

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA NACIONAL  
FACULTAD REGIONAL SANTA FE



Especialización en Ergonomía

*Trabajo Final Integrador:*

*“Disfonía en Docentes de Nivel Primario en una  
Escuela Pública de la Provincia de Santa Fe”*

*Santa Fe, noviembre de 2024*

Alumno:

Lic. María Florencia Yost

Directora:

Magíster Lucie Nouviale

*“Disfonía en Docentes de Nivel Primario en una Escuela Pública de la Provincia de Santa Fe, Argentina”*

Dysphonia in Primary Level Teachers in a Public School in the Province of Santa Fe, Argentina

María Florencia Yost

**Resumen:** Este trabajo tiene como finalidad analizar las causas que originan la Disfonía en Docentes de Nivel Primario de una Escuela Pública de la provincia de Santa Fe, Argentina. Desde un enfoque ergonómico, se busca conocer la situación actual, las condiciones y medio ambiente de trabajo en el que se desenvuelven los docentes. La metodología se basó en técnicas de tipo cualitativas: observaciones abiertas, relevamiento de las condiciones edilicias, materiales áulicos, recursos y entrevistas abiertas. Además, se implementaron métodos cuantitativos, como cuestionarios y el Protocolo sobre Disfonías - Resolución SRT 389/2013. Los resultados arrojaron que diez de las doce docentes manifestaron episodios de disfonía durante el año 2024, y seis tuvieron al menos un episodio al mes. Cinco de las diez docentes con disfonía tiene menor cantidad de horas frente al curso que lo establecido en la normativa. La antigüedad, no resultó un factor determinante para que se manifieste la enfermedad. Entre las principales causas, informaron la cantidad de alumnos, técnicas inadecuadas para respirar, el ruido ambiente al que se encuentran expuestas, los escasos dispositivos tecnológicos e informáticos disponibles. Como estrategia para afrontar esta situación, la mitad de las docentes recurren a las licencias médicas para recuperar las características normales de la voz.

La modernización en cuanto a las técnicas de enseñanza, la incorporación de nuevas tecnologías y recursos, los cambios de conductas y la incorporación de ciertas prácticas durante el dictado de clases, tienen como finalidad conseguir un ambiente saludable para las docentes, disminuyendo las causas que generan la disfonía.

**Palabras Claves:** Docente, Ergonomía, Disfonía.

**Summary:** The purpose of this work is to analyze the causes of dysphonia in primary school teachers in a public school in the province of Santa Fe, Argentina. From an ergonomic perspective, the aim is to understand the current situation, conditions and work environment in which teachers work. The methodology was based on qualitative techniques: open observations, survey of building conditions, classroom materials, resources and open interviews. In addition, quantitative methods were implemented, such as questionnaires and the Protocol on Dysphonia - SRT Resolution 389/2013. The results showed that ten of the twelve teachers reported episodes of dysphonia during the year 2024, and six had at least one episode per month. Five of the ten teachers with dysphonia have fewer hours in class than established in the regulations. Seniority was not a determining factor for the disease to manifest. The main causes were the number of students, inadequate breathing techniques, the ambient noise to which they are exposed, and the scarce technological and computer devices available. As a strategy to deal with this situation, half of the teachers resort to medical leave to recover the normal characteristics of their voice.

The modernization of teaching techniques, the incorporation of new technologies and resources, changes in behavior and the incorporation of certain practices during teaching, are intended to achieve a healthy environment for teachers, reducing the causes that generate dysphonia.

**Key Word:** Teacher, Ergonomics, Dysphonia.

## **Introducción**

A nivel mundial, el sector educativo ha sido objeto de diversos estudios, desde diferentes puntos de análisis, a pesar de esto, este estamento ha sido poco explorado desde la perspectiva de la salud y seguridad en el trabajo, convirtiéndose en un área que amerita ser analizada puesto que los profesionales del sector educativo son eje esencial para obtener óptimo desarrollo de un país. (García Castro y Muñoz Sánchez, 2013, como se citó en Fajardo Rodas, 2019, pp 13)

En Argentina, la Superintendencia de Riesgos del Trabajo (SRT) anualmente publica el índice de incidencia, que corresponde a la cantidad de accidentes de trabajo o enfermedades profesionales con al menos un día de baja laboral o secuela

incapacitante sin días de baja laboral cada mil personas trabajadoras cubiertas. Para el Código Internacional Industrial Uniforme (CIIU) 851-enseñanza inicial y primaria, del año 2020, rondaba los 2.8 y el total de casos notificados era de 1.295, mientras que los casos con días de baja y secuelas incapacitantes llegaban a 1.172 (SRT, 2020). Valores que año a año fueron incrementándose y para la población del año 2023 el índice de incidencia llegó a 14.4, mientras que el total de casos reportados ascendió a 6.218 y el total de secuelas incapacitantes se quintuplicó, alcanzando 5.662 casos (SRT, 2023).

Se sabe que la voz es el instrumento primordial para el desempeño de los docentes en el aula, por medio de ésta, es posible mediar estrategias que aportan al proceso de enseñanza-aprendizaje. Cualquier trastorno que ocurre con el instrumento vocal puede afectar la actuación profesional de los docentes y comprometer el aprendizaje de los estudiantes. (Batista, y otros, 2003, como se citó en Fajardo Rodas, 2019, pp 15)

En 2004, Vilkmán presenta el término “vocoergonomía: voco=voz, ergo=trabajo, nomos=ley, para referirse al estudio del ajuste óptimo entre el hombre y su trabajo, cuando el instrumento de trabajo es la voz”. También resalta que la sobrecarga vocal resulta de la siguiente combinación: uso de voz prolongado más factores de carga adicional.

