

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL
INSTITUTO DE PSICOLOGIA
CURSO DE FONOAUDIOLOGIA
TRABALHO DE MONOGRAFIA II

KEROLIN DUARTE GOMES

**PREVALÊNCIA DE SINTOMAS VOCAIS E EFEITOS DA HIDRATAÇÃO COM
ÁGUA PÓS-ENSAIO EM INTEGRANTES DE INVERNADAS ARTÍSTICAS DE
CENTROS DE TRADIÇÕES GAÚCHAS DO RIO GRANDE DO SUL**

Porto Alegre

2018

KEROLIN DUARTE GOMES

**PREVALÊNCIA DE SINTOMAS VOCAIS E EFEITOS DA HIDRATAÇÃO COM
ÁGUA PÓS-ENSAIO EM INTEGRANTES DE INVERNADAS ARTÍSTICAS DE
CENTROS DE TRADIÇÕES GAÚCHAS DO RIO GRANDE DO SUL**

Trabalho de conclusão de curso apresentado como requisito parcial à conclusão do Curso de Fonoaudiologia da Universidade Federal do Rio Grande do Sul para obtenção do título de bacharel em Fonoaudiologia.

Orientador: Prof. Dr. Márcio Pezzini França
Coorientadora: Fga. Dra. Chenia Martinez

Porto Alegre
2018

KEROLIN DUARTE GOMES

**PREVALÊNCIA DE SINTOMAS VOCAIS E EFEITOS DA HIDRATAÇÃO COM
ÁGUA PÓS-ENSAIO EM INTEGRANTES DE INVERNADAS ARTÍSTICAS DE
CENTROS DE TRADIÇÕES GAÚCHAS DO RIO GRANDE DO SUL**

Este Trabalho de Conclusão de Curso foi julgado e aprovado para obtenção do título em Bacharel em Fonoaudiologia no Curso de Graduação em Fonoaudiologia da Universidade Federal do Rio Grande do Sul.

Porto Alegre, 04 de dezembro de 2018.

Profa. Dra. Adriane Ribeiro Teixeira
Coordenadora da COMGRAD Fonoaudiologia

Banca Examinadora

Prof. Dr. Marcio Pezzini França
Orientador – Universidade Federal do Rio Grande do Sul

Profa. Ms. Leila Rechenberg
Examinador – Universidade Federal do Rio Grande do Sul

Fga. Dra. Marcia Lima Athayde
Examinador – Universidade Federal do Rio Grande do Sul

CIP - Catalogação na Publicação

Gomes, Kerolin Duarte
PREVALÊNCIA DE SINTOMAS VOCAIS E EFEITOS DA
HIDRATAÇÃO COM ÁGUA PÓS-ENSAIO EM INTEGRANTES DE
INVERNADAS ARTÍSTICAS DE CENTROS DE TRADIÇÕES GAÚCHAS
DO RIO GRANDE DO SUL / Kerolin Duarte Gomes. -- 2018.
33 f.
Orientador: Prof. Dr. Márcio Pezzini França.

Coorientadora: Fga. Dra. Chenia Caldeira Martinez.

Trabalho de conclusão de curso (Graduação) --
Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Faculdade
de Odontologia, Curso de Fonoaudiologia, Porto
Alegre, BR-RS, 2018.

1. Voz. 2. Canto. 3. Dança. 4. Fonoaudiologia. I.
França, Prof. Dr. Márcio Pezzini, orient. II.
Martinez, Fga. Dra. Chenia Caldeira, coorient. III.
Titulo.

“Dançar é sentir, sentir é sofrer, sofrer é amar... Tu amas, sofres e sentes. Dança!”

Isadora Duncan

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente aos meus pais, Marileda de Fátima Duarte Gomes e Edegar da Silva Gomes, por toda a dedicação, carinho, entendimento e paciência durante este período. Nada disso seria possível sem todo esse apoio. Muito obrigada, são minha inspiração para continuar trilhando o melhor caminho.

Aos meus irmãos, William Duarte Gomes e Hector Duarte Gomes, que estiveram ao meu lado sempre que precisei. Obrigada por se esforçarem por mim.

Às minhas colegas, amigas e parceiras durante esses quatro anos de faculdade, Andressa Aires, Fernanda Nogueira, Larissa Lopes e Bruna Coelho. Obrigada por entenderem quando eu não pude estar junto nas comemorações e saídas devido aos ensaios e pesquisa. Foram de suma importância para mim.

Ao meu orientador Prof. Dr. Márcio Pezzini Franca, por ter acreditado no projeto e apoiado desde o início essa caminhada. Obrigada por estar disposto nos momentos mais complicados e por todo o apoio durante esse novo processo.

À minha coorientadora Fga Dra Chenia Martinez por ter acreditado também no projeto e estado ao meu lado com todo o seu conhecimento e palavras de apoio em todos os momentos. Muito obrigada pelo carinho e dedicação.

Aos CTGs que abriram suas portas para que a pesquisa pudesse ser realizada, muito obrigada.

Aos amigos e dançarinos das invernadas participantes por terem ocupado um tempo de seus ensaios, permitindo momentos de trocas valiosas para este estudo. Obrigada por permitirem que fosse possível a realização desta pesquisa.

SUMÁRIO

RESUMO.....	9
ABSTRACT	10
INTRODUÇÃO.....	11
METODOLOGIA.....	13
RESULTADOS	16
DISCUSSÃO	18
CONCLUSÃO	22
REFERÊNCIAS	23
TABELAS	25
ANEXOS.....	28

