

MONOGRAFÍA SISTEMATIZACIÓN DE DATOS

**Caracterización de los Factores de Riesgo que Generan la Presencia de Alteraciones
Vocales en los Docentes.**

Por:

ANA MILENA GALLEGO MARÍN ID: 000563787

ANDREA DAGUA MALAMBO-ID – 000580758

NELSON ALONSO CARDONA BARRIENTOS ID 000569160

Grupo: # 4

Profesor:

GREISS SARMIENTO

Asignatura:

OPCIÓN DE GRADO

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA MINUTO DE DIOS

ADMINISTRACIÓN EN SALUD OCUPACIONAL

ITAGÜÍ COLOMBIA

2021

MONOGRAFÍA SISTEMATIZACIÓN DE DATOS

**Caracterización de los Factores de Riesgo que Generan la Presencia de Alteraciones
Vocales en los Docentes.**

Por:

ANA MILENA GALLEGO MARÍN ID-000563787

ANDREA DAGUA MALAMBOID-000580758

NELSON ALONSO CARDONA BARRIENTOS ID-000569160

Profesor:

GREISS SARMIENTO

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA MINUTO DE DIOS

ADMINISTRACIÓN EN SALUD OCUPACIONAL

ITAGÜÍ, COLOMBIA

2021

MONOGRAFÍA SISTEMATIZACIÓN DE DATOS

Contenido

Resumen / Abstrac	5
Introducción	6
Palabras claves	7
Descripción del problema	7
Pregunta problematizadora	10
Justificación	10
Objetivos	11
Objetivo General	11
Objetivos específicos.....	11
Marco teórico	11
Marco legal	13
Marco conceptual	13
Diseño metodológico	14
Tipo de estudio	14
Población.....	15
Muestra	15
Presentación y análisis de resultados	15
Discusión	19
Conclusiones	20
Recomendaciones	21
Bibliografía	22



Contenido Tablas

Tabla 1: Información general de la encuesta.....	15
Tabla 2: Resumen de frecuencia de sobre esfuerzo vocal (subir la voz).....	16
Tabla 3: Resumen cruce entre número de alumnos y minutos de descanso de la voz entre clase y clase.....	17
Tabla 4: Resumen de capacitación y calentamiento al iniciar la labor.....	18
Tabla 5: Resumen del cruce de realizar calentamiento vocal y experimentar cansancio.....	18
Tabla 6: Resumen de auto reporte de molestias a nivel vocal.....	19

Contenido de gráficos

Gráfico 1 Relación de alumnos por aula.....	17
----------------------------------------------------	----

Resumen / Abstrac

Una gran parte de la población mundial requiere de la voz para uso laboral por largos períodos de tiempo, los docentes son la primera categoría profesional que desarrollan o adquieren desordenes vocales como la disfonía funcional, ya que el uso de la voz hablada y proyectada es una actividad característica en ellos, la cual es muy difícil intervenir, ya que la voz es su mecanismo de trabajo.

La disfonía funcional se caracteriza por una utilización defectuosa del órgano vocal a causa del sobreesfuerzo vocal, provocados por: Hábitos personales y condiciones laborales.

El método utilizado para esta investigación fue una encuesta virtual aplicada a 102 docentes, con preguntas cerradas relacionadas con hábitos personales y condiciones laborales, para lo cual se realizó un análisis estadístico descriptivo a través del software SSPS; se evidencio una alta relación entre los sobreesfuerzos por el alto número de alumnos, ausencia de ejercicios de calentamiento vocal, mas no de capacitación por parte de las instituciones, esto relacionado con el auto reporte de signos y síntomas durante y al finalizar la actividad.



MONOGRAFÍA SISTEMATIZACIÓN DE DATOS

Introducción

La disfonía funcional se caracteriza por una utilización defectuosa del órgano vocal a causa de la instalación progresiva del círculo vicioso del sobreesfuerzo vocal, hábitos personales y contexto laboral.

Para ello se elaboró un cuestionario aplicado en docentes del país con ítems como: Genero, edad, horas de actividad vocal, condiciones ambientales, hábitos personales y condiciones laborales, signos y síntomas relacionados a la disfonía funcional.

