AL e identificar sintomas associados às queixas vocais e possíveis fatores de risco ao aparecimento de alterações vocais.	Dos 126 professores avaliados, 87,3% referiram ocorrência de disфонia na docência. Observou-se relação entre carga horária semanal e presença de disфонia. Em relação ao ambiente de trabalho, poeira e ambiente seco foram às queixas mais relatadas. Os sintomas de obstrução nasal, prurido, tosse e dispepsia apresentaram relação com a presença de rouquidão. Não houve associação entre disфонia e tabagismo ou tabagismo passivo.
Revista Sociedade São Paulo / 2009 / Português / LUCHESI, K.F. <i>et al.</i>	Problemas Vocais no Trabalho: Prevenção na Prática Docente sob a Óptica do Professor.	Discutir sob a óptica do professor, o uso da voz na prática docente e a prevenção de problemas vocais.	A alteração vocal era percebida, mas geralmente atribuída maior importância ao fato de fazer-se compreender e de exercer controle sobre os alunos em sala de aula. Os professores que ainda não tinham problemas vocais conheciam colegas que tinham, reconheciam o risco ao qual estavam expostos e, aparentemente, consideravam-no uma consequência natural e esperada da prática docente.
ACR / 2013 / Português / KARMANN, D.F.; LANCMAN, S.	Professor – Intensificação do Trabalho e o Uso da Voz.	Identificar, por meio de relatos de professores do Ensino Fundamental, condições que interferem, direta ou indiretamente, no seu desempenho vocal e nas circunstâncias do seu trabalho.	Os professores necessitam falar muito para garantir atenção e resultado do trabalho; trabalhar conteúdos comportamentais e atitudinais; resolver e negociar conflitos; administrar a violência na sala de aula; controlar situações e acalmar as crianças. Há uso intenso e contínuo da voz para outras situações, além da aula. “Gritar” e “falar alto” foram associados a competir com o ruído interno e externo à sala de aula, à quantidade de alunos e a exercer controle imediato sobre imprevisibilidades.
Revista Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia / 2009 / Português / AZEVEDO, L.L. <i>et al.</i>	Queixas Vocais e Grau de Disфонia em Professores do Ensino	Realizar o levantamento das queixas vocais e grau de disфонia encontradas em	Independente do tipo de queixa vocal, o número total de queixas entre as professoras com disфонia moderada

	Fundamental.	professoras de uma Escola Municipal da Cidade de Betim	foi significativamente maior do que entre professoras sem alterações de voz. Não houve, no entanto, diferenças entre os grupos na distribuição das queixas específicas, quando estas foram analisadas isoladamente.
Revista CEFAC / 2013 / Português / XAVIER, I.A.L.N.; SANTOS, A.C.O.; SILVA, D.M.	Saúde Vocal do Professor: Intervenção Fonoaudiológica na Atenção Primária à Saúde.	Apresentar uma ação de promoção a saúde vocal dos professores de três escolas municipais situadas no Distrito Sanitário III, em Recife-PE, no âmbito da Atenção Primária à Saúde – APS.	As educadoras encontravam-se na faixa etária de 17-55 anos, tinham 10,4 anos em média de exercício profissional e 96,3% relatou a percepção de problemas com a voz ou fala, sendo que quanto maior a frequência de aparecimento do problema, maior era o tempo de exercício profissional, a jornada de trabalho e a idade. Os depoimentos foram positivos em relação às oficinas, sendo que 80% das docentes referiu melhora no desempenho profissional e 93,3% afirmou que continuará realizando os exercícios, mas apontaram a falta de tempo como principal dificuldade para realização dos exercícios rotineiramente
Centro de Estudo da Voz / 2011 / Português / RODRIGUES, G.; VIEIRA, V.P.; BEHLAU, M.	Saúde Vocal: Profissionais da Voz.		
Distúrbio Comunicação / 2012 / Português / FERREIRA, L.P. <i>et al.</i>	Voz do Professor: Fatores Predisponentes para o Bem-estar Vocal.	Levantar o conhecimento dos professores acerca dos fatores predisponentes para o bem-estar vocal, além de verificar o uso de práticas que favorecem o bem-estar vocal, segundo o tempo de docência.	Foram consideradas informações novas e não realizadas pelos professores asque faziam referência a exercícios de aquecimento e desaquecimento vocal; entre os de conhecimento e praticado pelos professores destacaram-se hábitos que interferem na voz (falar alto, falar muito, tossir). Não foi registrada diferença na associação entre o tempo de profissão e a maioria dos aspectos (exceção à prática de “bocejar”).
Revista Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia / 2010 / Português / DRAGONE, M.L.S. <i>et al.</i>	Voz do Professor: uma Revisão de 15 anos de Contribuição Fonoaudiológica.	Realizar uma revisão das publicações brasileiras referentes à voz do professor, produzidas por fonoaudiólogos, no período de 1994 a 2008.	Foram contabilizadas 500 publicações, sendo 415 referentes às categorias de avaliações e, dentre essas, 357 com objetivo de avaliação dos participantes e/ou das condições de trabalho e apenas 58 com preocupação de avaliar os efeitos de programas/intervenções. Quanto às dimensões de análise das avaliações, que em 202 estudos foram mais de uma, a perspectiva dos próprios professores foi a mais utilizada (52,5% das análises), seguida por análises perceptivo-auditivas realizadas por fonoaudiólogos, e avaliação do ambiente e da organização do trabalho. Na categoria denominada descritivos de intervenção foram encontrados 31 trabalhos e na categoria bibliográfico/teórico/documental, 54.

