

CONDIÇÕES DE TRABALHO E USO PROFISSIONAL DA VOZ DE CANTORES DE BANDAS DE BAILE

Working conditions and professional voice use by ballroom band singers

Vanessa Rodrigues Zambão ⁽¹⁾, Regina Zanella Penteadó ⁽¹⁾, Maria Luísa M. Calçada ⁽¹⁾

RESUMO

Objetivo: caracterizar as condições de trabalho e de uso profissional da voz de cantores de banda de baile. **Métodos:** são sujeitos 24 cantores de banda de baile (13 homens e 11 mulheres) das seis bandas de baile da cidade de Piracicaba (SP). O levantamento de dados foi feito por meio de observação *in loco*, questionário e entrevista. Os dados do questionário receberam tratamento estatístico: Teste de Qui-quadrado e Teste Exato de Fisher. As respostas das entrevistas foram transcritas para Análise de Conteúdo. **Resultados:** cantores de bandas de baile vivenciam dificuldades e precariedades nas condições de infraestrutura, suporte, apoio, acomodação e alimentação nos locais dos eventos, que conferem risco à saúde vocal. A maioria percebe mudanças na voz durante ou após o baile. Os hábitos, comportamentos e cuidados com a voz, bem como o aquecimento vocal, são realizados de maneira inadequada e insuficiente. Apesar disto, evidenciam-se vários aspectos positivos no trabalho, como o apoio social e ambiente descontraído, tranquilo, cooperativo e motivador, além da percepção positiva do trabalho como fonte de aprendizado, experiência, prazer, satisfação e realização. As condições de trabalho se mostram desfavoráveis ao uso profissional da voz e à promoção da saúde. A análise estatística dos dados do questionário não mostrou associação significativa ao nível de significância de 0,05. **Conclusão:** a pesquisa contribuiu para o conhecimento da realidade de trabalho dos cantores de bandas de baile nas relações com o uso profissional da voz e saúde vocal e pode subsidiar futuras ações de intervenção e de assessoria fonoaudiológica junto à categoria, na perspectiva da promoção da saúde do trabalhador.

DESCRITORES: Fonoaudiologia; Voz; Música; Saúde do Trabalhador; Promoção da Saúde

■ INTRODUÇÃO

Os cantores de baile representam uma sub-categoria dos cantores da noite, integrantes da categoria dos cantores populares; e atuam em festas e bailes de formaturas, aniversários, casamentos, bodas, Carnaval, Réveillon, “Aleluia”, “Junino”, “Independência”, “Hawaii”, “Flash Night”, Dia das Mães e dos Pais, dentre outros. Eles fazem uso da voz cantada para interpretar um repertório eclético, com canções nacionais e internacionais dos principais gêneros e estilos musicais, com as diferentes estéticas, recursos e marcadores vocais

que os caracterizam, considerando que um cantor de baile é melhor avaliado pelo público quanto maior for a proximidade de sua interpretação vocal à da empregada pelo cantor da gravação original da canção¹.

Estes cantores dançam e fazem performances enquanto cantam e realizam diferentes ajustes vocais e fonatórios que variam muito de uma canção para outra, além de usar a voz falada para interagir com o público e integrá-los ao repertório¹.

As bandas de baile contam, em média, com quatro cantores (vocalistas) – em geral duas mulheres e dois homens – que se revezam nas músicas e trocas de figurinos. A equipe de uma banda de baile é, geralmente, constituída por cantores (vocalistas), músicos guitarrista, baixista, baterista, percussionista e tecladista; dançarino(a)s e bailarino(a)

⁽¹⁾ Universidade Metodista de Piracicaba (UNIMEP), Piracicaba, SP, Brasil.

Conflito de interesses: inexistente

s e ainda, auxiliar de montagem (cenário, som e iluminação), técnico de iluminação, técnico de sonoplastia, auxiliar de camarim, motorista, costureira, figurinista e empresário.

A literatura fonoaudiológica brasileira conta com importantes levantamentos bibliográficos em voz profissional que envolvem a voz cantada²⁻⁴; no entanto nota-se que a categoria dos cantores de bandas de baile foi pouco contemplada. Além disto, um estudo de revisão sobre a produção científica brasileira da Fonoaudiologia, referente à voz no canto popular, mostrou que faltam pesquisas que levem em conta os estilos específicos, a diversidade de gêneros musicais e a singularidade do canto popular e também que abordem os hábitos de saúde geral e de bem estar vocal, as condições de trabalho e aspectos da identidade social dos cantores⁵.

Um estudo focado diretamente na categoria evidenciou problemas como: refluxo gastroesofágico; alterações e lesões nas pregas vocais (edemas, hiperemias, nódulos, cordites, leucoplasias, granulomas, hematomas e fendas); falta de preparo técnico vocal, de cuidados com a saúde vocal e de conhecimento acerca da produção da voz; concluindo que há necessidade de ações fonoaudiológicas voltadas para a promoção da saúde vocal dos cantores de bandas de baile⁶.

O conhecimento dos aspectos envolvidos nas condições e na organização do trabalho se faz necessário para compreender os distúrbios de voz e para subsidiar ações de prevenção de alterações vocais, de promoção da saúde vocal e de assessoria fonoaudiológica^{7,8}. E a voz do cantor deve ser analisada nas relações com o gênero musical e com as demandas artísticas e expressivas da performance e de uso da voz falada e cantada em contexto de atuação profissional, sob as reais condições de trabalho⁹.

O objetivo deste artigo é caracterizar as condições de trabalho e de o uso profissional da voz de cantores de banda de baile.

■ MÉTODOS

Pesquisa de campo, descritiva, de caráter qualitativo e quantitativo, com aprovação do CEP UNIMEP 89/11.

