

**Analizar los factores de riesgo asociados a los trastornos de la voz en  
docentes de educación inicial en Colombia: Una perspectiva desde la  
seguridad y salud en el trabajo.**

Diana Paola Moreno Sánchez - ID: 802574

Natalia Gómez Restrepo -ID: 801446

Sandra Milena Gómez Sánchez - ID: 655147

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Centro Occidente

Centro Universitario Pereira

Programa: Administración en Seguridad y Salud en el Trabajo

Noviembre 2025

## Contenido

Dedicatoria .....	4
Introducción .....	6
Justificación .....	8
Planteamiento del problema .....	9
Objetivos .....	12
Objetivo general .....	12
Objetivos específicos.....	12
Marcos de referencia .....	13
Estado del arte.....	13
Internacional .....	13
Latinoamérica.....	14
Colombia.....	15
Marco teórico .....	17
Conceptos Fundamentales sobre la Voz.....	17
Factores de Riesgo Asociados a los Trastornos Vocales.....	19
Marco normativo.....	20
Metodología.....	22
Criterios de selección .....	22
Estrategias de análisis.....	24
Resultados del Desarrollo de la Monografía .....	25
Tipos de trastornos de la voz en docentes.....	25
Factores de riesgo asociados a los trastornos de la voz en docentes .....	29
Factores físicos .....	29
Factores ambientales .....	30
Factores Organizacionales.....	30
Factores psicosociales.....	31
Estrategias de prevención y cuidado vocal para docentes de educación inicial .....	31
Conclusiones .....	35
Recomendaciones .....	37
Referencias .....	38



Fuente: Imagen generada por inteligencia artificial a través de ChatGPT – Open IA (2025)

## Dedicatoria

Dedicamos este trabajo primeramente a Dios, por permitirnos llegar a este momento, por darnos la fortaleza y sabiduría para avanzar con firmeza en nuestro camino profesional, permitiéndonos avanzar con firmeza, paciencia y esperanza.

A nuestras familias, quienes han sido nuestro mayor soporte y motor, su amor, comprensión e incondicionalidad constante en cada etapa de esta formación profesional. A nuestros padres, por su ejemplo de disciplina y esfuerzo; a nuestros hijos, por ser inspiración que nos impulsa a ser mejores cada día.

A todos aquellos que creyeron en nosotros como equipo, aun en los momentos de cansancio, dudas o dificultad, y nos recordaron que trabajar juntos hace posible alcanzar metas que parecían imposibles.

Este logro no es solo académico, sino que también personal, y está constituido desde la unión, la resiliencia y el compromiso colectivo.

## Agradecimientos

Extendemos nuestro más sincero agradecimiento a la Universidad, por brindarnos un espacio de formación integral que contribuyó de manera significativa a nuestro crecimiento profesional, ético y humano. Gracias por su compromiso con la excelencia y por permitirnos desarrollar este proceso que hoy culmina en un logro académico colectivo.

Al programa de Risaralda Profesional, por otorgar becas de estudio que hacen posible nuevas oportunidades de aprendizaje, promoviendo el desarrollo y la proyección profesional en nuestra comunidad.

A nuestros docentes, quienes con paciencia entrega y conocimiento nos guiaron a lo largo de esta formación profesional. Sus orientaciones, acompañamiento constante y compromiso pedagógico nos motivaron a alcanzar la excelencia académica y a fortalecer nuestra vocación por la seguridad y salud en el trabajo; su dedicación representa el sentido humano de esta monografía y la necesidad de proteger al trabajador de la educación.

Agradecemos de manera muy especial a todos aquellos quienes nos acompañaron emocionalmente durante todo este proceso, recordándonos que perseverar tiene recompensa. Su apoyo incondicional fue esencial para culminar con éxito esta etapa.

## Introducción

La voz es una de las herramientas más importantes para los docentes ya que la comunicación verbal es primordial para enseñar e interactuar con los alumnos. El uso constante y prologando de la voz, es un factor de riesgo para desarrollar problemas en la calidad vocal que posteriormente puede convertirse en trastornos permanentes que impactan su desempeño en el trabajo y el bienestar del educador. Byeon H. (2019) plantea que la profesión docente es una de las más propensas a tener disfonías ocupacionales relacionadas con factores personales, ambientales y laborales, ya que según Moreno-Chaparro et al. (2023) “Con alta probabilidad, se podría afirmar que tales trastornos están íntimamente relacionados con el quehacer cotidiano de la labor como esforzar su voz, las condiciones de las aulas, los ambientes y cargas de trabajo” (p.47).

La forma en que se articulan estas perspectivas nos ayuda a entender que la vulnerabilidad de los docentes no se limita solo al uso excesivo de la voz, sino que está influenciada por una serie de factores de riesgo que se acumulan en su entorno laboral. Así mismo es necesario partir del concepto de voz ocupacional que según Farias (2018) “se utiliza para referirse a aquellas profesiones en las que la voz es la herramienta de trabajo, tales como telefonistas, actores, cantantes, oradores, y sobre todo los maestros, que constituyen uno de los grupos profesionales más afectados por el uso intenso de la voz” (p.35), por lo tanto, Al reconocer la voz como una herramienta de trabajo que está constantemente expuesta a exigencias físicas y ambientales, se hace evidente la necesidad urgente de identificar los riesgos asociados y de fortalecer las estrategias de prevención y cuidado vocal en las instituciones educativas.

En Colombia el sistema de educación enfrenta evidentes desafíos estructurales en cuanto a la seguridad y salud en el trabajo, y los problemas de la voz son subestimados, afectando directamente la calidad de la enseñanza y el bienestar docente, en este sentido

Revollo-Zúñiga et al. (2020) plantean que “La afectación transitoria o permanente de esta necesita de atención, ya que el deterioro en la calidad vocal de un profesor interfiere con la realización de sus funciones, llegando hasta comprometer su bienestar psicológico y social”(p.2). Otro aspecto para tener en cuenta es que en la primera infancia los docentes con frecuencia imparten clases en grupos numerosos de niños, lo que implica el uso constante y elevado de la voz para lograr captar la atención, establecer orden y facilitar el aprendizaje, así mismo en estos niveles, suelen desarrollarse actividades lúdicas, que exigen el uso de la voz, aumentando el desgaste de esta.

Además, desde el enfoque de la seguridad y salud en el trabajo (SST), el trastorno de la voz es un sobre esfuerzo vocal y un problema ocupacional ya que afecta la salud física y mental del trabajador, su productividad y la calidad del servicio educativo. De acuerdo con Moreno-Chaparro et al. (2023), los problemas de salud en profesores suelen involucrar afecciones de la voz que, aunque se pueden evitar, no suelen tenerse en cuenta en los planes de seguridad y salud en el trabajo, esta situación pone de manifiesto la importancia de mejorar las estrategias de cuidado y fomento de la salud vocal en la docencia, detectando los elementos que pueden generar riesgo y poniendo en marcha estrategias ergonómicas, ambientales y de capacitación que protejan al profesor como trabajador.

Por lo tanto, el análisis de los factores de riesgo que aumentan las posibilidades de sufrir problemas de voz entre los docentes de primaria es crucial para entender cómo su trabajo influye en que estos problemas aparezcan y se intensifiquen, de tal manera que permita orientar acciones preventivas para cuidar su salud en el trabajo y mejorar la calidad de la enseñanza.

## Justificación

En el ámbito educativo, la voz juega un papel crucial, más aún al inicio de la formación, siendo el principal canal para comunicarse, compartir saberes y crear un entorno de aprendizaje cálido y cercano. En esta fase, el cómo se habla es clave para que los niños se desarrollen a nivel cognitivo, social y emocional, estableciendo la voz del docente como una herramienta fundamental para enseñar. No obstante, el uso continuo, junto con factores como la presencia de medios irritables como el polvo, el frío, la mala ventilación, las posturas corporales inadecuadas, el estrés laboral, sobrecarga académica, ambientes de aprendizaje ruidosos, no descansar la voz y no saber cómo cuidarla, aumenta el riesgo de tener problemas de voz y daños físicos en las cuerdas vocales (Revollo-Zúñiga et al., 2020).

La vigencia de la temática se sustenta en que los profesores en Colombia tienen problemas de voz, como muestran estudios recientes que indican que más de la mitad enfrenta problemas relacionados, ya que según la revisión sistemática llevada a cabo por Moreno-Chaparro et al. (2023) “Las enfermedades identificadas abarcaron tres grandes trastornos como lo son 1) la voz o aparato fonatorio con el 51,1 %, 2) musculoesqueléticos con el 23,4 % y 3) psicosociales con el 21,3 %” (p.44). Estas cifras demuestran que es un problema real que afecta a la salud y al bienestar de los que se dedican a la enseñanza, afectando directamente el cómo se enseña y se aprende.

En el ámbito de la Seguridad y Salud en el Trabajo (SST), la presente monografía cobra importancia al señalar los problemas de voz como una dolencia profesional que está surgiendo en la enseñanza, lo cual exige estrategias de prevención y manejo. Detectar los factores de riesgo relacionados hace posible crear proyectos para fomentar el cuidado de la voz, poner en marcha ajustes ergonómicos en los centros educativos, además de reforzar la capacitación de los maestros en métodos de cuidado personal.

