

COMUNICAÇÃO, FONOAUDIOLOGIA E EVANGELIZAÇÃO

*Prof. Ms. Charleston Teixeira Palmeira**

Resumo: O uso profissional da comunicação oral é um dos temas mais discutidos no campo da Fonoaudiologia devido sua importância no cenário profissional do mundo moderno. Os evangelizadores, que veiculam os preceitos e normas religiosas e filosóficas, fazem parte de um grupo denominado de profissionais da voz. As ações fonoaudiológicas, que incluem regras de saúde da voz, técnicas para prevenir transtornos vocais e para o desenvolvimento da expressividade, contribuem para que o evangelizador compreenda todo o universo comunicativo em que está inserido, evitando a utilização equivocada da comunicação, prejuízos para sua saúde e para seu ofício.

Palavras-chaves: Comunicação, Fonoaudiologia, Voz, Religião, Saúde.

Abstract: The professional use of the oral communication is one of the most discussed themes in the speech-language therapy area because of its importance in the professional setting of modern world. The evangelizers, who spread the clauses and the religious and philosophic laws, are part of group called voice professional. The speech-language actions, which include rules for the voice health, techniques to prevent voice problems and for development of expressivity, help for the evangelizers understand all communicative universe which it is inserted, avoiding the wrong utilization of communication, damages for the health and for its work.

Keywords: Communication, Speech-Language Therapy, Voice, Religion, Health.

O verbo é o princípio. A consonância entre emissor, receptor e uma forma de linguagem faz o verbo acontecer de modo efetivo e inteligível, sem ruídos. Este é o princípio da comunicação, o do bom entendimento. É por meio da linguagem, em suas mais variadas formas como a fala, os gestos, a expressão facial, a escrita, os símbolos, a linguagem de sinais e braille, que o ser humano dialoga, estabelece suas relações e extrai conhecimento.

Vários saberes se curvam diante do estudo da comunicação e da linguagem. A Lingüística busca o estudo científico da linguagem. A Publicidade planeja, cria, produz, controla e avalia a comunicação de

seus anunciantes. A Filosofia da Linguagem, ramo da Filosofia, estuda a essência e a natureza dos fenômenos lingüísticos, tendo como fontes de interesse a metafísica e a epistemologia. A Neurolingüística estuda as conexões entre a língua e o cérebro. A Antropologia busca conhecer o ser humano em sua totalidade, incluindo a relação entre os indivíduos, culturas e suas linguagens. A Psicologia entende a comunicação como um veículo que carrega significados advindos da psique. O estudo da linguagem, que envolve os signos, de uma forma geral, é o campo da Semiótica. O profissional de Letras estuda determinada língua e sua respectiva literatura. Por sua vez, a Fonoaudiologia é a ciência que tem como objeto de estudo a comunicação humana, no que se refere ao seu desenvolvimento, aperfeiçoamento, distúrbios e diferenças, em relação aos aspectos envolvidos na função auditiva periférica e central, na função vestibular, na função cognitiva, na linguagem oral e escrita, na fala, na fluência, na voz, nas funções orofaciais e na deglutição¹.

A comunicação, como se pontuou, poderá ser descrita por meio de vários instrumentos de rigor científico inquestionáveis. A Fonoaudiologia, o mais novo de todos estes saberes, será empregada para costurar um estudo sobre a comunicação e o desenvolvimento da formação profissional de evangelizadores católicos, visto que, nas atividades religiosas que exercem, a comunicação oral é um dos principais instrumentos de trabalho.

O uso profissional da comunicação oral é um dos temas mais discutidos em periódicos e congressos científicos na área da Fonoaudiologia devido sua importância no moderno cenário profissional. A comunicação, cuja função é trocar e discutir idéias, se equivocada poderá provocar dificuldades na decodificação das mensagens enviadas ao ouvinte e diversos transtornos para a saúde do falante². Diante disto, a Fonoaudiologia desenvolveu conceitos e criou ações para que o profissional compreenda todo o universo comunicativo em que está inserido. Definiu, também, como voz profissional a forma de comunicação oral utilizada por indivíduos que dela dependem para sua atividade profissional³. Nestes termos, compreende-se que inúmeros profissionais se enquadram como *profissionais da voz*, como professores,

¹ Texto aprovado pelo Plenário do Conselho Federal de Fonoaudiologia durante a 78ª SPO, realizada nos dias 06 e 07 de março de 2004.

² PALMEIRA, C. T. Comunicação oral na escola. In: DAMASCENO, A., MACHADO, H.; SOUZA, O. *Fonoaudiologia escolar* – Fonoaudiologia e Pedagogia, saberes necessários para a ação docente. Belém: EDUFPA, 2006. p. 21.

³ Pró-consenso Nacional sobre Voz Profissional, 2001.

advogados, locutores, operadores de telemarketing, vendedores e cantores.

A formação de evangelizadores perpassa por vários conteúdos teóricos e execução de atividades práticas que têm a comunicação oral como pressuposto. São exemplos: catequeses, procissões e festas religiosas, palestras em eventos religiosos ou leigos, participação em pastorais, cursos de batismo e casamento, programas de rádio e televisão, uso da voz cantada no estilo salmodiada e popular, atividades de ensino e funções administrativas. Ao atenderem a sua vocação devem compreender que também serão formados como profissionais da voz, em que o bom uso da comunicação oral, aliada à experiência profissional e ao amadurecimento pessoal, determina grande parte do carisma e apreço com a comunidade⁴.

