

A SAÚDE VOCAL COMO RISCO OCUPACIONAL NEGLIGENCIADO NA SEGURANÇA DO TRABALHO

VOCAL HEALTH AS A NEGLECTED OCCUPATIONAL RISK IN WORKPLACE
SAFETY

Ciências da Saúde • 10/04/2026

REGISTRO DOI: [10.70773/revistatopicos/775772705](https://doi.org/10.70773/revistatopicos/775772705)

Thiago Inocência Trofelli¹

Giovanna Oliveira Hara de Moraes²

Hiago Torralbo Quintana³

Alexsandro Narciso de Oliveira⁴

Paulo Henrique Dias Trofelli⁵

RESUMO

A saúde vocal tem se mostrado um aspecto fundamental para diversas categorias profissionais, especialmente aquelas que utilizam a voz como principal instrumento de trabalho, como os professores. No entanto, apesar de sua relevância, esse fator ainda é negligenciado no campo da segurança do trabalho, principalmente devido à ausência de indicadores específicos voltados à sua prevenção. O presente estudo teve como objetivo analisar a saúde vocal como um risco ocupacional negligenciado, destacando os fatores que contribuem para o adoecimento e as falhas nos sistemas de avaliação e controle. Trata-se de uma pesquisa qualitativa, de caráter descritivo e exploratório, baseada em revisão bibliográfica. Os resultados evidenciaram que condições inadequadas de trabalho, como ambientes ruidosos, jornadas extensas e falta de pausas, contribuem significativamente para o surgimento de agravos vocais, como disfonia, fadiga vocal e lesões nas pregas vocais. Além disso, verificou-se que os indicadores de higiene ocupacional ainda estão centrados em riscos físicos, químicos e biológicos, desconsiderando os riscos funcionais e organizacionais relacionados ao uso da voz. Conclui-se que a inclusão da saúde vocal nos programas de segurança do trabalho é essencial para a prevenção de doenças ocupacionais e para a promoção da qualidade de vida dos trabalhadores.

Palavras-chave: Adoecimento Ocupacional; Disfonia; Ergonomia; Saúde Do Trabalhador; Saúde Vocal; Segurança Do Trabalho.

ABSTRACT

Vocal health has proven to be a fundamental aspect for several professional categories, especially those who use their voice as the main working tool, such as teachers. However, despite its relevance, this factor is still neglected in the field of occupational safety, mainly

due to the absence of specific preventive indicators. This study aimed to analyze vocal health as a neglected occupational risk, highlighting the factors that contribute to illness and the failures in evaluation and control systems. This is a qualitative, descriptive, and exploratory research based on a literature review. The results showed that inadequate working conditions, such as noisy environments, long working hours, and lack of breaks, significantly contribute to vocal disorders such as dysphonia, vocal fatigue, and vocal fold injuries. Furthermore, it was found that occupational hygiene indicators are still focused on physical, chemical, and biological risks, neglecting functional and organizational risks related to voice use. It is concluded that the inclusion of vocal health in occupational safety programs is essential for preventing occupational diseases and promoting workers' quality of life.

Keywords: Dysphonia; Occupational Health; Occupational Illness; Occupational Safety; Vocal Health; Ergonomics.

1. INTRODUÇÃO

A saúde do trabalhador tem se consolidado como um campo essencial para a compreensão das relações entre trabalho e adoecimento, especialmente diante das transformações nas formas de organização laboral. No entanto, apesar dos avanços na identificação e controle de riscos ocupacionais, ainda existem lacunas significativas na abordagem de determinados agravos à saúde, entre eles aqueles relacionados ao uso da voz como instrumento de trabalho.

No contexto profissional, diversas categorias dependem diretamente da voz para o desempenho de suas atividades, com destaque para professores, operadores de telemarketing, cantores, locutores e

profissionais da área da saúde. Entre esses, os professores se destacam como um dos grupos mais vulneráveis ao adoecimento vocal, em função do uso intensivo e contínuo da voz em ambientes frequentemente inadequados. Apesar disso, a saúde vocal ainda é pouco reconhecida como um risco ocupacional relevante dentro das políticas de segurança do trabalho.

As condições ambientais e organizacionais do trabalho docente contribuem significativamente para o desgaste vocal. Salas de aula superlotadas, níveis elevados de ruído, ventilação inadequada e ausência de recursos tecnológicos que auxiliem na projeção da voz exigem do professor um esforço vocal constante e muitas vezes excessivo. Esse cenário favorece o surgimento de sintomas como rouquidão, fadiga vocal, dor ao falar e perda temporária da voz, que podem evoluir para patologias mais graves.