Lo fundamental de encarar este tema se basa en la utilidad práctica de los hallazgos. El saber y examinar los factores de riesgo que intervienen hará posible entender los motivos por los que se producen alteraciones vocales en los profesores de educación inicial. Así, este trabajo ayuda a asegurar que el sistema educativo se mantenga, a la vez que impulsa la salud laboral de los docentes y se asegura de que puedan realizar su trabajo por mucho tiempo sin que su salud se vea afectada.

Por lo tanto, esta monografía busca generar un análisis profundo de la situación actual, promover la conciencia sobre el cuidado de la voz en el sector educativo y proponer medidas que tengan un impacto positivo en la salud ocupacional de los docentes.

### **Planteamiento del problema**

La voz es una de las principales vías de comunicación para las personas y para los docentes es esencial, ya que es su principal herramienta de enseñanza, que permite interactuar con los alumnos y transmitir el saber, sin embargo Mello et al. (2021) plantean que “Aunque diversas investigaciones han aportado evidencia sobre el efecto de las condiciones de trabajo en el funcionamiento vocal de usuarios ocupacionales de la voz, frecuentemente los trabajadores con problemas de voz deben continuar realizando sus labores”(p.2). A nivel mundial, estudios demuestran que la docencia es una de las profesiones con mayor probabilidad de generar problemas de voz, incluso más que actividades como cantar o actuar (Byeon H, 2019).

Adicionalmente los docentes presentan una mayor tasa de problemas de voz que las personas que trabajan en otras ocupaciones y emergen como uno de los grupos más vulnerables, con una prevalencia puntual de trastornos vocales que alcanza el 37.7% y una prevalencia a lo largo de la vida que llega al 63.1% (Martins et al., 2025). En entornos escolares donde el ruido y la comunicación son constantes, esta situación tiende a agravarse, generando afectaciones en la voz de los docentes, que en educación inicial

deben realizar actividades lúdicas que implican ruido y constante voz alta para guiar a los alumnos y Farias (2018) señala que “Con respecto a lo que ocurre en Latinoamérica, la disfonía está considerada como enfermedad profesional en el docente” (p.36).

En el ámbito nacional particularidades locales que intensifican el problema, también reflejan esta tendencia global, ya que el sector educativo colombiano, regulado por normativas como el Decreto 1295 de 1994 y la Resolución 0312 de 2019 del Ministerio de Trabajo, clasifica los trastornos vocales como enfermedades laborales, obligando a las instituciones a implementar sistemas de gestión en seguridad y salud en el trabajo (SG-SST), en este sentido Revollo-Zúñiga et al. (2020) resaltan que “En las conclusiones de los estudios sobre el tema se evidencia que los docentes son más propensos a presentar alteraciones del aparato fonatorio, y existe una tasa de enfermedad laboral en los profesores entre el 20% y el 57%”(p.2).

En cuanto a la temática de la presente monografía, se enfoca en identificar los trastornos vocales en docentes de educación inicial en Colombia, teniendo en cuenta la combinación de factores que comprometen la salud ocupacional, según Valencia & Estrada (2017) “Los docentes están expuestos a múltiples factores de riesgo por lo que se deben incluir en programas de vigilancia epidemiológica y en actividades de promoción y prevención para disminuir la prevalencia de los trastornos de la voz” (p.2). El problema central radica en la identificación de factores de riesgo específicos para este nivel educativo, donde la interacción pedagógica demanda una voz sostenida, a diferencia de niveles superiores con menor énfasis en actividades lúdicas, complementariamente Mello et al. (2021) señalan que:

Los problemas de voz son altamente prevalentes y tienen un alto impacto en trabajadores que dependen de sus voces para realizar sus actividades laborales (tales como docentes, locutores, cantantes, trabajadores de call-center, entre otros) y estudios previos han reportado que la prevalencia anual de problemas de voz en docentes es de alrededor del 57%; mientras que un 94% de docentes ha reportado sufrir de problemas de voz en algún momento de sus vidas (p.2).

Los efectos adversos de este problema trascienden lo personal y se reflejan en los profesores, con problemas de voz que traen consigo dolor, cansancio al hablar, problemas para expresarse y, en situaciones complejas, baja laboral temporal o definitiva. En cuanto a las instituciones educativas, influyen en la calidad de la enseñanza, dado que la voz afectada dificulta el trato con los alumnos y en la claridad en la transmisión de saberes. Además, desde lo social y económico, estas dolencias suponen gastos grandes por bajas por enfermedad, provisionalidades y una menor eficiencia (Revollo-Zúñiga et al., 2020).

Los trastornos de la voz en docentes de educación inicial no pueden entenderse únicamente como molestias vocales derivadas del uso cotidiano de la voz, sino como una manifestación concreta de problemáticas estructurales dentro del sistema educativo colombiano. Esta situación revela fallas profundas tanto en las condiciones laborales como en la implementación real del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo (SG-SST). Diversos autores, como Byeon (2019) y Cantor-Cutiva (2021), advierten que la docencia es la profesión con mayor carga vocal sin que existan programas sistemáticos de entrenamiento o acompañamiento en técnica vocal, lo que evidencia un desequilibrio entre las exigencias del rol y los recursos que se ofrecen para su cumplimiento. En este sentido, el problema no radica únicamente en la presencia de disfonía o fatiga vocal, sino en la ausencia de medidas institucionales preventivas que protejan la voz como herramienta fundamental del docente. La situación en educación inicial es aún más crítica debido al ruido constante, la necesidad de mantener la atención del grupo y la alta demanda emocional. Por ello, los trastornos vocales deben abordarse no como episodios aislados, sino como indicadores de riesgo ocupacional acumulado, producto del desgaste progresivo en un entorno laboral poco favorable.

En resumen, las alteraciones de la voz entre los maestros de educación inicial en Colombia constituyen un problema importante de salud laboral, originado por factores del trabajo, del entorno, personales y psicosociales, cuyas repercusiones impactan tanto al empleado como a las entidades educativas y a la comunidad. La ausencia de planes preventivos particulares desde la seguridad y salud en el ámbito laboral prolonga esta problemática, lo cual demanda un estudio exhaustivo que posibilite entender sus orígenes y efectos, al igual que plantear tácticas de actuación que impulsen el bienestar del profesorado y la excelencia educativa. Por lo tanto, la situación mencionada anteriormente conlleva a formular la siguiente pregunta:

¿Cuáles son los factores de riesgo asociados a los trastornos de la voz en los docentes de educación inicial en Colombia, desde la perspectiva de la seguridad y salud en el trabajo?

## **Objetivos**

### **Objetivo general**

Analizar los factores de riesgo laborales asociados a los trastornos de la voz en docentes de educación inicial en Colombia, desde la perspectiva de Seguridad y Salud en el trabajo (SST).

### **Objetivos específicos**

- Identificar los principales tipos de trastornos de la voz que afectan a los docentes de educación inicial en Colombia.
- Caracterizar los factores de riesgo ocupacionales (físicos, ambientales, organizacionales y psicosociales) que contribuyen en la aparición de estos trastornos.

- Analizar las estrategias de prevención y cuidado con herramientas de higiene vocal, que puedan ser implementadas por las instituciones educativas para proteger la salud vocal de sus docentes.

## Marcos de referencia

### Estado del arte

El estado del arte en esta monografía se centra en una revisión de estudios recientes (2020-2025) sobre los trastornos de la voz en docentes, con énfasis en factores de riesgo desde la perspectiva de la seguridad y salud en el trabajo.

### *Internacional*

En el ámbito internacional, Jiang et al. (2024) en su estudio "The Risk Factors of Voice Disorders in Non-University Teachers: A Systematic Review and Meta-Analysis" buscan identificar los factores de riesgo de trastornos de la voz en docentes no universitarios, emplean una revisión sistemática y metaanálisis con 23 estudios, los resultados revelan factores de riesgo como el género, tabaquismo, infecciones respiratorias, alergias, estrés, ruido en aula y habla excesiva, con alta heterogeneidad. Este aporte enriquece la presente investigación al proporcionar evidencia cuantitativa global sobre riesgos. De manera similar, Belete et al. (2025) en "Self-reported prevalence and associated factors of work related voice disorders among school teachers in Sekota town, Wag Himra zone, North Ethiopia, 2021: a cross-sectional survey" pretenden investigar la prevalencia y factores asociados a trastornos vocales laborales en docentes, aplicando un estudio transversal con 586 docentes, analizando en SPSS 25. Hallan una prevalencia del 21% en 12 meses, con asociaciones como alergia nasal, clases consecutivas, estrés y ruido de niños, su contribución radica en resaltar la relevancia de entornos ruidosos en escuelas primarias. Finalmente, Baghban et al. (2025) en "The

Worldwide Prevalence of Voice Disorders Among Schoolteachers: A Systematic Review and Meta-Analysis" estiman la prevalencia global de trastornos vocales en docentes e identifican factores ocupacionales, realizando una revisión sistemática con 62 estudios, siguiendo PRISMA. Este trabajo aporta una perspectiva macro para la monografía, contextualizando la alta vulnerabilidad en docencia.