Apesar da rigorosa formação recebida, ainda são poucas as instituições religiosas que oferecem programas de aperfeiçoamento da comunicação oral para seus jovens⁵. O Instituto Teológico Pastoral do Ceará, com curso de bacharelado em Filosofia e Teologia aberto aos candidatos ao sacerdócio, a religiosos, religiosas e leigos, é exemplo de instituição que oferece e estimula seus alunos a realizarem acompanhamento fonoaudiológico por meio de parceria com o Curso de graduação em Fonoaudiologia da Universidade de Fortaleza. Um programa amplo de aperfeiçoamento da comunicação oral é desenvolvido em suas dependências desde 1998, beneficiando os futuros profissionais evangelizadores e outros que da comunicação necessitam para o exercício profissional.

A literatura fonoaudiológica revela ainda poucos estudos sobre o perfil e as condutas comunicativas dos evangelizadores. Ao veicular a palavra da vida, a mensagem de Deus, ou preceitos e normas religiosas e filosóficas, pressupõe que o evangelizador produza uma qualidade vocal específica para aproximar e unir os fiéis, além de aconselhá-los e oferecer apoio espiritual⁶. Observa-se, no entanto, que a figura tradicional do

⁴ VIOLA, I. C. Religiosos católicos: assessoria fonoaudiológica coletiva durante a formação profissional. In: FERREIRA, L.P.; SILVA, M.A.A. *Saúde vocal – práticas fonoaudiológicas*. São Paulo: Roca, 2002. p. 235.

⁵ BEHLAU, M. et al. voz profissional – Aspectos gerais e atuação fonoaudiológica . In: BEHLAU, M. (org). *Voz – o livro do especialista*. Vol. 2. Rio de Janeiro: Revinter, 2005. p. 327.

⁶ BEHLAU, M. et al. Voz profissional – Aspectos gerais e atuação fonoaudiológica . In: BEHLAU, M. (org). *Voz – o livro do especialista*. Vol. 2. Rio de Janeiro: Revinter, 2005. p. 327.

padre de voz tranqüila, suave, com inflexões repetitivas e gestos contidos, modificou-se após o advento do uso dos meios de comunicação de massa. Hoje já são comuns os padres com uma comunicação mais forte, enérgica, imperativa. Com isso o desgaste da voz se torna maior, podendo ocasionar sintomas como rouquidão, pigarro, aperto na garganta, ressecamento e dor ao falar.

Uma pesquisa que investigou as características de fala e voz de 78 seminaristas revelou que as informações que recebem sobre o uso profissional da voz são insuficientes. Há queixas de fadiga pelo uso contínuo da voz e o canto foi considerada a atividade mais estressante. Apontou a presença de tensão fonatória e corporal durante o uso da fala coloquial, suporte respiratório ruim, problemas na articulação das palavras e presença de características regionais marcantes na fala⁷.

Outro estudo com a amostra de 127 padres e seminaristas concluiu que 92% da população estudada utilizavam a voz profissionalmente de uma a cinco horas por dia, 68% percebiam que a voz se tornava mais fraca ao longo do dia, 75% referiram rouquidão ocasional e 85% nunca consultaram um médico ou fonoaudiólogo por apresentarem problemas vocais⁸.

Em relação a voz cantada, 22 monges beneditinos do Mosteiro da Ressurreição de Ponta Grossa – Paraná, foram avaliados e o resultado revelou queixas de dificuldade em sustentar notas, cansaço vocal, dor na laringe ao fim do dia, dificuldades em alcançar tons agudos pela manhã e rouquidão. Com estes dados, se justifica a importância de estabelecer um programa de saúde vocal para o grupo em que a jornada diária tem início às 4h e 45 min e término às 20h, com sete orações diárias em canto gregoriano monofônico de duração média de 45 minutos cada uma⁹.

As monjas da Ordem Carmelitas Descalças do Mosteiro Carmelo Santa Terezinha de Jesus – SP foram objeto de uma pesquisa que analisou a rotina comunicativa das congregadas e identificou a presença do uso contínuo da voz em suas atividades diárias, como na leitura de Salmos

⁷ VIOLA, I.C.; LAURINDO, S.C.S. Características de fala e voz de seminaristas: estudo descritivo. In: FERREIRA, L.P.; COSTA, H.O. *Voz ativa* – falando sobre o profissional da voz. São Paulo:Roca, 2000. p. 39 – 55.

⁸ HEIN, R. Perfil vocal de padres e seminaristas da Igreja Católica. São Paulo, 1998. /Mimeografia. *Monografia de Especialização*. CEV. Orientação: Profa. Dra. Mara Behlau.