De acordo com Itiro Iida, a adaptação das condições de trabalho às características humanas é um princípio fundamental para a prevenção de doenças ocupacionais. No entanto, no que se refere à saúde vocal, essa adaptação ainda é insuficiente, evidenciando uma falha na aplicação dos conceitos ergonômicos no ambiente de trabalho.

Além disso, sob a perspectiva da psicodinâmica do trabalho, Christophe Dejours destaca que o sofrimento no trabalho está relacionado não apenas às condições físicas, mas também à forma como a atividade é organizada. No caso dos professores, a pressão por desempenho, a sobrecarga de trabalho e a falta de reconhecimento contribuem para o uso inadequado da voz, intensificando os riscos de adoecimento.

Outro aspecto relevante é a ausência de indicadores específicos voltados à saúde vocal dentro dos programas de segurança do trabalho. Enquanto outros riscos ocupacionais são monitorados por meio de normas e avaliações sistemáticas, os problemas vocais ainda são pouco mensurados e frequentemente subnotificados. Essa invisibilidade dificulta a implementação de ações preventivas e o reconhecimento da saúde vocal como um componente essencial da saúde ocupacional.

Segundo Wanderley Codo, o trabalho docente envolve uma carga emocional significativa, que se reflete também no uso da voz, uma vez que ela é um meio de expressão e interação constante. Assim, o desgaste vocal não pode ser compreendido apenas como um problema físico, mas também como resultado das condições organizacionais e emocionais do trabalho.

Diante desse cenário, torna-se evidente a necessidade de ampliar a abordagem da segurança do trabalho, incorporando a saúde vocal como um risco ocupacional relevante. A criação de indicadores específicos e a implementação de estratégias preventivas são fundamentais para reduzir os índices de adoecimento e promover melhores condições de trabalho para os profissionais que dependem da voz em suas atividades.

Dessa forma, surge a seguinte pergunta problema: de que maneira a saúde vocal tem sido negligenciada como risco ocupacional na segurança do trabalho e quais são os impactos dessa omissão na saúde dos trabalhadores?

Este estudo justifica-se pela necessidade de dar visibilidade a um problema frequentemente negligenciado, contribuindo para o

avanço das discussões sobre saúde do trabalhador. A relevância da pesquisa está na possibilidade de subsidiar a construção de políticas e práticas mais eficazes de prevenção, promovendo a qualidade de vida e o bem-estar dos profissionais que utilizam a voz como principal instrumento de trabalho.

2. OBJETIVOS

2.1. Objetivo Geral

Analisar a saúde vocal como um risco ocupacional negligenciado na segurança do trabalho, destacando seus impactos na saúde dos profissionais que utilizam a voz como principal instrumento laboral.

2.2. Objetivos Específicos

- Identificar as principais categorias profissionais que utilizam a voz como instrumento de trabalho, com ênfase nos professores;
- Descrever os fatores de risco ocupacionais que contribuem para o adoecimento vocal, incluindo condições ambientais e organizacionais;
- Analisar a ausência de indicadores específicos de prevenção relacionados à saúde vocal na segurança do trabalho;
- Investigar os principais agravos à saúde vocal, como rouquidão, fadiga vocal, disfonia e lesões nas pregas vocais;
- Relacionar as condições de trabalho e a organização laboral com o uso inadequado da voz;

- Discutir a importância da inclusão da saúde vocal nos programas de higiene ocupacional e segurança do trabalho;
- Propor estratégias de prevenção e promoção da saúde vocal no ambiente de trabalho.

3. MATERIAIS E MÉTODOS

O presente estudo caracteriza-se como uma pesquisa de abordagem qualitativa, de natureza descritiva e exploratória, tendo como objetivo compreender a saúde vocal como um risco ocupacional negligenciado no campo da segurança do trabalho. A escolha por esse tipo de abordagem justifica-se pela necessidade de analisar, de forma aprofundada, os fatores que influenciam o adoecimento vocal e a ausência de indicadores específicos voltados à sua prevenção (BEHLAU; PONTES, 2001; LAURIS et al., 2010).

A metodologia adotada baseou-se em levantamento bibliográfico, realizado a partir da consulta a livros, artigos científicos, dissertações e documentos institucionais relacionados às áreas de saúde do trabalhador, ergonomia, fonoaudiologia e segurança do trabalho. Foram utilizadas bases de dados acadêmicas, como Google Acadêmico, SciELO e periódicos especializados, priorizando produções relevantes e reconhecidas no meio científico (BRASIL, 2018; IIDA, 2016).

