

## 006. A VOZ E O ESTRESSE

Ana Soraya, Andréa, Laudelina, Leda e Taís Regina  
Equipe de Fonoaudiologia do Centro do Itanhangá

Através da comunicação, o homem transmite e interpreta sentimentos e pensamentos, assim como interage com outros indivíduos numa troca de informações e experiências que o enriquece cada vez mais.

O ser humano é um todo psicossocial e desta forma está em permanente interação com o seu meio ambiente; para esta interação surge a necessidade de constantes adaptações. As situações de estresse desafiam a adaptação do organismo.

O impacto do estresse e suas conseqüências variam de pessoa para pessoa, porque cada indivíduo interpreta a realidade cotidiana de uma maneira única e individual.

A voz é um poderoso instrumento que não apenas transmite a mensagem como também acrescenta algo ao seu sentido.

Sabemos que os agentes estressantes são todas as vivências, boas ou más e que podem criar situações agradáveis ou desagradáveis, podendo causar disfonias (alteração da voz) além de manifestações de tensão muscular e/ou de falta de energia durante a fonação.

Convém, lembrarmos a importância da fala humana como uma função vital, sendo necessário que as estruturas envolvidas na fonação estejam trabalhando de forma equilibrada e em perfeita sincronia.

Sabemos que ocorrem variações vocais em diferentes estados emocionais, muito embora existam controvérsias sobre a confiabilidade da correlação entre dados obtidos pela análise da dimensão psicoemocional e uma determinada qualidade vocal..

É de fundamental importância analisar a voz não somente pelo seu funcionamento fisiológico, fixando-se na reparação dos sintomas na voz apresentados, e sim considerar o indivíduo de maneira integral reconhecendo as informações do falante transmitidas pela sua voz.

Nós, profissionais da área dos distúrbios da voz, devemos verificar as relações existentes entre o emocional, as situações de estresse, a voz e seus aspectos físicos acústicos, para que possamos identificá-los, controlá-los e/ou compensá-los minimizando seus efeitos sobre a voz do paciente.