



Grupo Vozes com Orgulho

UBS Vila Esperança – Dr. Cassio  
Bittencourt Filho

## Por Que Este Grupo Foi Criado?

O grupo de Harmonização nasceu a partir de uma necessidade percebida durante as consultas individuais de psicologia. Foi identificada uma alta incidência de sofrimento psíquico e isolamento social entre a população trans atendida na Unidade.

Apesar da satisfação com o avanço do tratamento hormonal, havia queixas relacionadas ao incômodo com a voz, o que nos levou a propor o treinamento vocal como um importante recurso para trabalhar a autoestima e bem-estar dos participantes



# Nosso Objetivo

## Bem-Estar Integral

Promover o bem-estar físico e mental das pessoas trans atendidas em nossa Unidade

## Identidade Pessoal

Apoiar a construção da identidade pessoal por meio de um espaço terapêutico e de apoio mútuo

**Não olhamos apenas para as questões de identidade de gênero, mas para seres humanos com suas vulnerabilidades, desafios, talentos e direitos de ser quem é.**

## Autoestima

Fortalecer a autoestima e o sentimento de pertencimento de cada participante

## Rede de Apoio

Construir, fortalecer e ampliar a rede de apoio dos participantes

# Quem Participa do Grupo?

O grupo é destinado a pacientes trans em acompanhamento na Unidade de Saúde, que estejam em processo de transição de gênero e/ou hormonização.

## **Demandas de Saúde Mental**

Pacientes com demandas de saúde mental e que buscam fortalecer sua autoimagem e confiança pessoal

## **Questões Vocais**

Pessoas que desejam trabalhar aspectos relacionados à voz e expressividade

## **Enfrentamento Emocional**

Indivíduos que lidam com questões emocionais e sociais relacionadas às questões de gênero

## Equipe Multiprofissional

### Psicóloga

#### Gigliole Martins Oliani

Realiza o acolhimento, condução de relaxamento, rodas de conversa e encaminhamentos necessários para o cuidado integral.



### Fonoaudióloga

#### Rebeca Sandriny Santa da Silva

Realiza técnicas voltadas à adequação vocal, articulação, ressonância e expressividade, respeitando a individualidade e a identidade de gênero.



Sempre que possível, outros profissionais também compoem a equipe.

## Proposta do Grupo

O grupo de Harmonização oferece um espaço seguro e acolhedor, onde pacientes podem compartilhar experiências, sentimentos e desafios de forma aberta, respeitosa e sem julgamentos.

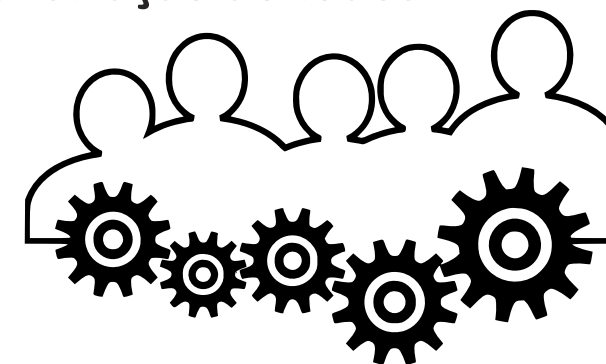
### Vínculos e Apoio

Favorecer o estabelecimento de vínculos e o fortalecimento da rede de apoio entre participantes

### Estratégias de Enfrentamento

Desenvolver estratégias de enfrentamento para situações relacionadas às questões de gênero