Chalco Lazo & Crespo Jimenés, (2017), nombran que “en países como Francia, Argentina, Chile y Colombia consideran la disfonía funcional como una enfermedad profesional por los agentes causantes que esta produce, en el caso de los docentes las organizaciones de estos países: Organización Internacional del Trabajo (OIT), Organización Panamericana de la Salud (OPS) y Organización Mundial de la Salud (OMS) se basan en tres aspectos a considerar:

- La disfonía que se intensifica durante la jornada de trabajo y que recurre total o parcialmente durante los períodos de reposo o vacaciones, sin compromiso anatómico de las cuerdas vocales.
- La disfonía persistente que no remite con reposo y que se acompaña de edemas, nódulos u otras patologías en las cuerdas vocales.
- La ley ampara a los docentes de educación inicial, primaria, secundaria, media y universitaria tanto a nivel estatal como privado. P26

“Especialistas foniátricos en España confirman que presentan mayor riesgo de padecer disfonía funcional y otras alteraciones vocales, docentes que laboran en el nivel de educación infantil, seguida por los de educación primaria y secundaria”. Chalco Lazo & Crespo Jiménez, (2017), p.30

Dando cumplimiento al Programa Nacional de Salud Ocupacional del Ministerio de Salud Pública de Cuba, se desarrolló un protocolo de vigilancia de las disfonías crónicas en profesionales de la voz

MONOGRAFÍA SISTEMATIZACIÓN DE DATOS

En Torres García , Cordero Cordero, & Linares Fernández, (2015), se señala que “como respuesta al incremento paulatino de las disfonías crónicas en profesionales en el país, en este se ha priorizado la vigilancia y el control de la salud de los trabajadores expuestos a factores propiciadores de esta patología, considerada como enfermedad profesional, y sobre todo en el sector educacional, por ser uno de los organismos que con mayor número de trabajadores hacen uso de la voz durante el desarrollo de sus actividades docentes. Este programa abarca, además, a los estudiantes que ingresan a las llamadas carreras pedagógicas de todos los niveles de la enseñanza en el país. p 9

Palabras claves

Disfonía funcional, patología, docentes, ambiente de trabajo, ocupacional.

Descripción del problema

En la población docente el uso de la voz es la principal herramienta de trabajo, debido a su esfuerzo constante y prolongado, constituye el principal factor de riesgo para desencadenar un trastorno de la voz, acompañado con otros factores personales, ambientales y laborales que inciden en la manifestación de esta patología.

De acuerdo con la revisión de diferentes estudios se encontró que, en España, más de dos millones de personas presentan alguna patología de la voz, siendo más frecuente la disfonía funcional y como principales síntomas descritos han sido molestias a nivel laríngeo (ardor, picazón, sequedad y ronquera). Se estima que siete de cada diez casos se deben a diferentes factores como: Sobre esfuerzos y malos hábitos al hablar, empleo de un volumen por encima del ruido ambiente o por hablar sobre intensidades más allá de lo normal, que se sitúa en torno a cuatro horas al día. Chalco Lazo & Crespo Jiménez, (2017) p. 14

MONOGRAFÍA SISTEMATIZACIÓN DE DATOS

A nivel de Latinoamérica se encontró que en Chile el 75.5% de los docentes presentan disfonía en grado leve o moderado y que la mayoría no lo sabe, hasta que su condición empeora. Además, se indicó que los educadores mayores a 45 años que se desempeñan en el Nivel de Educación Básica presentan un mayor riesgo de presentar dicha patología. Chalco Lazo & Crespo Jiménez, (2017), p.14.

En la población docente el uso de la voz como principal herramienta de trabajo, debido a su esfuerzo constante y prolongado, constituye el principal factor de riesgo para desencadenar un trastorno de la voz, acompañado con otros factores que inciden en la manifestación de esta patología.

En Colombia se cuenta con pocos estudios sobre el tema; sin embargo, se ha encontrado la siguiente información en el estudio titulado “Prevalencia de los trastornos de voz ocupacionales en los docentes de dos IES (Instituciones Educativas de nivel Superior) en Colombia en el año 2013-2014”

En Reyes Gutiérrez, (2014), donde se realizó un estudio descriptivo a 149 docentes de dos IES, a los cuales se les aplicó una encuesta teniendo en cuenta características demográficas y laborales, hábitos de la voz, antecedentes personales, disminución del volumen de la voz, alteraciones en la voz, este estudio arrojó los siguientes resultados; la población más afectada son de género masculino entre los 36 y 45 años de edad, en docentes con un tiempo de exposición ocupacional mayor de 6 y menor de 15 años, en cuanto a los factores ambientales se idéntico la asociación a estar sometidos a cambios bruscos de temperatura, exposición a ruido de fondo durante la tarea o labor y finalmente a permanecer en ambientes contaminados. El estudio también arrojó que el estrés y problemas familiares inciden significativamente en la aparición de la patología. Como recomendación el estudio plantea un sistema de vigilancia epidemiológico en las IES, dar capacitación a los docentes sobre factores de riesgos personales y hábitos de la voz e intervenir los ambientes desfavorables que inciden para la aparición de la patología. p 2

(Ferias, P 2012 citado en Chalco Lazo & Crespo Jiménez 2017) el ruido del aula de clase no debería superar los 35 dB recomendados por la OMS (Organización Mundial de la Salud), estudios indican que un aula de clase promedio el nivel de ruido es alrededor de 50-65dB, con

MONOGRAFÍA SISTEMATIZACIÓN DE DATOS

un promedio aproximado de 55 dB, se demuestra que el docente eleva la voz 15 dB por encima del ruido ambiental, llegando a utilizar una intensidad de su voz a 70 dB, mientras que la voz convencional no debe superar los 65 dB.

