

4.08.99 – Fisioterapia e Terapia Ocupacional

SENSIBILIZAR PROFESSORES QUANTO ÀS QUESTÕES DE CORPO E VOZ NA PERSPECTIVA DA FISIOTERAPIA

Alessandra Rodrigues de Souza¹, Juliana Schulze Burti², Leslie Piccolotto Ferreira³

1. Estudante de IC da Faculdade de Ciências Humanas e da Saúde, Fisioterapia da PUC-SP
2. Fisioterapeuta e profa. de Educação Física, Mestre em Ciências da Saúde (Unifesp), Doutoranda pelo departamento de Psicologia Social(PUC-SP). Docente do curso de Fisioterapia da PUC - SP/Orientadora
3. Professora Titular do Departamento de Fundamentos da Fonoaudiologia e da Fisioterapia da PUC-SP /Supervisora

Resumo:

Desde a antiguidade a atividade profissional está ligada a transtornos relacionados a condições impróprias de trabalho, posturas inadequadas e atividades repetitivas.

O objetivo deste estudo foi analisar as informações dos diferentes aspectos de um curso destinado a professores oferecido na modalidade de Ensino a Distância (EAD) referentes às questões de postura, corpo e voz, detectando possíveis alterações que possam melhorar seu aproveitamento. Participaram 257 professores que completaram 40 aulas/horas do curso EAD. Foram examinados os dados dos fóruns de dois módulos do curso.

Os distúrbios musculoesqueléticos foram citados por 99,75% dos professores. O módulo três foi o módulo com mais queixas, totalizando 77,66%; 470 queixas referentes ao ambiente. Os professores que participaram do curso EAD, apresentaram poucas dúvidas e sugestões em relação às questões analisadas. Houve muitas queixas referentes ao ambiente e aos distúrbios musculoesqueléticos.

Autorização legal: Esta pesquisa, de caráter analítico e observacional foi devidamente cadastrada na Plataforma Brasil e aprovada pela Comissão de Ética da Pontifícia Universidade Católica (CAEE: 52496715.9.0000.5482).

Palavras-chave: Docentes, Postura, Ergonomia, Voz, Saúde do trabalhador.

Apoio financeiro: PIBIC - CEPE

Trabalho selecionado para a JNIC pela instituição: PUC/SP

Introdução:

Desde a antiguidade, a atividade profissional está ligada a transtornos ocasionados por condições impróprias de trabalho, posturas inadequadas e atividades que exijam movimentos repetidos. Atualmente esses transtornos são chamados de DORT: Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho.¹

Uma das categorias profissionais muito afetadas pelas DORT é a dos professores. Distúrbio de voz é autorreferido por 60% dos professores da rede municipal de São Paulo², Araújo et al. e Silvany et al. realizaram amplos estudos sobre as condições de saúde e trabalho de 573 professores da rede particular de ensino em Salvador e 12% dos professores referiram calos vocais.^{3,4} O estudo publicado em 2015 por Ceballos e Santos mostrou a prevalência de dor musculoesquelética em 73,5% de 386 professores, relatando que os cinco problemas de saúde mais frequentes eram: problemas vocais (49,9%), alérgicos (47,5%), circulatórios (36,0%), digestivos (32,0%) e transtornos mentais (37,1%).⁵

Considerando estes dados e visando o bem-estar e prevenção de distúrbios ocupacionais em professores, um grupo de alunas de Fisioterapia e Fonoaudiologia da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP) se uniu para avaliar o trabalho que vem sendo executado dentro

de uma linha de pesquisa do Laboratório de Voz (LaborVox), da PUC-SP, em parceria com a Prefeitura Municipal de São Paulo (PMSP).

Um grupo de professores foi submetido a esse programa e a análise dos dados foi tratada em dissertação de mestrado, defendido em 2016 por Ana T. S. Pompeo com o título Intervenção Fonoaudiológica com professores: análise de uma proposta realizada na modalidade de educação à distância.⁶ Paralelo a isso outros integrantes do grupo constataram a necessidade de rever o conteúdo dos módulos, tanto do ponto de vista de sua forma, quanto de conteúdo.

Para resolver a questão da forma desde o final de 2014, o grupo conta com a assessoria da Profa. Angelita Quevedo, Coordenadora de EAD da PUC-SP. Para dar início a revisão das questões de conteúdo, foi sugerida a elaboração desta pesquisa.

O objetivo desse estudo foi analisar as informações dos diferentes aspectos de um curso destinado a professores oferecido na modalidade de Ensino a Distância (EAD) referentes às questões de postura, corpo e voz, detectando possíveis alterações que possam melhorar seu aproveitamento.