Farias (2024), considera que los factores de riesgo en aquellas personas que utilizan su voz en forma profesional son básicamente el uso de voz prolongado en el tiempo y el conjunto de determinados factores del ambiente de trabajo que pueden afectar la producción vocal. Además, el autor considera como factores de carga adicional a factores de riesgo tales como temperatura del ambiente, ruido circundante, acústica del lugar.

Las lesiones por esfuerzo repetitivo son aquellas consecuentes de sobrecarga de movimientos repetitivos y sobrecarga de músculos estáticos y dinámicos, combinada con factores biomecánicos, ergonómicos y psicológicos, así como también con el pobre tratamiento de los síntomas tempranos. La fuerza vocal guarda relación con los movimientos y choques repetitivos de las cuerdas vocales lo que llevaría lesiones por esfuerzo repetitivo vocal. (Farias, 2004, pp 11)

La Superintendencia de Riesgos del Trabajo define la disfonía como “una alteración de la voz en alguna de sus cualidades o características: tono, intensidad, timbre y duración” (SRT, 2023: 2).

Pero poco se expone de las condiciones y el medio ambiente de trabajo donde se desarrollan estas actividades, factores ambientales, entre los que se incluyen el ruido ambiente, condiciones acústicas desfavorables, la temperatura ambiente, el nivel de humedad, las condiciones de ergonomía; sumado a los factores psicosociales, como las exigencias psicológicas, trabajo activo y desarrollo de habilidades, apoyo social y calidad de liderazgo, compensaciones, doble presencia. Sin olvidar los factores organizacionales; falta de recursos materiales, los tiempos de trabajo y descanso, la satisfacción en el trabajo y las condiciones de su organización, la cantidad de tiempo que el trabajador debe permanecer hablando, las posturas inadecuadas, el estrés económico y laboral; que inciden en el comportamiento vocal y en su calidad (SRT, 2016).

A partir de la información expuesta es viable inferir que los costos relacionados con los trastornos de la voz se asocian con días de trabajo perdidos, uso de beneficios por enfermedad, reemplazos con maestros sustitutos, entre otros, los cuales ejercen una presión considerable sobre el sistema educativo, los estudiantes y la economía en general. Además de las consecuencias socio-emocionales derivadas de la interrupción del trabajo, tanto para el profesor como para el alumno. (Soderini & Soalheiro, 2014, como se citó en Fajardo Rodas, 2019, pp 14)

En la Argentina la disfonía es una enfermedad profesional reconocida por la Ley de Riesgos del Trabajo N° 24.557 y su Decreto Reglamentario N° 658/1996 que reconoce a la sobrecarga en el uso de la voz como agente de riesgo.

La Resolución SRT N° 37/2010 toma como referencia únicamente la cantidad de horas que un docente está frente a cursos y establece que hay exposición cuando este tiempo es superior a las 18 horas cátedra o 13,5 horas reloj semanales.

Sería irracional considerar únicamente la cantidad de horas frente al curso para definir si un docente padece disfonía, por lo que resulta relevante analizar todos los factores de riesgo asociados a la posibilidad de padecer esta enfermedad profesional: sobrecarga vocal, factores físicos, factores psicosociales y factores ambientales.

A pesar de las distintas investigaciones realizadas, estudios publicados y la normativa en vigencia que reconoce la disfonía en el ámbito docente, en la actualidad sigue siendo una problemática no resuelta, ya que el incremento de los casos reportados a las Aseguradoras de Riesgos del Trabajo va en aumento (SRT, 2020). Esta situación trae

repercusiones sobre el sistema educativo en su conjunto, para la organización, días de trabajo perdidos, costos administrativos por el tiempo dedicado a las gestiones que requieren las denuncias de enfermedad, costos asociados a reemplazos con maestros sustitutos; para el trabajador, secuelas sobre la salud, consecuencias socio-emocionales derivadas de la interrupción del trabajo, conflictos laborales, deterioro de las relaciones, aislamiento social; para la aseguradora, costos de atención médica, prestaciones dinerarias y en especie; y para los alumnos, consecuencias emocionales derivadas del cambio de docente, la interrupción del proceso de aprendizaje, horas de clases perdidas.

La problemática en el incremento de casos reportados por disfonía en docentes se presenta a escala nacional, alcanzando los distintos grados educativos, inicial, primario, secundario y superior, sin embargo, este trabajo se centra en Docentes de Nivel Primario de una Escuela Pública de la provincia de Santa Fe, Argentina.

### **Objetivo General:**

Analizar las causas que originan la Disfonía en Docentes de Nivel Primario de una Escuela Pública de la provincia de Santa Fe, Argentina.

### **Objetivos Específicos:**

1. Conocer el contexto laboral en el que desarrollan las actividades las Docentes de Nivel Primario de una Escuela Pública de la provincia de Santa Fe, Argentina.
2. Determinar si las docentes en estudio se encuentran expuestas a sobrecarga en el uso de la voz durante el ejercicio profesional, en función de la normativa vigente.
3. Definir las principales causas que originan la disfonía en Docentes de Nivel Primario de una Escuela Pública de la provincia de Santa Fe, Argentina.