⁹ MARTINS, J.T.G.; CENOVICZ, C.S.; BARROS NETO, F.P. Achados laringológicos e vocais em cantores beneditinos. In: *Laringologia e voz hoje* – temas do IV Congresso Brasileiro de Laringologia e Voz. Rio de Janeiro: Revinter, 1998. p. 291.

em voz alta e no tom mi_3 e na participação em missa onde todas cantam e rezam em voz alta. Durante as refeições reduzem o volume da voz ou fazem silêncio, porém durante os recreios, as monjas falam muito e em fortes intensidades. Dentre os chamados abusos da voz, os mais referidos foram: falar com o ouvido tampado pela touca religiosa (86,6%), falar ou cantar sem aquecer a voz previamente (73,3%), falar com ruído de fundo (60%), rir alto e falar por um período prolongado (53,3%). Outros dados relevantes apontam para a presença de cansaço ao falar e cantar e a qualidade da voz alterada (66,6%). A pesquisa concluiu que mudanças no estilo de vida dessa população seriam difíceis, mas um trabalho fonoaudiológico seria benéfico, a fim de orientar, prevenir e reverter os problemas da voz¹⁰.

Ao adentrar nos fundamentos que sustentam a Fonoaudiologia, alguns conceitos merecem ser destacados para que ocorra uma compreensão mais precisa do comportamento comunicativo. Os conceitos de fala e voz serão os primeiros.

A fala decorre da mobilização de músculos da respiração, da fonação e da articulação das palavras, regidos pelo sistema nervoso central, com a finalidade de emitir sons de uma determinada língua. Esta linguagem oral, constituída de fonemas, forma um conjunto de palavras utilizadas por um povo, regidas por regras próprias, a língua. A fala poderá apresentar distorções que dificultam ou se tornam ruídos à comunicação. As principais queixas dos profissionais da voz são distorções ou ausência da produção do *r*, como em *primo* e *coroa*; alterações na pronúncia do *s* nos casos em que a língua é projetada ou lateralizada durante a fala, denominada ceceio, ou nos quadros em que o som é intenso, em forma de sibilo. Alterações na abertura da cavidade oral também são frequentes, caracterizando uma articulação reduzida ou travada, decorrentes de hábito ou alterações na estrutura e na funcionalidade da cavidade oral, como nos quadros de flacidez muscular ou alterações na articulação temporomandibular.

A voz é descrita como a sonoridade produzida pela vibração das pregas vocais e amplificada pelos ressonadores, composto pela região laringofaríngea, cavidade oral e cavidade nasal. Resulta de atividades funcionais e de suas relações com as estruturas orgânicas do aparelho fonador. Usualmente, denomina-se uma voz como fraca, forte, aguda

¹⁰ VASCONCELOS, L. Perfil vocal da monjas da Ordem Carmelitas Descalças. In: FERREIRA, L.P.; SILVA, M.A.A. *Saúde vocal* – práticas fonoaudiológicas. São Paulo: Roca, 2002. p. 229-234.

grave, nasal, ou mesmo com uso de impressões como voz *chata*, voz *melosa*, voz *charmosa*, voz *grossa*. A Fonoaudiologia possui nomenclatura específica para os mais diversos tipos de manifestação da voz, porém não chega a um consenso ao tentar definir o que seria uma voz normal. Uma definição aceita de voz normal não existe. Seria como definir uma aparência normal. A voz se modifica de acordo com nosso estado físico e emocional, varia de acordo com aspectos culturais, muda em resposta ao ambiente, se transforma ao longo da vida¹¹. Estudiosos sugerem o termo voz *adaptada*, na tentativa de estabelecer uma nomenclatura que contemple o conceito de voz produzida sem esforço adicional e com conforto, não interferindo da inteligibilidade da fala, identificando corretamente o gênero e a faixa etária, transmitindo a mensagem emocional do discurso e adaptada ao grupo social, profissional e cultural do sujeito¹². Quando ocorre desarmonia entre as estruturas e na funcionalidade do aparelho fonador surge a disfonia, caracterizada por cansaço ao falar, tensões cervicais, redução da projeção da voz, falhas na voz, rouquidão, dentre outros sinais e sintomas que poderão culminar na ausência total da voz, a afonia. Outro aspecto relevante é que o falante nem sempre tem a auto-imagem da fala e da voz desenvolvidas, fato que dificulta na percepção das potencialidades e dificuldades de sua voz frente às atividades profissionais e que muitas vezes retardam a ida ao fonoaudiólogo.

Assim como em todas as profissões, os evangelizadores apresentam uma expressividade que os caracterizam. Voz tranqüilizadora com entonação pouco variável, grave, suave, velocidade de fala com tendência a reduzida e uso de pausas reflete o estereótipo do sacerdote católico tradicional. Algumas modificações têm ocorrido na conduta comunicativa dos sacerdotes de celebração moderna ou carismática, como: voz tensa que varia entre o tom médio e agudo, grande variação do volume da voz e da entonação, velocidade de fala aumentada e pausas curtas. Enquanto que os sacerdotes tradicionais geram a impressão de razão equilíbrio e tranqüilidade, estes buscam transmitir confiabilidade, segurança, carisma, dinamismo e modernidade¹³. Na intenção de seguir um modelo padrão profissional, o

¹¹ COLTON, R.; CASPER, J. *Compreendendo os problemas da voz*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1996.

