

De manhã em uma escola, durante à tarde,outra escola, à noite em outra diferente. De uma sala de aula para outra, depois de um intervalo de 50 minutos. Após o trabalho, provas para corrigir, atividades para preparar, estudos , pesquisas e matérias para explicar no outro dia.

No dia seguinte, serão horas e horas em pé, falando para a classe e se preparando para as próximas aulas. Apesar de ser um grande desgaste para o professor, é possível se prevenir e evitar complicações que podem tirá-lo da sala de aula por algum tempo.

Neste contexto, sabemos que a principal ferramenta de trabalho dos professores não é o livro e nem uma transparência refletida na parede: é a voz;sem ela, seria muito mais difícil transmitir conhecimento para os alunos.

Com base em uma pesquisa norte-americana, feita por Nelson Roy, da University of Utah, as fonoaudiólogas Fabiana Zambon, do Sinpro-SP (Sindicato dos Professores de São Paulo) e Mara Behlau, do CEV-SP (Centro de Estudos da Voz - São Paulo) iniciaram uma pesquisa com professores e não-professores para verificar os problemas de voz que a profissão acarreta.

Dos 259 professores pesquisados, 62,9% afirmam que já sofreram problemas vocais e mais de 15% acreditam que precisarão mudar de ocupação no futuro por conta de problemas na voz.

O desgaste do professor é consequência de um sistema que não funciona, no qual o professor é mal remunerado, tem pouco tempo para cuidar da saúde, não se alimenta adequadamente e muito exigido em sala de aula. "Ele dá mais aula do que deveria, trabalha quando deveria descansar, quando deveria recondicionar seus conhecimentos".

Muitas vezes o professor entra no mercado de trabalho sem ter informações básicas de como cuidar da voz, e assim, ele não procura ajuda profissional para prevenir, e sim para tratar um

problema que já existe. "Seria interessante que o professor tivesse, durante a sua formação, algo para aprender a cuidar da voz", conforme resultados de uma pesquisa que efetuei em meu curso de especialização em 2007, no UNILAVRAS.

Mas, por meio de simples mudanças no dia-a-dia já é mais fácil cuidar da saúde, mas falta consciência, até mesmo para quem já sofreu com desgastes.

Para não fazer sua voz sofrer, Procure por alguém que só quer ver seu bem: Seu Fonoaudiólogo!