



SINTOMAS VOCAIS RELACIONADOS À HIDRATAÇÃO MONITORADA

Nelise de Castro Medaglia¹; Nadieska Sass¹; Maria Luísa Zapata Lorite Leonel²

RESUMO: A hidratação tem sido preconizada tanto na prevenção como no tratamento dos distúrbios da voz. Sabe-se que os efeitos da hidratação são muitos, como: reduzir a viscosidade do muco na laringe e auxiliar o movimento muco-ondulatório, e uma mucosa mais hidratada propicia maior flexibilidade para vibração. O profissional da voz necessita realizar uma série de procedimentos para evitar o aparecimento de sintomas vocais negativos e conseqüentemente de distúrbios vocais. As orientações fornecidas a esses profissionais englobam aquecimento e desaquecimento vocal, orientações sobre agentes agressivos que devem ser evitados e, principalmente, o uso da hidratoterapia. Os transtornos vocais desenvolvidos nesta classe constituem uma preocupação em relação ao desempenho profissional da classe de professores. Muitos programas vocais têm sido propostos para reduzir o impacto vocal causado pela forma de atuação do professor, questionamos se orientações monitoradas de hidratação vocal poderiam gerar maiores efeitos na mudança de comportamento e conscientização por parte dos professores, evitando-se assim o alto índice de distúrbios vocais. Esse trabalho objetiva abordar quais são os principais sintomas vocais existentes entre a classe de professores em atividade, e quais as implicações da hidratação vocal. Serão analisados 50 professores do ensino médio e superior, de ambos os sexos. Os mesmos serão convidados à assinar o termo de consentimento livre e esclarecido. Em seguida, será entregue ao professor uma garrafa de água de 510 ml orientando-os que os mesmos façam o uso da água em pequenos goles a cada 10 ou 15 minutos de aula. Ao final de um período de 1h40min de aula os professores serão solicitados à responder um questionário contendo questões sobre os sintomas relacionados à voz antes e depois da hidratação e se o mesmo já tinha o hábito de fazer o uso da hidratação durante as aulas. Também será verificada a quantidade de água que o mesmo ingeriu. Em seguida, os dados serão analisados de forma qualitativa e quantitativa e será realizado o tratamento estatístico dos dados obtidos. Espera-se, como resultado, observar melhora ou redução dos sintomas vocais após o uso da hidratação.

PALAVRAS-CHAVE: Docentes; Hidratação; Voz.

¹ Discentes do curso de Bacharelado em Fonoaudiologia do Centro Universitário de Maringá.
nelisecastro@yahoo.com.br; nadi_sass@hotmail.com

² Docente do Curso Bacharelado em Fonoaudiologia do CESUMAR (Centro Universitário de Maringá). Especialista em Voz, Centro de Estudos da Voz, São Paulo-SP. Especialista em Patologias da Comunicação, Universidade do Sagrado Coração de Bauru, Bauru-SP. Mestre em Distúrbios da Comunicação Humana pela UTP (Universidade Tuiuti do Paraná), Curitiba-PR.
mluisa@institutodavoz.com.br