Foram sujeitos 24 cantores das bandas de baile de Piracicaba (13 homens e 11 mulheres). Todos assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

O critério de inclusão foi ser cantor ou cantora de bandas de baile sediadas na cidade de Piracicaba (SP), estar na ativa e aceitar participar da pesquisa. O de exclusão foi estar afastado no momento de

levantamento de dados e/ou se negar a participar da pesquisa. Todos os sujeitos das bandas de baile de Piracicaba participaram da pesquisa e não houve exclusão.

O contexto da pesquisa se deu em apresentações das bandas em Bailes de Formatura e a metodologia envolveu a observação *in loco*, questionário e entrevista.

A observação *in loco*, para caracterização das condições de trabalho e de uso profissional da voz dos cantores, envolveu todos os momentos, desde a chegada e preparação (pré-baile), até a finalização e saída (pós-baile), com uma média de 8 horas junto a cada banda. Foram focalizadas as condições de uso, comportamentos e cuidados com a voz; relações da equipe; aspectos do ambiente (estrutura, acomodações, limpeza, clima, acústica e ruído); recursos e materiais; consumo de alimentos, hidratação e medicamentos.

O questionário, fechado e de múltipla escolha, envolveu dados de identificação dos sujeitos (gênero, idade e tempo de profissão como cantor de banda de baile) e as questões: “Realiza aquecimento e/ou desaquecimento vocal?”; “Percebe mudanças na voz durante ou após o baile?”; “Considera que tem ou teve algum problema de voz?” e “Como considera seu ambiente social de trabalho?”. Faz Repouso vocal Pré-baile?

Os dados do questionário receberam tratamento estatístico descritivo e analítico, sendo utilizados os testes não paramétricos: Teste de Qui-quadrado, Teste Exato de Fisher¹⁰. Adotou-se o nível de significância de 5% (0,05).

Na entrevista oral foram feitas duas questões abertas no momento pré-baile (“O que é ser cantor de banda de baile?” e “Quais os cuidados que você tem com a voz?”) e duas no momento pós-baile (“Como você se sente após o trabalho?” e “Como está a sua voz neste momento pós-baile?”). A entrevista foi gravada no camarim, por meio de um *netbook* LG-X140 com programa *Voxmetria*® versão 2.0h; adaptador *Andrea PureAudio USB* e Microfone Auricular *Karsect HT-2* (todos CTS informática). As respostas da entrevista foram transcritas para análise de conteúdo, com identificação de conjuntos temáticos.

■ RESULTADOS

As idades dos sujeitos variaram entre 18 e 53 anos prevalecendo as faixas de 20 a 29 anos (10 sujeitos – 41,6%) e 30 a 39 anos (10 sujeitos – 41,6%).

O tempo de atuação varia entre 4 meses e 37 anos, sendo que a maioria (20 sujeitos – 83,3%) se encontra na faixa entre 1 e 19 anos de profissão.

A atividade inicial de 50% dos cantores, ao chegar ao local do baile, é a de descarregar e transportar, para os camarins, as malas e os cabides contendo os figurinos: roupas, acessórios e sapatos. As malas pesam, aproximadamente, dez quilos cada uma e, ainda que contenham rodinhas, demandam esforço físico para levantá-las e carregá-las ao subir e descer as escadas de acesso aos camarins. Os cantores, em geral, levam as bagagens conversando pelo trajeto.

Os cantores arrumam os camarins e preparam os figurinos, sendo que 95% falam e conversam o tempo todo; 29% cantam e imitam vozes e 16% gritam.

Em seguida, 83% dos cantores se dirigem ao palco para a “passagem de som”, que consiste na testagem dos equipamentos, comandos e controles de iluminação e de som, afinação dos instrumentos e os ajustes técnicos dos equipamentos, para a voz falada e cantada. Primeiramente, cada cantor, individualmente, fala, ao microfone, algumas palavras ou frases e canta, “à capela”, uma canção do repertório. Em seguida cantam, coletivamente, trechos de músicas do repertório. Um sujeito realizou aquecimento vocal para a “passagem de som”. Depois retornam aos camarins para vestirem o figurino, realizarem a maquiagem e os penteados. Neste momento, 20% realizam aquecimento vocal (só vibração de lábio/língua associada a vogal “a” em glissando ascendente, por cinco minutos).

Em geral, a infraestrutura dos camarins se encontrava em precárias condições e oferecia pouca ou nenhuma privacidade.

Um dos locais de evento não oferecia camarim, e os cantores improvisaram um espaço, com cortinas, compartilhado por homens e mulheres, sem privacidade nem iluminação adequada. Em outro, o camarim se encontrava em “contra-piso” de cimento, com poeira. Outro só dispunha de um camarim, o qual foi disponibilizado para as mulheres; e os homens se instalaram em um estreito corredor, com fiações elétricas expostas na parede, sob condições de desconforto e risco. Em três eventos, os cantores utilizaram o banheiro destinado aos funcionários do Buffet, em condições precárias de limpeza e iluminação e sem privacidade. E, em outros dois, as bandas foram instaladas em camarim sem banheiro, sendo preciso esperar o intervalo do baile para usar o banheiro social do salão, em meio aos convidados.

Quanto à alimentação, no momento pré-baile os integrantes das bandas não dispunham de alimento algum nos camarins. Ao iniciar o baile foram servidas garrafas de água em temperatura

ambiente, consumidas pelos cantores ao longo do baile. No intervalo do baile, em quatro eventos, os *Buffets* serviram bandejas com salgados fritos e refrigerantes gelados. Em um evento a banda foi servida somente ao término do baile (salgados e refrigerantes), o que forçou os cantores a ficarem aproximadamente 7 horas sem se alimentar. Observou-se que 12,5% dos sujeitos fizeram ingestão de bebidas alcoólicas fermentadas e destiladas geladas.