Segundo Antônio Carlos Gil, a pesquisa bibliográfica é desenvolvida com base em material já elaborado, permitindo ao pesquisador ampliar seu conhecimento sobre determinado tema e estabelecer relações entre diferentes abordagens teóricas. Nesse sentido, a revisão da literatura possibilitou a identificação dos principais

conceitos relacionados à saúde vocal e sua interface com o ambiente de trabalho (BEHLAU, 2005; LAURIS et al., 2010).

Além disso, a pesquisa possui caráter descritivo, uma vez que busca detalhar as condições de trabalho dos profissionais que utilizam a voz como instrumento principal, bem como os fatores de risco associados ao adoecimento vocal. Estudos descritivos permitem observar e analisar fenômenos relacionados às condições de trabalho e aos impactos sobre a saúde dos trabalhadores (CODO, 1999).

O estudo também apresenta caráter exploratório, pois busca proporcionar maior familiaridade com o problema investigado, especialmente diante da escassez de indicadores específicos voltados à saúde vocal na segurança do trabalho. Pesquisas exploratórias são utilizadas quando o tema ainda apresenta lacunas teóricas ou pouca produção científica consolidada (BRASIL, 2018).

Para a seleção dos materiais, foram considerados critérios como relevância temática, atualidade das publicações e reconhecimento dos autores nas áreas estudadas. Foram priorizados estudos que abordam o uso profissional da voz, distúrbios vocais ocupacionais, ergonomia aplicada e saúde do trabalhador, garantindo consistência teórica à pesquisa (LAURIS et al., 2010; BEHLAU, 2005).

A análise dos dados foi realizada por meio de abordagem qualitativa interpretativa, buscando identificar padrões, relações e lacunas nos estudos analisados. Essa análise permitiu compreender como a saúde vocal é tratada no campo da segurança do trabalho e evidenciar a ausência de indicadores específicos voltados à sua prevenção (SZNELWAR, 2004; IIDA, 2016).

Segundo Laurence Bardin, a análise de conteúdo é uma técnica que permite interpretar informações de forma sistemática e objetiva, sendo amplamente utilizada em pesquisas qualitativas. No presente estudo, essa técnica contribuiu para a organização e interpretação dos dados coletados, possibilitando a construção das categorias de análise (DEJOURS, 2015).

Por fim, destaca-se que a pesquisa respeitou os princípios éticos, utilizando apenas fontes públicas e devidamente referenciadas, garantindo a integridade acadêmica do trabalho. Dessa forma, os procedimentos metodológicos adotados mostraram-se adequados para atingir os objetivos propostos, permitindo uma análise consistente sobre a saúde vocal como risco ocupacional negligenciado (BRASIL, 2020; BRASIL, 2018).

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

4.1. A Voz Como Instrumento de Trabalho e a Exposição Ocupacional Ao Risco

A análise dos dados evidencia que a voz constitui um dos principais instrumentos de trabalho para diversas categorias profissionais, especialmente no campo da educação, onde seu uso é contínuo e intensivo. No entanto, apesar dessa centralidade, a exposição ao risco vocal ainda é pouco reconhecida no âmbito da segurança do trabalho, contribuindo para a negligência em relação à saúde desses profissionais (BRASIL, 2018).

No caso dos professores, o uso da voz ocorre de forma prolongada e, muitas vezes, em condições inadequadas. Ambientes ruidosos, salas superlotadas e ausência de recursos de amplificação sonora exigem maior esforço vocal, o que favorece o surgimento de alterações na

qualidade da voz. O uso excessivo da voz em condições desfavoráveis é um dos principais fatores de risco para o desenvolvimento de distúrbios vocais ocupacionais (BEHLAU; PONTES, 2001; BEHLAU, 2005).

Além disso, a exposição ao risco vocal não se limita apenas à intensidade do uso, mas também às condições organizacionais do trabalho. A falta de pausas adequadas, jornadas extensas e a pressão por desempenho contribuem para o uso inadequado da voz. A organização do trabalho deve considerar os limites fisiológicos do trabalhador, sendo essencial a inclusão de períodos de descanso para evitar o desgaste funcional (IIDA, 2016).

Outro fator relevante é a ausência de preparo técnico para o uso adequado da voz. Muitos profissionais que dependem desse instrumento não recebem treinamento específico sobre técnicas vocais, respiração e projeção sonora. A falta de orientação adequada contribui significativamente para o aparecimento de disfonias e outras alterações vocais (BEHLAU, 2005).