### **Métodos y Técnicas**

#### **Diseño Metodológico**

El trabajo se realizó en una escuela de nivel primario, de carácter público, perteneciente al Ministerio de Educación de la Provincia de Santa Fe, Argentina.

La primera fase del diseño metodológico consistió en observaciones abiertas en campo, esta etapa permitió acceder a la segunda fase, donde se realizaron entrevistas personales a las docentes. La tercera y última fase, consistió en la elaboración e implementación de los cuestionarios mediante la herramienta de Google Forms.

Mediante recorrida e inspección en terreno se procedió a conocer las condiciones y medio ambiente de trabajo donde desarrollan las actividades escolares, los servicios a los que tienen acceso, elementos de trabajo, materiales y recursos a disposición.

Se entrevistaron personalmente a siete docentes de grado, y de la misma surgió la necesidad de realizar un cuestionario para que puedan participar todo el personal que lo desee, el cual se confeccionó con la aplicación Google Forms. Este cuestionario permitió conocer la preexistencia de factores de riesgos que originan la disfonía, última manifestación de la enfermedad y recurrencia de la misma. Además, inferir si tuvieron que recurrir a consultas con fonoaudiólogos y si padecen otras enfermedades o dolencias como alergia, asma, resfríos, sinusitis y laringitis, que acrecienten la prevalencia de problemas vocales.

Se adicionó a este cuestionario, utilizando la misma herramienta de Google, un formulario para conocer los Recursos Disponibles con los que interaccionan cada docente y Condiciones Ambientales presentes en las actividades áulicas.

Con el objetivo de recabar la mayor información pertinente que nos ayude a conocer el contexto laboral, se mantuvieron entrevistas abiertas con docentes. Este espacio les permitió expresarse en temas que no fueron contemplados en los cuestionarios e indagar en cuestiones que surgieron en los encuentros presenciales.

Para determinar si los docentes se encuentran expuestos a sobrecarga en el uso de la voz durante el ejercicio profesional se procedió a completar el Protocolo sobre Disfonías - Resolución SRT 389/2013.

## **Población**

A continuación, se destacan las características de las docentes encuestadas y entrevistadas en el trabajo de campo.

El promedio de edad de las docentes que componen la muestra es de 37 años, variando desde una edad mínima de 27 años hasta un máximo de 58 años; encontrándose en el grupo de 20 hasta 40 años, siete docentes y de 41 hasta 60 años, cinco.

La distribución según el sexo es 100% femenino.

Tamaño Muestra: doce docentes.

## Resultados

La estructura organizacional está conformada por una directora, una vicedirectora en el turno mañana y otra en el turno tarde, una secretaria solo en turno mañana, veinte docentes de grado de nivel primario y 8 docentes especiales (profesor de música, plástica, tecnología y educación física). Se suman cuatro personas para tareas de limpieza, dos en cada turno.

La infraestructura escolar está compuesta por todos los elementos que configuran el espacio físico donde se desarrollan los procesos de enseñanza-aprendizaje: servicios (agua potable, gas envasado, electricidad, línea telefónica, acceso a internet), mobiliario, ambientes de trabajo, aulas y oficinas, sala de reuniones, cocina, baños.

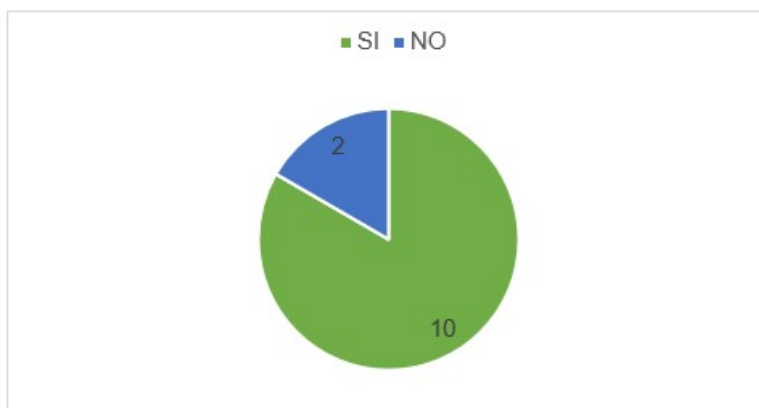
Cada curso tiene asignado un aula donde se desarrollan las actividades durante todo el año escolar.

Del análisis de la situación que presentan los docentes de la muestra, se exhiben los siguientes resultados:

En primer lugar, se pudo inferir que diez de las doce docentes de la muestra, durante el año calendario 2024, presentaron al menos un episodio de disfonía.

### Figura 1

*Docentes que manifestaron haber atravesado episodios de disfonía en el año 2024.*



*Nota: este gráfico de elaboración propia, representa la cantidad de docentes de la muestra que manifestaron disfonía durante el año 2024.*

También, se pudo determinar que seis de las diez docentes que reportaron casos de disfonía, manifestaron tener episodios frecuentes, al menos una vez al mes durante el presente año lectivo. De estas seis docentes que presentan episodios frecuentes, dos atraviesan episodios de disfonía al menos una vez por semana.

Al inferir en la presencia de otras patologías médicas, como alergia, asma, resfríos, sinusitis, laringitis y otras enfermedades que pueden acrecentar la prevalencia de problemas vocales, solo una docente con episodios frecuentes de disfonía, manifestó presentar laringitis.

De las cuatro docentes que no presentan episodios frecuentes, tres reportaron que este fenómeno ocurre una vez al año y otra indicó que se presenta cada cinco meses aproximadamente.