Durante a apresentação da banda 66% dos sujeitos cantam enquanto dançam e fazem performances com apoio de elementos do palco (escadas, estruturas, pilares e plataformas).

Entre uma sequência e outra há troca de figurinos, falando o tempo todo.

O repertório se divide entre os gêneros; sendo o masculino o mais requisitado. A maioria dos arranjos musicais conta com *backing vocal* (uma voz de apoio, simultânea à do vocalista principal, que não ultrapassa a intensidade do cantor solo e que pode ser realizada por outro cantor que esteja ou não no palco), em geral feminina e em 70,8% das vezes feitos do camarim, durante a troca de figurinos, muitas vezes com a cabeça abaixada e/ou o tronco evertido para a frente, na troca de uma blusa ou vestido; ou com elevação de pernas e desequilíbrio corporal enquanto veste uma roupa ou troca calçados, portanto sem posturas adequadas.

No que diz respeito aos cuidados com a voz, observou-se o uso de spray de própolis na garganta (8,3%) e o consumo de goma de mascar (12,5%) ao longo das primeiras músicas do repertório, com fins de “soltar a articulação”. Uma cantora fez uso de cachecol no pescoço ao sair do salão do baile.

Na finalização dos bailes, todos os cantores guardam seus pertences e 50% carregam as malas e objetos até o ônibus. Apenas 41,6% dos cantores restringem o uso vocal no momento pós-baile e procuram falar pouco e em intensidade fraca. Os demais 58,3% seguem conversando em meio ao ambiente ruidoso do evento. Nenhum dos cantores realizou desaquecimento vocal.

Com relação ao questionário, 75% afirmou fazer o aquecimento e 25% o desaquecimento vocal; e 91,66% perceber mudanças na voz durante ou após o baile; sendo que a ocorrência simultânea de três ou mais mudanças se deu em 20% dos sujeitos; e apenas 41,6% considerou que têm ou tiveram problema de voz.

A Tabela 1 apresenta a distribuição das mudanças na voz, percebidas pelos sujeitos durante ou após o baile.

Tabela 1 – Distribuição das respostas relativas à percepção de mudanças na voz durante ou após o baile

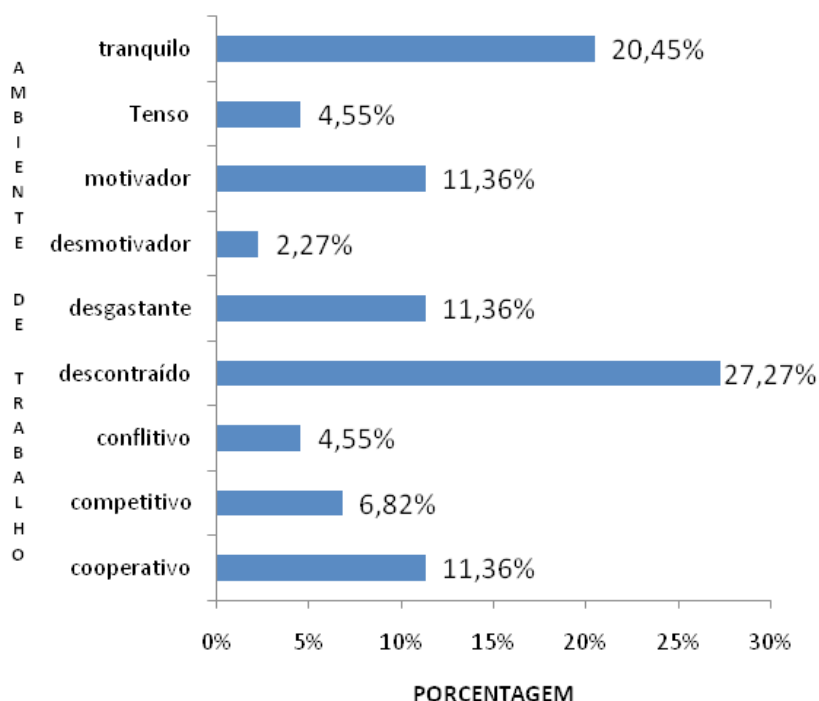
MUDANÇAS NA VOZ	freq	%
cansaço vocal	11	45
rouquidão	10	41
falhas na voz	7	29
perda de agudos	6	25
voz mais grave	6	25
pigarro	5	20
perda da voz	4	16
ar na voz	3	12
garganta seca	3	12
voz fraca	2	8
tosse	1	4
voz mais aguda	1	4
ardência ou dor na garganta	1	4

A Figura 1 apresenta a distribuição das respostas a como avaliam o ambiente de trabalho.

A Tabela 2 apresenta os resultados da análise estatística das comparações com relação a gênero, aquecimento e desaquecimento vocal, relacionados a mudança de voz durante ou pós baile.

A seguir são apresentados os resultados das entrevistas, cuja análise de conteúdo permitiu identificar as seguintes categorias: “Cuidados com a voz”; “Sensações referidas no pós-baile”; “Como se sentem sendo cantores de bandas de baile/percepções sobre o trabalho”.

Cuidados com a voz – Poucos sujeitos se preocupam com os comportamentos vocais e realizam cuidados com a voz no cotidiano.