RESUMO

Objetivo: Verificar os sintomas vocais e benefícios da hidratação em participantes de invernadas artísticas dos Centros de Tradições Gaúchas (CTGs). **Método:** Trata-se de um ensaio clínico controlado, randomizado, com amostra por conveniência, realizado com 88 indivíduos, dançarinos de CTGs de Porto Alegre com idade de 17 a 48 anos, de ambos os sexos. Foram selecionados quatro CTGs que posteriormente foram randomizados em dois grupos de intervenção: Grupo Hidratação (GH) e Grupo Controle (GC). O GH contou com 53 indivíduos que receberam orientações de saúde vocal e tiveram a oferta controlada de água durante o período de ensaio de dança. O GC contou com 35 indivíduos que seguiram com a rotina normal de ensaio, recebendo apenas orientações sobre saúde fonoaudiológica geral. Foi realizada uma única visita em cada CTG selecionado e os participantes de ambos os grupos responderam aos questionários aplicados nos períodos pré e pós-ensaio. **Resultados:** Quanto à comparação dos grupos, não houve diferença estatisticamente significativa, exceto para a variável idade ($p=0,005$). Após o ensaio, observou-se diminuição do sintoma “dificuldade para cantar ou falar baixo” no GH e aumento do mesmo no GC ($p=0,005$). Observou-se que 42 indivíduos (47,7% da amostra) apresentaram elevado número de sintomas vocais antes do ensaio, indicando risco para disfonia, sendo que mulheres apresentaram maiores escores. Notou-se no estudo que os indivíduos obtiveram uma melhor percepção quanto a própria voz pelas diferenças apresentadas nos momentos pré e pós-ensaio/intervenção. Além disso, os indivíduos que dançam há mais tempo apresentaram quantidade de sintomas menores do que os que estão a pouco tempo nas invernadas. **Conclusão:** A população estudada está em riscos para alteração vocal e a hidratação mostrou efeitos benéficos à voz dos dançarinos que fazem uso de voz cantada associada.

Descritores: Voz, Canto, Dança, Fonoaudiologia.

ABSTRACT

Objective: To verify the benefits of hydration in participants of artistic performance at the Centro de Tradições Gaúchas (CTGs), a center of southern culture in Brazil. **Method:** This is a randomized controlled trial with a convenience sample of 88 individuals, dancers of CTGs from the city of Porto Alegre, aged 17-48 years, of both sexes. Four CTGs were selected and subsequently randomized in two intervention groups, Hydration Group (HC) and Control Group (CG). HC included 53 individuals who have received vocal hygiene guideline and who had a controlled supply of water during the dance rehearsal period. The CG included 35 individuals who followed the normal routine of the dance rehearsal. A single visit was performed on each selected CTG and participants from both groups answered questionnaires applied in the pre- and post-intervention periods. **Results:** Regarding the comparison of the groups, there was no statistically difference except for the age variable ($p=0,005$). After the intervention, there was a decrease in the symptom “difficulty to sing or speak low” in HG and increase in the CG ($p=0,005$). It was observed that 42 (47,7% of the total sample) had a high number of vocal symptoms before the intervention, indicating a risk for dysphonia in this population, with women presenting higher scores. It was noted in this study that the individuals obtained a better perception of their own voice by the differences presented in the pre- and post-intervention moments. In addition, individuals who dance for longer have had fewer symptoms than those who were recently included in the CTG's artistic performance group of dance. **Conclusion:** The studied population is at risk for vocal alteration and dehydration showed beneficial effects to the voice of dancers who make use of associated singing voice.

Keywords: Voice, Singing, Dancing, Speech-Language Pathology and Audiology.

INTRODUÇÃO

Os Centros de Tradições Gaúchas (CTGs) são entidades que compõem um organismo social de natureza cívica, cultural, literária, artística e folclórica no Rio Grande do Sul (RS). Para tanto, precisam estar de acordo com o Movimento Tradicionalista Gaúcho, uma associação civil, sem fins lucrativos, com circunscrição em todo o território nacional⁽¹⁾. Dentre as diversas atividades realizadas pelos CTGs, destacam-se os grupos de danças tradicionalistas, nomeadas de invernadas artísticas⁽²⁾.

As invernadas artísticas são grupos de dança não remuneradas, porém consideradas semiprofissionais, que participam de diversas competições artísticas. Dentre estas competições, destaca-se o ENART (Encontro de Arte e Tradição), considerado um dos maiores festivais da América Latina, envolvendo premiações diversas que determinam quem são os “melhores artistas” do tradicionalismo gaúcho a cada ano^(3,4).

A prática das danças tradicionalistas está se tornando cada vez mais exigente e para melhorarem suas performances nas competições, os grupos ensaiam cerca de duas a três vezes por semana, completando aproximadamente seis horas de ensaio, podendo intensificar a frequência das atividades em períodos próximos às competições principais, como o ENART. Durante os ensaios e apresentações, os dançarinos fazem uso da voz cantada, mesmo sendo considerados grupos essencialmente de dança e não de canto. Ressalta-se que não há a interrupção das danças, conforme classificadas em seus ciclos coreográficos, para a execução do canto, isto ocorre de forma simultânea⁽⁵⁾.

Diante do exposto, entende-se ser de fundamental importância a investigação de possíveis alterações ou sintomas vocais nestes indivíduos, bem como a

promoção de ações de saúde vocal, uma vez que fazem uso da voz cantada associada a atividades corporais intensas. Para manter a saúde vocal, principalmente para quem canta, programas de higiene são pensados de modo que diminuam o abuso e uso indevido da voz, além de incentivar a constante hidratação, visto que a água é um componente vital para o desempenho das funções corporais e vocais, que auxilia na diminuição das queixas vocais e também melhora a produção vocal dos indivíduos que utilizam a voz de modo intenso^(6,7,8).

Destaca-se, ainda, a falta de estudos na literatura que tenham investigado aspectos de saúde vocal nesta população, que pode estar em risco de desenvolver sintomas e alterações vocais. Assim, esta pesquisa teve o objetivo de investigar a presença de sintomas vocais em integrantes de internadas artísticas de CTGs, bem como comparar a autopercepção destes sintomas antes e depois de uma intervenção fonoaudiológica envolvendo hidratação indireta com ingestão de água associada a um ensaio de dança.