Fonte: elaborado pela pesquisadora, Corinto-MG, 2014.

Foram analisados quatro artigos publicados no ano de 2009, três em 2010 e três em 2011, cinco em 2012 e dois no ano de 2013. O idioma dominante foi o português (100%), correspondente a 17 artigos. Em todos os artigos, a pesquisa foi realizada com professores.

Em relação ao tipo de revista, foram publicados seis artigos em revista de fonoaudiologia, três em revista de saúde pública e oito em revistas de outras áreas como:

epidemiologia, distúrbio de comunicação, CEFAC (Centro de Especialização em Fonoaudiologia Clínica), ACR (*Audiology - Communication Research*) e saúde ocupacional.

Doze artigos foram exclusivamente desenvolvidos por fonoaudiólogos, dois por fonoaudiólogos juntamente com outros profissionais da área da saúde como: médico, nutricionista, fisioterapeuta e terapeuta ocupacional e três artigos somente por médicos da área de saúde ocupacional.

A maioria dos estudos sobre problemas vocais são desenvolvidos pelo fonoaudiólogo, visto que a fonoaudiologia é uma profissão que atua diretamente com essas dificuldades e problemas vocais dos professores, uma vez que eles utilizam a voz como instrumento de trabalho.

Segundo Alves, Oliveira e Behlau (2010), dentre os profissionais que utilizam demasiadamente a voz, a categoria professor é a que apresenta maior prevalência de disfonias, além de haver ocorrência de vozes alteradas em sujeitos que as avaliam favoravelmente. Se a pessoa desconhece sua própria voz, pode não perceber a perturbação de sua qualidade, assim como não associa os sintomas vocais ao uso vocal incorreto. Como a deteriorização da qualidade da voz é progressiva, a pessoa vai gradativamente assumindo como normal ou correto o padrão vocal desviado e acomodando-se a ele.

Segundo Park e Behlau (2009), a maior incidência de disfonia em profissionais da voz falada está na categoria dos professores, visto que ela é, dentre seus recursos de trabalho, um dos mais importantes. Portanto, o ensino é uma das atividades de maior risco vocal. Essa problemática tem sido vastamente estudada pela fonoaudiologia, pois há uma enorme preocupação com a saúde vocal dos professores.

De acordo com Dragone *et al.* (2010), a produção expressiva em voz do professor pode ser explicada pelo grande número de docentes em nosso país, assim como em outros países, que comumente procuram as clínicas médicas devido ao problema de voz, tornando-se sujeito de pesquisa de fácil acesso. Além disso, há indicação consistente de que esta categoria profissional apresenta maior prevalência de distúrbios vocais quando comparada à população em geral.

Para Ceballos *et al.* (2011), diversos fatores põem em risco a saúde vocal dos professores. Esses profissionais usam a voz para influenciar, convencer, dar ênfase e transmitir conhecimentos. A alteração na voz do professor pode gerar estresse e frustração, influenciar negativamente na habilidade de lecionar e causar prejuízos sociais e econômicos.