**Figura 1 – Análise descritiva à questão: “Como você considera seu ambiente social de trabalho?”.****Tabela 2 – Resultados das análises estatísticas realizadas por meio das questões de gênero, aquecimento e desaquecimento vocal, relacionados a mudança de voz durante ou pós baile**

QUESTÕES ABORDADAS	valor de p
Aquecimento vocal e Mudança voz durante ou pós baile	$p=0,8667$
Desaquecimento vocal e Mudança voz durante ou pós baile	$p=0,1721$
Gênero e Mudança voz durante ou pós baile	$p=0,5551$

Teste de Qui-quadrado (**Exato de Fisher**) ($p<0,05$)

Não tenho nenhum cuidado com a voz (H1R; H2R; H1T; H3T; M2L; H2L). O único cuidado com a voz é durante o baile (H1O). Não tomo os cuidados que deveria (M2T).

Faço aquecimento antes de cantar (M1S; H3S; M1O; M1R; M1T; M2T; M1A; H1A; H2A M1L; H1L). E depois desaquecimento (M1S; M1R; M1T; H1A; H1L).

Não tomar gelado (M1S; H3S; H1O; M1R; H2T; M1A; M2A; H1L); Tento me alimentar bem (M1T). Evito coisas ácidas (M1S). Comer maçã (H2S; M1O). Evitar lactose (H2A); Alongamento corporal (M1S); Beber bastante água (H1S; H2S; M1O; M2R; M2T; M1L); Descanso, dormir bem (M2O; M2R; M1T); Evitar vento e fumaça (M1R). Uso agasalho e cachecol (H2T). Evito friagem (M1A); Não fumo mais (H2T). Evito álcool (H2A). Anualmente eu faço exame (M1A). Faço aula de canto uma vez por semana (M1L).

Procuro fazer músicas no meu tom (M1A). Não falar alto (...) e falar menos no dia de cantar (H2A). Não falar muito e não gritar muito (M2L; H2L).

Sensações referidas no pós-baile: Após o trabalho, sentem cansaço geral (físico e vocal), sofrem desconfortos e percebem mudanças na voz, como cansaço/fadiga vocal, rouquidão, aspereza, ressecamento, secura e dores; além de dores no corpo (principalmente nas pernas, costas/coluna; pés, cabeça e nuca).

A minha voz tá mais aguda (...) uma leve pressão na garganta (...) e ardência (M1S). Tá um pouco rouca e acho que cansada (H2S). Minha voz está ligeiramente cansada (H3S). To sentindo queimação na voz, que está mais cansada (H1O). Cansaço vocal (...) minha voz está mais grave, opaca (...) bem mais fraca (M1R). Minha voz está rouca e soprosa (H1R). Rouco e cansado (H2R). Um pouco cansada (M1T; H1A). Com uma fadiga vocal, a voz fica um pouca mais grave (M1T). A voz tá normal, Um pouquinho cansada, sinto uma asperezinha (M2T). Garganta um pouco ressecada (H1T). Dificuldade pra falar por causa do cansaço das pregas vocais, e um pouco afônico também (H2T). A voz tá fraca e tá rouca (H3T). Fica um pouco cansada (M1A). Irritação na voz (M2A). A minha garganta tá um pouco seca, eu sinto um pouco de secura e irritação (M1L). Um

pouco de secura e de rouquidão (M2L). Muito rouca, garganta muito seca (H1L). Bastante rouquidão (H2L).

Estou extremamente cansado (H1R). Fisicamente eu to quebrada (M2A). Meu corpo tá bem cansado, meus pés estão doendo (M1S). Cansaço físico geral (H1A; H2L; H1O). Meu corpo está cansado, todo dolorido (H1S). Cansaço vocal, cansaço físico e dores nas pernas (M1R). Cansado, com a voz rouca, resumindo: acabado (H1R). Um pouco cansada (M2R; H3S; H2T). Cansado, rouco, me sentindo com vários “demônios dentro de mim” (H2R). To com dor nos pés, na sola dos pés, to bem cansada (M2T). To sentindo um pouco de dor na perna (H2S). Dor nos pés (M1T; M1A). Tô com dor na coluna (H2T). Dor nas costas e cansaço geral (H3T). Dor na perna, no pescoço e um pouquinho e dor de cabeça (H2A). Dor na nuca um pouco (M1L). Dor no pé, dor nas costas e cansaço, sono, cansaço por inteiro (M2L)

Como se sentem sendo cantores de bandas de baile/ Percepções sobre o trabalho: O trabalho de cantor de banda de baile envolve aspectos positivos e negativos. Dentre os aspectos negativos nota-se o enfrentamento de sofrimentos e de dificuldades (inclusive de ordem financeira). Dentre os positivos, evidencia-se o fato do trabalho oferecer aprendizado, experiência e desafios constantes; além de ser fonte de prazer, realização e satisfação:

A vida de cantor de baile é muito sofrida, difícil porque que cada música a gente tem que interpretar de um jeito diferente (...) então acaba forçando muito a voz (H1O). É cantar e ser vários estilos em uma noite só (H1S). Tem intervalo cronometrado de tempo, você tem que se trocar e chegar no palco a tempo da sua música, cansado ou não; cantar, interpretar, dançar. É bem mais corrido e muito mais cansativo do que ser simplesmente um cantor (M1S). É abdicar muito em relação a vida (H3T). Um dos “contras” principais é a gente não ter como se manter só com isso, além de que é uma “paulera”, cansa “pra caramba”, mas os pontos positivos superam os negativos (H1A).