### **Latinoamérica**

A nivel latinoamericano, Mello et al. (2021) en "Panorama de tres países latinoamericanos en problemas de voz relacionados con condiciones de trabajo" buscan presentar un panorama de problemas vocales laborales en Brasil, Colombia y México, utilizando una revisión descriptiva comparativa de literatura previa. Los resultados indican prevalencias anuales del 57% y vitalicias del 94%, con sobrecarga laboral y falta de legislación como agravantes. Su análisis regional contribuye al incluir datos colombianos iniciales, enfatizando la cronicidad por factores organizacionales y ambientales. Por otro lado, Campoverde y Tamayo (2023) en "Afecciones por uso de la voz, en profesores de la Unidad Educativa Ciudad de Cuenca" identifican factores generadores de afecciones vocales y ausentismo en docentes ecuatorianos, empleando un estudio retrospectivo transversal cualitativo-documental con 60 docentes. Encuentran 71.7% de discapacidad vocal leve, mayor en mujeres y con 6-10 años de experiencia. Este estudio aporta evidencia sobre impactos psicosociales y físicos en entornos similares a los colombianos. Asimismo, Pinto y Ferreira (2021) en "Trastornos de la voz en docentes y Clasificación Internacional de Funcionamiento, Discapacidad y Salud (CIF)" analizan aspectos ambientales y organizativos laborales, realizando una revisión bibliográfica integradora en bases como Lilacs y SciELO; los hallazgos destacan polvo y ruido como ambientales prevalentes, alta demanda laboral como organizacional y estrés como psicosocial, impactando el funcionamiento integral. Su enfoque enriquece el marco teórico de esta

monografía, permitiendo una clasificación holística de riesgos para docentes de educación inicial.

### **Colombia**

En el contexto nacional colombiano, Revollo-Zúñiga et al. (2020) en "Prevalencia de los trastornos de la voz en los docentes de la Universidad del Magdalena, Colombia, 2017-2018" determinan la prevalencia y factores de riesgo en docentes universitarios, aplicando un estudio descriptivo transversal con 263 docentes, analizado en SPSS 20- Reportan 20.15% de prevalencia moderada, asociada a reflujo gastroesofágico y 35.71% de laringitis. Este aporte local valida factores físicos en SST colombiana. De igual forma, Castellanos et al. (2024) en "Análisis de la Sintomatología Vocal en Docentes de Educación Básica y Media, en dos municipios de Colombia. Un Estudio de Prevalencia y Factores Asociados" buscan determinar sintomatología vocal y su relación con calidad de vida para proponer medidas preventivas, mediante un estudio transversal descriptivo con 103 docentes. Hallan 91.3% de discapacidad leve y mayor riesgo con >15 años de experiencia y horarios extendidos. Su relevancia radica en datos recientes de educación básica. Por último, Barragán y Castillo (2023) en "Percepción de la Fatiga Vocal en Docentes de Colegios Públicos y Privados de Bucaramanga y su Área Metropolitana" determinan la percepción de fatiga vocal en docentes, realizando un estudio observacional descriptivo transversal con 200 docentes y encuesta de Índice de Fatiga Vocal, obtienen 69% de fatiga, mayor en primer grado (88%) y ciencias naturales (84%), este trabajo contribuye con percepciones subjetivas en contextos escolares.

Los puntos en común entre los estudios resaltan la notable incidencia de problemas de voz en los docentes (entre el 20% y el 94%), vinculados a diversos factores como el bullicio del entorno, la carga de trabajo, el estrés laboral y aspectos físicos como alergias o falta de hidratación, lo cual reafirma la fragilidad de esta profesión en ambientes

educativos exigentes y con mucho ruido, sobre todo en mujeres y personas con años de experiencia. Los aspectos menos explorados son la poca atención a la educación primaria, donde aumentan los riesgos, la escasa aplicación de las normas de SST colombianas en estudios regionales y la falta de estudios a largo plazo para evaluar el efecto de las medidas preventivas.

El análisis del estado del arte permite identificar patrones consistentes a nivel internacional y regional sobre los factores que predisponen a los docentes a presentar trastornos de la voz. Jiang et al. (2024), a través de un metaanálisis con más de 23 estudios, concluyen que el ruido, la consecutividad de clases y la ausencia de pausas vocales son los factores de mayor impacto. Esta conclusión es reforzada por los hallazgos experimentales de Nusseck et al. (2022), quienes demostraron que trabajar en ambientes ruidosos incrementa significativamente la presión subglótica, la intensidad vocal y, como consecuencia, el riesgo de daño laríngeo. Este tipo de evidencia fisiológica aporta un nivel de comprensión más profundo, mostrando que la sobrecarga vocal no solo es perceptual o subjetiva, sino medible y objetivamente demostrable.

A nivel latinoamericano, estudios como los de Mello, Cantor-Cutiva y Ferreira (2021) muestran que las características contextuales como grandes grupos escolares, déficit en infraestructura y poca formación docente en higiene vocal incrementan la prevalencia de trastornos. En Colombia, investigaciones como las de Revollo-Zúñiga (2020) y Castellanos (2024) confirman esta tendencia y revelan que incluso docentes jóvenes presentan síntomas tempranos de disfonía, lo cual sugiere que el desgaste vocal no es únicamente acumulativo con los años, sino también consecuencia de contextos laborales exigentes desde el inicio de la carrera profesional.

## Marco teórico

El presente marco teórico proporciona una base para analizar los factores de riesgo que están ligados a los problemas de voz que sufren los profesores de educación primaria en Colombia. Este planteamiento teórico permite ver el problema como una dolencia laboral evitable, lo cual concuerda con los objetivos del estudio. De tal manera que se evidencie que la voz no es solo una forma de comunicarse, sino una herramienta de trabajo vital que, cuando se daña, afecta el bienestar del profesor, su rendimiento y la calidad de la enseñanza (Moreno-Chaparro et al., 2023).

En el día a día de la enseñanza, la voz toma importancia debido a que se usa durante tiempos prolongados, al hablar con los alumnos y al tener que llamar la atención en sitios ruidosos. Como señala Farias (2018), la idea de "voz ocupacional" se refiere a las profesiones donde la voz es la principal herramienta de trabajo, como los maestros, que son de los más afectados por problemas de voz causados por factores personales, del entorno y del trabajo. Además, el uso excesivo o incorrecto de la voz durante mucho tiempo puede llevar a problemas en las cuerdas vocales, lo que muestra la necesidad de tomar medidas preventivas (Secretaría de Educación de Soacha, 2024).

### ***Conceptos Fundamentales sobre la Voz***

La voz humana se entiende como el sonido que se genera cuando vibran las cuerdas vocales en la laringe, algo que ocurre gracias a la interacción del sistema respiratorio, el fonatorio y el resonador, permitiéndonos comunicarnos verbalmente (Farias, 2018). En el mundo laboral, y sobre todo en profesiones como la enseñanza, la voz se convierte en una herramienta fundamental. Según Farias (2018), hablamos de "voz ocupacional" cuando la voz es el principal instrumento de trabajo, como ocurre con profesores, teleoperadores, actores y cantantes, siendo los maestros uno de los colectivos más expuestos debido a su uso constante y prolongado. Byeon (2019) subraya

esta idea, señalando que la docencia es una de las profesiones con mayor riesgo de sufrir disfonías laborales, vinculadas a factores personales, del entorno y del propio trabajo, en este sentido Farias (2018) resalta que:

La noción de enfermedad profesional (EP) se origina en la necesidad de distinguir las enfermedades que afectan al conjunto de la población de aquellas que son el resultado directo del trabajo que realiza una persona, porque generan derechos y responsabilidades diferentes que las primeras. Para considerar a una enfermedad profesional no solamente se tiene en cuenta que el origen se vincule al trabajo desempeñado, sino que además la enfermedad como tal tiene que estar reconocida legalmente (p.36).

Los problemas de voz abarcan diversas alteraciones que influyen en su calidad, tono, volumen o duración. Entre los más comunes están la disfonía, que según Superintendencia de Riesgos del Trabajo (2023) “es una alteración de la voz en alguna de sus cualidades o características: tono, intensidad, timbre y duración” (p.2). Esto implica una alteración en la emisión de la voz con síntomas como ronquera, cansancio o dolor al hablar; la afonía, que supone la pérdida total o parcial de la voz; y lesiones como nódulos, pólipos o edemas en las cuerdas vocales, que pueden ser temporales o definitivas (Mello et al., 2021). En Latinoamérica, la disfonía está reconocida como enfermedad laboral en la docencia, agravada por el abuso de la voz en las aulas (Farias, 2018).

El impacto de estos problemas en la enseñanza, sobre todo en la educación infantil, es considerable. Revollo-Zúñiga et al., (2020) afirman que “La relación cercana que tienen los docentes con su voz como herramienta de trabajo permite clasificarlos como un grupo de personas con un índice de alteraciones de la voz mayor que la población general” (p.7). En Colombia, más de la mitad de los profesores tienen estos problemas, que a menudo no se tienen en cuenta en los planes de seguridad y salud en el trabajo (Moreno-Chaparro et al., 2023).