Do ponto de vista fisiológico, a produção da voz envolve estruturas delicadas, como as pregas vocais, que podem ser facilmente lesionadas quando submetidas a esforço excessivo. O uso contínuo sem o devido repouso pode levar ao surgimento de patologias como nódulos, pólipos e edema vocal. Esses agravos são comuns em profissionais da voz e estão diretamente relacionados às condições de trabalho (LAURIS et al., 2010).

Sob a perspectiva da saúde do trabalhador, observa-se que a exposição ao risco vocal ainda não é devidamente contemplada nos programas de prevenção. A higiene ocupacional tradicional prioriza

riscos físicos, químicos e biológicos, deixando em segundo plano os riscos funcionais, como o uso excessivo da voz. Essa lacuna contribui para a invisibilidade do problema e para a ausência de medidas preventivas eficazes (BRASIL, 2020).

Além disso, a pressão emocional e o estresse também influenciam diretamente o uso da voz. Situações de tensão podem levar ao aumento da intensidade vocal e ao uso inadequado das estruturas fonatórias. O sofrimento psíquico no trabalho impacta o corpo do trabalhador, manifestando-se por meio de diferentes sintomas físicos e funcionais (DEJOURS, 2015; DEJOURS, 2004).

Outro aspecto importante refere-se à naturalização do desgaste vocal. Muitos profissionais consideram sintomas como rouquidão e cansaço vocal como parte normal do trabalho, o que dificulta a busca por tratamento e a implementação de medidas preventivas. Essa percepção contribui para o agravamento dos quadros clínicos e para o aumento dos índices de afastamento por problemas vocais (BEHLAU; PONTES, 2001).

A análise também evidencia que há uma subnotificação significativa dos distúrbios vocais relacionados ao trabalho. A falta de reconhecimento dessas condições como doenças ocupacionais dificulta o acesso a direitos trabalhistas e à assistência adequada. A invisibilidade de determinados agravos está relacionada à forma como o trabalho é socialmente reconhecido, influenciando a valorização das condições de saúde dos trabalhadores (CODDO, 1999).

Dessa forma, os resultados indicam que a voz, apesar de ser um instrumento central para diversas profissões, ainda é tratada de forma secundária no campo da segurança do trabalho. A ausência

de indicadores específicos e de políticas de prevenção contribui para a manutenção de um cenário de risco, no qual os trabalhadores estão expostos a condições que favorecem o adoecimento vocal (SZNELWAR, 2004; BRASIL, 2018).

Portanto, a discussão evidencia a necessidade de reconhecer a voz como um elemento fundamental na análise dos riscos ocupacionais. A inclusão desse aspecto nos programas de segurança do trabalho é essencial para promover a saúde dos profissionais e reduzir os impactos do adoecimento vocal (BRASIL, 2018; BEHLAU, 2005).

4.2. Principais Agravos à Saúde Vocal dos Trabalhadores

A análise dos dados evidencia que os profissionais que utilizam a voz como principal instrumento de trabalho estão expostos a uma série de agravos à saúde vocal, os quais podem comprometer significativamente sua qualidade de vida e desempenho profissional. Esses agravos resultam, em grande parte, do uso intensivo da voz associado a condições inadequadas de trabalho e à ausência de medidas preventivas eficazes (BRASIL, 2018).

Entre os principais problemas identificados, destaca-se a disfonia, caracterizada por alterações na qualidade vocal, como rouquidão, soprosidade, esforço ao falar e instabilidade na emissão da voz. A disfonia é uma das condições mais frequentes entre professores e outros profissionais da voz, sendo frequentemente causada por abuso ou mau uso vocal em ambientes desfavoráveis (BEHLAU; PONTES, 2001; BEHLAU, 2005).

Outro agravo relevante é a fadiga vocal, que se manifesta por meio de cansaço ao falar, necessidade de esforço para emitir a voz e redução da resistência vocal ao longo da jornada de trabalho. Esse

problema está diretamente relacionado à ausência de pausas e ao uso contínuo da voz sem o devido repouso. A repetição excessiva de uma função sem intervalos adequados pode levar ao desgaste funcional, o que também se aplica ao uso da voz no contexto ocupacional (IIDA, 2016).

Além disso, lesões nas pregas vocais, como nódulos, pólipos e edema, são frequentemente observadas nesses profissionais. Essas alterações são decorrentes do esforço vocal contínuo e podem exigir tratamento especializado, incluindo terapia fonoaudiológica e, em casos mais graves, intervenção cirúrgica. Tais lesões estão diretamente associadas às condições de trabalho e ao uso inadequado da voz (LAURIS et al., 2010).