É uma aprendizagem constante (H2R; H1L; M2T; M2L). É uma escola; além de melhorar minha expressão corporal, artística, meu canto (H2S). É um grande aprendizado tanto no sentido musical como no social; você

convive com pessoas diferentes e também aprende muito no sentido corporal e de desenvoltura (H3S). É ser bem eclético (M2T). É levar alegria para as pessoas, adquirir maior experiência de palco, de repertório e crescer profissionalmente (M1R). É aprender, percepção, liberdade com o público (M1T). É aprender muito em relação à música (H3T). É uma experiência única, a gente tem a oportunidade de cantar vários estilos, vários segmentos e músicas (M2A). É poder a cada dia aperfeiçoar um pouquinho a voz, as técnicas, o trabalho com o corpo, com a mente (M1L). Ajuda a desenvolver a pessoa, e a conviver com outras pessoas (M2L).

Eu amo o que eu faço (H1R; H2A). Eu gosto muito de ser cantora de baile (M2A). Eu gosto bastante dessa vida eu acho que é um ramo muito gostoso trabalhar, onde se está sempre em alto astral, sempre com gente bonita, em um ambiente agradável e gostoso (H1A). Eu me realizo (M1O). É ter uma paixão e seguir essa paixão (M2O). É uma forma de expressar minha alegria (H1L). É prazeroso (H2L). Para mim é uma benção (M1A). É pura satisfação (H1T).

■ DISCUSSÃO

Quanto à idade, nota-se que os cantores de bandas de baile são, em geral, sujeitos jovens, o que condiz com estudos com cantores da noite¹¹. Eles se encontram no ciclo da vida de máxima eficiência vocal, que é dos 25 aos 40 anos¹². Apenas 3 sujeitos têm mais de 40 anos, idade a partir da qual começam a ocorrer alterações estruturais da laringe, com maior ou menor impacto do envelhecimento na voz – considerando que o envelhecimento é variável em cada pessoa, dependendo da saúde geral e história de vida, além de fatores constitucionais, raciais, hereditários, alimentares, sociais, ambientais e estilos de vida^{12,13}.

O fato de carregarem as malas e bagagens falando ao longo do trajeto pode configurar uma sobrecarga laríngea prévia ao uso profissional da voz. Os exercícios de esforço muscular e força física não devem ser realizados conjuntamente à fala e vocalizações, pois geram tensão laríngea¹⁴.

Da mesma maneira, podem ser irritativas e lesivas as imitações de vozes¹⁴, realizadas durante todo o período de chegada e preparação para o baile. Seria interessante o resguardo da voz antes do uso profissional intensivo. O silêncio é salutar e fator de preservação da voz para aqueles que a têm como instrumento de trabalho, uma vez que

ele evita o desgaste desnecessário e potencializa a qualidade vocal, evidenciando os atributos referentes à sonoridade, brilho, riqueza harmônica e pureza da voz, essenciais em uma performance musical.

O grito é reconhecido como abuso vocal e deveria ser evitado, já que ocorre uma concentração de tensão na região cervical, com tensão e contração excessiva da musculatura laríngea (forte fechamento glótico, constrição das pregas ariepiglóticas, forte tensão das paredes laterais e posteriores da faringe e retração da língua) que gera sobrecarga vocal e aumenta o risco de hemorragias submucosas e de edemas e lesões nas pregas vocais¹⁴.

O aquecimento e o desaquecimento vocal são fundamentais para a saúde e a longevidade da voz; entretanto os dados da observação e as respostas dos sujeitos mostram que eles reconhecem a necessidade, mas não a concretizaram.

A falta do aquecimento vocal, por cantores da noite, é confirmada na literatura^{1,15,16}. O aquecimento realizado por alguns poucos sujeitos não contempla um programa mínimo e o tempo se mostrou menor do que o preconizado para a categoria, que seria de 30 minutos¹⁷. O aquecimento vocal deveria ser realizado por todos antes do uso profissional da voz, a fim de preservar a saúde vocal, evitar o esforço e a sobrecarga, aumentar a temperatura muscular e o fluxo sanguíneo, melhorar a produção da voz, favorecer a vibração e a flexibilidade da mucosa, aumentar a intensidade, a frequência fundamental, os harmônicos, a projeção e a qualidade vocal, com diminuição de ruídos^{17,18}. O desaquecimento vocal favorece a transição dos ajustes fonatórios da voz profissional para a fala habitual; e a falta desta prática confirma achados de estudos com cantores populares¹⁶.

Em relação à alimentação, sabe-se que os alimentos fritos ou ricos em gorduras favorecem o refluxo gastroesofágico e laringofaríngeo (e processos irritativos vocais) e retardam a digestão; sendo que a digestão lenta interfere na movimentação diafragmática e dificulta a respiração, além de diminuir a energia disponível para o canto¹⁴. Ficar longos períodos sem se alimentar também é prejudicial pois aumenta a acidez estomacal e favorece a azia e a queimação.

Quanto às bebidas, as gasosas, como os refrigerantes, favorecem a distensão gástrica por gases, prejudicando o controle vocal¹⁴. As alcoólicas irritam o aparelho fonador, agredem os tecidos e o seu efeito anestésico pode mascarar a dor e o desconforto vocal e favorecer o abuso e a piora na qualidade vocal¹⁴.

Apesar da sensibilidade quanto aos gelados ser individual, sabe-se que alimentos e bebidas muito

gelados provocam choque térmico na laringe e descarga de muco e edema das pregas vocais, não sendo indicado seu consumo durante o uso profissional da voz¹⁴.

A ingestão de água gelada poderia ocorrer apenas quando finalizado o baile, após as performances; e seguido de repouso vocal – sendo somente por aqueles sujeitos menos sensíveis ao frio e que não sentem desconfortos ou modificações vocais em decorrência do gelado¹⁴.