Es importante tener en cuenta todos los factores de riesgo asociados a la patología como: los físicos, químicos, organizacionales, infraestructura, individuales y psicosociales.

Federación Estatal de Enseñanza de CCOO, (2009). “El sector docente es uno de los más proclives al padecimiento de patologías psicosociales, manifestado como fatiga física, estrés laboral, depresión, síndrome del quemado o burnout, o el acoso, y que en su conjunto se ha denominado «malestar del docente»” p 32

Latorre, Jutinico, Salgado, Pérez, & López, (2014) El manejo de la voz en el aula es indispensable debido a que una voz bien impostada, de timbre agradable y de clara dicción, presenta los elementos necesarios para transmitir el mensaje que el docente se propone hacer llegar a sus alumnos. Estar frente a un grupo de alumnos, es un reto para la voz. Al final de cada jornada y por consiguiente de cada semestre, la voz se apaga, pierde calidad y eficacia y puede presentar quemazón, irritación, carraspeo, ardor y ronquera, debido a que se utiliza el órgano vocal en las más variadas situaciones comunicativas: explicar, preguntar, dar instrucciones entre otras, aunado a las condiciones ambientales y psicológicas en que se desarrolla la actividad docente. p. 60

De acuerdo con la literatura se definen las siguientes medidas preventivas;

- a) Formación en el cuidado de la voz.
- b) Información en el cuidado de la voz.
- c) Reposo y descanso de la voz.
- d) Suprimir el hábito de tabaco en los docentes fumadores.
- e) Seguir una hidratación adecuada a lo largo de la jornada laboral.
- f) Mejorar las condiciones acústicas del aula.
- g) Uso de micrófonos o amplificador para los docentes.
- h) Exámenes periódicos ocupacionales.



MONOGRAFÍA SISTEMATIZACIÓN DE DATOS

En las diferentes investigaciones consultadas, se concluye que, en las instituciones educativas, los entes administrativos y docentes deben tener los suficientes conocimientos sobre los factores que pueden causar patologías de la voz, como la disfonía funcional o tensional y de esta forma evitar alteraciones de este tipo. Es por esta razón que nuestro estudio está enfocado en determinar los factores de riesgo asociados a la disfonía funcional (hábitos personales, laborales, condiciones de la tarea y condiciones ambientales) en docentes de educación primaria, básica secundaria y superior del país, quienes deben realizar la actividad de docencia de forma presencial y en la actualidad de manera virtual o combinada, debido a la contingencia sanitaria por la infección respiratoria COVID-19, lo cual se puede ver reflejado en un beneficio ya que el uso de la voz en esta modalidad requiere menos esfuerzo.

Pregunta problematizadora

¿Cuáles son los factores personales y ocupacionales que generan la presencia de alteraciones vocales como disfonía funcional en los docentes?

Justificación

Los docentes utilizan la voz en la mayor parte de su jornada laboral: explicando, preguntado, dando instrucciones, lo que genera que la voz hablada y proyectada sea su principal forma de comunicación y su herramienta de trabajo.

Teniendo en cuenta que la investigación es parte fundamental en nuestra formación en el área de Seguridad y Salud en el Trabajo, decidimos afrontar un estudio que se enfoca en recopilar información sobre la patología de la voz en docentes, con el objetivo de conocer cuáles son estos factores que influyen al momento de la aparición de esta patología, y analizar la normatividad vigente para realizar aportes de una manera crítica y objetiva, este estudio es de vital importancia para el área educativa, el cual dará muestra de los factores que aumenta la probabilidad de desencadenar problemas a nivel de la voz, en consecuencia aportar recomendaciones y medidas preventivas, ya sea sobre las condiciones laborales o de la tarea, factores ambientales y hábitos personales, se pretende impactar positivamente y mejorar las condiciones de los docentes, lo cual baja costos operativos, incrementa la productividad, baja el ausentismo, y por ende se brinda una formación de mayor nivel.

MONOGRAFÍA SISTEMATIZACIÓN DE DATOS

Se pretende también dejar un precedente como base para estudios o investigaciones posteriores, ya que los espacios de enseñanza virtual podrían mejorar las condiciones vocales de los docentes y también tener en cuenta la experiencia de esta modalidad en el alumnado.

Objetivos

Objetivo General

Determinar cuáles son las condiciones personales y ocupacionales que generan alteraciones vocales como disfonía funcional o tensional en docentes de primaria, básica secundaria, media y universitarios de Colombia.

Objetivos específicos

Caracterizar los factores de riesgo personal y de entorno de trabajo que puede generar patologías de la voz en el ámbito ocupacional de los docentes de primaria, básica secundaria, media y universitarios de Colombia.