No estudo realizado por Azevedo *et al.* (2009), os autores mostram que as queixas mais frequentes em professores foram: secura e fadiga vocal. Em outro estudo, a fadiga vocal

também foi citada como uma das queixas mais frequentes (72,6%), estando abaixo apenas da rouquidão (81%). Essas queixas podem estar relacionadas ao possível desconhecimento de técnicas vocais adequadas para lecionar, falta de hidratação vocal, tensão ao falar e condições de trabalho desfavoráveis como forte ruído competitivo, salas com padrão acústico desfavorável, dentre outros, sendo também indício de mau uso ou abuso vocal.

Para Karmann e Lancman (2013), a quantidade de fala e a intensidade vocal elevada estão relacionadas a lesões benignas de mucosa, como pólipos, nódulos, cistos e fendas que, usualmente, são encontradas em profissionais da voz. É importante compreender como esses dois aspectos se relacionam no uso profissional da voz e no uso cotidiano, considerando as variações individuais.

Ainda segundo os autores, professores de Ensino Infantil e de Ensino Fundamental têm um envolvimento maior com os alunos, falam alto, resultando em aumento excessivo da tensão da musculatura do pescoço e em maior número de sintomas vocais e de risco para o distúrbio de voz

O distúrbio vocal tem levado vários profissionais da voz a situações de afastamento e incapacidade para o desempenho de suas atividades, o que implica em custos financeiros e sociais. Além disso, o profissional, nessas condições, mais especificamente o professor, pode vivenciar uma situação de readaptação, que, além desses prejuízos, poderá ocasionar problemas pessoais, econômicos, profissionais e funcionais para a escola (LIMA-SILVA *et al.*, 2012).

Ainda de acordo com Lima-Silva *et al.* (2012), o sintoma vocal mais referido pelos professores desta pesquisa (rouquidão) é aquele associado à presença de disfonia e considerado como indicativo de distúrbio de voz. É importante destacar, ainda, que esse sintoma, apesar de estar relacionado na maioria das pesquisas ao contexto de fala intensiva, pode ocorrer também em função de falta de hidratação, limitação de abertura de mandíbula (havendo sobrecarga da estrutura de laringe na produção da voz), média de horas de sono, ou falta de descanso.

Guidini *et al.* (2012) constataram em estudos a alta ocorrência de alterações vocais (70%), sendo a maioria em grau moderado. E, dessas alterações, a tensão fonatória está presente em 90% da amostra, ou seja, esse quadro demonstra que os professores pesquisados devem realizar avaliação vocal periodicamente.

Ricarte, Bommarito e Chiari (2011), realizaram estudo em que foi constatada que a maioria da população pesquisada se sente acometida por um problema vocal, muitos referem até haver limitação em exercer atividades do dia a dia e na atividade profissional, porém a

minoria pensa em mudar de carreira. Os mesmos autores relatam que os sintomas vocais devem ser valorizados em programas de saúde vocal, para que haja identificação prévia por parte dos professores e tratamento preventivo, caso necessário.

Para Alves, Araújo e Xavier Neto (2010), um ponto importante a ser destacado diz respeito à necessidade de melhoria do ambiente físico e das condições de trabalho, visto ter sido verificada uma relação significativa de alguns fatores (poeira, ambiente seco e carga horária semanal excessiva) com a ocorrência de disfonia. São fatores nos quais se pode intervir de forma direta e simples e ainda podem auxiliar na redução da ocorrência de patologias relacionadas ao trabalho. Os autores ainda sugerem a adoção de estratégias preventivas e educativas na atenção integral desses profissionais para o bom uso da voz.

Devem existir orientações aos professores sobre o uso adequado da voz, mas essa tarefa não é apenas individual, deve envolver o papel primordial das organizações de trabalho, para que estas pessoas tornem-se conscientes sobre a importância da saúde vocal para seu adequado desempenho profissional (ALVES; OLIVEIRA; BEHLAU, 2010).