A performance do cantor de banda de baile demanda intensa atividade física e a co-expressividade vocal e corporal; que colocam o organismo em condição de alto consumo energético e aumentam a necessidade de proteínas, oxigênio e de carboidratos¹⁹. As proteínas dão força e vigor muscular; e os carboidratos, por proporcionarem energia, reduzem a fadiga e os seus efeitos (redução da contração, perda da elasticidade, aumento de rigidez muscular, respostas inflamatórias e edemas) que causam perdas na qualidade vocal. E os alimentos ricos em potássio também são importantes fontes de captação de energia para o cantor com atividade vocal prolongada, que precisa se manter hidratado¹⁹.

A alimentação do cantor de banda de baile deve proporcionar hidratação, proteínas e carboidratos para evitar e reduzir a fadiga e proporcionar uma recuperação corporal e vocal mais rápida. As proteínas estão presentes nas carnes, ovos e derivados de leite. O potássio pode ser obtido em alimentos como água de coco, caldo de cana, banana, beterraba, pera, melão, laranja, kiwi, mamão e frutas secas¹⁹. Outros alimentos como sucos frescos de frutas e de vegetais como laranja, uva, maçã, melancia, melão e beterraba fornecem hidratação e carboidratos²⁰.

Os alimentos oferecidos aos cantores, pelos *Buffets*, integram os cardápios das festas e não são adequados para os cantores ou a quem faz o uso profissional da voz nem para quem vai repousar após o trabalho, pois alimentos gordurosos e gaseificados podem aumentar a acidez estomacal no processo digestivo e provocar refluxo e desconforto, afetando a saúde vocal e geral e a qualidade do sono^{14,21}. Isso seria um agravante para a problemática do pouco sono e repouso, aspecto comum entre cantores populares¹⁶.

Assim, não somente os integrantes das bandas de baile, mas também os seus produtores e empresários e os responsáveis pelos *Buffets* e os promotores e organizadores dos eventos deveriam ser orientados e assessorados em relação às condições necessárias para o trabalho, performance e a promoção da saúde dos artistas.

Na ocasião de firmamento do contrato de trabalho entre a banda e os produtores ou organizadores do evento, poderiam ser esclarecidas algumas condições em relação ao tipo, característica e qualidade da alimentação a ser servida para a banda; bem como em relação aos momentos que os alimentos serão servidos e substituídos. Ao firmar um contrato com a banda, os organizadores do evento poderiam ser orientados por meio de um cardápio básico que envolva alimentos saudáveis, protéicos e energéticos e de fácil digestão.

Nesta perspectiva, sugere-se, por exemplo, que sejam servidos frutas como uva, laranja, maçã, melancia, melão, banana, pera, kiwi e mamão; lanches naturais (pão integral, peito de peru ou atum, cenoura ralada, alface e queijo branco) e massas leves (macarrão integral à bolonhesa ou sugo). Barras de cereais com frutas e frutas desidratadas também são uma opção. As bebidas seriam: água natural ou aromatizada, água de coco, sucos naturais de uva, laranja, maçã, melancia, melão ou pêra; além de chás como de maçã e laranja, que possuem baixíssima quantidade de cafeína (desde que a base não seja a de chá mate ou preto). Cabe salientar que os alimentos aqui citados configuram apenas uma das inúmeras possibilidades e que os das bandas podem ter necessidades, preferências, gostos e questões alimentares específicas que merecem ser avaliadas por um profissional nutricionista, a fim de orientar e elaborar o melhor cardápio para cada banda.

O comportamento vocal dos sujeitos, nos intervalos e trocas de figurinos, se mostra prejudicial à voz, especialmente pelo ambiente ruidoso e propício à competição sonora, com elevação do volume e esforço vocal¹⁴. Estes momentos poderiam ser potencializados para a promoção da saúde vocal, se priorizados o repouso vocal e os exercícios corporais e vocais.

Quanto ao *spray* de própolis, a sua composição costuma conter álcool, com efeitos negativos de ressecamento da mucosa. A própolis é um antibiótico natural, cujo uso é indevido quando não se encontra instaurada uma infecção bacteriana.

O uso da goma de mascar com fins articulatórios deflagra a falta de um programa de aquecimento vocal adequado. Além disto, seu uso é prejudicial ao funcionamento normal e harmônico do sistema estomatognático; altera o padrão funcional da motricidade orofacial e provoca/agrava problemas oclusais²².

Confirma-se, nesta pesquisa, a precariedade nos cuidados com a voz profissional e nas condições de uso da voz no trabalho, por cantores populares da noite e de bandas de baile^{1,6,15,16}. Por outro lado, o cuidado de agasalhar o pescoço com cachecol

minimiza o impacto da mudança de temperatura dos ambientes do baile e externo, à madrugada, sendo, portanto, positivo.

A análise de conteúdo mostrou que, em geral, os cuidados de saúde vocal não são tomados e/ou se restringem às circunstâncias do baile; portanto insuficientes para a promoção da saúde vocal e uso profissional da voz. Os sujeitos prescindem de cuidados pró-ativos com a voz²³.

Afirma-se, aqui, a importância da atuação fonoaudiológica junto a esta categoria, uma vez que este é o profissional de referência para a orientação relativa aos cuidados com a voz e a promoção da saúde vocal²⁴.

A relação entre dor corporal e uso da voz vem sendo abordada em estudos com profissionais da voz e cantores populares, com destaque para as dores proximais à laringe, a dor de garganta, a dor no pescoço e a dor ao falar^{25,26}.