Indagar sobre la percepción de los factores de riesgo que pueden ocasionar enfermedades de la voz en docentes en el ámbito laboral y personal.

Identificar signos y síntomas por auto reporte a nivel vocal en la población de docentes.

Marco teórico

En el caso de ésta patología (disfonía funcional) se puede afirmar según Corbeta , Núñez, & Fernández, (2013) que no se trata de un problema orgánico, y que únicamente consiste en la mala utilización de los recursos vocales; que la mayoría de los pacientes con disfonía funcional pertenecen a la categoría de disfonía por tensión muscular, lo cual se usa para describir las características clínicas que presentan algunos individuos de mediana edad con el uso intensivo de la voz en situaciones de estrés. pg. 324. Lo anterior confirma que los trabajadores con la patología descrita son afectados por su labor y que en algún momento debería ser tomada

MONOGRAFÍA SISTEMATIZACIÓN DE DATOS

como una enfermedad o accidente laboral, ya que en ocasiones sucede dentro de la jornada de trabajo.

Para valorar acústicamente el efecto de 2 tipos de terapia vocal, la primera mixta y la segunda directa, Revista de otorrinolaringología y cirugía de cabeza y cuello, (2017) Afirma que:

“El análisis acústico de la voz es una herramienta objetiva y no invasiva de exploración vocal que emplea el registro y análisis de la señal acústica obtenida a partir de una tarea vocal. Se utiliza como complemento del diagnóstico de voz”

Consiste en la combinación de las medidas de perturbación vocal a corto plazo con las medidas de ruido que son indicadores confiables para identificar voces normales y alteradas. Esta patología es muy común que la desarrollen los profesores, por el continuo uso de la voz, afectando gran parte de la docencia escolar y universitaria, poniendo en riesgo la salud y trabajo de los docentes Castejón Fernández , (2013) “la disfonía debería ser reconocida como enfermedad profesional porque es consecuencia del ejercicio de la profesión docente y, por consiguiente”, las instituciones educativas deberían “ocuparse de generar las condiciones individuales y ambientales necesarias para reducir la carga y el riesgo vocal, así como de la evaluación, prevención y rehabilitación logopedia” p 10.

Por otra parte: la OIT reconoce a los profesores como la primera categoría profesional bajo riesgo de contraer enfermedades profesionales de la voz por el constante uso de ella (i Nonó, Orri Plaja, Juanola Pagès, Corselles Corbella, & Mer Santamaria, s.f.).

(Ministerio de salud y proteccion social, (2012). El congreso de la republica dice que el Sistema General de Riesgos Laborales: Es el conjunto de entidades públicas y privadas, normas y procedimientos, destinados a prevenir, proteger y atender a los trabajadores de los efectos de las enfermedades y los accidentes que puedan ocurrirles con ocasión o como consecuencia del trabajo.

MONOGRAFÍA SISTEMATIZACIÓN DE DATOS

Marco legal

Ley 1562 de 2012

Define como enfermedad laboral aquella que es contraída como resultado de la exposición a factores de riesgo inherentes a la actividad laboral.

Decreto 1072 de 2015

Reglamento único del sector trabajo.

Resolución 0312 de 2019

Estándares mínimos del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo.

CIE-10

Clasificación internacional de las enfermedades.

Decreto 676 mayo 22 de 2020 (Tabla de enfermedades laborales)

En este decreto nos muestra la tabla de enfermedades en Colombia, en la cual la disfonía funcional está clasificada como enfermedad laboral. Numeral 5, agentes ergonómicos, enfermedades del oído y problemas de fonación, catalogado como esfuerzo vocal e identificado como disfonía (R49.0).

Marco conceptual

Enfermedades asociadas:

En el caso de esta patología (disfonía funcional) se puede afirmar según Corbeta, Núñez, & Fernández, (2013), que no se trata de un problema orgánico, y que únicamente consiste en la mala utilización de los recursos vocales; partiendo de la generalidad de esta cita se puede decir que:

Disfonía: Es la pérdida del timbre normal de la voz por trastorno funcional u orgánico de la laringe.

Disfonía funcional: es la alteración de la voz sin lesión anatómica en los órganos fonatorios, representando dificultades en el proceso del funcionamiento vocal.

MONOGRAFÍA SISTEMATIZACIÓN DE DATOS

Torres García, L. M., Cordero Cordero, A., & Linares Fernández, T. M. (2015), define como factores de riesgos las diferentes condiciones a las que se expone el trabajador ya sean en su ambiente laboral o personal como: contaminación en el ambiente, espacios abiertos, ruido de fondo y mal uso del recurso vocal.

Segun Castejón Fernandez, L. (13 de 12 de 2013), la disfonía funcional, se clasifica como enfermedad profesional debido a la carga vocal de la actividad docente, identificada en la tabla de enfermedades (R49.0). CIE-10 Clasificación internacional de las enfermedades, Decreto 676 mayo 22 de 2020 (Tabla de enfermedades laborales), también describe la condición laboral como; condiciones de trabajo, los aspectos ambientales, tecnológicos, organizacionales y condiciones de la tarea.