## ***Factores de Riesgo Asociados a los Trastornos Vocales***

Los factores de riesgo asociados a los trastornos vocales en docentes representan una interacción multifacética entre elementos inherentes al trabajo educativo, que pueden clasificarse en categorías principales: físicos y ergonómicos, ambientales, organizacionales y psicosociales. Esta forma de verlo encaja con lo que queremos investigar, ayudándonos a entender cómo estos factores hacen que aparezcan o empeoren los problemas de voz, Revollo-Zúñiga et al., (2020) Plantean que “En el caso de los educadores, el uso incorrecto en la técnica vocal y el diagnóstico previo de enfermedad por reflujo gastroesofágico originan problemas en su bienestar físico, psicológico y social, influyendo tanto en la salud como en su calidad de vida y afectando el desempeño correcto de su profesión.”(p.7). Adicionalmente Byeon (2019), señala que estos riesgos no solo hacen que haya más casos de disfonías, sino que también hacen que el problema continúe si no se toman medidas para evitarlo, en el marco de la seguridad y salud en el trabajo (SST).

Así mismo, el esfuerzo excesivo de las cuerdas vocales y las malas posturas al dar clase, usar la voz mucho tiempo, como hablar fuerte para que los niños hagan caso en los juegos, cansa la voz y produce lesiones como nódulos en las cuerdas vocales (Moreno-Chaparro et al., 2023). Valencia y Estrada (2017) afirman que “Dentro de los trastornos de voz, la disfonía se encontró con la mayor prevalencia, además síntomas como carraspera, nódulos, resequedad, escozor faríngeo, odinofagia, tensión en el cuello, ronquera al final del día, cansancio al hablar, trastornos del sueño, ansiedad, reflujo gastroesofágico, entre otros” (p.14).

Adicionalmente, en la educación de los niños pequeños, los grupos grandes y las actividades con mucho ruido obligan a los profesores a subir el volumen de la voz, lo que la desgasta más rápido. Según Reyes (2016):

En las características demográficas, se encontró que el género masculino refirió mayor cantidad de problemas de voz. Para las características laborales la antigüedad ocupacional es factor principal que incide en los problemas de voz; en el análisis de las características demográfico, el grupo etario que reporto cansancio laríngeo se encontraba entre los 36 a 45 años de edad, y los que referían un tiempo de exposición ocupacional mayor a 6 y menor a 15 años. En cuanto a los factores ambientales se identificó que la asociación más significativa está relacionada con estar sometido a cambios bruscos de temperatura, estar expuesto a ruido de fondo durante su labor y finalmente a permanecer en ambientes contaminados (p.5).

Farias (2018) añade que, en Latinoamérica, estos factores del ambiente que no se toman en cuenta hacen que haya más casos de disfonías por el trabajo de ser profesor.

En Colombia, la falta de programas de seguridad y salud en el trabajo (SST) específicos para la voz empeora esto, resultando en ausencias laborales y menor rendimiento (Moreno-Chaparro et al., 2023). Adicionalmente, la presión por desempeñar diversas funciones administrativas y pedagógicas sin formación en cuidado de la voz mantiene el problema.

Asu vez, la tensión en el trabajo, el agotamiento y la demanda de mantener el control en clases activas influyen de manera indirecta en la voz, provocando tensión muscular en la laringe. Revollo-Zúñiga et al. (2020) relacionan estos elementos con problemas psicológicos que intensifican los síntomas vocales, siendo más común en profesores de preescolar debido a la fuerte conexión emocional.

### **Marco normativo**

El marco legal en seguridad y salud en el trabajo (SST) sienta las bases para entender y tratar los problemas de la voz como peligros en el trabajo, priorizando tanto la prevención gestión. Desde el punto de vista teórico, la SST se apoya en esquemas de prevención de peligros laborales impulsados por la Organización Internacional del Trabajo (OIT) y la Organización Mundial de la Salud (OMS), que defienden una visión global que une elementos físicos, del entorno, de la organización y psicosociales para salvaguardar

la salud del empleado. Dichos esquemas resaltan la voz como una herramienta de trabajo delicada en campos como la enseñanza, donde el esfuerzo excesivo de la voz se ve como un peligro que se puede evitar a través de programas de control de salud y fomento de costumbres sanas (OIT, 2024). La OMS, a su vez, hace hincapié en la ergonomía vocal y la disminución de contactos con factores ambientales, reconociendo que los profesores son más propensos a sufrir enfermedades de la voz en comparación con otros profesionales.

En el plano teórico, el esquema de prevención de la OIT fomenta la detección precoz de peligros, como la tensión vocal en tareas de enseñanza, usando estrategias que incluyen protección contra el ruido, formación en cuidado de la voz y valoración de trastornos vocales (Superintendencia de Riesgos del Trabajo, 2023). Valencia y Estrada (2017) añaden que “Se sugiere incluir a los docentes en programas de vigilancia epidemiológica y en actividades de promoción y prevención para disminuir la prevalencia de los trastornos de la voz” (p.15).

En el panorama regulatorio colombiano, el Decreto 1295 de 1994, que organiza el Sistema General de Riesgos Laborales, sigue vigente con las modificaciones realizadas por la Ley 1562 de 2012, considerando los problemas de voz como dolencias laborales en trabajos de gran demanda vocal, como la enseñanza. La Resolución 0312 de 2019 del Ministerio del Trabajo fija los niveles mínimos para el Sistema de Gestión de SST (SG-SST), exigiendo a los colegios tomar medidas preventivas y se complementa con novedades como la Resolución 908 de 2025, que regula permisos en SST. Además, el Decreto 1072 de 2015 reúne la normativa SST, resaltando la obligatoriedad de SG-SST en la educación. Otras actualizaciones incluyen la Ley 2466 de 2025 (Reforma Laboral), que busca un trabajo digno centrada en la salud ocupacional, y la Resolución 1855 de 2025, que acoge políticas SST en la Secretaría de Educación de Bogotá.

## Metodología

El desarrollo de este trabajo se realiza mediante una monografía de compilación teórica que consiste en llevar a cabo una revisión bibliográfica en diferentes fuentes sobre un tema específico, el cual debe incluir un análisis crítico del autor, según Bernal (2012), la investigación documental se centra en la búsqueda, organización, análisis e interpretación de información contenida en documentos, con el fin de obtener resultados que aporten al conocimiento existente sobre un tema. El enfoque adoptado es teórico, focalizado en profundizar en fuentes académicas y normativas que abordan los factores de riesgo asociados a los trastornos de la voz en docentes de educación inicial.

En lo que respecta al enfoque y alcance de la investigación, el presente estudio es documental, analítico y descriptivo. Es documental porque se fundamenta únicamente en fuentes secundarias, y según Hernández Sampieri (2018), Implica la revisión de documentos, registros públicos y archivos” (p.291). Es analítico porque no se limita a presentar información, en cambio, compara, contrasta y relaciona datos para identificar patrones, similitudes y diferencias entre los autores. Por último, es descriptivo ya que busca caracterizar los distintos tipos de trastornos de la voz y los factores de riesgo ocupacionales asociados, en este sentido plantea que “Los estudios descriptivos pretenden especificar las propiedades, características y perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis” (p.108).

### Criterios de selección

#### ***Estrategias de búsqueda.***

Para recopilar la información se estructuro una estrategia enfocada en encontrar estudios científicos relevantes, normatividad vigente, investigaciones y documentos

acerca de los factores de riesgo asociados a los trastornos de la voz en docentes de educación inicial.

### ***Palabras clave utilizadas***

“Trastornos de la voz”, “docentes”, “educación inicial”, “salud vocal”, “disfonía”, “riesgos ocupacionales”, “salud ocupacional”, “seguridad y salud en el trabajo”, “ausentismo laboral”, “condiciones laborales”, “riesgos ergonómicos”.

### ***Operadores booleanos aplicados***

- AND: para articular conceptos clave
- OR: para ampliar términos relacionados
- NOT: para excluir resultados no pertinentes

### ***Selección de fuentes***

Se priorizan fuentes confiables y académicas, tales como: Artículos científicos, libros, tesis de maestría y especialización de universidades colombianas, documentos técnicos y normativos emitidos por entidades oficiales como el Ministerio de Salud y la Organización Mundial de la Salud (OMS).

### ***Recolección de la información***

La revisión bibliográfica se llevó a cabo en bases de datos como Google Scholar, PubMed, SciELO, Redalyc, repositorios Universitarios, web institucional de MinSalud, cabe resaltar que, durante la revisión de los artículos principales, se analizaron las referencias bibliográficas citadas en los textos, conllevando así a identificar nuevas fuentes relevantes.

### ***Criterios de inclusión***

Se consideraron publicaciones entre los años 2020 y 2025, investigaciones realizadas en Latinoamérica y Colombia, documentos que aborden la temática de los

factores de riesgo asociados a los trastornos de la voz en docentes de educación inicial, con acceso disponible a texto completo en las bases de datos seleccionadas.