Metodologia:

Esta pesquisa de caráter analítico e observacional foi devidamente cadastrada na Plataforma Brasil e aprovada pela Comissão de Ética da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo. Os participantes receberam esclarecimentos sobre os objetivos, riscos e contribuições deste estudo e assinaram Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE).

Foram convidados, por meio de nota em Diário Oficial, professores da rede municipal de São Paulo, interessados em participar do Programa “Promovendo o Bem Estar Vocal do Professor”. Trezentas vagas foram ofertadas, sendo que 257 preenchidas.

O programa Promovendo o Bem Estar Vocal do Professor é composto por três encontros presenciais e um curso oferecido por meio de Educação à distância (EAD). Inserido na plataforma Moodle, composto por oito módulos obrigatórios, fóruns de discussão, avaliações e chats. O curso todo teve a duração de 2 meses, 15 dias, num total de 11 semanas. Os três encontros foram realizados no início, no meio e ao final do Programa e ocorreram nas dependências de uma instituição de ensino superior, em local de fácil acesso aos professores inscritos.

No Moodle: os oito módulos foram apresentados em oito semanas. Para a elaboração do conteúdo desses módulos foi utilizado o programa PowerPoint e textos trazendo definições e explicações sobre as temáticas foram acrescidos de vídeos, para facilitar o entendimento. Textos complementares foram ainda disponibilizados para os interessados em aprofundar as informações dadas. O conteúdo de cada módulo foi: 1º O que é voz, 2º Cuidados com a voz, 3º Voz no trabalho docente, 4º Corpo, postura e voz, 5º Respiração, 6º Articulação e Fala / Ressonância, 7º Expressividade, 8º Voz e emoção.

Ao final de cada módulo foi disponibilizado um questionário composto por sete questões, que ao serem respondidas puderam constatar o entendimento referente a cada módulo estudado. Cada módulo foi aberto sempre no mesmo dia da semana e na sequência o participante foi convidado a participar de um fórum. Nesse, duas questões eram apresentadas para sensibilizar o professor quanto à temática pertinente ao conteúdo de cada módulo.

A pesquisa se propôs a analisar o material gerado pelos professores a partir das questões apresentadas nos fóruns. Esses dados foram registrados e categorizados para destacar os aspectos que evidenciaram dificuldades dos participantes, e que, portanto, merecerão ajustes na apresentação do programa a novos professores.

Os módulos foram divididos entre as três bolsistas participantes desta pesquisa, de modo que os conteúdos fossem mais relacionados à área de formação. Neste trabalho foram analisados os módulos três: Voz no trabalho docente e quatro: Corpo, Postura e Voz, pois enfatizaram temas trabalhados na Fisioterapia.

Resultados e Discussão:

Nos resultados encontrados na pesquisa, dos 257 docentes do curso, foram levantadas 470 queixas referentes ao ambiente físico, ou seja, quase duas queixas (1.83) sobre a temática por docente. 77.66% dessas queixas foram feitas no módulo: *Voz no trabalho docente*. 184 queixas foram referentes à organização de trabalho, ou seja, 61.41%.

O módulo *Corpo, postura e voz* trouxe informações, diálogo e confirmações das consequências desse ambiente precário. A pesquisa revelou 397 distúrbios musculoesqueléticos, sendo que as queixas principais eram dor, tensão e outros

desconfortos em membros inferiores, superiores e principalmente na coluna (Gráfico 1). Cada professor poderia referir um ou mais distúrbios.

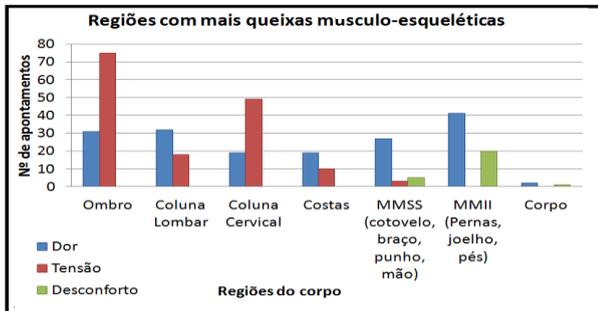


Gráfico 1: Regiões com mais queixas musculoesqueléticas

A pesquisa ainda traz 15 queixas de distúrbios de voz (23,44% das 64 queixas relatadas), e 15 distúrbios alérgicos (30,61% das 49 relatadas) no módulo *Voz no trabalho docente*. No módulo *Corpo, postura e voz* foram três queixas de distúrbios de voz (4,69% dos 64 relatados) e sete distúrbios anatômico-funcionais (12,96% dos 54 relatados). Estes dados vêm ao encontro da literatura que mostra alta prevalência de distúrbios vocais e alérgicos em professores.^{9,10,11}

Nossos resultados corroboram com a literatura, mostrando a importância de programas de promoção e prevenção de saúde para professores (seminários, *workshops*, cursos presenciais ou à distância).^{7,8} A modalidade EAD, pode ser uma excelente ferramenta para instigar a análise crítica dos professores em relação às situações e atitudes relacionadas ao bem-estar e saúde durante o trabalho.