Según Barreto Munévar, D. P. (15 de 06 de 2011), se refiere a los hábitos inadecuados, los cuales están relacionados con el riesgo a contraer enfermedades a nivel vocal, también indica que la alteración vocal es la alteración de las cualidades de la voz (tono, timbre o intensidad), por último el cuidado de la voz consiste en la adecuada higiene vocal, lo cual incluye entrenamiento y capacitación, calentamiento vocal, ejercicios respiratorios y utilización de la voz en un tono natural.

Chalco Lazo & Crespo Jiménez , (2017), nombra las siguientes definiciones:

Decibeles (dB); Es la unidad de medida de la intensidad sonora.

Ruido; el ruido es la sensación auditiva inarticulada, generalmente desagradable. En el medio ambiente, se define como todo lo molesto para el oído o, más exactamente, como todo sonido no deseado.

Diseño metodológico

Tipo de estudio

Es un estudio de tipo descriptivo-transversal con enfoque cuantitativo, que busca caracterizar los factores laborales y personales que inciden en la presencia de alteraciones vocales como disfonía funcional; a través de la aplicación de una encuesta virtual, la cual fue avalada por dos profesionales en medicina laboral y de investigación, la encuesta consta de 23 preguntas cerradas, relacionadas con hábitos personales y condiciones laborales; el tamaño de

MONOGRAFÍA SISTEMATIZACIÓN DE DATOS

la muestra es de 102 docentes, de lo cual se realiza un análisis estadístico descriptivo a través del software SPSS.

Población

Docentes de primaria, básica secundaria, media y universitarios de Colombia.

Muestra

Se realiza la muestra de carácter no probabilístico a conveniencia, por participación voluntaria. Aplicada a 102 docentes de la ciudad de Medellín e Ibagué.

Criterios de inclusión:

- Docentes que laboran en instituciones públicas y privadas.
- Docentes en edades entre 20 y 70 años.

Presentación y análisis de resultados

Información general de la encuesta

Tabla 1: Información general de la encuesta

INFORMACIÓN GENERAL DE LA ENCUESTA		
Condición de la persona		
Promedio de edad	49 Años	
Género	33% Hombres (34)	66,7% Mujeres (68)
Fumadores		4,9% Mujeres (5)
Condición de trabajo		
Número de instituciones	83% 1 Institución	
Promedio de horas	68%(3-8 Horas) Virtual	38,5% (3-8 Horas) Presencial
Hidratación durante la actividad laboral	82%	
Tiempo dedicado al descanso de la voz entre clases	0-15 Minutos(58%)	

Como novedad especial se evidencia que los encuestados reportan bajo consumo de alcohol y cigarrillo



Condiciones de trabajo

Tabla 2: Resumen de frecuencia de sobre esfuerzo vocal (subir la voz).

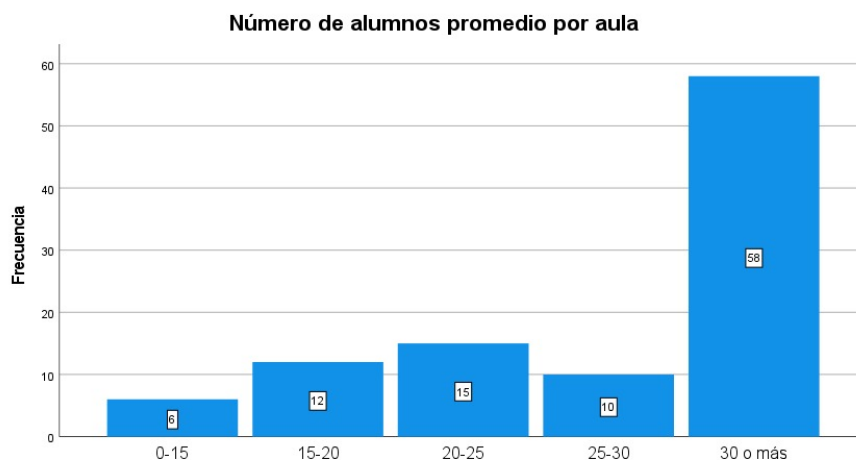
		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Casi siempre	43	42,2
	Esporádicamente	34	33,3
	Exporadicamente	10	9,8
	Nunca	6	5,9
	Siempre	9	8,8
	Total	102	100,0

Al analizar las condiciones registradas en la tabla 2, se puede evidenciar que debido al ambiente laboral en el que los docentes desarrollan su oficio la mayoría de ellos se ven obligados a levantar la voz (51%); cabe anotar que la mayoría de la población encuestada realiza su labor en ambientes cerrados, se observa como dato relevante que estos docentes, incluyendo los que lo hacen esporádicamente (70%), presenta molestias a nivel laríngeo.