Outro problema significativo é a laringite, que pode ocorrer de forma aguda ou crônica, sendo agravada pelo uso excessivo da voz e por fatores ambientais, como poeira, baixa umidade do ar e poluição sonora. Esses fatores são comuns em ambientes escolares e contribuem para o agravamento dos sintomas vocais (BRASIL, 2018).

A análise também evidencia que os agravos à saúde vocal não se limitam aos aspectos físicos, estando fortemente relacionados a fatores emocionais e psicossociais. Situações de estresse, ansiedade e pressão no ambiente de trabalho podem levar ao aumento da tensão muscular na região da laringe, comprometendo a produção vocal. O sofrimento psíquico no trabalho pode se manifestar no corpo, influenciando diretamente funções como a fala (DEJOURS, 2015; DEJOURS, 2004).

Outro aspecto importante refere-se à cronicidade desses problemas. Muitos profissionais continuam exercendo suas atividades mesmo

diante de sintomas vocais, o que contribui para o agravamento dos quadros clínicos. A falta de diagnóstico precoce e de acompanhamento adequado favorece a evolução para condições mais graves, que podem levar ao afastamento do trabalho (LAURIS et al., 2010).

Além disso, observa-se que há uma baixa procura por tratamento especializado, muitas vezes devido à naturalização dos sintomas ou à dificuldade de acesso a serviços de saúde. Essa realidade reforça a invisibilidade dos agravos vocais no contexto ocupacional e evidencia a necessidade de ações educativas e preventivas (BRASIL, 2018).

O adoecimento relacionado ao trabalho frequentemente é banalizado, sendo percebido como parte inerente da profissão. No caso da saúde vocal, essa percepção contribui para a negligência tanto por parte dos trabalhadores quanto das instituições (CODD, 1999).

Outro ponto relevante é o impacto desses agravos na qualidade do trabalho. A dificuldade na comunicação, a redução da clareza vocal e o desconforto ao falar comprometem o desempenho profissional, especialmente em atividades que dependem diretamente da interação verbal, como o ensino (BEHLAU, 2005).

Dessa forma, os resultados indicam que os agravos à saúde vocal são múltiplos e inter-relacionados, envolvendo fatores físicos, organizacionais e psicossociais. A ausência de políticas de prevenção e de indicadores específicos contribui para a manutenção desse cenário, no qual os trabalhadores permanecem expostos a riscos significativos (SZNELWAR, 2004; BRASIL, 2020).

Portanto, a discussão evidencia a necessidade de reconhecimento dos distúrbios vocais como problemas relevantes de saúde ocupacional. A implementação de estratégias preventivas e o acompanhamento adequado são fundamentais para reduzir os impactos desses agravos e promover melhores condições de trabalho para os profissionais da voz (BRASIL, 2018; BEHLAU, 2005).

4.3. Falhas nos Indicadores de Prevenção e Segurança do Trabalho

A análise dos dados evidencia que a saúde vocal ainda é amplamente negligenciada nos sistemas de segurança do trabalho, principalmente devido às falhas nos indicadores utilizados para a identificação, avaliação e controle dos riscos ocupacionais. Essa lacuna compromete a implementação de medidas preventivas eficazes e contribui para o aumento dos agravos relacionados ao uso da voz (BRASIL, 2018).

Tradicionalmente, a segurança do trabalho e a higiene ocupacional concentram-se na mensuração de riscos físicos, químicos e biológicos, como ruído, temperatura, agentes tóxicos e microrganismos. No entanto, os riscos associados ao uso da voz, que possuem natureza funcional e organizacional, não são contemplados de forma adequada nesses modelos. Como resultado, os distúrbios vocais permanecem invisíveis nos sistemas de monitoramento ocupacional (SZNELWAR, 2004; BRASIL, 2020).

De acordo com Itiro Iida, a análise do trabalho deve considerar a adaptação das atividades às capacidades humanas, incluindo aspectos fisiológicos e cognitivos. No entanto, no caso da saúde vocal, essa adaptação é frequentemente ignorada, evidenciando

uma falha na aplicação dos princípios ergonômicos no ambiente laboral (IIDA, 2016).

Um dos principais problemas identificados é a ausência de indicadores específicos para avaliar o uso da voz como fator de risco ocupacional. Diferentemente de outros riscos, que possuem parâmetros bem definidos de avaliação, como níveis de ruído ou exposição a substâncias químicas, o uso vocal não é mensurado de forma sistemática. Essa ausência dificulta a identificação precoce de situações de risco e impede a adoção de medidas preventivas (BRASIL, 2018).