No estudo realizado por Vieira e Behlau (2009), em relação à prática de exercícios vocais, 75% não realiza aquecimento vocal e 95% não realiza desaquecimento vocal. Estes dados podem ser associados à falta de informação sobre os benefícios destes exercícios, bem como à dificuldade apresentada em relacionar um problema de voz a um problema de saúde, fato que se evidencia em relação à busca por auxílio profissional. Os autores relatam que, no estudo realizado, 82,5% nunca procurou auxílio fonoaudiológico ou otorrinolaringológico devido a questões vocais, sendo que 67,5% dos professores relataram mais de quatro sintomas vocais, sendo os mais referidos, falhas na voz (52,5%), rouquidão (52,5%), esforço para falar (52,5%), secura na garganta (65%) e pigarro (52,5%). Estes dados confirmam a falta de informação em relação à promoção da saúde da voz, que faz com que os professores só procurem auxílio especializado quando os sintomas ou alterações estão evidentes. Com relação ao índice elevado de sintomas vocais, este pode estar associado ao uso constante do ar condicionado, à presença de pó de giz e à falta de hidratação, sendo que a somatória destes fatores negativos pode potencializar o risco de aparecimento de disfonias. Esses dados também podem revelar a grande possibilidade do professor usar inadequadamente sua voz em suas atividades, fato que deve ser considerado como alerta para esta população.

De acordo com Ricarte, Bommarito e Chiari (2011), o professor é um dos profissionais que mais recorrem aos consultórios de fonoaudiologia devido à grande ocorrência de disfonia. Isto se deve, na maioria das vezes, à falta de preparo e informação

sobre produção vocal e cuidados para preservar a saúde da voz, associados às más condições físicas e sociais (estrutura física da escola e relação com alunos e empregadores).

Ainda segundo estes autores, na formação de um professor, geralmente não constam informações sobre a saúde da voz e, quando ocorrem, são transmitidas por meio de palestras e atendimentos individualizados, já com o profissional no mercado de trabalho. Caso isso ocorresse na formação acadêmica, quando ele começasse a lecionar, estaria mais alerta aos problemas vocais, podendo possuir uma maior percepção em relação à voz e, provavelmente, tomaria os cuidados necessários para evitar problemas futuros. Os mesmos autores afirmam que poucos professores cultivam o hábito de procurar ajuda profissional preventiva.

É necessário aprofundar o estudo dos fatores associados aos distúrbios vocais em professores visando ações de promoção em saúde vocal, sobretudo modificações estruturais no ambiente de trabalho e em sua forma de organização. O reconhecimento pela legislação acidentária dos distúrbios da voz relacionados ao trabalho poderá favorecer o controle preventivo de alterações vocais e a identificação dos sintomas iniciais e o diagnóstico precoce de alterações (SOUZA *et al.*, 2011).

Para Luchesi *et al.* (2009), a presença permanente de profissionais, como fonoaudiólogo e o psicólogo, nas escolas seria um apoio para as questões da rotina escolar que afetam a saúde vocal e mental. No entanto, a atuação dos profissionais da equipe de saúde na escola não deve ter caráter assistencialista, mas de prevenção e promoção à saúde.

Segundo pesquisa realizada por Ferreira, Arruda e Marquezin (2012), cabe ao fonoaudiólogo oferecer aos professores o conhecimento sobre a importância do modo como se fala. Nesse estudo, a forma como os professores pesquisados se expressaram oralmente contribuiu para a aproximação ou o distanciamento dos alunos em relação à fala desses professores, motivando ou agradando, ou seja, facilitando a compreensão do que foi exposto, ou, por outro lado, desagradando, irritando, desviando a atenção da mensagem.

Numa pesquisa desenvolvida por Xavier, Santos e Silva (2013), a população estudada, considerada como população de risco para alterações vocais, apresentou várias queixas relacionadas ao mau uso da voz. Estas servem de alerta para que se busquem maiores cuidados com a voz, que pode dar sinais auditivos de estar sofrendo alguma alteração merecedora de atenção, sendo, portanto, importante estar atento a estes sinais.

No relato de professores do estudo acima, foi observado que a maioria dos participantes apresentavam queixas vocais, porém apenas poucos relataram ter feito terapia vocal, indicando que ações de atenção básica e de saúde nas escolas podem trazer uma melhora da qualidade de vida destes profissionais (XAVIER; SANTOS; SILVA, 2013).