A tabela 1 mostrou que as formas de percepção dos sujeitos acerca das mudanças na voz durante ou após o baile são variadas e envolvem aspectos funcionais da produção vocal, desconfortos e grande ocorrência de aspectos relacionados a parâmetros proprioceptivos e auditivos vinculados a alterações na qualidade vocal, como a rouquidão, as falhas na voz, a perda de agudos e a voz mais grave. Os desconfortos e mudanças percebidas na voz correspondem aos percebidos por professores²⁷ que fazem uso intensivo da voz sob condições desfavoráveis de ambiente e organização do trabalho e a prevalência da fadiga (cansaço) vocal é preocupante, por ser indicativa de risco de distúrbio vocal; da mesma maneira que a ocorrência simultânea de três ou mais mudanças o é.

A inconsistência entre as percepções de vozes alteradas em decorrência da jornada de trabalho (mudanças na voz durante ou pós-baile) e a de se ver como quem tem um problema de voz mostra as dificuldades, dos sujeitos, em interpretar e reconhecer o processo saúde-doença vocal.

No que diz respeito ao ambiente de trabalho, prevaleceram as avaliações positivas (descontraído, tranquilo, cooperativo e motivador), a despeito do fato de ser “desgastante” (Figura 1).

A análise estatística das comparações com relação a gênero, aquecimento e desaquecimento vocal, relacionados a mudança de voz durante ou pós baile, não apresentou diferença significativa ao nível de 5%; ou seja, não há associação significativa.

Cabe destacar que o tamanho pequeno da amostra pode não ter favorecido as análises e que estudos futuros devem ser realizados com maior tamanho de amostragem.

Vários aspectos das condições de trabalho colocam em risco a saúde vocal dos cantores de banda de baile e os predisõem a disfonias, tal como identificado em outras pesquisas com cantores²⁸.

Mas, por outro lado os cantores de bandas de baile contam com aspectos favoráveis, como o apoio e a interação social – avaliados positivamente –, que podem configurar como fatores de proteção ao estresse ocupacional da categoria.

■ CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os cantores de banda de baile realizam um trabalho desgastante, sob precárias condições de infra-estrutura, suporte, apoio, alimentação e acomodação que gera dificuldades e sofrimentos. Entretanto contam com o apoio social dos integrantes da banda e percebem o trabalho como desafiador e proporcionador de aprendizado e experiência, sendo fonte de prazer, realização e satisfação.

Os sujeitos apresentam hábitos, comportamentos e cuidados inadequados e insuficientes para a saúde vocal e vivenciam condições de risco vocal. Em decorrência, sentem desconfortos, dificuldades, desvantagens e percebem alterações vocais decorrentes da jornada de trabalho.

Os cantores de bandas de baile necessitam de ações educativas em saúde e assessorias fonoaudiológicas que focalizem aspectos de produção vocal, de trabalho e uso da voz profissional, os determinantes e intervenientes do processo saúde-doença vocal, de bem estar e saúde vocal, os cuidados com a voz (principalmente a alimentação e os programas de aquecimento e desaquecimento vocal); e que sejam ampliadas para toda a equipe da banda de baile, na perspectiva de mudanças e da promoção da saúde do trabalhador.

Este estudo contribuiu para o conhecimento da realidade de trabalho dos cantores de bandas de baile nas relações com o uso profissional da voz e saúde vocal e pode subsidiar futuras ações de intervenção e de assessoria fonoaudiológica junto a esta categoria de profissionais da voz.

ABSTRACT

Purpose: to determine the working conditions and professional voice use of ballroom band singers.

Methods: a cohort of 24 ballroom band singers (13 male and 11 female) from six ballroom bands from the city of Piracicaba, SP (Brazil). Data was obtained during Graduation Balls shows and collected through on-site observation, questionnaire and interview. **Results:** ballroom band singers are submitted to difficulties about poor infrastructure, support, accommodations and food in the places of the events that put vocal health in risk. Most participants notice changes in their voices during and after the event. Voice health care, habits, and behavior, as well as vocal warm-up are inadequate and insufficient. However, many positive aspects of the work are detected, such as social support and easy-going, calm, cooperative and motivating environment, as well as a positive perception of the work environment as a source of learning, experience, pleasure, satisfaction and accomplishment.

Conclusion: working conditions are unfavorable to the professional use of voice and health care. This research has contributed for a better understanding of the working conditions of ballroom band singers as concerns professional voice use and voice health care, and provides support for future speech and language therapy support and intervention for these laborers in order to promote occupational health care.

KEYWORDS: Speech, Language and Hearing Sciences; Voice; Music; Occupational Health; Health Promotion