### ***Criterios de exclusión***

En la revisión bibliográfica se excluyeron documentos incompletos o sin acceso al texto completo o repetidos en las diferentes bases de datos, y que no fueran acordes con el tema.

## **Estrategias de análisis**

### ***Análisis crítico***

Se determinó la pertinencia, rigurosidad metodológica, validez de los argumentos, alcance de los resultados y relación con los objetivos de la monografía, conllevando así a una lectura analítica de cada fuente seleccionada, para identificar coincidencias, contradicciones o vacíos, se compararon enfoques, perspectivas y hallazgos.

### ***Síntesis de la información***

Los datos recolectados se organizan mediante la elaboración de una matriz que contiene los aspectos principales de los artículos seleccionados de acuerdo con los criterios de inclusión y exclusión, el formato contiene: Título, autores y fecha de la investigación, link de consulta, resumen, enfoque metodológico, resultados obtenidos, conclusiones y términos clave.

### ***Construcción de un discurso coherente***

La información recopilada fue acoplada en un texto académico claro, argumentado por evidencia científica y centrado en los objetivos de la investigación. Se plasmaron los principales aportes e ideas para mostrar posibles estrategias de mejora en torno a los factores de riesgo asociados a los trastornos de la voz en docentes de educación inicial.

## Resultados del Desarrollo de la Monografía

### Tipos de trastornos de la voz en docentes

Los trastornos de la voz en docentes son una de las afecciones más comunes que a menudo pasan desapercibidas en el ámbito educativo, el estudio de estos trastornos es crucial para entender cómo las exigencias vocales del trabajo docente pueden afectar la laringe y la función vocal, en el caso de los docentes, los tipos más comunes son la disfonía funcional que se caracteriza por un uso vocal alterado sin una lesión anatómica clara, generalmente causada por un mal uso o abuso de la voz (Eriksson et al., 2025). Este tipo de disfonía suele ser reversible si se implementan medidas de higiene vocal y se permite un adecuado descanso, por otro lado, las disfonías orgánicas están asociadas con lesiones estructurales como nódulos, pólipos, quistes o edemas (Leong et al., 2024).

Recientes estudios han evidenciado que la disfonía funcional es el tipo más frecuente entre los docentes, especialmente aquellos que trabajan con niños pequeños. Esto se debe a la intensa carga vocal, el uso de tonos altos y la falta de conciencia sobre la técnica vocal (Nusseck et al., 2022; Carrillo-González et al., 2025). En una investigación realizada en China con 420 docentes, Tao et al. (2020) descubrieron que el 58 % presentaba síntomas de disfonía funcional, mientras que un 12 % tenía lesiones benignas en las cuerdas vocales. En estudios llevados a cabo en Brasil y México, se ha reportado que entre el 40 % y el 65 % de los docentes de educación inicial muestran signos de alteración vocal, y cerca del 30 % experimenta pérdida temporal de la voz al menos una vez al mes (Hernández-Mendoza et al., 2023; Castillo-Allendes et al., 2024).

Los nódulos vocales son una las lesiones más comunes en docentes que sobre utilizan su voz, estas lesiones provocan una voz ronca, soplada y con un esfuerzo fonatorio que se hace evidente (Cantor-Cutiva et al., 2024). en docentes con más años de

servicio, también se han observado casos de laringitis crónica, quistes mucosos y edemas, que requieren atención médica especializada (Atará-Piraquive et al., 2023).

En la última década, se ha generado un aumento en el uso de herramientas de autoinforme para diagnosticar y hacer seguimiento de trastornos de la voz, como el Voice Handicap Index (VHI), el Voice Symptom Scale (VoiSS) y el Vocal Fatigue Index (VFI). Estos instrumentos son útiles para evaluar cómo las alteraciones vocales impactan la vida laboral y personal de los docentes (Lin et al., 2023). En un estudio realizado en Colombia, Moreno-Chaparro et al. (2023) aplicaron el VHI y el VFI a una muestra de 120 docentes, encontrando que más del 60 % de ellos percibían una afectación moderada o severa en su desempeño vocal, principalmente relacionada con síntomas de fatiga y esfuerzo. Eriksson et al. (2025), proponen incluir la evaluación vocal en los exámenes periódicos de salud ocupacional para profesiones con alto riesgo vocal, como la docencia.

Un aspecto importante es la brecha entre la percepción del daño vocal y la confirmación clínica. Muchos docentes tienden a normalizar síntomas como la ronquera, la fatiga vocal o la pérdida temporal de la voz, sin darse cuenta de que son signos iniciales de una patología (Castillo-Allendes et al., 2024). Esto ayuda a entender por qué una parte significativa de los casos se diagnostica en etapas avanzadas.

En el contexto colombiano, las investigaciones de Castellanos et al. (2024) y Atará-Piraquive et al. (2023) han revelado que las docentes de educación inicial son más propensas a experimentar síntomas de disfonía funcional, seguidas de casos de lesiones benignas en las cuerdas vocales. Los autores destacan que la mayoría de estas docentes son mujeres de entre 25 y 45 años, que trabajan más de ocho horas al día y están expuestas constantemente al ruido. La falta de capacitación en técnicas de proyección vocal y el escaso apoyo de los programas de salud ocupacional agravan esta situación.

Así mismo, en los últimos años, el estudio de los problemas de voz en los maestros ha ganado importancia, especialmente desde el punto de vista de la seguridad y la salud en el trabajo. A nivel mundial, los datos muestran que los problemas de voz afectan a entre el 30 % y el 80 % de los profesores en algún momento de su vida profesional (Eriksson et al., 2025). Investigaciones en países como Suecia, Australia y Estados Unidos señalan que las condiciones de trabajo, el ruido, el uso de la voz y el estrés son factores que provocan disfonía funcional y cansancio vocal (Feng et al., 2022; Eastman et al., 2023). En países como China y Corea del Sur, se ha informado que cerca del 60 % tiene problemas de voz, principalmente disfonía funcional y nódulos en las cuerdas vocales (Tao et al., 2020)

Estos estudios también han probado que hay una relación directa entre la cantidad de horas que se dicta clase, la falta de descansos durante el trabajo y el aumento del riesgo de enfermedades en la laringe. En Australia, por ejemplo, Eastman et al. (2023) midieron el uso de la voz y encontraron que los maestros de preescolar superan los límites recomendados de uso continuo de la voz, con un promedio de más de 5 horas al día hablando activamente. Por otro lado, Leong et al. (2024) demostraron que el 71 % de los maestros con más de diez años de experiencia dijeron tener síntomas constantes de disfonía, siendo el cansancio vocal el síntoma más común.

En Latinoamérica, el panorama es similar, estudios hechos en Brasil, México, Chile y Perú muestran que las maestras de kinder tienen problemas de voz, sobre todo por el ruido en las aulas, el exceso de trabajo y el estrés (Carrillo-González et al., 2025). En Brasil, Nusseck et al. (2022) encontraron que más del 65 % de las profesoras tenían la voz afectada, y que el ruido y la mala ventilación en clase implicaba forzar más la voz.

En Chile, Castillo-Allendes et al. (2024) plantean que la voz no es solo una herramienta de trabajo, sino parte de la identidad del docente, y si la voz falla, genera afectación emocional y por ende interfiere en el desarrollo del proceso de enseñanza. En

México (Hernández-Mendoza et al., 2023) identificaron que las maestras de kinder no saben cómo cuidar su voz, lo que hace que los problemas se hagan más crónicos. Así mismo, el exceso de trabajo y no tomar descansos, son factores que dañan la voz, sobre todo cuando hay mucho estrés y las aulas no son adecuadas (Moreno-Chaparro et al., 2023).

Durante la pandemia, estar tanto tiempo hablando en clases virtuales, sumado al estrés de la tecnología y el ruido en casa, generó agotamiento de la voz y dolores en la garganta (Lin et al., 2023). Estudios en España y Argentina confirmaron que trabajar desde casa empeoró los problemas de voz, especialmente en maestras de preescolar y primaria, que tenían que hablar fuerte y rápido por internet (Gutiérrez et al., 2022).

En Colombia, Según Castellanos et al. (2024) y Moreno-Chaparro et al. (2023), más de la mitad de los maestros de preescolar muestran indicios de sufrir algún tipo de problema de voz, siendo lo más habitual la disfonía funcional, el cansancio al hablar y ciertas alteraciones leves en la laringe, en estos estudios resaltan que el ruido del entorno, la ausencia de descansos y una excesiva carga de trabajo son elementos comunes tanto en colegios públicos como privados. Además, Atará-Piraquive et al. (2023) hicieron hincapié en la importancia de reforzar los programas de cuidado de la voz dentro de los sistemas de gestión de seguridad y salud en el trabajo, sugiriendo que se hagan talleres sobre higiene vocal y campañas para concienciar acerca del uso adecuado la voz. En resumen, los problemas de voz en los docentes son un asunto que afecta la calidad de vida en el trabajo, la eficiencia y la posibilidad de seguir ejerciendo la docencia.