Para Ferreira *et al.* (2012), nas ações educativo-terapêuticas deve ser preconizada a apresentação de noções sobre anatomofisiologia do aparelho fonador, cuidados com o bem estar vocal e exercícios de aquecimento edesaquecimento vocal. Além disso, conscientizaro professor sobre seu contexto de trabalho, no que se refere às questões de ambiente e de organizaçãodo trabalho.

No estudo de Xavier, Santos e Silva (2013) foi encontrado que 18,5% dos professores realizavam alguma técnica vocal, o que nos mostra que, muitos não têm conhecimento em relação ao uso e aos cuidados com a voz e mesmo os que têm, nem sempre os utilizam no diaadia. Ainda segundo os autores, percebe-se o interesse dos professores na inclusão das atividades realizadas em sua rotina de trabalho, bem como a percepção de que os cuidados com a voz são importantes para um melhor desempenho profissional.

De acordo com Rodrigues, Vieira e Behlau (2011), a voz tem um papel fundamental na comunicação e no relacionamento humano e alguns cuidados e procedimentos podem ser feitos para que se tenha uma voz mais saudável.

O quadro abaixo é composto de orientações que irão ajudar os professores na criação de hábitos que auxiliarão na prevenção de problemas vocais:

Quadro 2 - Orientações de higiene vocal para prevenir problemas com a voz

<b>Água</b>	A água hidrata o organismo e favorece uma emissão vocal sem tensão. Beba água regularmente, em pequenos goles, principalmente quando estiver fazendo uso profissional da voz.
<b>Alimentação</b>	Mantenha uma alimentação saudável e regular. Isso ajuda a prevenir o refluxo, que é prejudicial à laringe e às pregas vocais. Evite achocolatados e derivados do leite, principalmente antes da utilização profissional da voz, pois estes aumentam a produção de secreção no trato vocal e dificultam a emissão.
<b>Postura</b>	Enquanto estiver falando, mantenha a postura do corpo sempre ereta, no eixo, porém relaxada e livre de tensões (principalmente a cabeça). Tenha momentos de descanso durante o dia, poupando a sua voz.
<b>Ambientes ruidosos</b>	Evite gritar ou falar frequentemente em forte intensidade: sempre que possível procure se aproximar do outro para conversar. Evite competição sonora: ao falar, abaixe o volume da TV e/ou do som.
<b>Mudança de temperatura e gelados</b>	Esteja atento à ingestão de líquidos em temperaturas extremas, ou seja, muito gelado ou muito quente, principalmente durante o uso profissional da voz. Algumas pessoas têm maior sensibilidade e podem ter desconforto vocal. Observe se este é o seu caso e procure evitar o que dificulta a produção da sua voz.
<b>Hábitos vocais inadequados</b>	Evite pigarrear ou tossir demais, pois isso provoca um forte atrito entre as pregas vocais, irritando-as. Procure substituí-los por uma respiração seguida de deglutição de saliva para deslocar a secreção. Se o problema persistir, procure um médico; Evite chupar balas ou pastilhas fortes, assim como utilizar sprays, que mascaram o sintoma de garganta irritada e faz com que você produza a voz com esforço, sem perceber. Quando o efeito da bala passar, a irritação na garganta será ainda maior. Em substituição a estas alternativas, procure fazer repouso vocal; Evite falar muito quando estiver gripado ou em crise alérgica, pois, nestes casos, o tecido que reveste a laringe está inchado e haverá grande atrito entre pregas vocais durante a fala;