■ REFERÊNCIAS

1. Amorim GO, Ferracciu CCS, Vieira AMC, Campos ARS. Estudo descritivo dos hábitos de saúde vocal e consciência preventiva de cantores da noite. *Rev. Soc. Bras. Fonoaudiol.* [periódico na Internet] 2009 [acesso em: 2012 jan 25]; 14 (2):[1] Disponível em: www.sbfa.org.br/portal/suplementorsbfa.
2. Andrada e Silva MA, Assumpção R. A voz do Cantor. *In: Ferreira LP, Oliveira SMRP. Voz Profissional: Produção Científica da Fonoaudiologia Brasileira.* São Paulo: Roca, 2004.
3. Barbosa RA, Faria DM. Voz do cantor. *In: Ferreira LP, Oliveira SMRP. Voz Profissional II: Produção Científica da Fonoaudiologia Brasileira.* [CD-ROM]. São Paulo: Soc. Bras. Fonoaudiol; 2005.
4. AndradaeSilvaMA, Barbosa RA. A voz cantada. *In: OliveiraIB, AlmeidaAAF, RaizeT. Voz Profissional: Produção científica da Fonoaudiologia brasileira – Versão revisada e ampliada (2005 – 2007)* [base de dados na internet] São Paulo: SBFa [acesso em 2011 ago 12]. Disponível em: www.sbfa.org.br
5. Drumond LB, Vieira NB, Oliveira DSF. Produção fonoaudiológica sobre voz no canto popular. *J SocBrasFonoaudiol.* 2011;23(4):390-7.
6. Zampieri S A, Behlau M, Brasil OC. Análise de Cantores de baile em estilo de canto popular e lírico: perceptivo-auditiva, acústica e da configuração laríngea. *Rev Bras de Otorrinolaringol.* 2002;68(3):378-86.
7. Ferreira, LP, Martz, ML. Distúrbio de voz relacionado ao trabalho: a experiência dos Cerest. *Bepa.* 2010;7(76):13-9.
8. Araújo TM, Reis EJFB, Carvalho FM, Porto LA, Reis IC, Andrade JM. Fatores associados a alterações vocais em professoras. *Cad. Saúde Pública.* 2008; 24(6):1229-38.
9. Andrada e Silva MA, Lioila CM, Bittencourt MFQP, Ghirardi ACAM. Trabalho fonoaudiológico com cantores. *In: Oliveira IB, Almeida AA F, Raize T. Atuação fonoaudiológica em voz profissional.* São Paulo: Roca, GEN e SBFa, 2011. P.143-57.
10. Vieira, S. Bioestatística: tópicos avançados. Rio de Janeiro: Campus, 2003.
11. Andrada e Silva MM, Ferreira LP, Costa HO. Caracterização de um grupo de cantores da noite: um enfoque fonoaudiológico. *ACTA ORL/Técnicas em Otorrinolaringologia.* 2008;26(4):231-4.
12. Menezes, LN; Vicente, LCC. Envelhecimento vocal em idosos instucionalizados. *Rev CEFAC.* 2007;9(1):90-8.
13. Gampel D; Karsch UM; Ferreira LP. Envelhecimento, voz e atividade física de professores e não professores. *RevSocBrasFonoaudiol.* 2008;13(3):218-25
14. Behlau M, Rehder MI. Higiene vocal para o canto coral. 2 ed. Rio de Janeiro: Revinter; 2009.
15. Gish A, Kunduk M, Sims L, McWhorter AJ. Vocal Warm-Up Practices and Perceptions in Vocalists: A Pilot Survey. *Journal of Voice.* 2012;26(1):1-10.
16. Dassie-Leite AP, Duprat AC, Busch R. Comparação de hábitos de bem estar vocal

entre cantores líricos e populares. Rev CEFAC. 2011;13(1):123-31.

17. Gusmão CS; Bahia R, Maia MEO, Azevedo LL. Análise acústica da voz cantada – estudo comparativo do tempo de aquecimento vocal em cantores populares. Rev. Soc. Bras. Fonoaudiol. [periódico na Internet] 2009 nov [acesso em: 2012 abr 11]; 14 (2):[1] .Disponível em: www.sbfa.org.br/portal/suplementorsbfa.

18. Moorcroft L, Kenny D.T.Singer and Listener Perception of Vocal Warm-Up. Journal of Voice.2013;27(2):258.

19. Oliveira VL, Fernandes TA, Santos JMM. Comportamento vocal dos cantores de Axé Music e a utilização de carboidrato de ingestão rápida. In: Pinho SMR. Temas em voz profissional. Rio de Janeiro: Revinter; 2007. 83-102.

20. Lucirio, I. Água de mastigar. RevVivaSaúde. 2013;9(117):40-3.

21. Guimarães MASV, Andrada e Silva MA. Relação entre sono e voz: percepção de indivíduos adultos disfônicos e não disfônicos. RevDisturb. Comum. 2007; 19(1):93-102.

22. Paiva HJ, Vieira AMF. Estudo clínico de efeitos do uso da goma de mascar sobre músculos e ATM. Revista RGO. 1998;46:20-4.

23. Gilman M, Merati AL, Klein AM, Edie R, Hapner ER, Johns MM. Performer's Attitudes Toward Seeking Health Care for Voice Issues: Understanding the Barriers. Journal of Voice. 2009;23(2):225-8.

24. Ueda KH, Dos Santos LZ, Oliveira IB. 25 anos de cuidados com a voz profissional: avaliando ações. Rev CEFAC. 2008 out-dez: 10(4):557-65.

25. Constancio S, Moreti F, Guerrieri AC, Behlau M. Dores corporais em teleoperadores e sua relação com o uso da voz em atividades laborais. RevSocBrasFonoaudiol. 2012;17(4):377-84.

26. Rocha C, Moraes M, Behlau M. Dor em cantores populares. J SocBrasFonoaudiol. 2012;24(4):374-80.

27. Servilha EAM, Pena J. Tipificação de sintomas relacionados à voz e sua produção em professores identificados como ausência de alteração vocal na avaliação fonoaudiológica. Rev. Cefac [periódico na internet]. 2010 [acesso em 2013 jan 22]: 12(3): [9].Disponível em:<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=169316074014>.

28. Mota LA, Santos CM, Barbosa KM, Nascimento Neto JR. Disfonia em cantores: revisão de literatura. Acta ORL [periódico na Internet]. 2010[acesso em 2013 jan 22]:28(1): [5]. Disponível em: <http://www.actaorl.com.br/PDF/v28n1a06.pdf>.

<http://dx.doi.org/10.1590/1982-0216201417713>

Recebido em: 14/10/2013

Aceito em: 14/12/2013

Endereço para correspondência:

Vanessa Rodrigues Zambão

Rua Luiz Razera, 300 –

Condomínio Novitália – DF:91

Piracicaba – SP – Brasil

CEP: 13417-530

E-mail: terra.vanessa@gmail.com