METODOLOGIA

O projeto de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos (CAAE 97156818.5.0000.5334). Os participantes foram informados quanto aos objetivos da pesquisa e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Trata-se de um ensaio clínico controlado, randomizado, com randomização em grupos e amostra de conveniência, realizado com integrantes de invernadas artísticas de Centros de Tradições Gaúchas de Porto Alegre. Foram selecionados quatro CTGs por conveniência, que foram posteriormente randomizados em dois grupos de intervenção, Grupo Hidratação e Grupo Controle, por programa de computador (random.org). Quanto aos sujeitos da amostra, foram incluídos 88 indivíduos com idade entre 17 a 48 anos, de ambos os sexos, participantes ativos das invernadas artísticas. Foram excluídos os indivíduos que autorreferiram diagnóstico médico de alteração laríngea associado à queixa de disfonia no momento da aplicação dos questionários iniciais ou que se recusaram a participar da intervenção.

As avaliações incluíram ficha clínica e os protocolos Escala de Sintomas Vocais (ESV)⁽⁹⁾ e Questionário de Sinais e Sintomas Vocais (QSSV)⁽¹⁰⁾, que foram aplicados em ambos os grupos pré-ensaio. Ao final do ensaio, apenas o QSSV, junto a um recordatório de ingestão de água, durante o período de atividade, foram aplicados. Além disso, cabe ressaltar que ambos os grupos receberam, no momento pré-intervenção, orientações de saúde fonoaudiológica, com duração de 15 minutos, abordando aspectos de saúde vocal, para o GH, e postura, audição e equilíbrio, para o GC.

A ESV é uma escala validada e composta por 30 itens que exploram três domínios: limitação, emocional e físico, sendo direcionada para identificação de sintomas vocais e alteração de voz, com uma escala de respostas de cinco pontos. Quanto maior o escore, maior a percepção dos sintomas vocais, sendo indicativo de alteração vocal quando o valor for maior ou igual a 16 pontos. A QSSV contém uma lista de quatorze sinais e sintomas vocais, autorreferida pelo indivíduo, sendo um ponto para cada sintoma presente e se este sintoma possui relação ou não com a atividade laboral. A ficha clínica e o recordatório de água foram elaborados pelos pesquisadores, a fim de abordar todos os aspectos relevantes para a presente pesquisa.

O Grupo Hidratação recebeu oferta sistemática de água com quantidade de ingestão total de 600 ml, em temperatura ambiente, por participante, supervisionada pelo pesquisador. O participante da pesquisa consumiu a água nos seguintes momentos do ensaio: 1) antes do início (200ml); 2) após 30 minutos de ensaio (100ml); 3) após 60 minutos de ensaio (100ml); 4) no momento de encerramento do ensaio (200ml). Já o Grupo Controle viveu a rotina natural do ensaio, sem nenhum tipo de intervenção ou oferta sistemática de água por parte dos pesquisadores, no entanto alguns participantes ingeriram água de forma espontânea, o que foi posteriormente mensurado com o questionário recordatório, ao final do ensaio.

Os dados iniciais foram analisados por meio de estatística descritiva, apresentados em frequência absoluta e relativa. A normalidade foi testada por meio do teste Kruskal Wallis, e as variáveis não paramétricas foram apresentadas em mediana e intervalo interquartil. Os dados seguintes foram analisados por meio dos testes Mann-Whitney, teste t para amostras independentes e Exato de Fisher. O

teste de Equações de Estimativas Generalizadas foi realizado para medir o efeito da interação da intervenção experimental (hidratação) com o tempo e grupos Hidratação e Controle. O nível de significância adotado foi de 5% ($p \leq 0,05$) pelo software SPSS versão 18.0.

RESULTADOS

Os dados de caracterização da amostra estão presentes na Tabela 1. Foi realizada a comparação das principais variáveis clínicas para verificar a homogeneidade da amostra, dentre elas “idade”, “sexo” e “uso profissional da voz” entre os grupos hidratação e controle, observando diferença estatisticamente significativa na variável idade, indicando que o grupo controle incluiu, aleatoriamente, sujeitos mais velhos e que não houve diferença entre os grupos nas demais variáveis.

(Tabela 1)

Os sintomas vocais pré-intervenção foram analisados isoladamente e em comparação com variáveis clínicas dos sujeitos, considerando a amostra total. A mediana de escore no QSSV foi de 2 sintomas, e de 14 sintomas na ESV. Ainda, destaca-se que 42 indivíduos (47,7% da amostra) apresentaram número de sintomas vocais acima do ponto de corte na ESV. Observou-se relação estatisticamente significativa entre as variáveis sexo feminino e escore aumentado de sintomas vocais, indicando que mulheres apresentam maior número de sintomas, por meio do teste Mann-Whitney.

Quanto à comparação dos sintomas vocais com variáveis clínicas, houve significância estatística com relação ao número de sintomas vocais e ingestão de bebida alcoólica, sendo que esta variável foi atribuída aos indivíduos que autorreferiram ingerir bebida alcoólica apenas um dia da semana. Ainda neste contexto, do total da amostra, apenas sete indivíduos (7,9%) referiram a ingestão por três dias ou mais durante a semana e, 28 sujeitos (31,8% da amostra) referiram não consumir bebida alcóolica semanalmente.

(Tabela 2)

Na tabela 3, foi realizada a comparação dos sintomas vocais do QSSV em

ambos os grupos, pré e pós-ensaio, por meio de medidas repetidas no grupo através do teste Equações de Estimativas Generalizadas (GEE), ajustando o efeito de interação de cada um dos grupos com o tempo. O uso controlado da água mostrou-se benéfico, pois a variável dificuldade para cantar ou falar baixo apresentou significância estatística ($p= 0,005$), ou seja, no grupo hidratação houve redução do sintoma, enquanto no grupo controle o sintoma aumentou após o ensaio.

Destaca-se ainda que no grupo controle, 19 (54,2%) indivíduos autoperceberam a ingestão de água antes da atividade, e 30 (85,7%) referiram ter ingerido água também durante o ensaio. Isto sugere que o grupo controle, de certa forma, também foi exposto a hidratação, uma vez que a rotina e os hábitos não foram modificados ou controlados neste grupo.

(Tabela 3)

DISCUSSÃO

Este estudo foi desenvolvido com uma população que potencialmente apresenta riscos de desenvolver sintomas e alterações vocais. Para isso, se investigou a presença desses sintomas vocais e o efeito da hidratação antes e depois dos ensaios, por meio de comparação da autopercepção dos indivíduos entre os grupos.