¹² BEHLAU, M. (org). *Voz – o livro do especialista*. Vol. 1. Rio de Janeiro: Revinter, 2001.

¹³ BEHLAU, M. et al. *Voz profissional – Aspectos gerais e atuação fonoaudiológica*. In: BEHLAU, M. (org). *Voz – o livro do especialista*. Vol. 2. Rio de Janeiro: Revinter, 2005. p. 327-328.

seminarista desde o início de sua formação, poderá incorrer no erro de sobrecarregar em seu aparelho fonador. Um referencial de comunicação oral, orientado ou desejado, nem sempre adequado ao modo fisiológico de falar aliado à falta de conhecimentos fonoaudiológicos sobre o uso da comunicação oral para atividades profissionais, poderá acarretar em comportamento inadequado para enfrentar suas futuras demandas profissionais.

A Fonoaudiologia, ao propor uma ação junto aos evangelizadores e demais profissionais da voz, indica a realização de um programa de aperfeiçoamento da comunicação oral, que objetiva minimizar os esforços e melhorar a qualidade do comportamento comunicativo. Este programa recebe várias denominações, tais como: aperfeiçoamento vocal, aprimoramento vocal, impostação da voz, estética ou mesmo ginástica vocal¹⁴. Entende-se aqui que o termo aperfeiçoamento da comunicação oral seja a denominação mais adequada, pois não somente a voz será potencializada, mas também aspectos como vocabulário, expressividade, articulação, fluência, velocidade da fala e oratória. Ou seja, comporta um grupo de técnicas que contribuem para uma expressão oral objetiva, clara, relaxada e natural e, assim, favorecer o desempenho profissional.

Ao participar de um programa de aperfeiçoamento da comunicação oral o evangelizador mergulha em uma capacitação que obedece a regras específicas, como tempo destinado para a execução do programa, realização das atividades em grupo ou individualmente, números de participantes do grupo, local de execução das atividades, dentre outras. Antes de iniciar, o fonoaudiólogo estuda as especificidades do profissional que busca seus serviços, atendendo às demandas pessoais, profissionais e da instituição a que serve. Atem-se à singularidade de cada profissional, respeitando seus limites, suas crenças e imprimindo uma marca comunicativa que o diferenciará de outros profissionais.

A primeira etapa do programa consta da avaliação da conduta comunicativa. Visa realizar um levantamento de queixas, alterações auditivas e vocais, problemas na articulação e na respiração, fatores desencadeantes e agravantes das disfonias e análise dos aspectos da comunicação, tais como gesticulação, tensões corporais, respiração,

¹⁴ NASCIMENTO, M. A.; FERREIRA, L.P. A Voz num contexto não terapêutico: visão do fonoaudiólogo. In: FERREIRA, L.P.; COSTA, H.O. *Voz ativa – falando sobre o profissional da voz*. São Paulo: Roca, 2000. p. 167-169.

articulação, fluência, velocidade da fala, qualidade da voz e da leitura oral. É investigado o modo em que o canto é executado, atentando-se para aos abusos decorrentes deste ato¹⁵. Ao ser detectado algum distúrbio que mereça indicação clínica, como a presença de nódulos ou pólipos vocais, edemas nas pregas vocais ou outras afecções reveladas em exame laringológico realizado por um médico, o procedimento será inicialmente reabilitador, visto que o programa de aperfeiçoamento tem caráter preventivo e contempla exercícios que poderão prejudicar um quadro disfônico, como por exemplo, exercícios que auxiliem na projeção da voz. Como exercitar a projeção da voz se existe um quadro de laringite decorrente do abuso da voz? Para que o programa de aperfeiçoamento obtenha resultados significativos é necessário um aparelho fonador saudável. Além do exame laringoscópico, é prudente a investigação do limiar auditivo, por meio de avaliação audiológica.

Para que a saúde vocal esteja em perfeito estado, o evangelizador precisa ter conhecimento das estruturas e do funcionamento do aparelho fonador assim como das regras da boa saúde vocal. A produção da fala e voz inicia-se com o ato inspiratório, que consiste na tomada de ar pelas narinas e boca (no caso do uso da fala) e sua entrada até os pulmões. A saída deste ar é regulada pelo diafragma, principal músculo respiratório que está localizado na base dos pulmões. Seu movimento lento e coordenado faz com que o ar seja expirado de forma laminar, para quando transpuser as pregas vocais produza um som equilibrado. Os homens possuem pregas vocais maiores e mais espessas, resultando em uma sonoridade mais grave. As mulheres, por sua vez, têm pregas vocais menores e delgadas que refletem um som mais agudo. Ao passar pelos ressonadores o som sofre modificações, filtragem e amplificação, sendo novamente modificado pelos articuladores formados pelos lábios, língua, mandíbula e palato mole. O produto resultante é a fala, o som desta é a voz.

Quando estas estruturas, forças musculares e respiratórias estão em desarmonia, aparecem as disfonias. Para preveni-las, o profissional da voz deve conhecer as regras da boa saúde vocal, que consiste de um conjunto de informações cientificamente comprovadas que auxiliam a manter a voz saudável. Ao estudar o universo religioso, os aspectos mais pontuais são o abuso e mau uso da voz, ambiente de trabalho, alimentação, uso de paliativos e agentes irritantes do aparelho fonador.