## Figura 2

*Docentes que manifestaron tener episodios frecuentes de disfonía, al menos una vez al mes.*



*Nota: este gráfico de elaboración propia, exhibe que más de la mitad de las docentes tienen episodios frecuentes de disfonía, al menos una vez al mes.*

Otro dato relevante que surge de las docentes encuestadas, es que nueve de las diez que presentaron disfonía, reconocieron no haber realizado consultas con un especialista médico, en este caso un fonoaudiólogo.

**Figura 3**

*Docentes que realizaron consultas con Fonoaudiólogo*



*Nota: este gráfico de elaboración propia, permite observar que solo una de las docentes que manifestó haber tenido disfonía, recurrió a consulta con un fonoaudiólogo.*

Para la docente que realizó consulta con fonoaudiólogo, el profesional médico indico realizar trabajos de respiración y tomar periodos de descanso de la voz, como así también, beber agua de manera frecuente durante el dictado de clases para mantener las cuerdas vocales hidratadas y evitar el consumo de bebidas alcohólicas.

Al analizar la antigüedad en la profesión docente y la cantidad de horas semanales que dedican a la docencia, cinco de las que declararon tener episodios de disfonía tienen menos de diez años de antigüedad, mientras que la otra parte de la muestra, presentan desde once hasta treinta años en la actividad docente. Las dos encuestadas que no reportaron síntomas de disfonía tienen ocho y veinticuatro años de antigüedad en la profesión.

**Figura 4**

*Antigüedad en la Profesión Docente*

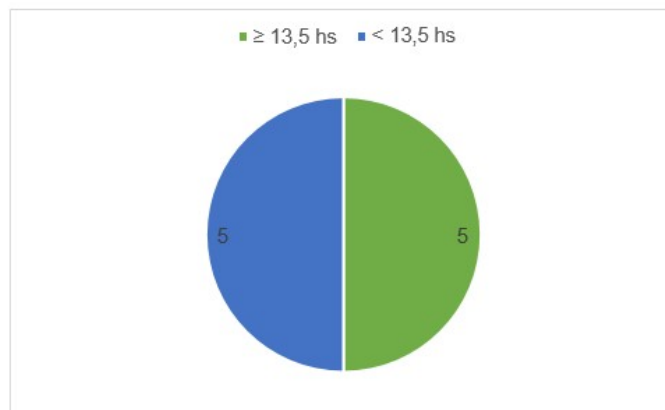


*Nota: este gráfico de elaboración propia, expone que la mitad de las docentes que presenta disfonía, tiene una antigüedad menor a 10 años en la profesión.*

En lo que respecta a la cantidad de horas semanales que dedican a la docencia y en comparación con el Protocolo sobre Disfonías - Resolución SRT 389/2013, donde se establece que el criterio de exposición al agente de riesgo está orientado a docentes con actividad frente al curso con una cantidad de horas igual o mayor al nivel de acción de trece horas y media (13.5). De las diez docentes que presentaron disfonía durante el año 2024, cinco presentan actividad frente al curso mayor al límite establecido, mientras que otras cinco docentes tienen una carga horaria que varía entre 3,5 a seis horas reloj semanales.

### Figura 5

*Horas reloj semanales frente al curso, en comparación con la Resolución SRT 389/2013*



*Nota: este gráfico de elaboración propia, muestra que la mitad de las docentes con disfonía, tiene menos de 13,5 horas reloj frente al curso.*

Asimismo, las dos docentes que no manifestaron episodios de disfonía, tienen más de 13,5 horas reloj semanales frente al curso, presentan dieciocho y veinticinco horas respectivamente.

Este dato se complementa con información obtenida de las entrevistas, donde las docentes revelaron que durante el lapso en el que se extienden los recreos, están al cuidado de los niños, cuyas edades varían desde los seis hasta los doce años, y siguen utilizando la voz como recurso para solicitar atención, advertir un peligro o dar una indicación, encontrándose imposibilitadas de efectuar pausas y descansos vocales. En contraposición a lo que establece la normativa, donde se considera exposición al agente de riesgo en función de las horas cátedras u horas reloj "frente al curso".

Dada estas situaciones, se implementó un cuestionario para analizar las formas de desarrollo de la actividad y conocer las prácticas que mantienen las docentes durante la jornada escolar. Se pudo observar que ninguna de las docentes tiene la práctica de fumar, por lo que el tabaco y humo de cigarrillo, en este contexto analizado, no sería un condicionante para que se presente la disfonía.

Así también, se pudo inferir que las docentes de la muestra no implementan ejercicios de relajación vocal, por lo que la ausencia de esta práctica puede estar asociada a que solo una de ellas, recurrió a un fonoaudiólogo cuando presentó la enfermedad.