Diversos estudos consideram a hidratação como um hábito importante a ser seguido visto que é de suma importância para a prevenção dos distúrbios vocais, pois reduz a viscosidade das pregas vocais, o esforço fonatório é diminuído e, conseqüentemente, há um menor atrito durante a vibração. Estes fatos contribuem para a diminuição das queixas vocais e conseqüente melhora da produção vocal^(6,7,11,12). Os achados no presente estudo corroboram com a literatura já que o resultado com maior significância estatística é o da hidratação controlada, realizada no grupo experimental, que mostrou a diminuição do sintoma vocal na variável “dificuldade para cantar ou falar baixo”, ocorrendo de modo inverso no grupo controle, conforme Tabela 3.

Na literatura não observa-se comprovação científica sobre a quantidade ideal de água necessária para manter a hidratação das pregas vocais^(7,8). No entanto, alguns estudos recomendam a ingestão de água de forma fracionada, ao longo do dia, para uma boa hidratação e que antes de utilizar a voz por longos períodos, o indivíduo beba pelo menos um copo de água e continue se mantendo hidratado enquanto faz uso da voz, porém ainda não é clara a dosagem recomendada na literatura^(7,13). No grupo controle, grande parte dos participantes referiram ingerir água antes (54,2%) e durante (85,7%) o período de ensaio, mesmo sem orientações e controle da quantidade que ingeriram. Este fato pode explicar a pouca diferença

dos sintomas analisados entre os grupos na tabela 3.

Os achados analisados na comparação entre os grupos Hidratação e Controle mostraram que não houve diferença entre eles nas variáveis sexo e uso profissional da voz, evidenciando que os grupos tiveram distribuição semelhante. No entanto, a variável idade apresentou diferença com significância estatística entre os grupos estudados, porém destaca-se que para este estudo a diferença de idade (24,2 e 28,4 anos) não apresenta significância clínica, na medida em que os indivíduos encontram-se na mesma faixa etária, classificados como adulto jovem.

Com relação ao consumo de bebidas alcólicas, os achados corroboram com estudos realizados com outras populações que utilizam a voz como meio de expressão, onde os indivíduos relataram ingerir bebidas alcólicas com frequência, porém sem exageros^(14,15,16). O consumo de bebidas alcólicas é comum no país, visto que dados divulgados pelo IBGE, em 2016, mostraram que cerca de 30% da população geral consome bebida alcólica ao menos uma vez na semana⁽¹⁷⁾.

A respeito dos sintomas vocais, observa-se que apesar de a mediana de sintomas na ESV ter sido abaixo do ponto de corte, podemos ainda considerar que os valores apresentados estão elevados em comparação com os dados de pessoas sem disfonia⁽¹⁸⁾. No presente estudo, 44 indivíduos (47,7% da amostra total) apresentaram escores maiores que 16 pontos nesta escala, representando um número elevado de indivíduos com sintomas vocais. A quantidade de sintomas vocais nesta população pode ser atribuída a diversos fatores, tais como pouca informação, preparo e orientações quanto ao uso da voz e saúde vocal⁽¹⁹⁾.

A literatura recomenda que cantores amadores, a exemplo dos dançarinos de invernadas, necessitam de noções sobre saúde vocal, assim como os demais profissionais da voz, a fim de evitar a instalação de alterações vocais futuras⁽²⁰⁾.

Todavia, foi observado que as variáveis “queixa de voz rouca” no QSSV e “usar a voz profissionalmente” não apresentam associação estatisticamente significativa, indicando que a queixa relativa à qualidade vocal rouca não esteve associada ao uso ocupacional da voz.

No presente estudo, as mulheres apresentaram escore maior de sintomas vocais que os homens. Este dado corrobora com a literatura, que mostra o sexo feminino mais predisposto a alterações vocais pela relação com as características hormonais, anatômicas e de menor proporção glótica das laringes femininas^(21,22,23). Importante ressaltar que, apesar desta amostra ter sido homogênea na variável sexo, é comum o número elevado de mulheres em comparação a homens em grupos de danças dos CTGs. Desta forma, este grupo de mulheres pode apresentar maior risco para sintomas e/ou alterações vocais quando em situações de uso da voz e dança simultâneos.

Importante ressaltar que determinadas danças tradicionais requerem o uso da voz cantada simultaneamente à dança, de acordo com seus ciclos coreográficos^(2,5). Alguns autores destacam que o ato de cantar se compara a uma atividade esportiva que requer bom condicionamento e interação coordenada de diversas funções físicas, demandando do indivíduo grande energia física e maior fôlego para realizar a atividade^(20,21). Corroborando com os achados na literatura, observa-se que os indivíduos que dançam a mais tempo em internadas artísticas apresentam maior condicionamento, visto que apresentam menor escore e quantidade de sintomas relatados quando comparados aos indivíduos que dançam a pouco tempo.

Por fim, observou-se mudança na quantidade de sintomas vocais pré e pós ensaio em ambos os grupos, porém sem diferença significativa. Este achado sugere que ambas abordagens provocaram, de alguma forma, mudança na autopercepção

vocal dos participantes, independente de qual tenha sido o tempo de intervenção. O que corrobora com a literatura visto que, apesar de apenas uma abordagem indireta, com um dia de intervenção não possibilitar diferenciação significativa, o conhecimento sobre hábitos vocais, saudáveis ou prejudiciais, auxilia na identificação de fatores que podem estar relacionados à alterações vocais^(13,22,24,25).

CONCLUSÃO

Observou-se nesta pesquisa que a hidratação constante durante ensaios diminui a sensação de dificuldade para cantar e falar baixo na população estudada, que pode estar em risco para desenvolver alteração vocal devido à quantidade de pessoas que apresentaram índices elevados de sintomas vocais, principalmente mulheres. Outros fatores que corroboram com os achados neste estudo podem ser o pouco conhecimento sobre o uso adequado da voz e outros cuidados quanto à saúde vocal.

Sugerem-se estudos que acompanhem um período longo, de vários ensaios, com amostras maiores e pareadas nesta população. Além disso, outras intervenções e investigações que considerem diferentes aspectos de avaliação, como a qualidade vocal de cada dançarino.