	Evite falar grosso ou fino demais, travar os dentes ao falar e falar muito rápido. Tenha uma voz com entonação variada, articule bem as palavras, perceba-se enquanto fala, acalme-se, faça pausas expressivas e respiratórias.
<b>Esportes</b>	Evite falar enquanto pratica exercícios físicos: o esforço muscular associado à fala provocará sobrecarga na musculatura de sua laringe.
<b>Ar condicionado</b>	Fique atento a possíveis ressecamentos do trato vocal quando estiver exposto ao ar-condicionado. Isso pode levá-lo a produzir uma voz com maior esforço e tensão. Se este for o seu caso, procure manter-se bem hidratado e beber água em pequenos goles durante o período de exposição.
<b>Vestuário</b>	Evite usar roupas apertadas na região do pescoço e na cintura. Elas dificultam a livre movimentação da laringe e do diafragma, musculatura importante para a respiração.
<b>Álcool e Fumo</b>	Evite fumar e ingerir bebidas alcoólicas em excesso. Tais hábitos irritam a laringe. Além disso, o cigarro aumenta consideravelmente o risco para o desenvolvimento do câncer de laringe e pulmão; *O fumo é altamente nocivo, pois a fumaça quente agride o sistema respiratório e principalmente as pregas vocais, podendo causar irritação, pigarro e edema; *O Álcool em excesso também é prejudicial para as pregas vocais e tem efeito analgésico, fazendo com que você cometa abusos vocais sem se dar conta.
<b>Automedicação</b>	Evite se automedicar. Muitos remédios podem indiretamente piorar a sua voz. Fique atento a medicações que causam sensação de boca seca. Busque por orientação médica.

Fonte: adaptado de Rodrigues, Vieira e Behlau, 2011.

As normas de higiene vocal são simples de serem seguidas e devem ser respeitadas no sentido de se evitar os problemas de voz. Quando o profissional da voz apresentar rouquidão por mais de 15 dias, deverá consultar um médico otorrinolaringologista e/ou um fonoaudiólogo.

O ato de ensinar é uma tarefa que pode trazer grandes riscos vocais. Como relatado pelos estudos acima, o professor, como um profissional da voz, utiliza excessivamente e, assim, apresenta maior chance de ter problemas vocais. As queixas mais frequentes são a disfonia e fadiga vocal, que podem resultar em doenças como: nódulos, pólipos, cistos e fendas. Estes distúrbios vocais podem levar ao afastamento de muitos professores da sala de aula.

As orientações sobre o uso adequado da voz contribuem significativamente para a prevenção de problemas vocais. Dessa forma, é possível compreender que os aspectos que envolvem a manutenção da saúde vocal, estão ligados aos cuidados de higiene vocal que o professor deve ter para prevenir problemas que acometem as pregas vocais. Dentre tais aspectos estão os cuidados a voz como: hidratação vocal; alimentação saudável; boa postura ao utilizar a voz; evitar ambientes ruidosos; estar atento quanto à mudança de temperatura, gelados e ar condicionado; evitar hábitos vocais inadequados como: pigarrear, tossir demais, falar muito, gritar; evitar falar enquanto pratica exercícios físicos; evitar roupas apertadas na

região do pescoço e diafragma; evitar fumar e não ingerir bebidas alcóolicas em excesso e não se automedicar.

Além dos cuidados com a voz, ações como palestras, grupos de discussões, distribuição de manuais de higiene vocal e oficinas são uma boa estratégia para desenvolver os cuidados, já referidos acima, com a voz. É importante estar sempre atento aos sintomas vocais e, estes persistindo por mais de duas semanas, é fundamental procurar o fonoaudiólogo para avaliar as queixas e realizar as devidas intervenções.

#### **4 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Os cuidados de higiene vocal contribuem de forma positiva para os profissionais da voz, pois auxiliam na prevenção de problemas vocais. Assim, utilizando a voz de forma correta, sem hábitos inadequados, o professor exerce seu trabalho sem correr o risco de prejudicar suas pregas vocais.

O professor, como profissional que utiliza a voz como instrumento de trabalho, apresenta maior chance de desenvolver alguma patologia no trato vocal, podendo ser afastado de sua rotina de trabalho. Ele deve ter noção de que alguns problemas vocais podem ser prevenidos com orientações simples, realizadas diariamente.

As orientações são sempre muito importantes para ajudar na conscientização da prática de hábitos benéficos para a saúde vocal. É fundamental que o professor faça um acompanhamento com o médico otorrinolaringologista e com o fonoaudiólogo para a realização de exames e de exercícios vocais.

Como foi observado, na maioria dos trabalhos estudados, é essencial que o professor fique atento aos primeiros sinais e sintomas vocais que surgirem ao longo de sua vida de trabalho, para que, desta forma, procure o serviço de saúde especializado e seja realizada a conduta necessária, a fim de evitar comprometimentos maiores.