Conclusões:

Os resultados deste trabalho evidenciam que os professores da rede municipal que participaram do curso pela modalidade EAD apresentaram poucas dúvidas e sugestões em relação ao conteúdo dos módulos *Corpo, Voz e Postura e Voz no trabalho docente*, mostrando entendimento satisfatório. Houve abundantes queixas referentes ao ambiente e organização de trabalho e aos distúrbios musculoesqueléticos, dados que se respaldam na literatura atual. Evidenciando a importância de um trabalho específico que enfoque a prevenção/promoção de saúde, tratamento e orientação destes profissionais.

Referências bibliográficas

1. Coelho CT, Daniela D, Neto M, Matos AM. Prevalência da síndrome do ombro doloroso (SOD) e sua influência na qualidade de vida em professores de uma instituição privada de nível superior na cidade de Lauro de Freitas, Bahia. *Revista Baiana de Saúde Pública*, v. 34, supl. 1, p. 19-29 jul./dez. 2010.
2. Ferreira LP. et. al.. Conditions of vocal production among the teachers of the town hall of São Paulo. *Disturb Comun.* 2003; 14(2): 275-308. Disponível em:< http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1516-18462007000100011&script=sci_arttext>. 25 de novembro de 2015.
3. Araújo, TM e Carvalho, FM. Condições de trabalho docente e saúde na Bahia: estudos epidemiológicos. *Educ. Soc.* [online]. 2009, vol.30, n.107, pp.427-449. ISSN 0101-7330. <http://dx.doi.org/10.1590/S0101-73302009000200007>.
4. Silvany AM, Araújo T, Dutra F, Azi G, Alves R, Kavalkievicz C, et al. Condições de trabalho e

- saúde de professores da rede particular de ensino de Salvador, Bahia. Rev. Baiana Saúde Pública 2000; 24:42-6.
5. Ceballos, AGC e Santos, GB. Fatores associados à dor musculoesquelética em professores: Aspectos socio-demográficos, saúde geral e bem-estar no trabalho. Rev. bras. epidemiol. [online]. 2015, vol.18, n.3, pp.702-715. ISSN 1415-790X.
<http://dx.doi.org/10.1590/1980-5497201500030015>.
 6. Pompeu, ATS. Intervenção fonoaudiológica com professores: análise de uma proposta realizada na modalidade de Educação a Distância. 2016. 80 f. Dissertação (Mestrado em Fonoaudiologia) - Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2016. Disponível em: <<https://sapientia.pucsp.br/handle/handle/12047>> . 01 de fevereiro de 2017.
 7. Simões, M e Latorre, MRDO. Prevalência de alteração vocal em educadoras e sua relação com a auto-percepção. Rev. Saúde Pública [online]. 2006, vol.40, n.6, pp.1013-1018. ISSN 1518-8787.
<http://dx.doi.org/10.1590/S0034-89102006000700008>.
 8. Ruela IS. Riscos ocupacionais à saúde e voz de professores: Especificidades das unidades de rede municipal de ensino; Rev. CEFAC, São Paulo 2008.
 9. Servilha, EAM; Leal, FRO e Hidaka, MTU. Riscos ocupacionais na legislação trabalhista brasileira: destaque para aqueles relativos à saúde e à voz do professor. Rev. soc. bras. fonoaudiol. [online]. 2010, vol.15, n.4, pp.505-513. ISSN 1982-0232.
<http://dx.doi.org/10.1590/S1516-80342010000400006>.
 10. Cardoso, JP et al. Prevalência de dor musculoesquelética em professores. Rev. bras. epidemiol. [online]. 2009, vol.12, n.4, pp.604-614. ISSN 1415-790X.
<http://dx.doi.org/10.1590/S1415-790X2009000400010>.
 11. Santos, MN dos e M, AC. Condições de saúde, estilo de vida e características de trabalho de professores de uma cidade do sul do Brasil. Ciênc. saúde coletiva[online]. 2013, vol.18, n.3, pp.837-846. ISSN 1413-8123.
<http://dx.doi.org/10.1590/S1413-81232013000300029>.
 12. Aguiar RAT. A universidade e as políticas de educação permanente para a estratégia saúde da família: um estudo de caso. [Tese]. Belo Horizonte:Faculdade de Educação, Universidade Federal de Minas Gerais; 2010. Disponível em: <http://hdl.handle.net/1843/BUOS-8D4KUK>.