¹⁵ O professor de canto é o profissional habilitado a desenvolver a voz cantada. O fonoaudiólogo atua na promoção da saúde e na reabilitação da voz dos cantores.

O abuso da voz é realizado quando há uma sobrecarga no uso da voz, gerando desconforto e alterações na sua qualidade. Por vezes estas alterações surgem de maneira insidiosa, eclodindo após algum tempo de uso profissional. Os sacerdotes podem entrar em abuso vocal ao celebrarem missa em campos abertos, sem utilização de um bom equipamento de amplificação, que constam de microfone e caixas amplificadas, podem gerar quadros de rouquidão e deve-se estar atento, também, à qualidade ruim da amplificação pois poderá acarretar distorção no padrão da fala e da voz, produzindo esforço na tentativa de ser melhor compreendido; entrar em competição vocal com os sons dos instrumentos, da platéia ao do ambiente em geral. O microfone amplifica a voz e não deve modificá-la. Não há necessidade de desprender muita energia para utilizar este precioso equipamento. O abuso vocal pode ocorrer em situações em que há necessidade do uso da voz mesmo na presença de afecções do aparelho fonador. A queda da qualidade da voz, as secreções e dificuldades respiratórias geralmente acompanham quadros de rinite, faringite, amigdalite, sinusite, laringite e asma. O canto nestas condições exige mais esforço, com sobrecarga do aparelho fonador, favorecendo o aparecimento de quadros disfônicos mais prolongados. Entrar em competição vocal com os sons dos instrumentos, da platéia ao do ambiente em geral, também promove efeito traumatizante na voz, reflexo de explosões sonoras ou mesmo gritos decorrentes da falta de feedback da própria voz devido ao ruído ambiental elevado.

O mau uso vocal está relacionado ao despreparo do aparelho fonador para exercer a atividade profissional. Guarda relação com a qualidade da voz. Podem estar presentes na vida religiosa: incoordenação na respiração que agride as pregas vocais e limita o uso da voz; má postura e falar com a articulação reduzida ou travada, pois promove falta de projeção vocal compensada com esforço; uso de velocidade de fala rápida; cantar com esforço reflexo de má qualidade respiratória, falta de flexibilidade vocal, ausência ou má técnica vocal; repertório inadequado;

Outro aspecto que merece destaque é o ambiente de trabalho. Observa-se a acústica, para dimensionar o volume de voz suficiente para atingir os ouvintes. A acústica insuficiente dificulta o retorno da voz ao falante e o excesso poderá causar efeito de “delay” (reverberação). Ambos causam prejuízos ao emissor, no sentido de aumentar o esforço, e no ouvinte por não captar o som adequadamente. As igrejas, mais antigas ou mais modernas, pequenas ou grandes, podem apresentar estrutura

que não favoreça a amplificação do som. A presença de pé direito muito alto, janelas abertas, presença de material que abafa o som, como madeira e tecido, contribuem para uma má propagação da voz. O uso do vidro favorece a amplificação sonora, mas nem sempre é a melhor solução acústica. A temperatura elevada do ambiente de trabalho facilita o excesso de transpiração, fazendo profissional perder muito líquido. Se rebaixada, por ar condicionado ou naturalmente, pode prejudicar as vias respiratórias provocando choque térmico, secreções e disфонia. Ambientes secos também contribuem para este quadro. Uma atenção redobrada para a presença de umidade e mofo, poeira e produtos que são irritantes para o aparelho fonador. Falar ao ar livre implica sempre em utilizar microfone. Uma boa iluminação colabora para uma leitura fluente e para que os ouvintes realizem uma adequada leitura labial.

Toda a musculatura do corpo deverá estar bem nutrida para que sua função seja exercida com força e flexibilidade adequadas e a musculatura fonatória não é exceção. Deve-se criar hábito de beber água antes, durante e depois do exercício profissional e realizar uma dieta balanceada. As secreções advindas do uso de chocolate, mel, frutas cítricas, leite e derivados, bebidas geladas e quentes podem promover pigarro e prejudicar a qualidade da voz. O refluxo gastroesofágico pode ocasionar mal-estar, azia e secreção sobre as pregas vocais. Convém evitar comidas condimentadas e alimentar-se excessivamente antes do uso profissional da voz, pois lentificam a digestão e impedem a livre movimentação do diafragma. Arroto podem acompanhar a fala quando se utiliza bebidas gasosas. Não existem produtos, chás ou alimentos que melhorem a qualidade da voz para os quadros de abuso e mau uso da voz, exceto uma alimentação saudável e água. Gengibre, bebidas alcoólicas, pastilhas e sprays anestésiam a faringe, aumentam as secreções e promovem a falsa sensação de relaxamento na voz, mascarando possíveis desconfortos produzidos durante a fala. Deve-se lembrar que o profissional tem que ter total domínio de sua voz durante o exercício profissional.

A automedicação poderá mascarar sérios problemas na voz. A presença de disфонia por mais de 15 dias deve ser investigada por um médico com possível indicação para o fonoaudiólogo. Aquele identificará se o problema trata-se de infecções ou de abuso/mau uso da voz. Gargarejos, nebulizadores, pastilhas e vaporização aliviam a dor e suavizam a região inflamada por breve tempo, mas não solucionam problemas decorrentes do abuso/mau uso da voz.