Além disso, os programas de prevenção, como o Programa de Gerenciamento de Riscos (PGR), raramente incluem a saúde vocal como um elemento a ser monitorado. Essa exclusão reflete uma visão limitada da segurança do trabalho, que ainda não incorporou plenamente os riscos associados às atividades comunicativas. Segundo Laerte Idal Sznelwar, a análise das condições de trabalho deve considerar a complexidade das atividades humanas, incluindo aspectos organizacionais e subjetivos, o que ainda não ocorre de forma efetiva (SZNELWAR, 2004).

Outro fator relevante refere-se à ausência de protocolos de prevenção voltados à saúde vocal. Enquanto existem normas regulamentadoras específicas para diversos riscos ocupacionais, não há diretrizes amplamente difundidas que orientem a proteção da voz no ambiente de trabalho. Essa lacuna contribui para a falta de padronização nas ações preventivas e para a vulnerabilidade dos trabalhadores (BRASIL, 2018).

A análise também evidencia que há uma tendência à subnotificação dos distúrbios vocais relacionados ao trabalho. Muitos casos não são registrados como doenças ocupacionais, o que dificulta a construção de dados epidemiológicos e a formulação de políticas públicas. Segundo Wanderley Codo, a invisibilidade de determinados agravos está relacionada à forma como o trabalho é reconhecido socialmente, o que contribui para a negligência de problemas como os distúrbios vocais (CODDO, 1999).

Além disso, os indicadores existentes tendem a adotar uma abordagem reativa, focando em afastamentos e licenças médicas, em vez de atuar de forma preventiva. Essa lógica impede a identificação das causas do problema, limitando-se a tratar suas consequências. No caso da saúde vocal, essa abordagem é particularmente problemática, uma vez que os sintomas iniciais muitas vezes são ignorados até que o quadro se agrave (BRASIL, 2020).

Outro aspecto importante é a falta de integração entre diferentes áreas do conhecimento, como fonoaudiologia, ergonomia e segurança do trabalho. Essa fragmentação dificulta a construção de indicadores mais completos e eficazes. Conforme destaca Mara Behlau, a prevenção dos distúrbios vocais exige uma abordagem interdisciplinar, que considere tanto os aspectos técnicos quanto os comportamentais do uso da voz (BEHLAU, 2005).

A análise também aponta para a ausência de capacitação dos profissionais responsáveis pela gestão da segurança do trabalho em relação à saúde vocal. A falta de conhecimento específico sobre o tema contribui para sua exclusão dos programas de prevenção,

perpetuando a invisibilidade desse risco ocupacional (SZNELWAR, 2004; BRASIL, 2018).

Dessa forma, os resultados indicam que as falhas nos indicadores de prevenção estão diretamente relacionadas à forma como a saúde vocal é compreendida dentro da segurança do trabalho. A predominância de uma abordagem tradicional, centrada em riscos físicos, impede a inclusão de fatores mais complexos e funcionais, como o uso da voz (IIDA, 2016; SZNELWAR, 2004).

Portanto, a discussão evidencia a necessidade de revisão dos modelos de avaliação utilizados, com a incorporação de indicadores específicos para a saúde vocal. A ampliação dessa abordagem é fundamental para a construção de estratégias preventivas mais eficazes, capazes de reduzir o adoecimento e promover melhores condições de trabalho para os profissionais que dependem da voz (BEHLAU, 2005; BRASIL, 2018).

4.4. Estratégias de Prevenção e Promoção da Saúde Vocal no Trabalho

A análise dos dados evidencia que a prevenção dos agravos relacionados à saúde vocal exige uma abordagem ampla, integrada e ainda pouco explorada no campo da segurança do trabalho. Diante das falhas nos indicadores e da negligência em relação ao tema, torna-se fundamental a implementação de estratégias que considerem tanto os aspectos físicos quanto os organizacionais e psicossociais do trabalho (BRASIL, 2018; SZNELWAR, 2004).

Uma das principais medidas preventivas refere-se à melhoria das condições ambientais de trabalho. Ambientes com níveis elevados de ruído, ventilação inadequada e acústica desfavorável exigem

maior esforço vocal, contribuindo para o desgaste das pregas vocais. Dessa forma, investimentos em infraestrutura, como tratamento acústico das salas, uso de microfones e amplificadores de voz, além de adequação da ventilação e iluminação, são essenciais para reduzir a sobrecarga vocal. A adaptação do ambiente às capacidades humanas é um princípio fundamental para a promoção da saúde no trabalho (IIDA, 2016).