### Construção de todos



### Saúde Integral

Promover saúde física e mental de forma integrada

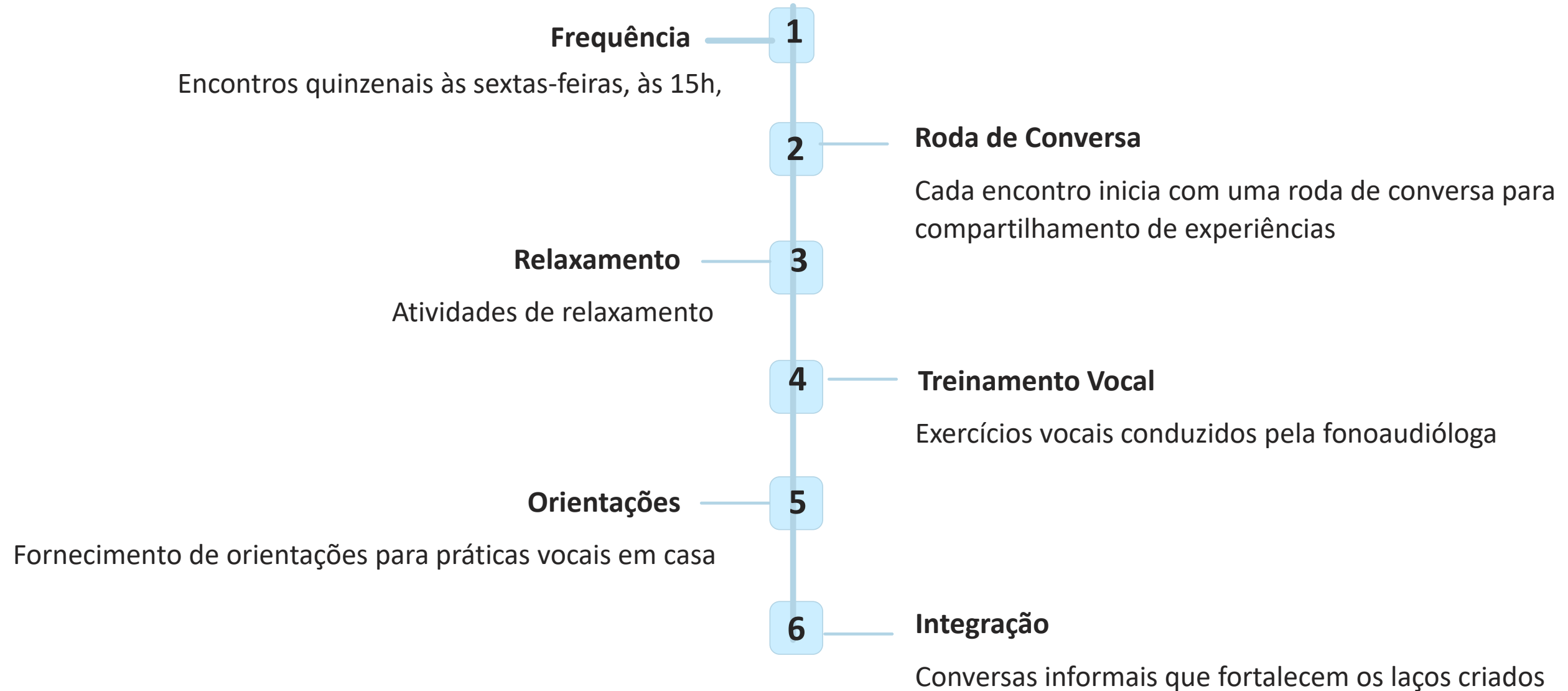
### Talentos Pessoais

Valorizar e estimular talentos e habilidades de cada participante

### Autoestima e Voz

Trabalhar autoestima, autoimagem e expressão vocal de forma individualizada

# Como Funcionam os Encontros?





# Trajetória do Grupo

**Nov/24** Início do Grupo

**Set/25** Treinamento Vocal

**Próximos passos:**

- Criação de um vídeo educativo voltado aos profissionais, com o objetivo de promover a humanização e educação em saúde com foco no acolhimento aos pacientes trans.
- Criação de um coral - pode ser uma forma potente de reforçar autoestima, pertencimento e integração com a comunidade.
- Participação da Nutricionista para abordar temas, como: alimentação durante a hormonização, relação entre nutrição, energia corporal, bem-estar e estratégias alimentares para minimizar possíveis efeitos colaterais
- Participação do Educador Físico para auxílio no alongamento corporal, orientações relaxamento muscular, importante para reduzir tensões cervicais e facilitar articulação e projeção vocal.



## Atuação – Fonoaudiologia

Realizo encontros de **treinamento vocal**, que incluem:

- Orientações sobre higiene vocal e cuidados com a voz.
- Exercícios de respiração, ressonância e projeção vocal.
- Treinamento de pitch, entonação, ritmo e gestualidade comunicativa.
- Discussões sobre percepção vocal e construção da identidade sonora.
- Acompanhamento da evolução individual e coletiva.

O objetivo não é “mudar a voz” de forma padronizada, mas sim **desenvolver uma comunicação que represente autenticamente cada participante**, respeitando suas necessidades, desejos e limites.

## Registro Vocal – Antes e Depois do Treinamento

Para monitorar o progresso e oferecer um acompanhamento mais completo, realizado:

- **Gravação de voz antes do início do treinamento vocal** (linha de base).
- As gravações serão **repetidas ao final do processo** para possibilitar comparação e análise do desenvolvimento individual.
- Esse recurso permite que as próprias pessoas **percebam suas conquistas**, além de auxiliar na avaliação profissional.

Todas as gravações foram realizadas **somente após a assinatura do Termo de Consentimento de Uso de Imagem**, garantindo que cada participante estivesse totalmente ciente e de acordo com o processo, respeitando princípios éticos e de privacidade.

## Propostas para percepção vocal

- **Simulação de situações sociais** (apresentação pessoal, pedir informação, conversar com amigos).
- **Feedback auditivo e perceptivo** para que cada pessoa reconheça a voz que deseja construir.
- **Apoio à comunicação não verbal**: gestos, expressões faciais e postura.

## Percepções dos Participantes e Demandas Vocais Observadas no Grupo

Durante os encontros, alguns integrantes do grupo relataram **receio de que a voz fique “caricaturada”** ou que percam a capacidade de se reconhecer na própria voz. Esse medo é comum e totalmente compreensível, pois a voz faz parte da identidade e da forma como cada pessoa se vê e se apresenta ao mundo.