Uno de los hallazgos más relevantes de esta monografía es la evidencia de que los factores de riesgo no operan de manera aislada, sino que se potencian entre sí, generando un entorno laboral altamente vulnerable para el docente. Por ejemplo, un ambiente ruidoso obliga al profesor a elevar la intensidad vocal; si esto se suma a

jornadas extensas, ausencia de pausas vocales, altos niveles de estrés y mala acústica del aula, se produce un fenómeno de sobrecarga vocal acumulada. Belete et al. (2025) incluso reportan que el estrés actúa como un amplificador fisiológico, ya que aumenta la tensión muscular extra laríngea y disminuye la coordinación respiratoria, lo que hace que el esfuerzo vocal requerido sea aún mayor. En otras palabras, los riesgos físicos y ambientales se exacerbaban por los riesgos organizacionales y psicosociales, conformando un círculo de desgaste progresivo que, de no ser intervenido, conduce a daño vocal crónico.

### **Factores de riesgo asociados a los trastornos de la voz en docentes**

Los trastornos de la voz en docentes de educación inicial son un problema ocupacional que surge a partir de varios factores. Estos incluyen aspectos físicos, ambientales, organizacionales y psicosociales que aumentan el riesgo de que se presenten.

#### ***Factores físicos***

Los factores físicos están relacionados con las exigencias que enfrenta el aparato fonatorio durante la actividad docente. En el entorno escolar, la necesidad de proyectar la voz para captar la atención de los niños pequeños puede generar una carga vocal considerable. Por ejemplo, un estudio experimental reveló que los docentes tienden a aumentar la intensidad y el esfuerzo vocal al leer en situaciones que requieren elevar la voz, lo que incrementa el riesgo de fatiga y daño laríngeo (Nusseck et al., 2022). Además, condiciones de salud como el reflujo gastroesofágico o el asma, pueden agravar estas demandas físicas, intensificando los trastornos vocales y afectando la calidad de vida (Al-Awaji et al., 2023). En Colombia, se ha reportado que el 20% de los docentes universitarios experimentan incapacidad vocal asociada a hábitos físicos como el

tabaquismo o el reflujo, problemas que se ven agravados por el uso intensivo de la voz (Revollo-Zúñiga et al., 2020).

### ***Factores ambientales***

Abarcan aspectos del entorno físico del aula, como el ruido, la temperatura, la humedad y la acústica, que obligan a los docentes a esforzarse más con su voz. El ruido ambiental es un problema común, y se ha relacionado con trastornos vocales en maestros de primaria y jardín, donde la prevalencia llega a ser del 47-55%, esto se asocia a exposiciones prolongadas a ruidos de fondo (Feng et al., 2022). Al comparar a los docentes de kindergarten y primaria, se identificaron factores como el ruido y la temperatura del ambiente, con un impacto más notable en los entornos educativos más tempranos (Tao et al., 2020).

En ambientes ruidosos, los docentes tienden a modificar su forma de hablar, lo que aumenta el riesgo de sobrecarga vocal (Nusseck et al., 2022). En Latinoamérica, la mala acústica en las aulas se relaciona con una mayor afectación vocal, sugiriendo que mejorar el ambiente podría ser una medida preventiva (Cantor-Cutiva et al., 2022). Además, en docentes colombianos, condiciones como la falta de ventilación adecuada y el ruido están vinculadas a síntomas vocales que pueden llevar al ausentismo laboral (Moreno-Chaparro et al., 2023).

### ***Factores Organizacionales***

Incluyen elementos del diseño del trabajo, como las horas de trabajo, la falta de descansos y la estructura de las jornadas laborales, que pueden afectar la recuperación vocal. Se ha encontrado que una alta carga horaria y clases continuas sin pausas están relacionadas con trastornos vocales, con un 21% de prevalencia (Belete et al., 2025). Durante la pandemia de COVID-19, el trabajo remoto ayudó a disminuir los síntomas vocales al facilitar mejores pausas y reducir la exposición ambiental, mientras que el

regreso a la presencialidad aumentó las cargas organizacionales, como las jornadas prolongadas (Žurek et al., 2022). En el contexto latinoamericano, la carga académica y la falta de amplificación vocal se relacionan con la fatiga vocal en profesores universitarios durante el teletrabajo (Cantor-Cutiva et al., 2022). En Colombia, las largas jornadas en instituciones públicas y la carga lectiva se relacionan con la incapacidad vocal y enfermedades laborales, afectando al 17.4% de los docentes (Revollo-Zúñiga et al., 2020).

### ***Factores psicosociales***

Abarcan aspectos tales como el estrés laboral, la carga emocional y la percepción del apoyo institucional. Se ha encontrado que el estrés está relacionado con cambios en la voz (Carrillo-González et al., 2025). El estrés laboral durante la pandemia continuó siendo un problema, a pesar de que se observaron mejoras en la voz al trabajar de forma remota. (Nemr et al., 2021). Los estudios cualitativos indican que los docentes ven su voz como una herramienta fundamental de su identidad profesional, y experimentan impactos psicosociales, como la frustración por la falta de apoyo institucional (Castillo-Allendes et al., 2024). En contextos de bajos recursos, como en Etiopía, el estrés se relaciona con trastornos vocales, además de hábitos como el consumo de alcohol (Belete et al., 2025).

Estos factores interactúan de manera complementaria, por ejemplo, un entorno ruidoso combinado con una alta carga horaria) y estrés, aumenta el riesgo físico de sobrecarga vocal.

### **Estrategias de prevención y cuidado vocal para docentes de educación inicial**

Para abordar los trastornos de la voz en docentes de educación inicial desde una perspectiva de seguridad y salud en el trabajo (SST), se analizan estrategias de prevención y cuidado que incluyen herramientas de higiene vocal adaptadas al entorno escolar y están diseñadas para ser implementadas por las instituciones educativas.

Una estrategia clave es poner en marcha programas educativos que fomenten la práctica de la higiene vocal, los cuales han demostrado ser efectivos para reducir síntomas. Por ejemplo, un programa de higiene vocal que incluya educación sobre técnicas vocales saludables y la disminución de prácticas perjudiciales, ha mostrado mejoras en síntomas (Nallamuthu et al., 2023). En el ámbito escolar, se sugiere que estos programas se organicen en sesiones grupales semanales de 1 a 2 horas, enfocándose en ejercicios prácticos, los cuales se evalúan antes y después de la intervención a través de cuestionarios como el Voice Handicap Index (VHI). Un estudio evidenció mejoras significativas en el conocimiento y las prácticas tras un programa cuasi-experimental, lo que sugiere que podría replicarse en instituciones colombianas mediante talleres obligatorios al inicio del año escolar (Hassan et al., 2024).

En Colombia, las intervenciones que combinan la higiene vocal con la reducción del estrés han demostrado ser viables, resultando en mejoras en la autopercepción y en los indicadores de estrés (Atará-Piraquive et al., 2023).

Así mismo, para abordar los factores ambientales y organizacionales, se sugiere hacer cambios en el entorno laboral y en la estructura del trabajo, ya que se ha demostrado que esto ayuda a reducir la carga vocal. Mejorar la acústica en las aulas, está relacionado con una menor aparición de síntomas vocales y una mejor calidad de vida en lo que respecta a la voz (Cantor-Cutiva et al., 2022). Implementar pausas vocales obligatorias entre clases y limitar las jornadas sin descansos puede ayudar a reducir el riesgo de fatiga. Esto se ha evidenciado en comparaciones entre la enseñanza remota y la presencial durante la COVID-19, donde el teletrabajo permitió una mejor recuperación vocal al disminuir la exposición a ambientes ruidosos (Nemr et al., 2021; Žurek et al., 2022). En Colombia, la carga horaria está relacionada con síntomas vocales y se recomienda establecer rotación de turnos y límites en las horas lectivas semanales, integradas en los planes de SST (Moreno-Chaparro et al., 2023; Castellanos-Muñoz et al.,

2024). Estas medidas podrían complementarse con la provisión de micrófonos para los docentes, incentivando su uso en actividades grupales con niños pequeños.

Por otro lado, un programa que combine educación y práctica diaria de higiene vocal ha demostrado mejoras en aspectos acústicos y en la percepción personal. Se sugieren ejercicios como mantenerse bien hidratado, practicar técnicas de respiración y evitar gritar (Lin et al., 2023). En las revisiones de literatura, se aconsejan prácticas como el uso de amplificadores vocales y tomar pausas para beber agua durante las clases, lo que ayuda a reducir el riesgo ocupacional para los docentes (Scheffel, 2024). Para la educación inicial en Colombia se propone distribuir guías con rutinas diarias, como calentamientos vocales de 5 a 10 minutos antes de las clases y enfriamientos al final del día (Nallamuthu et al., 2023). Además, es importante promover hábitos saludables como evitar el tabaco y controlar el reflujo, que están relacionados con problemas de voz, a través de campañas de salud (Revollo-Zúñiga et al., 2020).