Outra estratégia importante é a organização adequada da jornada de trabalho. A inclusão de pausas regulares durante o uso da voz permite a recuperação das estruturas vocais, reduzindo o risco de fadiga e lesões. Além disso, a distribuição equilibrada das atividades pode evitar o uso contínuo e excessivo da voz ao longo do dia. Essa medida está diretamente relacionada aos princípios da ergonomia, que visam reduzir a sobrecarga funcional dos trabalhadores (IIDA, 2016; SZNELWAR, 2004).

A capacitação dos profissionais também se apresenta como um elemento central na prevenção. O treinamento em técnicas vocais, incluindo respiração adequada, projeção da voz e uso consciente da fala, pode contribuir significativamente para a redução de danos. A educação vocal é uma das principais ferramentas de prevenção de distúrbios vocais, especialmente entre professores (BEHLAU, 2005; BEHLAU; PONTES, 2001).

Além disso, a implementação de programas de saúde do trabalhador voltados à saúde vocal é fundamental. Esses programas devem incluir acompanhamento fonoaudiológico, avaliações periódicas da voz, orientações preventivas e ações educativas. A atuação interdisciplinar, envolvendo profissionais da fonoaudiologia,

medicina do trabalho e segurança do trabalho, contribui para uma abordagem mais eficaz e abrangente (BRASIL, 2018; BEHLAU, 2005).

Outro aspecto relevante refere-se à inclusão da saúde vocal nos indicadores de higiene ocupacional. A criação de parâmetros específicos para avaliar o uso da voz, a carga vocal e os sintomas associados podem auxiliar na identificação precoce de riscos. A análise do trabalho deve considerar sua complexidade, incluindo aspectos organizacionais e humanos, o que reforça a necessidade de novos indicadores (SZNELWAR, 2004).

A participação dos trabalhadores na construção dessas estratégias também é essencial. Os profissionais que utilizam a voz possuem conhecimento direto sobre as dificuldades enfrentadas no cotidiano, podendo contribuir para a identificação de problemas e a elaboração de soluções mais adequadas. Essa participação fortalece o engajamento e aumenta a efetividade das ações preventivas (SZNELWAR, 2004).

Sob a perspectiva da psicodinâmica do trabalho, Christophe Dejours enfatiza a importância do reconhecimento e das condições organizacionais para a saúde mental dos trabalhadores. No caso da saúde vocal, a redução da pressão por desempenho e a valorização profissional podem contribuir para o uso mais equilibrado da voz, diminuindo o risco de adoecimento (DEJOURS, 2004; DEJOURS, 2015).

Além disso, políticas públicas e institucionais voltadas à saúde do trabalhador devem incorporar a saúde vocal como uma prioridade. A criação de normas, diretrizes e campanhas de conscientização pode

ampliar a visibilidade do problema e promover mudanças estruturais nas condições de trabalho (BRASIL, 2018).

Outro ponto importante é a necessidade de mudança cultural em relação ao uso da voz no trabalho. A naturalização de sintomas como rouquidão e cansaço vocal deve ser combatida por meio de ações educativas, incentivando a busca por orientação profissional e o cuidado preventivo (BEHLAU, 2005).

Dessa forma, os resultados indicam que a prevenção do adoecimento vocal depende de uma combinação de fatores, incluindo melhorias estruturais, reorganização do trabalho, capacitação profissional e ampliação dos indicadores de segurança do trabalho. A ausência dessas medidas contribui para a manutenção de um cenário de risco e negligência (IIDA, 2016; SZNELWAR, 2004).

Portanto, a discussão evidencia que a promoção da saúde vocal deve ser incorporada de forma efetiva às práticas de segurança do trabalho. A adoção de estratégias preventivas é fundamental para garantir melhores condições de trabalho, preservar a saúde dos profissionais e reduzir os impactos do adoecimento vocal no contexto ocupacional (BEHLAU, 2005; BRASIL, 2018).

5. CONCLUSÃO

A presente pesquisa permitiu compreender que a saúde vocal, apesar de sua relevância para diversas categorias profissionais, ainda é amplamente negligenciada no campo da segurança do trabalho. Ao longo da análise, evidenciou-se que a ausência de indicadores específicos e a predominância de uma abordagem tradicional,

centrada em riscos físicos, químicos e biológicos, contribuem para a invisibilidade dos agravos relacionados ao uso da voz.