Los docentes actualmente utilizan herramientas tecnológicas como son: aplicativos webs, herramientas audiovisuales y sus clases son en video conferencia, el uso de la tiza y el marcador han ido desapareciendo.



MONOGRAFÍA SISTEMATIZACIÓN DE DATOS

**Gráfico 1** Relación de alumnos por aula

La gran mayoría de los docentes que laboran con grupos numerosos, manifiestan molestias a nivel laríngeo

Al analizar la gráfica 1, podemos evidenciar que el descanso de la voz de los docentes entre clase y clase no es lo suficiente para que su voz se reponga al desgaste, con el agravante de que los grupos de alumnos son mayores a 30 por aula (58%), lo que hace más difícil la comunicación por lo tanto se ven obligados a levantar la voz, se evidencia también que la gran mayoría de los docentes que laboran con grupos numerosos, manifiestan molestias a nivel laríngeo.

Tabla 3: Resumen cruce entre número de alumnos y minutos de descanso de la voz entre clase y clase.

Minutos diarios en promedio que dedica al descanso de su voz entre clase y clase						
	Alumnos	De 0 - 15 Min	De 15 - 30 Min	De 30 - 45 Min	60 Min o más	Total
Número de alumnos promedio que acompaña en su jornada normal. No aplica para periodos de alternancia	0-15	4	2	1	0	7
	15-20	5	6	1	0	12
	20-25	10	4	0	1	15
	25-30	5	2	0	3	10
	30 o más	35	13	6	4	58
Total		59	27	8	8	102



Tabla 4: Resumen de capacitación y calentamiento al iniciar la labor

Docentes realizan calentamiento o ejercicios para el cuidado de la voz				
		No	Si	Total
Docentes que han recibido capacitación relacionada al cuidado de la voz	No	43	2	45
	Si	48	9	57
Total		91	11	102

En la tabla 4, se puede evidenciar que la mayoría de los docentes han recibido capacitación relacionada con el cuidado de la voz (56%), sin embargo, el 89% de ellos no realiza ningún tipo de calentamiento vocal antes de iniciar su labor.

Tabla 5: Resumen del cruce de realizar calentamiento vocal y experimentar cansancio

Docentes que presentan molestias a nivel laríngeo al terminar su labor (ardor, picazón, sequedad y ronquera)				
		No	Si	Total
Docentes que realizan algún tipo de calentamiento o ejercicio vocal antes o durante su labor	No	27	64	91
	Si	3	8	11
Total		30	72	102

Analizando los datos de la tabla 5, se evidencia que un gran porcentaje de docentes que no realiza calentamiento o ejercicio vocal presenta molestias a nivel laríngeo al finalizar su labor.

Características individuales

Al analizar la ingesta de agua durante la jornada se pudo evidenciar que el 82% de los docentes toman agua, la mayoría de ellos a temperatura fría (42%).



Tabla 6: Resumen de auto reporte de molestias a nivel vocal

Resumen de auto reporte de molestias a nivel vocal			
Discriminación de reporte de salud	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
Docentes que durante la jornada experimentan cansancio o cambios en la voz	Si	94	92,2
	No	8	7,8
	Total	102	100
Docentes que al finalizar la jornada experimentan ardor, picazón, sequedad y ronquera	Si	72	70,6
	No	30	29,4
	Total	102	100
Docentes que de forma general presentan problemas de voz hablada	Si	31	30,4
	No	71	69,6
	Total	102	100

En la tabla 6, se evidencia un alto porcentaje de docentes que presentan molestias a nivel laríngeo (ardor, picazón, cansancio y cambios en la voz) durante y al finalizar su jornada laboral, el 30% de los encuestados manifiesta tener molestias de forma general (posiblemente exista una enfermedad crónica o de base).

Discusión

Al finalizar el análisis de los resultados obtenidos en la encuesta aplicada a 102 docentes y en concordancia con lo descrito por Chalco Lazo & Crespo Jimenés, (2017), se evidencia que la mayoría de los docentes tienen una carga laboral considerable debido al alto porcentaje de estudiantes por aula, el ruido de fondo y tiempos de descanso entre clases, a pesar que la mayoría de ellos recibieron capacitación sobre el cuidado de su voz, no realizan ejercicios de calentamiento previo a su jornada, siendo esta una condición desfavorable ya que varios autores como Castejón Fernández, L. (13 de 12 de 2013) y Corbeta, I., Núñez, F., & Fernández, S. (2013), recomiendan estos ejercicios como medida preventiva para la buena salud vocal, es de resaltar que la mayoría de los docentes tiene el buen hábito de hidratarse durante las actividades.