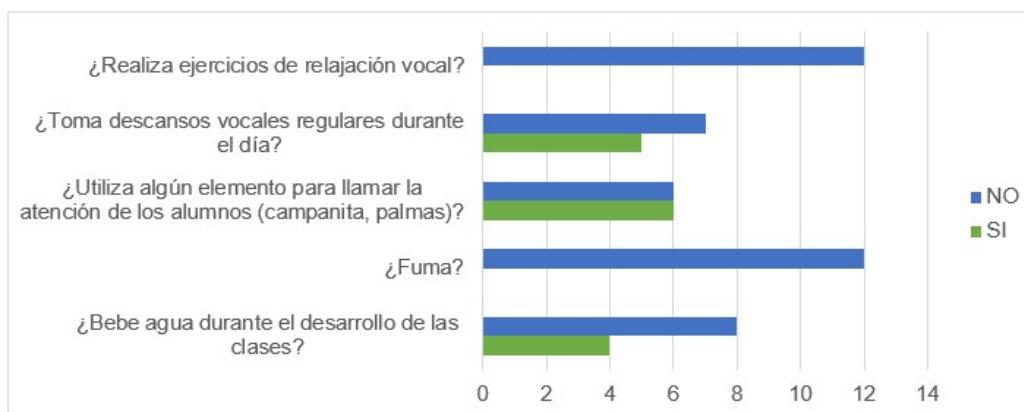
En lo que respecta al consumo de agua para mantener las cuerdas vocales hidratadas, solo cuatro de las doce docentes mantienen este hábito. Práctica que sería de suma importancia incorporar si se considera que todas las docentes de la muestra utilizan pizarrón con tiza y borrador tradicional, al efectuar la técnica de borrado, el polvo que se desprende de la superficie del pizarrón es absorbido por los usuarios, generando resequedad en la laringe, órgano donde se ubican las cuerdas vocales.

Además, se pudo conocer que la mitad de las docentes emplea técnicas o elementos para llamar la atención de los alumnos cuando estos hablan o murmuran, con el objetivo de solicitar silencio para poder continuar con la clase. Entre estas técnicas mencionaron aplaudir, hacer golpecitos con el borrador en el escritorio, acción donde se desprende partículas de tiza que, al ser inhaladas, causan irritación en el tracto respiratorio.

La combinación de ciertas prácticas, como la ausencia de ejercicios de relajación vocal, técnicas inadecuadas para respirar, los insuficientes descansos de la voz, beber poca agua durante la actividad docente y la ausencia en la implementación de elementos para lograr la atención en los alumnos, incrementarían la posibilidad de padecer disfonía.

**Figura 6**

*Análisis de las Prácticas en el Aula*



*Nota: este gráfico de elaboración propia, representa las prácticas que mantienen las docentes de grado durante el desarrollo de las actividades escolares.*

Asimismo, se indagó sobre los orígenes a los que atribuyen la manifestación de la disfonía, obteniendo como resultado la cantidad de alumnos por aula y la presencia de ruido, ya sea exterior y propio de la escuela, que hacen que tengan que elevar la voz como recurso para solicitar atención. El ruido exterior, proveniente de la vía pública por la disposición de las ventanas y el empleo de ventilación natural, considerando que la escuela se ubica en zona centro, entre calles altamente transitadas durante las horas picos y por consiguiente a la cercanía a centros estratégicos como el edificio municipal, policial, el banco, entre otros. También está presente el ruido proveniente del interior de la institución, ya sea por el dictado de clases en aulas contiguas u presencia de otras actividades, como ensayos escolares, preparativos de visitas académicas, alumnos que se dirigen a otros salones, como sala de música o tecnología, la clase de educación física, que generan ruido mientras, paralelamente se desarrollan actividades en el interior del aula.

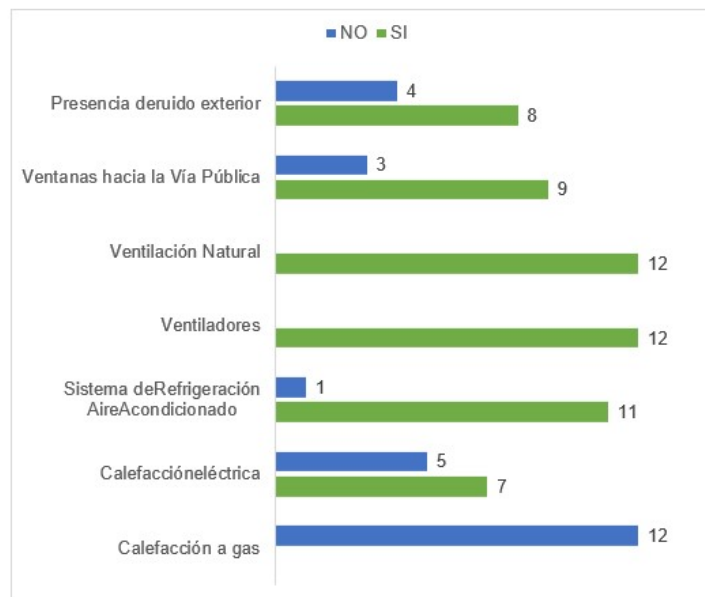
Pero al ruido exterior y al propio del interior de la institución, se suma el ruido presente en el aula; el murmullo continuo de los niños y el uso de ventiladores durante la época estival, el sonido continuo propio del artefacto, sumado a la falta de mantenimiento, agregan ruido extra al ambiente, interfiriendo directamente en el tono normal de la voz, que generan que, en el afán de continuar con el desarrollo de la clase, las docentes eleven de manera reiterada la voz.

También se pudo observar que todas las aulas cuentan con sistema de refrigeración mediante aire acondicionado. El uso continuo de estos equipos reseca el ambiente y las vías respiratorias, lo que puede deshidratar las cuerdas vocales. Como así también, los cambios bruscos de temperatura, pueden inflamar la faringe y alterar la voz.

El ruido proveniente de las distintas fuentes, originan una barrera en la comunicación entre el docente-alumno, tornándose una causa relevante en la manifestación de la disfonía.