REFERÊNCIAS

1. Movimento Tradicionalista Gaúcho [homepage na internet]. Histórico, o que é MTG? [acesso em 2018]. Disponível em: <http://www.mtg.org.br>
2. Rodrigues KD. Danças tradicionais gaúchas: (de)compondo sua movimentação [monografia]. Pelotas: Universidade Federal de Pelotas; 2016.
3. Vallejos M. Encontro de arte e tradição (ENART): O cultivo da tradição cultural gaúcha por meio do festival. [monografia]. São Paulo: Universidade de São Paulo, Escola de Comunicações e Artes; 2013
4. Biancalana GR. Danças Tradicionalistas Riograndenses, Gênero e Memória. Conceição/Conception. 2015;3. 23. 10.20396/conce.v3i2.8647683.
5. Côrtes JCP, Lessa LCB. Livro de Danças Tradicionais Gaúchas. 4.ed. Irmãos Vitale, 2016. p. 52-56.
6. Siqueira MA, Bastilha GR, Lima JPM, Cielo CA. Hidratação vocal em profissionais e futuros profissionais da voz. Rev. CEFAC. 2016;18 (4): 908-914.
7. Verdolini-Markson K, Sandage M, Titze IR. Effect of hydration treatments on laryngeal nodules and polyps and related voice measures. J Voice, 1994;8 (1): 30-47.
8. Wyk LV, Cloete M, Hattingh D, Linde JV, Geertsema S. The Effect of Hydration on the Voice Quality of Future Professional Vocal Performers. Journal of Voice. 2016;31 (1), 111.e29–111.e36
9. Moreti F, Zambon F, Oliveria G, Behlau M. Equivalência cultural da versão Brasileira da Voice Symptom Scale: VoiSS. J. Soc. Bras. Fonoaudiol, 2011; 23 (4): 398-400.
10. Roy N, Merrill RM, Thibeault S, Gray SD, Smith EM. Voice disorders in teachers and the general population: effects on work performance, attendance, and future career choices. J Speech Lang Hear Res. 2004; 47:542-52
11. Ueda KH, Santos LZ, Oliveira IB. 25 anos de cuidados com a voz profissional: analisando ações. Ver. CEFAC. 2008;10 (4): 557-569.
12. Moreti F, Zambon F, Behlau M. Conhecimento em cuidados vocais por indivíduos disfônicos e saudáveis de diferentes gerações. CoDAS. 2016;28 (4): 463-469.

13. Behlau M, Pontes P, Moretti F. Higiene Vocal - Cuidando da Voz. 5. ed. Rio de Janeiro: Editora Revinter, 2017. Higiene Vocal e Fatores de Risco para a Voz; p. 39-40.
14. Puhl AE, Bittencourt MFP, Ferreira LP, Silva MAA. Tabagismo e ingestão alcoólica: prevalência em professores, cantores, teleoperadores e atores. *Distúrb Comum*. 2017;29 (4): 683-691
15. Giannini SP, Latorre MRDO, Ferreira LP. Distúrbio de voz relacionado ao trabalho docente: um estudo caso-controle. *CoDAS*. 2013;25 (6): 566-76.
16. Aquino AS, Teles LCS. Autopercepção vocal de coristas profissionais. *Rev. CEFAC*. 2013;15 (4): 986-93.
17. Pesquisa nacional de saúde: 2013: indicadores de saúde e mercado de trabalho: Brasil e grandes regiões / IBGE, Coordenação de Trabalho e Rendimento. - Rio de Janeiro: IBGE, 2016. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/>
18. Amaral AC, Zambon F, Moreti F, Behlau M. Desconforto do trato vocal em professores após atividade letiva. *Rev. CoDas*. 2017;29 (2): e20160045.
19. Penteado RZ, Silva NB, Montebello MIL. Voz, estresse, trabalho e qualidade de vida de técnicos e preparadores físicos de futebol. *Rev. CoDAS*. 2015;27 (6): 588-597.
20. Zimmer V, Cielo CA, Ferreira FM. Comportamento vocal de cantores populares. *Rev. CEFAC*. 2012; 14 (2): 298-307.
21. Sataloff RT. Professional singers: The science and art of clinical care. *American Journal of Otolaryngology*, 1981;2 (3), 251–266. doi:10.1016/s0196-0709(81)80022-1.
22. Ribeiro VN, Santos AB, Bonki E, Prestes T, Dassiê-Leite AP. Identificação de problemas vocais enfrentados por cantores de igreja. *Rev. CEFAC* 2012;14 (1): 90-96.
23. Dassiê-Leite AP, Lourenço L, Behlau M. Relação entre dados ocupacionais, sintomas e avaliação vocal de operadores de telesserviços. *Rev Soc Bras Fonoaudiol*. 2011;16 (1):59-63.
24. Santos ACM, Borrego MCM, Behlau M. Efeito de treinamento vocal direto e indireto em estudantes de fonoaudiologia. *CoDAS*. 2015;27 (4): 384-391.

25. Anhaia TC, Klahr PS, Ourique AAB, Gadenz CD, Fernandes RA, Spagnol PE, et al. Efeitos de duas intervenções em professores com queixas vocais. *Audiol Commun Res.* 2014;19 (2):186-93.

TABELAS

Tabela 1 – Dados de caracterização da amostra

	Total (n=88)	Grupo Hidratação (n=53)	Grupo Controle (n=35)	Valor de p
Idade – média±DP	25,9±6,5	24,2±7,3	28,4±5,3	0,005*
Sexo - n (%)				0,663**
Feminino	44 (50,0)	25 (47,2)	19 (54,3)	
Masculino	44 (50,0)	28 (52,8)	16 (45,7)	
Uso profissional voz – mediana (p25 – p75)	6,0 (0,2-8,0)	6,0 (1,0-8,0)	5,0 (0,0-8,0)	0,085**
Tempo de dança (anos) – mediana (p25 –p75)	5,0 (2,0-12,0)	4 (11,0-2,0)	10 (2,0-18,0)	
Horas de ensaio (semana) – média±DP	8,0±2,3	8,0±2,4	8,0±2,0	
Horas de sono – média±DP	6,8±1,5	7,1±1,7	6,4±1,2	
Tabagismo – n (%)	6 (6,8)	3 (5,6)	3 (8,5)	
Ingestão de Álcool– n (%)	61 (69,3)	36 (67,9)	25 (71,4)	
Alimentação gordurosa – n (%)	33 (37,5)	21 (39,6)	12 (34,2)	

Dados apresentados em frequência absoluta e relativa, média e desvio padrão para variáveis paramétricas, mediana e quartis para variáveis não paramétricas. *teste t para amostras independentes; **Exato de Fisher. Valores significativos (p≤0,05).