Outros aspetos fundamentais para a boa saúde vocal é evitar o fumo, a ingestão de bebidas alcoólicas, vestimentas apertadas que dificultem a respiração e abolir hábitos de pigarrear, tossir e raspar a garganta causados por alergias, refluxo gastresofágico e fumo, pois promovem atrito constante nas pregas vocais.

Os bons amigos da voz continuam sendo a hidratação, dormir bem, repousar a voz quando há necessidade e realizar exercícios físicos e vocais.

Cantar, usar a voz salmodiada, ministrar palestras e orar em voz alta são atividades realizadas na rotina diária dos seminaristas consideradas cansativas¹⁶. O cansaço poderá acarretar problemas de voz que interferirá no modo de cantar e orar. O seminarista se vê diante de um ciclo: tem obrigações acadêmicas e religiosas que lhes causam cansaço, que por sua vez, ocasiona desconforto vocal que irá interferir no canto, ao proferir palestras, ao orar em voz alta. Para que o ciclo seja quebrado, exercícios vocais devem ser administrados com objetivo de fornecer maior resistência à voz, reduzir as tensões excessivas da fala e possibilitar aumento de energia para a produção da voz.

A Fonoaudiologia propõe grupos de exercícios para relaxamento da voz que reduzem as tensões excessivas, contribuem para uma respiração mais tranqüila, proporcionam qualidade de voz mais fluida e propiciam articulação mais ampla e precisa. As vozes tensas poderão causar, além de desconforto para o falante, impressão de falta de ar, angústia, aflição, com impacto negativo para o ouvinte. Exercícios de alongamento dos músculos do pescoço e ombros, movimentos suaves dos articuladores (vibrar lábios, estalar língua, abrir e fechar a mandíbula) ou mesmo bocejar promovem melhores condições musculares para a produção da fala e voz. Para aquecer o aparelho fonador, principalmente pela manhã quando a voz está mais fraca, grave e sem projeção aliada às secreções nasais e faríngeas, técnicas de emissão de sons fricativos e nasais suaves, como o *s*, *v* e *m* e vibração sustentada língua ou lábios devem ser administrados. Esta voz matinal, decorrente do relaxamento da musculatura alcançado durante o sono e causa impressão de fraqueza, falta de energia, monotonia. A realização de um programa de aquecimento vocal de 10 minutos já confere à voz energia

¹⁶ VIOLA, I.C.; LAURINDO, S.C.S. Características de fala e voz de seminaristas: estudo descritivo. In: FERREIRA, L.P.; COSTA, H.O. *Voz ativa* – falando sobre o profissional da voz. São Paulo:Roca, 2000. p. 44.

para dar início às atividades profissionais. O desaquecimento também se faz importante para que a voz retorne ao seu estado neutro após seu uso profissional. Algumas técnicas de desaquecimento são as mesmas do relaxamento e do aquecimento vocal, tomando o cuidado em realizar as emissões em tom um pouco mais grave. O monitoramento pelo fonoaudiólogo é essencial para que não ocorram irregularidades na execução de todas as técnicas.

O controle da respiração deverá ser sempre eficaz durante a fala e a leitura. Alterações na respiração podem transmitir sensações de ansiedade, cansaço, tensão, bloqueio emocional. Durante a leitura, muitas vezes preocupa-se mais com a articulação das palavras e a respiração fica relegada a regra, nem sempre viável, de respirar rapidamente nas vírgulas e profundamente nos pontos. A linguagem escrita quando oralizada deve sofrer alterações, pois contém frases longas e não se ocupa da sonoridade das palavras. Torna-se uma cilada para o falante. Assim, é importante realizar uma leitura prévia, realizar marcações com barras nos locais em que as inspirações deverão ser feitas e, se possível, modificar a estrutura do material escrito para que se tenha uma melhor performance respiratória e articulatória. O ajuste da respiração contribui para o aumento da projeção vocal, solicitação freqüente dos profissionais da voz.

A articulação desviada das palavras promove falta de clareza na fala e compromete a qualidade do discurso, como ocorre também na articulação reduzida nos casos de subarticulação e quando esta se encontra exagerada, na denominada sobrearticulação. Dificuldades na movimentação os lábios, projeção da língua, redução do movimento da mandíbula são achados freqüentes e promovem articulação reduzida, travada e imprecisa das palavras, causando no ouvinte sensação de desinteresse, descontrole emocional, afetação. O conhecimento de cada ponto de articulação fornece uma qualidade de fala com articulação melhor definida, o que torna as idéias mais claras, com sonoridade mais fluida. Os vícios de linguagem devem ser identificados e sanados. Dentre os mais comuns destacam-se: omissão dos fonemas *s* e *r* em finais de palavras (as coisas ➔ *ur minino*; amar ➔ *amá*), omissão do *nh* (nenhum ➔ *nem-um*, *nium*), omissão ou distorção do gerúndio (indo ➔ *in*, *inu*), omissão do *i*: cadeira ➔ *cadera*, omissão do *u* no passado de alguns verbos (andou ➔ *andô*), omissão de encontro consonantal: (dentro ➔ *dento*), troca do *v* por *r* (vaca ➔ *raca*), troca de *s* por *r* (mesmo ➔ *mermo*, mastigar ➔ martigar, pastilha ➔ partilha). Outra questão relevante é que o profissional poderá apresentar características lingüísticas diferentes de