**Figura 7**

*Condiciones del Ambiente de Trabajo*



*Nota: este gráfico de elaboración propia, permite conocer las condiciones del ambiente de trabajo a las que están expuestas las docentes durante las horas de*

Del cuestionario de Recursos Disponibles, se observó que todas las docentes encuestadas utilizan pizarrón con tiza al momento de dar clases. También se consultó por equipos de sonido como micrófonos con parlantes, micrófonos inalámbricos, contando la institución con tres equipos, utilizados para actos, celebraciones y ceremonias escolares.

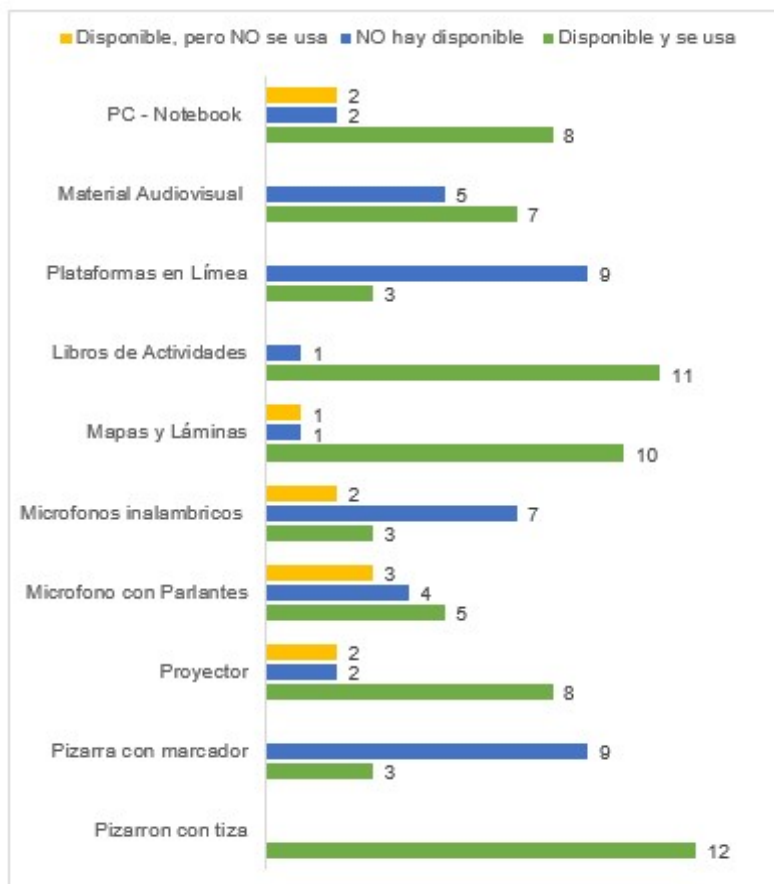
Otros recursos que emplean son libros de actividades, mapas y láminas ilustrativas, libros de actividades, plataformas en línea y recursos audiovisuales (videos académicos, películas temáticas, documentales). También cuentan con un carro digital con treinta notebook y proyector, el cual se comparte con los distintos grados de la institución.

Al inferir un poco más sobre este tema, durante las entrevistas, se percibe gran predisposición del personal para la utilización de nuevos recursos, implementación de nuevas estrategias de enseñanza y la incorporación de diversas técnicas de aprendizaje.

El siguiente gráfico nos permite inferir que al momento de dar clases las docentes utilizan todos los recursos que tienen a disposición.

**Figura 8**

*Recursos disponibles en la institución para el dictado de clases*



*Nota: este gráfico de elaboración propia, permite inferir que las docentes emplean gran parte de los recursos que tienen a disposición para el dictado de clases.*

Los escasos recursos tecnológico, la necesidad de compartirlos con los distintos cursos y la gran cantidad de horas de uso, evidenció la falta de mantenimiento de los elementos informáticos disponibles, como computadoras y proyectores, ocasionando que no estén en buenas condiciones cuando se requieren para ser utilizado en las actividades programadas. Así también, la escasa inversión en elementos áulicos y equipos técnicos, como pizarra con marcadores y micrófonos inalámbricos para todas las aulas, a lo que se suma, la ineficiente conexión a la red de internet para trabajar con los recursos audiovisuales, generando pérdidas de tiempo en el inicio de las actividades, genera que el docente tenga que recurrir a la voz como principal método de enseñanza.

Durante las entrevistas, surgieron otros temas que no se relacionan con la cantidad de horas trabajadas, los recursos disponibles y las condiciones ambientales, sino que más bien atañan a la carga mental.

Las docentes manifestaron que “en los últimos años la relación docente y alumno ha cambiado abruptamente; los agravios, el aumento creciente en la mala conducta, la pérdida de respeto de los alumnos, la escasa colaboración y acompañamiento del entorno familiar y la falta de autoridad del docente, hacen que no se pueda mantener un diálogo en forma moderada y deban recurrir al recurso de elevar la voz”.

“En los grados inferiores, la dispersión de los niños es muy frecuente, y la demanda de solicitar silencio en reiteradas oportunidades para continuar con la clase es cada vez mayor. En los grados superiores, el desinterés de los alumnos frente a la clase y la ausencia de concentración en la actividad propuesta, hace que no se pueda mantener una charla fluida con ellos”.