MONOGRAFÍA SISTEMATIZACIÓN DE DATOS

Como novedad especial evidenciamos que los encuestados no reportan alto consumo de tabaco y alcohol, estando estos últimos aspectos en concordancia con Castejón Fernandez , L. (13 de 12 de 2013). cómo se hubiera esperado, si esta encuesta se hubiese aplicado 15 años atrás, cuando no se contaba con programas de prevención del cuidado de la voz específicos para la labor docente.

Con los resultados obtenidos bien se podría implementar planes de mejoramiento para la salud vocal de los docentes, en convergencia con Corbeta, Núñez, & Fernández, (2013) recomendamos crear mecanismos efectivos de concientización, seguimiento y control a las recomendaciones divulgadas en dichos programas. El beneficio de esta investigación se reflejaría en el mejoramiento de la calidad de vida de los docentes, la disminución del ausentismo, aumento de la productividad y la calidad de la enseñanza.

En el desarrollo de la encuesta se encuentra varias deficiencias tales como:

- Dificultad en el manejo de las Tics
- El diligenciamiento incompleto de varios ítems de la encuesta
- Los errores en las algunas de las respuestas de la encuesta
- Las condiciones actuales de la actividad docente disminuyo el porcentaje de respuestas esperadas debido a la virtualidad en la que nos encontramos actualmente.

Conclusiones

- La disfonía es una patología que afecta mayormente a las personas que trabajan con su voz, especialmente la población docente, esta situación se presenta por el sobreesfuerzo y mal uso de los órganos vocales, ya sea por condiciones laborales o personales.
- Aunque la disfonía funcional ya se encuentra incluida en la tabla de enfermedades profesionales, su detección y tratamiento no se hace de manera oportuna, lo que ocasiona un mayor nivel de afectación o secuelas muchas veces permanentes.

MONOGRAFÍA SISTEMATIZACIÓN DE DATOS

- En cuanto a los hábitos personales, se concluye que la mayoría de los encuestados como novedad especial no reporta alto consumo de tabaco o licor, también se observa que un gran porcentaje acostumbra a hidratarse durante la actividad, lo cual disminuye el riesgo de presentar patologías relacionadas con problemas de la voz.
- En referencia a las condiciones laborales, se puede evidenciar el sobre esfuerzo vocal, debido al alto porcentaje de alumnos por aula, con descansos insuficientes entre clase y clase, con el agravante de la falta de conciencia de realizar ejercicio de calentamiento antes y durante de la jornada laboral, dado a que la mayoría han recibido capacitación al respecto.
- Con esta investigación se busca crear conciencia desde las instituciones sobre la importancia de la implementación de programas de prevención epidemiológicos relacionados con el cuidado de la voz de su población docente; lo cual se vería reflejado en la salud vocal, su calidad de vida, disminución del ausentismo, reducción de costos y finalmente el beneficio para el alumno al recibir una educación de alta calidad.
- Esta investigación tiene como finalidad servir de apoyo para futuras investigaciones más avanzadas relacionadas con patologías a nivel vocal que se pueden presentar en otros ambientes laborales como los call center y el teletrabajo.

Recomendaciones

- Se recomienda a las instituciones educativas fomentar e implementar programas de capacitación e información en el cuidado de la voz.
- Implementar programa de pausas activas que garanticen el reposo y descanso de la voz.
- Crear programas de promoción y prevención del tabaquismo y alcoholismo en los docentes.
- Continuar con el buen hábito de hidratación durante la jornada laboral.
- Mejorar las condiciones acústicas de las aulas
- Dotar las aulas y espacios abiertos con sistemas de amplificación de sonido.

MONOGRAFÍA SISTEMATIZACIÓN DE DATOS

- Mantener actualizado el Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo, basado en el profesigramas, exámenes periódicos especializados (Índice de discapacidad vocal V.H.I.- 30, Análisis del sonido acústico).
- Para futuras investigaciones se recomienda agregar en la encuesta la variable de antigüedad en el cargo, la cual no fue tomada en cuenta en esta investigación, pero se considera por parte de los investigadores relevante, ya que puede arrojar datos más precisos.

Bibliografía

- Federación Estatal de Enseñanza de CCOO. (2009). *Las enfermedades de la voz*. Madrid España : Paralelo Edición, SA.
- Arribazabalaga Baigorri, S., & García López, V. (2017). Evaluación de la notificación de disfonías en personas con uso profesional de la voz como suceso centinela en Navarra. Años 2013-2015. *Revista española de Salud Pública*, 5.
- Barreto Munévar, D. P. (15 de 06 de 2011). *Revista de Salud Pública*. Recuperado el 21 de 04 de 2020, de <https://revistas.unal.edu.co/index.php/revsaludpublica/article/view/15870/38040>
- Caravaca García, A., & Santos Pérez, S. (enero de 2012). *Wasim Elhendi Halawa*. Obtenido de Wasim Elhendi Halawa: <https://www.medigraphic.com/pdfs/anaotomex/aom-2012/aom121h.pdf>
- Casallas, M. R. (2015). *Los costos de la enfermedad laboral: revisión de literatura*. udea.
- Castejón Fernández, L. (2013). Prevención de disfonías funcionales en el profesorado universitario: 3 niveles de acción preventiva. *Aula abierta*(42), 10.
- Chalco Lazo, A., & Crespo Jiménez, J. (2017). <https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/26267/1/PROYECTO%20DE%20INVESTIGA>