Tabela 2 – Comparação das variáveis clínicas x sintomas vocais pré-ensaio

	ESV Mediana (p25 – p75)	QSSV Mediana (p25 – p75)
Escore total	14,00	2,0
Sexo		
F	20 (10 – 26,8)	2 (1 – 4)
M	11 (5 – 22,8)	1 (0 – 3)
P	0,015*	0,109
Profissional Voz		
Sim	20 (9 – 28)	2 (0 – 4)
Não	12 (7,5 – 22)	2 (0 – 3)
P	0,139	0,355
Água Pré		
Sim	14 (9 – 26)	2 (0 – 4)
Não	18 (1,5 – 21)	2 (0 – 2)
P	0,244	0,368
Tabagismo		
Sim	16,5 (3 – 24)	2,5 (0 – 4,5)
Não	14 (8 – 25,2)	2 (0 – 3,2)
P	0,661	0,735
Ingestão de Álcool		
Sim	13 (7 – 22)	2 (0 – 3)
Não	24 (10 – 30)	2 (1 – 5)
P	0,047*	0,167
Ingestão de alimento gorduroso		
Sim	13 (9 – 24,5)	2 (0,5 – 3)
Não	16 (7 – 27)	2 (0 – 4)
P	0,918	0,944

*Valores significativos ($p \leq 0,05$); Teste Mann-Whitney;

Legenda: ESV - Escala de Sintomas Vocais; QSSV - Questionário de Sinais e Sintomas Vocais

Tabela 3 – Comparações de sintomas vocais intergrupos hidratação e controle (QSSV)

	Grupo Hidratação (n=53)		Grupo Controle (n=35)		Valor de p
	Pré	Pós	Pré	Pós	
Rouquidão	11 (21%)	4 (8%)	4 (11%)	3 (9%)	0,282
Voz cansada depois do uso por um curto tempo	8 (15%)	11 (21%)	5 (14%)	10 (29%)	0,433
Problemas para cantar ou falar baixo	14 (26%)	8 (15%)	5 (14%)	9 (26%)	0,005*
Dificuldade para projetar a voz	9 (17%)	5 (9%)	5 (14%)	4 (11%)	0,593
Dificuldade para cantar agudo	27 (51%)	22 (42%)	9 (26%)	7 (20%)	0,919
Desconforto ao falar	1 (2%)	5 (9%)	1 (3%)	3 (9%)	0,669
Voz monótona	1 (2%)	1 (2%)	1 (3%)	1 (3%)	1,000
Esforço para falar	4 (8%)	7 (13%)	3 (9%)	4 (11%)	0,674
Garganta seca	18 (34%)	17 (32%)	10 (29%)	15 (43%)	0,230
Dor na garganta	16 (30%)	8 (15%)	5 (14%)	3 (9%)	0,648
Pigarro	11 (21%)	11 (21%)	5 (14%)	5 (14%)	1,000
Gosto ácido ou amargo na boca	9 (17%)	4 (8%)	7 (20%)	4 (11%)	0,749
Dificuldade para engolir	11 (21%)	3 (6%)	3 (9%)	1 (3%)	0,761
Instabilidade ou tremor na fala	6 (11%)	3 (6%)	1 (3%)	2 (6%)	0,109

*Valores significativos ($p \leq 0,05$); Teste de Equações de Estimativas Generalizadas (GEE)

ANEXOS

Anexo A – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE)

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIMENTO

PROJETO: Sintomas vocais em integrantes de internadas artísticas de Centros de Tradições Gaúchas do Rio Grande do Sul.

PESQUISADOR RESPONSÁVEL: Prof Márcio Pezzini França, Professor do Curso de Fonoaudiologia, Departamento de Odontologia Preventiva e Social, da Faculdade de Odontologia, da Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Endereço: Rua Ramiro Barcelos, 2492 - Santa Cecília, Porto Alegre - RS, 90035-004, telefone: (51) 3308-5025.

Prezado integrante de internada artística.

Gostaríamos de convidá-lo a participar de um estudo que vai avaliar o uso da voz de participantes de internadas artísticas dos Centros de Tradições Gaúchas (CTGs). Esta pesquisa é importante, uma vez que as pessoas que usam a voz de forma intensa, seja profissionalmente ou não, necessitam de cuidados por apresentar risco de desenvolver problemas vocais.

Por esta razão, estamos realizando este estudo que tem o objetivo de avaliar a percepção que você tem de sua própria voz antes e depois de um ensaio no CTG, tendo ou não participado de uma atividade fonoaudiológica que pode melhorar a sua voz. Para tanto, os CTGs que aceitarem participar desta pesquisa serão sorteados em quatro grupos, sendo que cada um vai participar de um tipo de atividade fonoaudiológica. Destes quatro grupos, três participarão de atividades fonoaudiológicas diferentes mas “verdadeiras”, ou seja, atividades com possibilidade de causar efeito positivo na voz; e um grupo receberá uma atividade fonoaudiológica “falsa”, ou seja, que provavelmente não irá interferir ou modificar a sua voz. Você não vai saber o resultado do sorteio ou qual atividade o seu grupo de CTG irá participar durante a realização da pesquisa. Caso sua internada seja sorteada para participar da atividade “falsa”, será oferecido ao seu grupo de CTG, em outro momento, a possibilidade de participar da atividade fonoaudiológica verdadeira. Você poderá escolher participar desta atividade, após a realização deste estudo, se for de seu interesse.