Finalmente, se destaca la importancia de establecer sistemas de monitoreo y apoyo institucional para la detección temprana y el manejo de trastornos vocales. Los programas de salud vocal, que incluyen evaluaciones laríngeas, han revelado que el 44% de los docentes con disfonía presentan nódulos, lo que subraya la necesidad de intervenciones tempranas (Granjeiro et al., 2021). En Colombia, considerar la disfonía como una enfermedad laboral implica seguir protocolos de vigilancia en salud y seguridad en el trabajo, realizando evaluaciones anuales con herramientas (Borrero Saravia, 2025). Las instituciones educativas deberían formar comités de salud y seguridad que permitan el acceso a especialistas en fonoaudiología y programas de rehabilitación, utilizando datos de encuestas para hacer ajustes preventivos (Moreno-Chaparro et al., 2023). Para los futuros docentes, incluir la higiene vocal en los currículos de formación puede ayudar a reducir los síntomas que surgen durante las prácticas (Cantor-Cutiva et al., 2025). Estas estrategias deben evaluarse mediante indicadores.

Estrategia	Descripción	Objetivo	Modo de implementación institucional	Autores
<i>Programas educativos de higiene vocal</i>	Educación sobre técnicas vocales saludables, disminución de prácticas perjudiciales, ejercicios prácticos.	Reducir síntomas vocales y mejorar el conocimiento y las prácticas de autocuidado	Sesiones grupales de 1- 2 horas, talleres obligatorios; evaluación con VHI antes y después.	Nallamuthu et al. (2023); Hassan (2024)
<i>Intervenciones que integran higiene vocal y manejo del estrés.</i>	Actividades de relajación, control emocional y conciencia corporal combinadas con pautas de cuidado vocal.	Mejorar la autopercepción vocal y disminuir indicadores de estrés	Inclusión programas de bienestar laboral; pausas activas con componentes de respiración - relajación.	Atará - Piraquive et al. (2023)
<i>Mejoras ambientales y organizacionales</i>	Optimización acústica, disminución del ruido, pausas de higiene vocal entre clases, límites de carga laboral.	Reducir la carga vocal y prevenir el desgaste de la voz	Adecuación de aulas; establecimiento de pausas vocales, rotación de turnos; límite de horas lectivas	Cantor-Cutiva et al.(2022); Nemr et al. (2021); Zurek et al. (2022); Moreno – Chaparro et al. (2023); Castellanos - Muñoz et al. (2024)
<i>Uso de dispositivos de ayuda vocal.</i>	Micrófonos personales amplificaciones vocales.	Disminuir es esfuerzo fonador en actividades grupales.	Dotación de equipos y promoción de su uso en actividades pedagógicas.	Scheffel (2024)
<i>Rutinas diarias de higiene vocal</i>	Hidratación, respiración adecuada, evitar gritar, calentamiento de 5 – a 10 minutos antes de clase, enfriamiento al finalizar la jornada.	Mejorar las condiciones fisiológicas de la voz y prevenir lesiones.	Distribución de guías impresas o digitales, seguimiento a las rutinas en el plan de SST	Lin et al. (2023); Nallamuthu et al. (2023); Revollo - Zuñiga et al. (2020)

<i>Promoción de hábitos saludables</i>	Control del reflujo, evitar tabaco y alcohol, buena alimentación.	Disminuir factores de riesgo que afectan la salud vocal.	Campañas de salud y estilo de vida en docentes.	Revollo - Zuñiga et al. (2020)
<i>Monitoreo y apoyo institucional</i>	Evaluaciones periódicas de salud vocal, vigilancia de síntomas, acceso a fonoaudiólogos	Detección temprana y manejo oportuno de trastornos vocales	Protocolos de SST, evaluaciones anuales; comités con participación de especialistas.	Granjeiro et al. (2021); Borrero Saravia (2025); Moreno – Chaparro et al. (2023)
<i>Formación en higiene vocal para docentes</i>	Incorporación de contenidos teóricos y prácticos sobre el funcionamiento de la voz, técnica vocal saludable, prevención de trastornos y autocuidado profesional.	Crear conciencia temprana sobre la importancia del cuidado de la voz y prevenir los síntomas durante las prácticas pedagógicas.	Incluir módulos obligatorios sobre salud y su uso profesional de la voz; prácticas supervisadas con retroalimentación vocal; evaluación de competencias vocales antes y después de las prácticas académicas	Cantor – Cutiva et al. (2025)

Fuente: *Elaboración propia*

## Conclusiones

La prevalencia y los tipos de trastornos vocales en docentes de educación inicial en Colombia son un problema frecuente, según el análisis de la evidencia, trastornos como la disfonía, los nódulos laríngeos y la fatiga vocal afectan a un número significativo de docentes, con prevalencias que varían entre el 17.4% y el 20%. Estos problemas están directamente relacionados con las exigencias vocales en entornos donde se trabaja con niños pequeños, lo que resalta la importancia de identificar estos riesgos laborales y reconocerlos como enfermedades ocupacionales.

En cuanto a la caracterización multifactorial de los riesgos ocupacionales, los factores de riesgo (físicos, ambientales, organizacionales y psicosociales) interactúan de

manera sinérgica, contribuyendo a la aparición de trastornos vocales. En el contexto colombiano, el ruido ambiental, las largas jornadas laborales y el estrés son los elementos más destacados.

En cuanto al análisis de la efectividad de las estrategias preventivas en SST, las propuestas de higiene vocal, que incluyen programas educativos y ajustes organizacionales, han mostrado un gran potencial para reducir riesgos. Hay evidencia de que estas intervenciones mejoran la autopercepción y disminuyen los síntomas.

Los resultados obtenidos permiten concluir que los trastornos de la voz en docentes de educación inicial no son un fenómeno aislado ni individual, sino el resultado directo de condiciones laborales que exigen altos niveles de esfuerzo vocal sin el acompañamiento institucional necesario para garantizar la salud de los trabajadores. La convergencia entre estudios nacionales e internacionales confirma la seriedad del problema y la necesidad urgente de implementar programas preventivos dentro del SG-SST; reconocer la salud vocal como un derecho laboral, y no como un asunto personal del docente, implica transformar la manera en que las instituciones educativas conciben el trabajo pedagógico. Proteger la voz del docente es proteger la calidad educativa, el bienestar emocional, el rendimiento escolar de los estudiantes y la sostenibilidad del sistema educativo; por tanto, se requiere una intervención multidimensional que incluya formación, infraestructura, apoyo psicosocial y políticas claras de prevención, garantizando así que los docentes puedan ejercer su labor en condiciones seguras y saludables.

## Recomendaciones

La implementación de programas de vigilancia vocal en instituciones educativas es necesario. Se sugiere que las escuelas de educación inicial en Colombia adopten protocolos anuales para evaluar la voz, utilizando herramientas que se integren en los planes de SST. Esto permitirá detectar a tiempo trastornos y aplicar intervenciones personalizadas, basadas en evidencias locales sobre prevalencia y factores asociados.

En cuanto a las mejoras ambientales y organizacionales en el aula, las instituciones deben dar prioridad a realizar auditorías acústicas y proporcionar amplificadores vocales. Además, es fundamental reestructurar las jornadas escolares para incluir pausas obligatorias, con el objetivo de reducir los factores ambientales y organizacionales que se han identificado.

Además, la incorporación de la higiene vocal en la formación inicial y continua de los docentes es esencial. Universidades y entidades educativas deberían incluir módulos sobre higiene vocal y manejo del estrés en los currículos de pedagogía infantil, extendiendo estos contenidos a capacitaciones continuas. Esto ayudará a prevenir síntomas desde etapas tempranas.

Finalmente, se recomienda continuar desarrollando investigaciones en el ámbito nacional que permitan comparar la prevalencia y los factores de riesgo vocal en diferentes regiones del país y en distintos niveles académicos. Así mismo, es pertinente evaluar la efectividad de programas preventivos y de higiene vocal aplicados en las instituciones educativas, con el fin de generar evidencia sólida que oriente la toma de decisiones en políticas pública y en el diseño de intervenciones para la protección de la salud vocal docente.