Muitos participantes expressaram preocupação em não atingir um resultado que pareça artificial. Por isso, reforço continuamente que o objetivo do treinamento vocal **não é criar um padrão**, mas sim **desenvolver uma voz autêntica, confortável e alinhada à identidade de cada um**, preservando naturalidade e saúde vocal.

# Resultados Observados



## Melhora na Qualidade Vocal

Foi observada melhora significativa na qualidade vocal dos participantes, com destaque para o aperfeiçoamento da articulação, projeção e naturalidade da voz de acordo com os objetivos individuais de cada um.

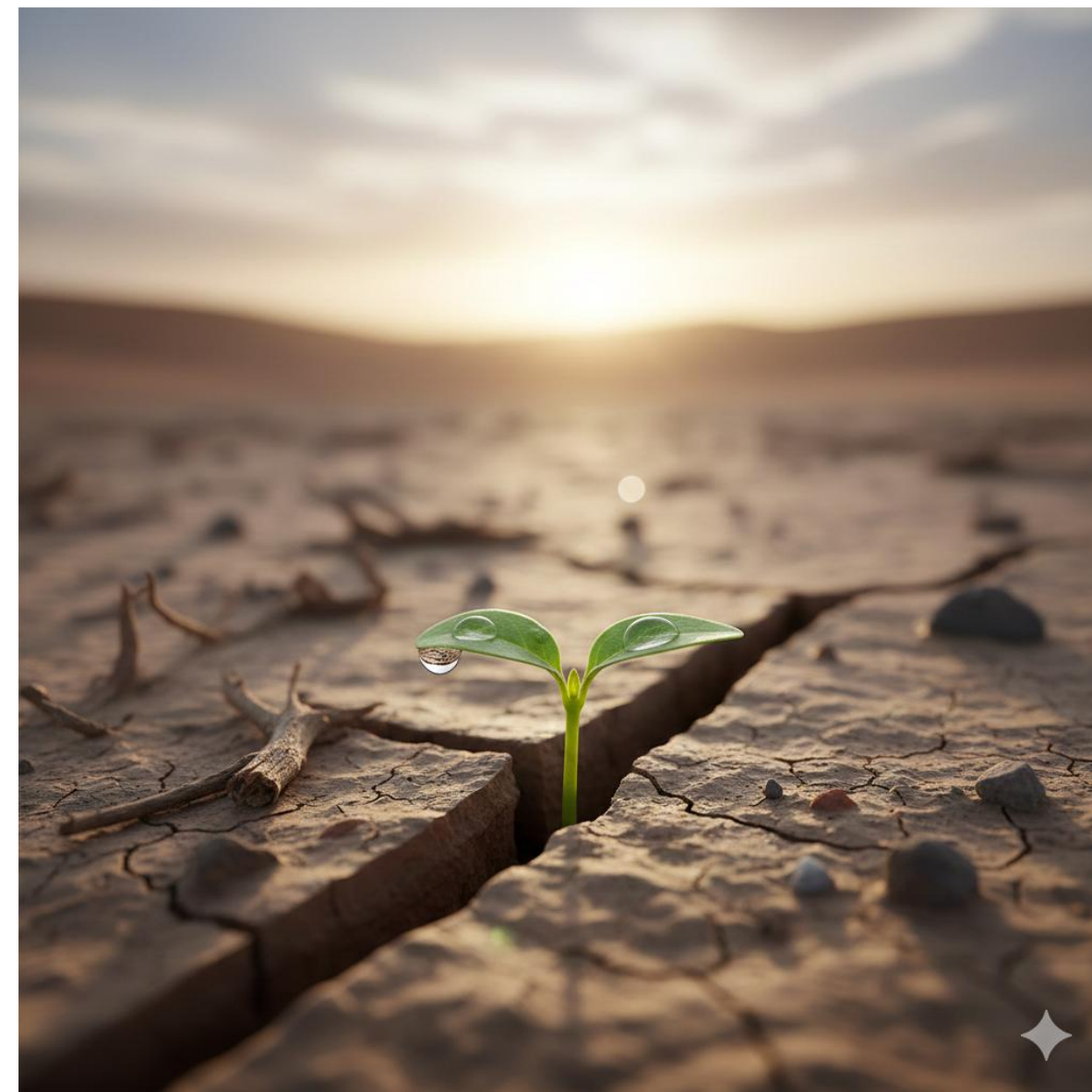
## Fortalecimento de Vínculos

Percebeu-se um fortalecimento dos vínculos entre os participantes e a equipe multiprofissional, refletido em maior confiança, engajamento e assiduidade nas atividades propostas.



# Uma Experiência Transformadora

O trabalho desenvolvido com o grupo de pacientes trans tem se mostrado uma experiência rica e transformadora, tanto pela rede de apoio formada quanto pela troca de saberes entre pacientes e profissionais.









**OBRIGADA!!!**





**Acesse nosso site**

[www.sas-seconci.org.br](http://www.sas-seconci.org.br)

Rua Durval José de Barros, 264 – Vila Matilde – SP  
Tel.: (11) 2289-0390 / 2093-8368  
e-mail: [comunicacao@sas-seconci.org.br](mailto:comunicacao@sas-seconci.org.br)