Todos os participantes das internadas artísticas de cada CTG serão convidados a participar deste estudo, podendo aceitar ou recusar a qualquer momento. Caso você concorde com a participação nesta pesquisa, serão realizados as seguintes atividades e procedimentos do estudo: um questionário com informações suas (nome, idade, profissão, telefone, tempo de uso da voz, tempo que pertence ao CTG) e outros dois questionários sobre a sua voz, como você a utiliza no dia a dia e como você percebe a sua voz; após, você participará de uma atividade que envolve técnicas e orientações fonoaudiológicas para voz; e ao final do ensaio, você responderá novamente aos questionários sobre sua voz. Esperamos que esta pesquisa tenha a duração de aproximadamente duas horas, ao longo do ensaio de sua internada. Reforçamos que todas as atividades propostas e os questionários realizados não causam dor, são não invasivos e todos possuem segurança e eficácia comprovada na área de voz. Além disso, as informações coletadas nesta pesquisa poderão contribuir na prática de participantes de internadas artísticas para que tenham hábitos vocais mais saudáveis.

RISCOS E BENEFÍCIOS

Estão previstos riscos mínimos ao participar desta pesquisa, são eles: desconforto de responder aos questionários, de participar da atividade proposta, bem como o tempo gasto para fazer estas atividades. Caso você se sinta desconfortável, poderá solicitar ajuda de um dos pesquisadores ou interromper sua participação na atividade a qualquer tempo sem nenhum prejuízo. Os benefícios são: receber uma avaliação sobre a sua voz, bem como a participar de uma atividade fonoaudiológica que poderá melhorar a sua voz. Você

poderá ter acesso aos resultados dos seus testes, receber os resultados detalhados desta pesquisa, ou ainda esclarecer dúvidas sobre os procedimentos ou sobre a pesquisa a qualquer momento.

DÚVIDAS

Se você tiver alguma dúvida em relação à pesquisa, poderá contatar o Prof. Márcio França pelo telefone (51) 99122-0463, e-mail: *marcio@franca.bio.br*, e o Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Psicologia da UFRGS, telefone (51) 3308-5066, e-mail *cep-psico@ufrgs.br*.

RECUSA OU DESCONTINUAÇÃO NA PARTICIPAÇÃO DO ESTUDO

Sua participação no estudo é voluntária. Se você decidir não participar do estudo, isto não vai afetar em nada o seu vínculo com o CTG ou possíveis vínculos com a Instituição e/ou pesquisadores que estão realizando esta pesquisa. Além disso, a sua participação pode ser interrompida a qualquer momento por você mesmo(a). Em qualquer caso, você não será penalizado e não haverá a necessidade de justificar a sua decisão.

CONFIDENCIALIDADE DAS INFORMAÇÕES

As informações dessa pesquisa serão mantidas em sigilo, sendo apenas utilizadas de forma científica e sem identificação de seu nome. Caso alguma informação derivada desse estudo for importante a você, todo esforço será realizado para informá-lo. Além disso, os pesquisadores irão guardar as informações da pesquisa em arquivo, físico ou digital, sob guarda e responsabilidade deles, por um período de 5 anos após o fim da pesquisa.

Pelo presente termo, você declara que foi informado (a), de forma clara e detalhada, sobre a presente pesquisa, e que teve suas dúvidas esclarecidas por _____ . Declara ter sido esclarecido(a) que não receberá nenhuma remuneração financeira e que também não terá nenhum custo por participar do estudo. Declara que foi informado(a) de que receberá resposta ou esclarecimento sobre a pesquisa a ser realizada, bem como da liberdade de não participar do estudo e da possibilidade de desistir, em qualquer momento, da participação. Além disso, declara que assinou duas vias deste consentimento e que uma delas ficou com você.

Data: ____/____/____

Nome do participante

Assinatura

Eu expliquei a _____ os objetivos e procedimentos necessários para esta pesquisa, e entreguei cópia deste termo de consentimento para este (a) pessoa.

Data: ____/____/____

Pesquisador

Assinatura

Anexo B – Escala de Sintomas Vocais

Escala de Sintomas Vocais – ESV

Nome completo: _____

Data de nascimento: ____/____/____ Data de hoje: ____/____/____

Por favor, circule uma opção de resposta para cada pergunta. Por favor, não deixe nenhuma resposta em branco.

1.	Você tem dificuldade de chamar a atenção das pessoas?	Nunca	Raramente	Às vezes	Quase sempre	Sempre
2.	Você tem dificuldades para cantar?	Nunca	Raramente	Às vezes	Quase sempre	Sempre
3.	Sua garganta dói?	Nunca	Raramente	Às vezes	Quase sempre	Sempre
4.	Sua voz é rouca?	Nunca	Raramente	Às vezes	Quase sempre	Sempre
5.	Quando você conversa em grupo, as pessoas têm dificuldade para ouvi-lo?	Nunca	Raramente	Às vezes	Quase sempre	Sempre
6.	Você perde a voz?	Nunca	Raramente	Às vezes	Quase sempre	Sempre
7.	Você tosse ou pigarreja?	Nunca	Raramente	Às vezes	Quase sempre	Sempre
8.	Sua voz é fraca/baixa?	Nunca	Raramente	Às vezes	Quase sempre	Sempre
9.	Você tem dificuldades para falar ao telefone?	Nunca	Raramente	Às vezes	Quase sempre	Sempre
10.	Você se sente mal ou deprimido por causa do seu problema de voz?	Nunca	Raramente	Às vezes	Quase sempre	Sempre
11.	Você sente alguma coisa parada na garganta?	Nunca	Raramente	Às vezes	Quase sempre	Sempre
12.	Você tem nódulos inchados (íngua) no pescoço?	Nunca	Raramente	Às vezes	Quase sempre	Sempre
13.	Você se sente constrangido por causa do seu problema de voz?	Nunca	Raramente	Às vezes	Quase sempre	Sempre
14.	Você se cansa para falar?	Nunca	Raramente	Às vezes	Quase sempre	Sempre
15.	Seu problema de voz deixa você estressado ou nervoso?	Nunca	Raramente	Às vezes	Quase sempre	Sempre
16.	Você tem dificuldade para falar em locais barulhentos?	Nunca	Raramente	Às vezes	Quase sempre	Sempre
17.	É difícil falar forte (alto) ou gritar?	Nunca	Raramente	Às vezes	Quase sempre	Sempre
18.	O seu problema de voz incomoda sua família ou amigos?	Nunca	Raramente	Às vezes	Quase sempre	Sempre
19.	Você tem muita secreção ou pigarro na garganta?	Nunca	Raramente	Às vezes	Quase sempre	Sempre
20.	O som da sua voz muda durante o dia?	Nunca	Raramente	Às vezes	Quase sempre	Sempre
21.	As pessoas parecem se irritar com sua voz?	Nunca	Raramente	Às vezes	Quase sempre	Sempre
22.	Você tem o nariz entupido?	Nunca	Raramente	Às vezes	Quase sempre	Sempre
23.	As pessoas perguntam o que você tem na voz?	Nunca	Raramente	Às vezes	Quase sempre	Sempre
24.	Sua voz parece rouca e seca?	Nunca	Raramente	Às vezes	Quase sempre	Sempre
25.	Você tem que fazer força para falar?	Nunca	Raramente	Às vezes	Quase sempre	Sempre
26.	Com que frequência você tem infecções de garganta?	Nunca	Raramente	Às vezes	Quase sempre	Sempre
27.	Sua voz falha no meio das frases?	Nunca	Raramente	Às vezes	Quase sempre	Sempre
28.	Sua voz faz você se sentir incompetente?	Nunca	Raramente	Às vezes	Quase sempre	Sempre
29.	Você tem vergonha do seu problema de voz?	Nunca	Raramente	Às vezes	Quase sempre	Sempre
30.	Você se sente solitário por causa do seu problema de voz?	Nunca	Raramente	Às vezes	Quase sempre	Sempre