Os estudos apresentados apontam os aspectos que envolvem a manutenção da saúde vocal como uma importante escolha para prevenção de problemas vocais. O presente trabalho pode colaborar para novos estudos, a fim de explicar ainda mais sobre o tema abordado e pode contribuir para pesquisas de outros profissionais que estudam sobre o assunto.

## REFERÊNCIAS

- ALVES, L.A.; OLIVEIRA, G.; BEHLAU, M. A Voz das Professoras Durante a Atividade Letiva. **Revista Baiana de Saúde Pública**, v.34, n.4, p.865-878 out./dez. 2010.
- ALVES, L.P.; ARAÚJO, L.T.R.; XAVIER NETO, J.A. Prevalência de Queixas Vocais e Estudo de Fatores Associados em uma Amostra de Professores de Ensino Fundamental em Maceió, Alagoas, Brasil. **Revista Brasileira Saúde Ocupacional**, v.35, n.121, p.168-175, 2010.
- AZEVEDO, L.L. *et al.* Queixas Vocais e Grau de Disfonia em Professores do Ensino Fundamental. **Revista Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia**, v.14, n.2, p.192-6, 2009.
- CEBALLOS, A.G.C. *et al.* Avaliação Perceptivo-auditiva e Fatores Associados à Alteração Vocal em Professores. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v.14, n.2, p.285-95, 2011.
- DRAGONE, M.L.S. *et al.* Voz do Professor: uma Revisão de 15 anos de Contribuição Fonoaudiológica. **Revista Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia**, v. 15, n.2, p.289-96, 2010.
- FERREIRA, L.P.; ARRUDA, A.F.; MARQUEZIN, D.M.S.S. Expressividade Oral de Professoras: Análise de Recursos Vocais. **Distúrbio Comunicação São Paulo**, v.24, n.2, p.223-237 set. 2012.
- FERREIRA, L.P. *et al.* Voz do Professor: Fatores Predisponentes para o Bem-estar Vocal. **Distúrbio Comunicação**, São Paulo, v.24, n.3, p.379-387, 2012.
- GUIDINI, R.F. *et al.* Correlações entre Ruído Ambiental em Sala de Aula e Voz do Professor. **Revista Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia**, v.17, n.4, p.398-404, 2012.
- KARMANN, D.F.; LANCMAN, S. Professor – Intensificação do Trabalho e o Uso da Voz. **ACR**, v.18, n.3, p.162-70, 2013.
- LIMA-SILVA, M.F.B. *et al.* Distúrbio de Voz em Professores: Autorreferência, Avaliação Perceptiva da Voz e das Pregas Vocais. **Revista Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia**, v.17, n.4, p.391-7, 2012.
- LUCHESE, K.F. *et al.* Problemas Vocais no Trabalho: Prevenção na Prática Docente sob a Óptica do Professor. **Revista Sociedade São Paulo**, v.18, n.4, p.673-681, 2009.
- PARK, K. BEHLAU, M. Perda da Voz em Professores e Não Professores. **Revista Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia**, v.14, n.3, p.463-9, 2009.
- RICARTE, A.; BOMMARITO, S.; CHIARI, B. Impacto Vocal de Professores. **Revista CEFAC**, v.13, n.4, p.719-727, 2011.
- RODRIGUES, G.; VIEIRA, V.P.; BEHLAU, M. **Saúde Vocal: Profissionais da Voz**. São Paulo/SP: Centro de Estudos da Voz, 2011.
- SOUZA, C.L. *et al.* Fatores Associados a Patologias de Pregas Vocais em Professores. **Revista Saúde Pública**, v.45, n.5, p.914-21, 2011.
- SOUZA, M.T.; SILVA, M.D.; CARVALHO, R. Revisão Integrativa: o que é e como fazer. **Revista Einstein**, São Paulo/SP. v.8, n.1, p.102-6, 2010.
- VIEIRA, A.C.; BEHLAU, M. Análise de Voz e Comunicação Oral de Professores de Curso Pré-vestibular. **Revista Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia**, v.14, n.3, p.346-51, 2009.

XAVIER, I.A.L.N.; SANTOS, A.C.O.; SILVA, D.M. Saúde Vocal do Professor: Intervenção Fonoaudiológica na Atenção Primária à Saúde. **Revista CEFAC**, Recife, v.15, n.4, p. 976-985, 2013.