Os resultados demonstraram que profissionais que utilizam a voz como principal instrumento de trabalho, especialmente os professores, estão expostos a condições laborais que favorecem o adoecimento vocal. Fatores como ambientes inadequados, excesso de ruído, jornadas extensas, ausência de pausas e falta de preparo técnico para o uso adequado da voz configuram um cenário de risco contínuo.

Além disso, verificou-se que os principais agravos à saúde vocal, como disfonia, fadiga vocal e lesões nas pregas vocais, estão diretamente relacionados à organização do trabalho e às condições ambientais. Esses problemas, muitas vezes naturalizados pelos próprios trabalhadores, tendem a ser subnotificados, dificultando o reconhecimento como doenças ocupacionais e a implementação de medidas preventivas eficazes.

A análise também evidenciou que as falhas nos indicadores de higiene ocupacional representam um dos principais entraves para a promoção da saúde vocal. A inexistência de parâmetros específicos para avaliação do uso da voz impede a identificação precoce dos riscos e limita a atuação preventiva da segurança do trabalho. Nesse sentido, torna-se evidente a necessidade de ampliação desses indicadores, incorporando os aspectos funcionais, organizacionais e psicossociais do trabalho.

Outro ponto relevante refere-se à importância da adoção de estratégias de prevenção, que incluem melhorias nas condições ambientais, reorganização da jornada de trabalho, capacitação dos

profissionais e implementação de programas de saúde do trabalhador com foco na saúde vocal. A atuação interdisciplinar, envolvendo áreas como ergonomia, fonoaudiologia e psicologia do trabalho, mostra-se fundamental para a construção de soluções mais eficazes.

Dessa forma, conclui-se que a saúde vocal deve ser reconhecida como um risco ocupacional relevante, exigindo maior atenção por parte das organizações e das políticas públicas. A superação das lacunas identificadas depende de uma mudança na forma como a segurança do trabalho é concebida, incorporando uma visão mais ampla e integrada dos riscos ocupacionais.

Por fim, destaca-se que a valorização da saúde vocal não apenas contribui para a prevenção de doenças, mas também para a melhoria da qualidade de vida dos trabalhadores e da eficiência das atividades profissionais. Assim, a inclusão desse tema na agenda da segurança do trabalho é essencial para a construção de ambientes laborais mais saudáveis e sustentáveis.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

BRASIL. Ministério da Saúde. **Distúrbios de voz relacionados ao trabalho**. Brasília: Ministério da Saúde, 2018.

BRASIL. Ministério do Trabalho. **Normas Regulamentadoras de Segurança e Saúde no Trabalho**. Brasília: MTE, 2020.

BEHLAU, Mara; PONTES, Paulo. **Higiene vocal: cuidando da voz**. Rio de Janeiro: Revinter, 2001.

BEHLAU, Mara (Org.). **Voz: o livro do especialista**. Rio de Janeiro: Revinter, 2005.

CODO, Wanderley. **Educação: carinho e trabalho**. Petrópolis: Vozes, 1999.

DEJOURS, Christophe. **A loucura do trabalho: estudo de psicopatologia do trabalho**. 6. ed. São Paulo: Cortez, 2015.

DEJOURS, Christophe. **Subjetividade, trabalho e ação**. Revista Produção, São Paulo, v. 14, n. 3, p. 27-34, 2004.

IIDA, Itiro. **Ergonomia: projeto e produção**. 3. ed. São Paulo: Edgard Blücher, 2016.

LAURIS, José Roberto Pereira; et al. **Distúrbios de voz relacionados ao trabalho docente**. Revista CEFAC, São Paulo, v. 12, n. 2, p. 280-287, 2010.

SZNE LWAR, Laerte Idal. **Ergonomia e trabalho: produção de conhecimento e intervenção**. São Paulo: Edgard Blücher, 2004.

¹ Mestrado em Políticas Públicas pela Universidade de Mogi das Cruzes - UMC. E-mail: thiagoinocenciotrofelli@gmail.com

² Graduanda em Enfermagem pela Universidade de Mogi das Cruzes – UMC. E-mail: giovanaharaoliver@gmail.com

³ Especialista em Segurança e Medicina do Trabalho e Perícia Criminal pela faculdade UniMinas. E-mail: torralbo.hiago@gmail.com

⁴ Mestrado em Gestão de Cuidados da Saúde pela Universidade da Amazônia UNAMA. E-mail: ano_alexandro@yahoo.com

⁵ Graduando em Enfermagem pela Universidade de Mogi das Cruzes - UMC. E-mail: paulotdias5@gmail.com