Obrigado por responder ao questionário.

Você respondeu todas as perguntas?

Anexo C – Questionário de Sinais e Sintomas Vocais

Sinais e Sintomas Vocais

Agora, você lerá uma lista de sintomas vocais. Para cada um, por favor, diga se você já teve ou não esse sintoma. Em caso positivo, assinale se você o relaciona com atividade laboral.

Sintoma	Atualmente			
	Não	Sim	Relaciona com a atividade laboral?	
			Não	Sim
1. Rouquidão?				
2. Sua voz fica cansada ou muda depois do uso por um curto tempo?				
3. Problemas para cantar ou falar baixo?				
4. Dificuldade para projetar sua voz?				
5. Dificuldade para cantar agudo?				
6. Desconforto ao falar?				
7. Voz monótona (monopitch)?				
8. Esforço para falar?				
9. Garganta seca?				
10. Dor na garganta?				
11. Pigarro?				
12. Gosto ácido ou amargo na boca?				
13. Dificuldade para engolir?				
14. Instabilidade ou tremor na voz?				
TOTAL (1 PONTO PARA CADA SIM)				

Referência: Roy N, Merrill RM, Thibeault S, Gray SD, Smith EM. Voice disorders in teachers and the general population: effects on work performance, attendance, and future career choices. J Speech Lang Hear Res. 2004;47:542-52.

Anexo D – Ficha com dados clínicos e pessoais do participante

Participante: _____ Data: _____

Entidade Tradicionalista _____

Telefone: _____ Idade: _____ Sexo: _____

Profissão: _____

Com o que você trabalha? Descreva brevemente

Você usa da voz no trabalho? () sim () não.

Se sim, descreva sua atividade de voz no trabalho:

Se sim, quantas horas você usa a voz no trabalho? _____

Além do trabalho, você utiliza a voz de outra forma? () sim () não

Se sim, qual atividade você realiza?

_____ Você tem queixa de voz rouca? () sim () não

Se sim, você tem algum diagnóstico de problema de voz? () sim () não Se sim, qual?

Em relação ao sistema respiratório: () sem queixas () rinite () sinusite () bronquite () outros

Em relação ao sistema gástrico: () sem queixas () refluxo () azia () má digestão () outros

Já realizou fonoterapia? () sim () não

Se sim, para que?

Já realizou alguma cirurgia? () sim () não Se sim, qual?

Histórico de doenças? () sim () não

Qual/Quais? _____

Usa alguma medicação de uso crônico? () sim () não

Se sim, qual? _____

Você dorme quantas horas em média? _____

Há quanto tempo você dança na invernada? _____ meses / anos

Quantas horas você ensaia por semana? _____

Você costuma beber água antes de iniciar o ensaio? () sim () não

Se sim, quantos copos em média? _____

Quanto tempo faz que bebeu água pela última vez? _____

Você costuma beber outro líquido antes do ensaio? () sim () não

Se sim, qual/ quais? _____

Você costuma beber água após o término do ensaio? () sim () não

Se sim, quantos copos em média? _____

Você fuma? () sim () não

Você ingere bebidas alcoólicas? () sim () não

Se sim, em que quantidade semanal? _____

Você costuma utilizar alguma receita caseira antes de iniciar o ensaio? () sim () não

Se sim, especifique: _____

Você costuma utilizar alguma receita caseira após o término do ensaio? () sim () não

Se sim, especifique: _____

Você costuma ingerir alimentos gordurosos ou “pesados” antes de iniciar o ensaio? () sim () não

Anexo E – Questionário sobre recordatório de água pós ensaio

RECORDATÓRIO SOBRE INGESTÃO DE ÁGUA

Participante: _____ Data: _____

Você ingeriu água antes do ensaio? () sim () não

Se sim, quanto de água você ingeriu? _____

Você ingeriu água durante o ensaio? () sim () não

Se sim, quanto de água você ingeriu? _____

Preencha as respostas classificando-as numa escala de 0 a 10, sendo 0 nada e 10 muito.

Você sente alguma mudança na sua voz em comparação com o início do ensaio? () sim () não

Se sim, que tipo? _____

Se sim, em que grau (de 0 a 10)? _____

Você sente sua voz cansada ao final do ensaio? () sim () não

Se sim, em que grau (de 0 a 10)? _____

Você se sente mais cansado fisicamente em comparação com o início do ensaio? () sim () não

Se sim, em que grau (de 0 a 10)? _____