

SINTOMAS VOCAIS AUTORREFERIDOS POR PROFESSORES PRÉ E PÓS TREINAMENTO VOCAL EM GRUPO

Nathallie Aparecida Dourado de ARRUDA¹

Thalyta de Matos DUTRA¹

Andréia Cristina Munzlinger dos SANTOS²

Gabriela De Luccia DUTRA²

¹Discente do Curso de Fonoaudiologia do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG)

²Docente do Curso de Fonoaudiologia do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG)

INTRODUÇÃO: A voz é uma grande ferramenta para a comunicação humana e vital para os profissionais que a tem como instrumento de trabalho, como os professores. O uso da voz sem os cuidados devidos ocasiona diversos sintomas como cansaço, fadiga vocal, tensão e sensações desagradáveis durante a emissão vocal, podendo ocasionar um desequilíbrio na respiração, fonação e ressonância. Entre os profissionais da voz, os professores apresentam os índices maior de problemas vocais. O treinamento e a terapia vocal pode auxiliar na prevenção e no tratamento dos distúrbios da voz. **Objetivo:** Reduzir os sintomas vocais autorreferidos com a implementação de um programa de treinamento vocal em grupo para os professores da rede pública do município de Cuiabá, MT. **Métodos:** Foi realizado um estudo longitudinal, observacional e intervencional por meio da implementação de um programa de treinamento vocal para um grupo de 20 professores. Os encontros de treinamento vocal ocorreram a cada 15 dias durante um semestre, na Secretária Municipal de Educação da cidade de Cuiabá-MT. Os participantes preencheram o questionário “Triagem Vocal do Professor” e avaliados pelo protocolo “Perceptiva – Auditiva” para o monitoramento do comportamento vocal e a detecção de alterações vocais. Após o processo de avaliação vocal, foi dado início ao treinamento vocal que abordou orientações de higiene e hábitos vocais, exercícios de relaxamento corporal, aquecimento e desaquecimento vocal, respiração, articulação, entonação e ênfase, sendo retirado as dúvidas e dificuldade durante a realização dos exercícios. Por último houve a reavaliação vocal junto a aplicação do “Questionário de Clima de Grupo” para avaliar o engajamento, evitação e conflito dos participantes durante o treinamento. **Resultados:** Houve melhora na maioria dos sintomas autorreferidos, como a voz que desaparece (40%), voz grossa (15%), dor de garganta (10%), falha na voz (5%), força ao falar (5%), tensão muscular (5%) e na voz fina (5%). **Conclusão:** Conclui-se com base dos resultados que o treinamento vocal em grupo auxiliou na redução de vários sintomas autorreferidos por professores.

Palavras-chave: Voz, Professor, Treinamento da voz, Fonoaudiologia.