



## A IMPORTÂNCIA DA RESISTÊNCIA VOCAL NA VIDA PROFISSIONAL DE PROFESSORES

Pamela ZanetiVernek<sup>1</sup>  
Priscila de Fatima Silva<sup>2</sup>  
Tatiane da Silva Vieira<sup>3</sup>

**Resumo:** *Este trabalho tem como objetivo a realização de uma pesquisa bibliográfica acerca da importância da resistência vocal em professores, tendo em vista que esses profissionais utilizam a voz como um dos principais instrumentos de trabalho. Trata-se de uma pesquisa bibliográfica, exploratória buscando a importância da resistência vocal em professores. O professor que tem resistência vocal mantém a qualidade da voz do início ao fim das aulas. Mesmo sendo um assunto importante, há poucos estudos na literatura sobre resistência vocal.*

**Palavras-chave:** Resistência Vocal. Professor. Saúde Vocal.

### Introdução

A voz é o meio de comunicação humana mais utilizado, cada indivíduo produz o som de forma diferente e única, muitos profissionais utilizam a voz como o seu principal instrumento de trabalho, dentre eles os professores que são os profissionais que possuem mais risco vocal devido a demanda vocal intensa, além disso, convivem com a competição sonora e o pó de giz (BEHLAU, 2005).

Para que haja resistência vocal desde o começo até o fim do dia, é preciso ter uma laringe saudável e alguns cuidados diários com a voz. Esses cuidados passam por uso adequado, atenção antes ou após o uso, para que assim, a voz do professor não se desgaste pela demanda vocal e não diminua sua performance em sala de aula. A resistência muscular depende de maneira de uso das pregas vocais com equilíbrio e treinamento que pode ocorrer com terapia fonoaudiológica, como prevenção, devido à demanda vocal diária.

### Objetivos

Realizar uma pesquisa bibliográfica acerca da resistência vocal, destacando os professores.

### Metodologia

Pesquisa bibliográfica, exploratória, que tem por objetivo descrever “Qual a importância da resistência vocal em professores?”. Buscou-se de forma breve na literatura artigos e livros que trouxessem como tema a resistência vocal e sua importância em profissionais da voz, com ênfase no professor.

<sup>1</sup> Acadêmica do curso de Fonoaudiologia da Faculdade Sant’Ana, email: pamelavernek@hotmail.com.

<sup>2</sup> Acadêmica do curso de Fonoaudiologia da Faculdade Sant’Ana, email: pri10099@gmail.com.

<sup>3</sup> Orientadora, docente do curso de Fonoaudiologia da Faculdade Sant’na, email: tatianevieira.fono@yahoo.com.br.

## Resultados e discussão

Através dos achados na literatura foi possível observar que há poucos estudos sobre a resistência vocal, incluindo resistência vocal dos professores. O professor que tem resistência vocal faz aquecimento vocal antes de sua jornada de trabalho, respira adequadamente, ingere bastante água durante o dia e possui uma laringe saudável, consegue manter sua voz forte e com intensidade do começo ao fim do dia sem apresentar fadiga, mantendo a qualidade vocal inicial.

Segundo Vilkmán (2000), a atividade do professor em sala de aula exige resistência vocal para o uso da voz com forte intensidade e boa projeção vocal, componentes de uma psicodinâmica vocal que sugere autoridade e confiabilidade. O professor com resistência vocal tem qualidade do aprendizado e bem-estar dentro de sala de aula. A voz representa um valioso instrumento de trabalho para o professor e é um importante recurso em suas relações com os alunos (PENTEADO, 2007).

## Considerações finais

A resistência vocal está relacionada a harmonia das estruturas para o uso da voz, principalmente se tratando do professor, que necessita de um uso constante e eficaz para que sua mensagem seja projetada a todos na sala de aula. Para tanto é necessário que ele mantenha cuidados diários para o uso da voz, evitando gritos, fala em demasia e demais condutas que forcem o uso indevido do seu aparelho fonador. A resistência vocal, apesar de ser um assunto importante é pouco estudado na voz do professor. Sugere-se, então, mais estudos e pesquisas envolvendo resistência vocal de professores e outros profissionais da voz falada.

## Referências

BEHLAU, M. **Voz: O livro do especialista**- Volume I, Livraria e Editora Revinter Ltda. p.111, 2001.

BEHLAU, M. **Voz: O livro do especialista** – Volume II, Livraria e Editora Revinter Ltda. 2005.

FRANCATO, A, Nogueira, J., Pela, S.M., Behlau, M. –Programa de aquecimento e desaquecimento vocal. In: **Tópicos de Fonoaudiologia vol. III**, ed. Lovise, São Paulo, 1996.

GIL, A. C. **Como Elaborar Projetos de Pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002.

PAZETTO, L.F. **Revisão de Literatura– Hidratação Laríngea**. Ribeirão Preto, 2010. Disponível em: < file:///C:/Users/Alessandra%20Rankel/Downloads/PAP\_Pazetto-Lilliam-Fernanda\_2010%20(1).pdf>. Acesso em: < 27/09/2018>.

PEDROSO, M. I. L. **Técnicas Vocais Para os Profissionais da Voz**. São Paulo, 1997. **Revista CEFAC**. Disponível em:< <http://www.cefac.br/library/teses/a633b6bd7254b3a970c30d41e968ff88.pdf>>. Acesso em: <27/09/2018>.

PENTEADO, R.Z. Relações Entre Saúde e Trabalho Docente: Percepções de Professores Sobre saúde Vocal. **Revista Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia**. 2007;12(1):18-22. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rsbf/v12n1/03.pdf>>. Acesso em: <27/09/2018>.

VILKMAN, E. **Voice Problems At Work: A Challenge For Occupational Safety And Health Arrangement**. Folia Phoniatr. Logop., v. 1-3, n. 52, jan.-jun. 2000.