

DISFONIAS PROFESIONALES

La disfonía es la alteración de la voz que ocurre por diferentes causas. Esta alteración se manifiesta por tono grave y/o distinto a la voz normal.

Las causas de que esto ocurra son varias como por ejemplo: infecciones, irritación, alergias, tumores o bien que es el caso que nos ocupa, por causas relacionadas con la sobrecarga de la voz en diferentes actividades laborales.

AGENTE: SOBRECARGA DEL USO DE LA VOZ

ENFERMEDADES

- Disfonía que se intensifica durante la jornada de trabajo y que recurre parcial o totalmente durante los períodos de reposo o vacaciones, sin compromiso anatómico de las cuerdas vocales.
- Disfonía persistente que no remite con el reposo y que se acompaña de edema de cuerdas vocales.
- Nódulos de cuerdas vocales

ACTIVIDADES

LABORALES QUE PUEDEN GENERAR EXPOSICION

Lista de actividades donde se puede producir la exposición:

- Maestros o profesores de educación básica, media o universitaria.
- Actores profesionales, cantantes y otros trabajadores de las artes o espectáculos.
- Telefonistas.

DECRETO 458/96. Listado de enfermedades profesionales aprobado por el Comité consultivo permanente, según Ley 24557.

Es característica de las disfonías profesionales que se curan o mejoran cuando el trabajador está en vacaciones y/o en los fines de semana.

La voz no debe ser considerada como un instrumento de trabajo, sino como producto del sistema fonatorio de nuestro organismo. La sobrecarga de la voz es una alteración en nuestra salud y por lo tanto como trabajadores debemos darle un marco especial.

Para la actividad docente, las disfonías, están consideradas como enfermedad profesional por la actual Ley de Riesgos del Trabajo (L.R.T.).(slite nº3)

En dicha Ley está explícitamente indicado que el empleador y las Aseguradoras son los que deben realizar exámenes de detección precoz, capacitación y mejoramiento en las condiciones de trabajo que originan alteraciones en la salud de los trabajadores.

En la actividad docente tanto el empleador como la aseguradora no cumplen con esta normativa.

En el marco de políticas preventivas se define en SUTEBA dimensionar esta problemática.

El Departamento de Salud Laboral de S.U.T.E.B.A. realizó un estudio diagnóstico en docentes durante su jornada laboral.

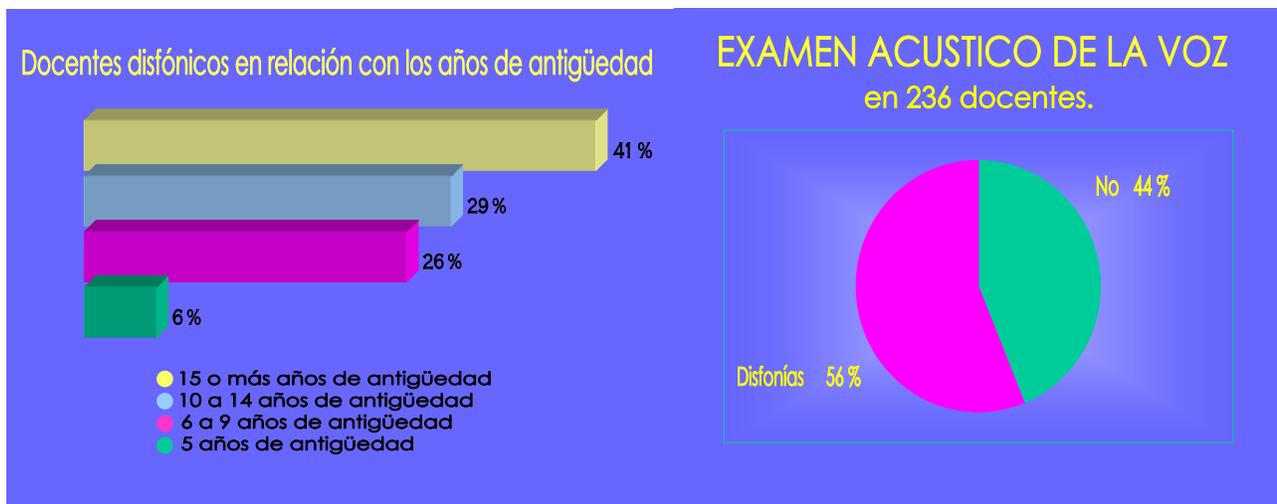
Los objetivos fueron los siguientes:

- Realizar detección precoz de disfonías
- Direccionar el tratamiento correspondiente
- Orientar a los docentes en el marco de la Ley de Riesgos del Trabajo
- Dimensionar un proyecto preventivo en las escuelas sobre esta temática.

El trabajo se realizó con la participación de fonoaudiólogas (integrantes de los Centros de Salud propios) de SUTEBA, consistió en trabajar con un examen acústico de la voz, que consiste en una técnica de lectura por parte de los docentes y una interpretación de las alteraciones de la voz, por parte de las profesionales. (slite nº 1 y 2)

Se comprobó que el 56% de los trabajadores en actividad presentaban disfonías no alérgicas, ni infecciosas y que se incrementaban en relación directa a los años de antigüedad en la docencia

Evidentemente en la mayoría de los casos los docentes o por no perder días, o por no dejar a los chicos, o porque "todavía aguantamos un poco mas" no consultan a tiempo y la mayoría de las veces la enfermedad en las cuerdas vocales ya estaba instalada.



Pero esto se puede prevenir. Es por esto es que, desde nuestros centros de salud se comenzó a trabajar con un programa de prevención sobre disfonías profesionales: se realizaron talleres de sobre prevención e higiene vocal de la voz del docente

Charla sobre prevención e higiene vocal de la voz del docente.

- Promover el conocimiento de la propia voz y el cuidado de ella favoreciendo su control periódico.
- Informar sobre nociones básicas del aparato respiratorio, ana tomo-fisiológico, fonador vocal y patologías vocales mas frecuentes.
- Conocer y difundir como cuidar la voz del docente, higiene vocal.
- Promover actividades de prevención

Estas actividades se realizarán dentro de la escuela en un lugar que los directivos dispongan para tal fin, la fonoaudióloga expondrá en forma sencilla los siguientes contenidos:

- Revisión del aparato fono- respiratorio.
- Pautas de higiene vocal, tales como control del tabaquismo, consumo de café, tensiones musculares, incidencia del estrés, consecuencias del reflujo gastro-esofágico, mal uso respiratorio.
- Consejos de buenos hábitos tales como: beber abundante agua, mantener ambientes laborales y hogareños con un 40% de humedad, vaporizarse diariamente, aprender técnicas de relajación y respiración, consulta periódica al otorrinolaringólogo.
- Curiosidades y ejemplos sobre costumbres y hábitos que generaron normas jurídicas relacionadas con nuestro tema.

Taller de Prevención y Capacitación de la voz del docente

Objetivos generales y específicos

Que el docente:

- Consiga prevenir la fatiga vocal
- Desarrolle una correcta articulación
- Logre hacerse escuchar sin recurrir a abusos ni malos hábitos vocales.
- Pueda expresar con su voz lo que quiere transmitir.

Se realizaran las actividades con modalidad de charlas y de taller, según se haya convenido con las escuelas seleccionadas. Esta actividad estará a cargo de la fonoaudióloga del centro de salud y será acompañada por el responsable gremial.

Al finalizar la actividad se le entregara a cada docente folleteria sobre pautas de higiene vocal e información sobre disfonía como enfermedad profesional.

En realidad el estudio de las cuerdas vocales debe realizarlo por ley, la A.R.T. Provincia, pero esto no ocurre y cuando un compañero denuncia como enfermedad profesional la aseguradora trata de no reconocerlo para no tener que admitir que si hay enfermedades profesionales existen malas condiciones de trabajo que las provoca.

Un objetivo desde los Centros de Salud es demostrar que existen alteraciones previas a la enfermedad y que solo con diagnosticarlas a tiempo y con un buen tratamiento a tiempo la situación será otra y que en definitiva más vale prevenir que curar.