Todas estas conductas y comportamientos de los alumnos, sumado bajo nivel de apoyo social, provocan que la actividad docente se torne una tarea desgastante y frustrante, ocasionándole desánimo e irritabilidad. Se suma a esto, “el excesivo número de actividades y salarios inadecuados. Tener que trabajar con alta intensidad y en tiempos muy acotados, requiriendo realizar actividades fuera de horario para responder a las exigencias del trabajo. Dentro de las características propias del entorno de trabajo y de la tarea, están las demandas cognitivas que deben afrontar las docentes, las cuales se ven reflejadas en actividades como la preparación de clases y materiales, corrección de trabajos, evaluaciones, organización de actos, entre otras”.

Al indagar sobre los recursos a los que recurren para afrontar la situación de disfonía y poder continuar con las actividades, ya sean escolares o de la vida diaria, de las diez docentes que manifestaron haber atravesado dicha enfermedad, cinco recurren a las licencias médicas para recuperar las características normales de la voz.

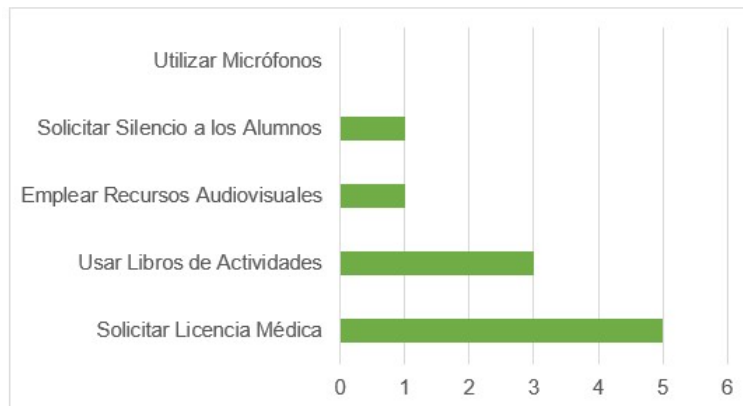
Las otras cinco docentes que continúan con las actividades escolares, tres emplean libros de actividades, lo que les permite hacer descansos vocales más frecuentes y por un periodo de tiempo más extenso. Una docente manifestó utilizar medios audiovisuales para el desarrollo de las actividades áulicas cuando transita por esta situación, mientras que otra docente manifestó tener que solicitar silencio a los alumnos, en reiteradas oportunidades para no forzar la voz.

En estos resultados se pudo observar, que ninguna de las diez docentes declaró utilizar micrófonos o amplificadores de voz como recurso para afrontar la disfonía. Si bien estos

elementos están disponibles en la institución para ser utilizados durante actos y veladas escolares, resultaría un recurso beneficio que podrían implementar las docentes cuando reconocen las primeras señales de la disfonía y comienzan a percibir pequeños cambios en la voz.

### Figura 9

*Recursos que utilizan las Docentes para dar clases cuando tienen disfonía.*



*Nota: este gráfico de elaboración propia, permite observar que ninguna de las docentes utiliza micrófono o amplificadores de voz para dar clases cuando perciben las primeras señales de la disfonía.*

### Conclusiones

Una de las conclusiones más relevantes que se desprende de este trabajo, y en contraposición a lo normado en la Resolución SRT 389/2013 - Protocolo sobre Disfonías, radica en que la cantidad de horas que dedica una docente al dictado de clases no es la única causa que puede desencadenar un episodio de disfonía. Ya que hay docentes que tienen menor cantidad de horas reloj frente al curso en función a lo establecido en la legislación y presentan episodios de disfonía. Sumado a esto, al tratarse de docentes de grado, el criterio de exposición al agente de riesgo, no debería contemplar únicamente las horas frente al curso, tal como lo delimita la resolución, ya que durante los recreos siguen usando la voz, impidiendo de esta forma que las cuerdas vocales puedan descansar y recuperarse para la clase siguiente.

Además, hay que considerar que para que se manifieste la disfonía, no es un factor determinante la antigüedad en la profesión, ya que cinco de las docentes que declararon tener episodios de disfonía tienen menos de diez años de antigüedad. La preexistencia de otras afecciones médicas, tampoco resulta un factor de riesgo para que se manifieste esta patología.

Por lo que se puede inferir que la cantidad de horas reloj semanales frente al curso, la antigüedad en la profesión docente, y la presencia de otras patologías médicas, no son los únicos condicionantes para que se presente la disfonía como enfermedad profesional.

Ciertas prácticas docentes, como los escasos descansos vocales durante la actividad, la inexistencia de ejercicios de relajación vocal, la falta de hidratación durante el desarrollo de clases y las inadecuadas técnicas para lograr la atención de los alumnos, contribuyen a aumentar la probabilidad de manifestación de la enfermedad. Sin dejar de mencionar la ausencia de intervención de profesionales médicos y fonoaudiólogos, que formen a los docentes en técnicas de manejo, cuidado y, brinden herramientas para detectar señales de alarma y alerten sobre cambios en las características de la voz.

Las condiciones y el medio ambiente de trabajo juegan un papel fundamental entre los factores que pueden contribuir a la manifestación de la disfonía. El ruido es el principal agente físico contaminante que está presente, ya sea el proveniente del exterior, el propio de la institución como así también, el ruido presente en el aula. Por lo que resultaría un gran aporte estudiar el nivel de exposición sonora de las docentes, cómo influyen las características constructivas, los materiales, la disposición de los objetos en el ambiente y el diseño integral del espacio de trabajo, para determinar cómo afectan en la calidad laboral y el estado de salud de las docentes.