seus ouvintes que possam dificultar o relacionamento comunicativo de ambos. A intervenção fonoaudiológica nesta situação busca reduzir um possível déficit comunicativo. O sotaque, definido como uma pronúncia característica de uma região, guarda relações com a identidade cultural do falante, mas que em algumas atividades profissionais, decorrente de demandas mercadológicas, poderão se tornar ruídos à comunicação, como nos casos, por exemplo, de locutores gaúchos que desejam exercer sua profissão em uma emissora no Ceará. O acento gaúcho se destacará mais que a notícia. Portanto, questões culturais e mercadológicas devem ser discutidas junto com o fonoaudiólogo para que a seguinte postura seja compreendida: o aperfeiçoamento da comunicação oral deve ir ao encontro das necessidades e interesses de quem dela precisa¹⁷.

Outro aspecto relevante é o uso adequado da inflexão, definida como o resultado de movimentos graduais utilizados pela nossa voz que envolve o tom, o volume e a velocidade da fala. É o recurso vocal que dá a ênfase às palavras, reduz entendimentos equivocados e aumenta a compreensão do discurso. Também é chamada de entonação. É um dos traços da prosódia, juntamente com o ritmo, a qualidade da voz, as pausas e os padrões de acento¹⁸. Se reduzida, a fala se torna monótona, desinteressante, apática e cria dúvidas sobre o sentido das frases. Seu excesso provoca fala afetada, com a sensação de descontrole do falante. Assim, a inflexão provoca no ouvinte impressões emocionais, diretas ou subliminares. Se ascendentes, em direção aos tons agudos, estão relacionadas às frases afirmativas, a continuidade do discurso, a conteúdos que transmitam alegria, satisfação, empolgação ou mesmo infantilidade. As inflexões descendentes vinculam-se às frases declarativas e afirmativas, presentes também nas intenções de autoridade, de pesar. Visto isto, é de se concordar que a inflexão é uma das maiores responsáveis pelo sucesso da expressividade da comunicação. Com base na frase “você não quer sair” serão exemplificadas as funções da inflexão e dos outros recursos da prosódia. Realizar uma inflexão ascendente condiz com uma intenção interrogativa, como no caso de “você não quer sair?”. Uma inflexão descendente gera a idéia de afirmação: “você não quer sair!”. Ao se

¹⁷ PALMEIRA, C. T. Comunicação oral na escola. In: DAMASCENO, A., MACHADO, H.; SOUZA, O. *Fonoaudiologia escolar* – Fonoaudiologia e Pedagogia, saberes necessários para a ação docente. Belém: EDUFPA, 2006. p. 25.

¹⁸ MADUREIRA, S. Expressividade da fala. In: KYRILLOS, L. *Expressividade: da Teoria à Prática*. Rio de Janeiro: Revinter, 2005.

acentuar a palavra sair, a frase ganha outro sentido: “você não quer sair, mas quer fazer outra coisa”. Utilizando o recurso da pausa para segmentar a fala, a frase poderia tomar outro sentido deixando mais tempo para o ouvinte processar a idéia: “você... não quer sair”. Além da pausa silenciosa descrita, a segmentação da fala poderá ser feita através da mudança de tom da voz, ao tornar aguda a palavra *sair*, e do prolongamento das vogais, no caso de alongar a vogal nasal da palavra *não*. No primeiro caso fica a sensação de conformismo do falante, enquanto que na segunda, a agressividade ou ironia é a tônica. Fica claro que as inflexões conferem atitude e emoção às palavras e deve ser exercitada na leitura oral e na própria fala espontânea.

O profissional da voz também se utiliza da linguagem corporal, que contempla os gestos, as expressões faciais e a postura, para complementar uma mensagem. Segundo estudos, 1/3 das palavras é transmitida pelo tom e 2/3 se expressam pelos meios não verbais, que revelam as manifestações afetivas. A comunicação não-verbal completa o que não foi transmitido por meio da palavra e a intenção que se oculta por detrás das palavras podem ser traídas pelos gestos¹⁹. Assim, a linguagem corporal deverá ser considerada durante as atividades comunicativas evangelizadoras. Ater-se para uma expressão facial que contextualize a fala, realizar contato de olhos com o público criando empatia e confiabilidade e posicionar-se em uma postura ereta propicia uma comunicação mais efetiva e dividem com da fala a responsabilidade da transmissão da mensagem. Os gestos podem ser diretos, onde não há necessidade de comunicação oral associada, como ao colocar o indicador na boca para indicar silêncio. Estes devem ser evitados, pois na platéia poderá haver pessoas com problemas visuais. Os gestos também podem acompanhar as frases, no caso daqueles que indicam quantidade, tamanho, forma. Na comunicação oral os gestos involuntários e as *muletas* são os que merecem maiores cuidados, pois realizar movimentos circulares ou incoordenados com as mãos ou passar as mãos nos cabelos sistematicamente não colaboram para a melhor compreensão do discurso. Algumas atitudes são desaconselháveis como: corpo curvado para frente, braços cruzados, manusear canetas e anéis, mãos sempre abaixo da linha da cintura, acima da cabeça ou nos bolsos. As mãos devem estar sempre às vistas, pois são fundamentais para a