MONOGRAFÍA SISTEMATIZACIÓN DE DATOS

- CI%3%93N.pdf*. Obtenido de <https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/26267/1/PROYECTO%20DE%20INVESTIGACI%3%93N.pdf>.
- Corbeta , I., Núñez, F., & Fernández , S. (2013). Patología de la voz . En I. Corbeta, F. Núñez, & S. Fernández, *Patología de la voz* . Marge MEDICA books.
- Dominguez, I. (1 de agosto de 1997). *Impacto Económico de los Accidentes de Trabajo*. Obtenido de Impacto Económico de los Accidentes de Trabajo: <file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/1125-Texto%20del%20art%3%ADculo-3593-1-10-20120709.pdf>
- Escobar, C. (10 de Septiembre de 2012). *Costos de Accidentes* . Obtenido de Costos de Accidentes : <file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/1591-Texto%20del%20art%3%ADculo-5392-1-10-20120910.pdf>
- Ferías , & G, P. (2012). *La Disfonía Ocupacional*. Buenos Aires : Akadia.
- Garzón, B. (14 de Junio de 2015). *Accidentes de trabajo:su investigación y las fuerzas de la estadísticas*. Obtenido de Accidentes de trabajo:su investigación y la fuerzas de las estadísticas: <file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/ACCIDENTES%20DE%20TRABAJO.pdf>
- i Nonó, J., Orri Plaja, A., Juanola Pagès, E., Corselles Corbella, C., & Mer Santamaria, M. (s.f.). *Profesionalesde la voz* . Obtenido de Profesionalesde la voz : https://treball.gencat.cat/web/.content/09_-_seguretati_salut_laboral/publicacions/imatges/us_professional_veu_cast.pdf
- JOSE, M. (2013). Caracterización y análisis del riesgo. *SOLUCIONES DE POSTGRADO EIA*, 3.
- Karina, A. (2016). *COSTOS DE LOS ACCIDENTES LABORALES*:. CARTAGENA: LATINOAMERICANA.
- Latorre, C., Jutinico, K., Salgado, M., Pérez, P., & López, S. (2014). PREVALENCIA DE DISFONÍAS EN PROFESORES PERTENECIENTES. *Revista Areté*, 60.
- Ministerio de salud y proteccion social . (11 de julio de 2012). www.mintrabajo.gov.co. Obtenido de www.mintrabajo.gov.co: <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/Ley-1562-de-2012.pdf>
- Revista de otorrinolaringología y cirugía de cabeza y cuello. (2017). Aplicaciones clínicas de análisis acústico. *Rtorrinolaringología y cirugía de cabeza y cuello*, 77.

MONOGRAFÍA SISTEMATIZACIÓN DE DATOS

Reyes Gutiérrez, M. G. (06 de 2014). *edu.co/bitstream/handle/10336/8665/ReyesGutierrez-Marta-2014.pdf?sequence=1&isAllowed=y*. Recuperado el 21 de 04 de 2020, de <https://repository.urosario.edu.co/bitstream/handle/10336/8665/ReyesGutierrez-Marta-2014.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Riaño, C. I. (15 de Mayo de 2015). *los costos de la Enfermedad laboral: Revisión de literatura*. Obtenido de Los costos de la Enfermedad laboral: Revisión de la literatura: [file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/COSTOS%20DE%20LAS%20ENFERMEDADES%20LABORAL ES.pdf](file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/COSTOS%20DE%20LAS%20ENFERMEDADES%20LABORAL%20ES.pdf)

Rodriguez, B. C. (14 de junio de 2015). *accidentes de trabajo: su investigación y la fuerza de las estadísticas*. Obtenido de accidentes de trabajo: su investigación y la fuerza de las estadísticas: <file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/ACCIDENTES%20DE%20TRABAJO.pdf>

Sánchez Palencia, F. (15 de Mayo de 2015). *Los costos de la enfermedad laboral: revisión de Literatura*. Obtenido de Los costos de la enfermedad laboral: revisión de literatura: [file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/COSTOS%20DE%20LAS%20ENFERMEDADES%20LABORAL ES.pdf](file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/COSTOS%20DE%20LAS%20ENFERMEDADES%20LABORAL%20ES.pdf)

Torres García , L. M., Cordero Cordero, A., & Linares Fernández, T. M. (2015). PROTOCOLO DE VIGILANCIA DE LAS. *Revista Cubana de Salud y Trabajo* , 9. Obtenido de <https://www.medigraphic.com/pdfs/revcubsaltra/cst-2015/cst151b.pdf>