## Referencias

- Al Awaji, N. N., Alghamdi, K. A., Alfaris, A. M., Alzamil, R. Z., Alhijji, L. N., Alyehya, G. S., Al Harbi, S. M., & Mortada, E. M. (2023). Measuring Perceived Voice Disorders and Quality of Life among Female University Teaching Faculty. *Journal of Personalized Medicine*, 13(11), 1568. <https://doi.org/10.3390/jpm13111568>
- Angelillo, M., Di Maio, G., Costa, G., Angelillo, N., & Barillari, U. (2009). Prevalence of occupational voice disorders in teachers. *Journal of preventive medicine and hygiene*, 50(1), 26–32.
- Araújo, P. H. de, Hillesheim, D., Rolim, M. R. P., Menegon, F. A., & Menegon, L. da S. (2025). Desvantagem vocal e fatores associados em professores: evidências de um estudo transversal. *Distúrbios Da Comunicação*, 37(2), e70370. <https://doi.org/10.23925/2176-2724.2025v37i2e70370>
- Atará-Piraquive, Á. P., Forero-Suárez, L. L., Cárdenas-Martínez, J. F., & Cantor-Cutiva, L. C. (2023). Effect of an online Workplace Vocal Health and Low Stress Levels Promotion Program implemented in a Colombian university during COVID-19 pandemic. *CoDAS*, 35(6), e20220052. <https://doi.org/10.1590/2317-1782/20232022052>
- Baghban, K., Golmohammadi, G., & Asadollahpour, F. (2025). The worldwide prevalence of voice disorders among schoolteachers: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Voice*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1016/j.jvoice.2025.04.018>
- Barragán-Mantilla, Y., & Castillo-Granados, J. A. (2023). Percepción de la fatiga vocal en docentes de colegios públicos y privados de Bucaramanga y su área metropolitana

- [Tesis de pregrado, Universidad de Santander]. Repositorio Universidad de Santander. <https://repositorio.udes.edu.co/handle/001/9789>
- Bejarano, H. (2024). El cuidado de voz en el magisterio: La voz del magisterio. Secretaría de Educación de Soacha Cundinamarca, Área de Seguridad y Salud en el Trabajo. <https://www.linguee.es/espanol-ingles/traduccion/si+aplica.html>
- Belete, A. K., Yenealem, D. G., & Azanaw, J. (2025). Self-reported prevalence and associated factors of work related voice disorders among school teachers in Sekota town, Wag Himra zone, North Ethiopia, 2021: a cross-sectional survey. *BMC Public Health*, 25, Article 2639. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-23850-6>
- Belete, A. K., Yenealem, D. G., & Azanaw, J. (2025). Self-reported prevalence and associated factors of work related voice disorders among school teachers in Sekota town, Wag Himra zone, North Ethiopia, 2021: a cross-sectional survey. *BMC public health*, 25(1), 2639. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-23850-6>
- Bernal, C. A. (2010). Metodología de la investigación. Administración, economía, humanidades y ciencias sociales (3a ed.). Pearson Educación.
- Borrero Saravia, N. (2025). Percepción de incapacidad vocal en docentes de una institución educativa oficial, 2024. Universidad de San Buenaventura - Cartagena.
- Buk. (2025). Normatividad en SST en Colombia (2025): Leyes clave y cómo implementarlas. <https://www.buk.co/blog/normatividad-en-seguridad-y-salud-en-el-trabajo>
- Byeon H. (2019). The Risk Factors Related to Voice Disorder in Teachers: A Systematic Review and Meta-Analysis. *International journal of environmental research and public health*, 16(19), 3675. <https://doi.org/10.3390/ijerph16193675>
- Campoverde-Andrade, M., & Tamayo-Calle, T. (2023). Afecciones por uso de la voz, en profesores de la Unidad Educativa Ciudad de Cuenca. *RUNAS Journal of Education and Culture*, 4(8), e230120. <https://doi.org/10.46652/runas.v4i8.120>

- Cantor-Cutiva, L. C., Cuervo-Diaz, D. E., Hunter, E. J., & Moreno-Angarita, M. (2021). Impairment, disability, and handicap associated with hearing problems and voice disorders among Colombian teachers. *Revista De Investigación E Innovación En Ciencias De La Salud*, 3(1), 4-21. <https://doi.org/10.46634/riics.48>
- Cantor-Cutiva, L. C., Dalmasso, M. del C., & Malebrán Bezerra de Mello, M. C. (2022). Association between voice symptoms and college professors' home working conditions during online classes in times of COVID-19 pandemic. *Revista De Investigación E Innovación En Ciencias De La Salud*, 4(1), 62-72. <https://doi.org/10.46634/riics.124>
- Cantor-Cutiva, L. C., Malebran, M. C., Morales, A., Diaz, A., Cerda, F., & Hunter, E. J. (2025). Voice symptoms among South American prospective teachers. Associated Factors and Direct Costs. *Folia phoniatrica et logopaedica : official organ of the International Association of Logopedics and Phoniatrics (IALP)*, 1–21. Advance online publication. <https://doi.org/10.1159/000548571>
- Cantor-Cutiva, L. C., Manzano, C., & Hunter, E. J. (2025). Prevalence and associated factors of voice symptoms among Mexican prospective teachers: A cross-sectional study. *Journal of communication disorders*, 116, 106531. <https://doi.org/10.1016/j.jcomdis.2025.106531>
- Carrillo-González, Andrés, Atará-Piraquive, Ángela Patricia, Camargo-Mendoza, Maryluz, Hernández-Contreras, Jeison Ramiro, & Cantor-Cutiva, Lady Catherine. (2025). Salud laboral de profesores universitarios colombianos: asociaciones entre estrés y parámetros acústicos de la voz. *Revista de investigación e innovación en ciencias de la salud*, 7(1), a333. Epub February 05, 2025. <https://doi.org/10.46634/riics.333>
- Castellanos-Muñoz, A. M., Quintana, P., & Peña-Meneses, G. R. (2024). Análisis de la sintomatología vocal en docentes de educación básica y media, en dos municipios

- de Colombia. Un estudio de prevalencia y factores asociados. *European Public & Social Innovation Review*, 9, 01-17. <https://doi.org/10.31637/epsir-2024-1325>
- Castellanos-Muñoz, A. M., Quintana, P. A., & Peña Meneses, G. R. (2024). Análisis de la Sintomatología Vocal en Docentes de Educación Básica y Media, en dos municipios de Colombia. Un Estudio de Prevalencia y Factores Asociados. *European Public & Social Innovation Review*, 9, 1–17. <https://doi.org/10.31637/epsir-2024-1325>
- Farias, P. (2018). Diagnóstico de la función vocal en disfonía del docente: Enfoque de la cif. *Areté issn-l:1657-2513*, 18(2), 33-54. Obtenido de: <https://revistas.iberamericana.edu.co/index.php/arete/article/view/1418>
- Función Pública. (2025). Decreto Ley 1295 de 1994. <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=2629>
- Gómez-Dávila, A. (2015). Monografía de compilación influencia de la comunicación interna en la imagen externa organizacional.
- Hernández Sampieri, R. (2018). Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. McGraw-Hill Education.
- Jiang, G., Xu, X., Yu, K., Wang, Y., & Wang, Y. (2024). The risk factors of voice disorders in non-university teachers: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Voice*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1016/j.jvoice.2024.10.023>
- Mello, M. C. M. B., Cantor-Cutiva, L. C., & Ferreira, L. P. (2021). Panorama de tres países latinoamericanos en problemas de voz relacionados con condiciones de trabajo. *CoDAS*, 33(5), e20200304. <https://doi.org/10.1590/2317-1782/20202020304>
- Mello, M. C. M. B., Cantor-Cutiva, L. C., & Ferreira, L. P. (2021). Panorama de tres países latinoamericanos en problemas de voz relacionados con condiciones de trabajo. *CoDAS*, 33(5), e20200304. <https://doi.org/10.1590/2317-1782/202020200304>

- Moreno-Chaparro, J., et al. (2023). Enfermedades de origen laboral en docentes escolares. *Revista médica UIS*.
- Pinto Giannini, S. P., & Ferreira, L. P. (2021). Trastornos de la voz en docentes y Clasificación Internacional de Funcionamiento, Discapacidad y Salud (CIF). *Revista de Investigación e Innovación en Ciencias de la Salud*, 3(1), 33-47. <https://doi.org/10.46634/riics.60>
- Revollo-Zúñiga, F. Hernández-Blanco J, Salazar-Ceballos A, Dávila-Cueto A (2020). Prevalencia de los trastornos de la voz en los docentes de la Universidad del Magdalena, Colombia, 2017-2018. *Duazary*. <https://www.redalyc.org/journal/5121/512170346001/512170346001.pdf>
- Revollo-Zúñiga, F., Hernández-Blanco, J., Salazar-Ceballos, A., & Dávila-Cueto, A. (2020). Prevalencia de los trastornos de la voz en los docentes de la Universidad del Magdalena, Colombia, 2017-2018. *Duazary*, 17(2), 1-9. <https://doi.org/10.21676/2389783X.3235>
- Reyes, A., et al. (2016). Prevalencia de los trastornos de voz ocupacionales en los docentes de instituciones educativas de Bogotá. *Revista de la Asociación Colombiana de Foniatría y Audiología, ASOFONO*, 1(1), 58-63. [https://asofono.co/wp-content/uploads/2016/09/ICOV\\_p58-63\\_Reyes\\_Prevalencia.pdf](https://asofono.co/wp-content/uploads/2016/09/ICOV_p58-63_Reyes_Prevalencia.pdf)
- Superintendencia de Riesgos del Trabajo. (2023). Sobrecarga en el uso de la voz en la actividad docente. [https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/ft\\_sobvoz\\_jul2023.pdf](https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/ft_sobvoz_jul2023.pdf)
- Valencia, Luz. Stella., & Estrada Concha, M. C. (2017). Trastornos de la voz y factores relacionados en docentes: revisión de la literatura 1996 -2016 [Master's Thesis, Universidad del Rosario]. Universidad del Rosario. [https://doi.org/10.48713/10336\\_14257](https://doi.org/10.48713/10336_14257)