¹⁹ KYRILLOS, L.; ANDRADE, D.F.; COTES, C. A Fonoaudiologia no telejornalismo. In: FERREIRA, L. P.; ANDRADA E SILVA, M A. *Saúde vocal: práticas fonoaudiológicas*. São Paulo: Roca, 2002.

expressividade. Em suma, sempre variar os gestos sincronizando-o com a fala e a mensagem.

Em locais onde a acústica está comprometida ou quando o público é numeroso, o uso de amplificação sonora é fundamental. Alguns profissionais da voz se negam a utilizar o microfone por achar que sua voz é desagradável ou por não saber operá-lo. O microfone tem a função de amplificar a voz e não deve distorcê-la. Porém, problemas de comunicação serão amplificados, como ruídos produzidos pelo falante ou ambiente e erros gramaticais. Existem vários modelos no mercado e são indicados para situações específicas. O modelo com fio, ou cabo, é o mais tradicional devido à fácil compatibilidade em qualquer sistema de som. Tem como vantagem o baixo custo em relação aos demais. Porém, deve-se ter alguns cuidados como não dobrar o cabo e verificar seu comprimento para não desconectá-lo durante a gesticulação e locomoção. A desvantagem é que o tamanho curto do cabo impede movimentar-se com destreza. Outra é que uma das mãos poderá estar impedida de movimentar-se ao segurá-lo. O recurso do pedestal sana este problema. O microfone sem fio pode ser utilizado inclusive pela platéia, passando-o de mão em mão, porém o uso de pilhas ou baterias revela ônus adicional e interferências de emissoras de rádio não são raras. Os modelos *lapela* e *headset*, que é acoplado na cabeça, permitem a livre movimentação das mãos, porém apenas o falante poderá utilizá-lo devido a sua fixação em seu corpo. Outras orientações são: ajustar no pedestal antes de ligar, para evitar ruídos à platéia; testar com a voz e nunca percutir a mão no microfone; posicionar rente ao queixo facilita a leitura labial pela platéia e reduz os ruídos dos sons plosivos e fricativos; observar a distância da boca para que não ocorram distorções ou falta de amplificação dos sons e ter cuidado com a microfonia que ocorre quando o microfone recolhe seu próprio sinal de um alto-falante e o reamplifica.

Ao ler em público o evangelizador tem que estar ciente da sua função comunicativa. Não se trata de uma leitura silenciosa e sim de uma leitura oral. Os textos escritos, como já mencionado anteriormente, nem sempre têm o tratamento ideal para serem oralizados: possuem frases longas, rimas, excessos de fonemas com a mesma sonoridade, termos técnicos e palavras proparoxítonas. O leitor deverá estar ciente disto e, se possível, transformar o texto para uma linguagem mais acessível, digitar em letras legíveis e espaço duplo; procurar olhar o público enquanto lê; utilizar a outra mão para gesticular, caso segure o texto; marcar as passagens que necessitem de inflexões específicas.

O novo profissional da voz, que se utiliza de multi-meios para realizar seu ofício, encontrou uma ferramenta eficaz para potencializar, fortalecer e ajustar seu instrumento de trabalho. A Fonoaudiologia, em suas inúmeras atribuições, tem se deslocado nos últimos anos para formação e para a capacitação dos profissionais da comunicação, orientando a desempenharem suas funções vocais com menor esforço, maior eficiência e maior naturalidade. Pesquisas revelam a preocupação do fonoaudiólogo em conhecer o universo de formação e conhecimento dos religiosos sobre a fala e voz²⁰. O evangelizador não pode prescindir a relevância de uma comunicação oral adaptada às suas atividades eclesásticas. É de suma importância uma avaliação de sua conduta comunicativa para que tenha consciência de sua forma de se comunicar, assim como, determinar possíveis desajustes na produção comunicativa. Deve conhecer as regras da boa saúde da voz e as atividades vocais que potencializem sua comunicação, tornar-se um profissional com mais resistência e dinamismo vocal. E por fim, encontrar a expressividade ideal para que sua mensagem não fique no meio do caminho, que atinja os ouvidos e a alma de quem dela se beneficia.

***Prof. Ms. Charleston Teixeira Palmeira**

Fonoaudiólogo (CRFa 4367-CE), especialista em Voz e mestre em Psicologia. Especialização em Psicomotricidade e em Fonoaudiologia Clínica. Professor adjunto da Universidade de Fortaleza e das Faculdades Nordeste. Conselheiro efetivo do Conselho Federal de Fonoaudiologia: 2007/2010.

²⁰ VIOLA, I. C. A Voz dos religiosos. In: FERREIRA, L.P.; OLIVEIRA, S.M.R.P. *Voz profissional* – Produção científica da Fonoaudiologia brasileira. São Paulo: Roca, 2004. p. 99.