La exposición de las docentes a polvo de tiza, que se incorpora al ambiente durante la escritura, la técnica de borrado o al golpear el borrador para solicitar silencio a los alumnos o para su limpieza, también contribuye al desencadenamiento de esta enfermedad.

La disponibilidad de recursos informáticos y tecnológicos sin duda son grandes aliados al momento de desarrollar las actividades áulicas, no solo en presencia de síntomas de disfonía sino como elementos para ser utilizados de manera preventiva, es decir, hacer uso de los mismos para implementar de manera frecuentes descansos vocales y para evitar elevar la voz.

Luego del análisis del panorama en términos normativos y estadísticos de los problemas de voz de origen ocupacional, podemos concluir que, aunque existe normativa que regula el reconocimiento de la enfermedad profesional, hay aspectos que deben ser ajustados para que la manifestación de la disfonía en la población docente disminuya. Algunos de los aspectos a mejorar corresponden a la formación de los docentes sobre el uso eficiente de la voz y prácticas saludables durante el desarrollo de su actividad. La participación y el trabajo interdisciplinario con fonoaudiólogos y otros profesionales resulta esencial para trabajar sobre las causas que propician la disfonía.

La modernización en cuanto a las técnicas de enseñanza, la incorporación de nuevas tecnologías y recursos, los cambios de conductas y la incorporación de ciertas prácticas durante el dictado de clases, tienen como finalidad conseguir un ambiente saludable para las docentes, con baja probabilidad de riesgos para su salud desde una perspectiva integral, favoreciendo el confort académico y bienestar de las docentes, para contribuir a un adecuado proceso educativo, disminuyendo de esta manera las causas que generan la disfonía.

Sin perder de vista, que en esta escuela se da una problemática que también es reconocida a nivel mundial, sustentándose en normativa que protege a los usuarios ocupacionales de la voz. A nivel país, la presencia de la enfermedad profesional en esta escuela no difieren de la realidad que atraviesa Argentina. Reconocer los costos que traen aparejados los problemas de la voz, la influencia del ambiente sobre las docentes y recursos disponibles, son ejes principales de acción para trabajar sobre los factores que originan esta enfermedad profesional.

Estudiar la carga mental de trabajo de las docentes representa un desafío a futuro, que debe ser encarado desde un equipo interdisciplinario de profesionales. La necesidad de profundizar en los factores relacionados a la carga mental y su relación con los problemas de la voz, resultaría un aporte significativo a este trabajo.

## Referencias

Decreto 658 de 1996 [Poder Ejecutivo Nacional]. Listado de enfermedades profesionales. 24 de junio de 1996.

Escalona, E. (2008). *Alteraciones de la voz y condiciones de trabajo en maestros de enseñanza primaria*. Editorial Universitaria.

Farias, P. (2021). *La disfonía ocupacional* (2ª ed.). Editorial Akadia.

Fajardo Rodas, D. F. (2019). *Peligros ocupacionales que influyen en la disfonía en docentes*. Areté. ssn-I:1657-2513, 19 (2), 11-22.  
<https://arete.iberu.edu.co/article/view/1697>

Flores, C. (16 de septiembre de 2024). Manejo y prevención de la voz en los docentes. *El Litoral*. [https://www.ellitoral.com/educacion/dia-fonoaudiologo-manejo-prevencion-voz-cuidado-docentes-carrera-ucsf\\_0\\_M9QxidKfd7.html](https://www.ellitoral.com/educacion/dia-fonoaudiologo-manejo-prevencion-voz-cuidado-docentes-carrera-ucsf_0_M9QxidKfd7.html)

García Castro, C., & Muñoz Sánchez, A. (2013). Salud y trabajo de docentes de instituciones educativas distritales de la localidad uno de Bogotá. *Avances en Enfermería*, 31(2), 30-42.

Ley 24.557 de 1995. Riesgos del trabajo.

Malebran, C. (2021). Panorama de tres países latinoamericanos en problemas de voz relacionados con condiciones de trabajo. Escuela de Fonoaudiología, Universidad Católica Silva Henríquez – UCSH Tocolnal, 303, Santiago, Chile.  
<https://doi.org/10.1590/2317-1782/20202020304>

Superintendencia de Riesgos del Trabajo. (2020). Índice de Incidencia de Accidentes de Trabajo y Enfermedades Profesionales.  
[https://www.srt.gob.ar/estadisticas/acc\\_informe\\_anual.php](https://www.srt.gob.ar/estadisticas/acc_informe_anual.php)

Resolución 37 de 2010 [Superintendencia de Riesgos del Trabajo]. Exámenes médicos en salud, inclusión en sistema de riesgos del trabajo. 20 de enero de 2010.

Resolución 389 de 2013 [Superintendencia de Riesgos del Trabajo]. Protocolo sobre Disfonías. 7 de febrero de 2013.

Superintendencia de Riesgos del Trabajo. (2023). Ficha técnica sobrecarga en el uso de la voz e n la actividad docente [Archivo PDF]. <https://www.argentina.gob.ar/srt>

Superintendencia de Riesgos del Trabajo (16 de enero de 2016). *Si la voz es tu herramienta de trabajo te enseñamos a cuidarla.* <https://www.argentina.gob.ar/noticias/si-la-voz-es-tu-herramienta-de-trabajo-te-ensenamos-cuidarla>

Vilkman E. (2004). *Occupational Safety and Health Aspects of Voice and Speech Professions*. Editorial Karger.