

DISFONÍAS



La disfonía es cualquier alteración que se produce en la emisión de la voz. Se la conoce como ronquera, por lo que el paciente refiere que tiene la "voz ronca" o que "está afónico".

✓ El agente de riesgo: Sobrecarga de la voz.

✓ La actividad: Docente.

✓ La enfermedad: Disfonías por edema, pólipos o nódulos en las cuerdas vocales.
Disfonía que se intensifica durante la jornada laboral sin lesión en las cuerdas vocales.

¿Qué personas están más expuestas a padecer disfonías?

Las personas que trabajan o ejercen su profesión utilizando la voz se encuentran más expuestas a sufrir disfonías. Se trata de:

- ✓ Docentes.
- ✓ Locutores.
- ✓ Cantantes.
- ✓ Telefonistas.
- ✓ Recepcionistas.
- ✓ Profesionales de la voz, etc.

La disfonía funcional en los docentes puede ser una enfermedad de causa laboral porque existe una correlación directa entre riesgo laboral y daño producido.

La voz es un medio de comunicación y expresión.
No es una herramienta de trabajo.

La Ley de Riesgos del Trabajo presenta un listado cerrado correlacionando el agente de riesgo, la actividad y la enfermedad. En este caso sería:

¿Cuáles son los síntomas?

Cuando haya uno o más de estos síntomas debemos consultar rápidamente:

- Fatiga de la voz, que aumenta con el uso y mejora en los períodos de descanso.
- Carraspera.
- Tos seca.
- Tensión de los músculos del cuello, hombros y espalda.
- Sensación de cuerpo extraño, irritación o ardor en la garganta.
- Garganta reseca.
- Sensación de ahogo.
- No poder terminar una frase por falta de aire.
- Dificultad para hablar.
- Aparición y desaparición de la voz durante el día.
- Sonidos vocales faltantes o inaudibles.

¿Cómo se previene?

- A través de la realización de talleres sobre el uso de la voz.
- El cumplimiento oportuno de exámenes periódicos.
- El desempeño del trabajo en aulas con adecuadas condiciones acústicas.

Además,

- Tomando agua.
- Limitando el consumo de alcohol y café.
- Dejando de fumar o disminuyendo la cantidad.
- Intentando NO carraspear.
- Durmiendo entre 7 y 8 horas por día.
- Procurando No competir con el ruido ambiental.

IMPORTANTE:

En SUTEBA desarrollamos actividades de prevención y promoción sobre el cuidado de la voz que están incluidas dentro del **PROGRAMA DE LA VOZ DEL DOCENTE.**

Las actividades se desarrollan en:

- Las escuelas en forma de charlas y talleres de reeducación vocal y cuidado de la voz.
- Los Centros de Salud a través de la atención de nuestras fonoaudiólogas en el marco del Programa de la voz del Docente.
- Las Unidades Móviles Preventivas a través de una técnica utilizada por profesionales para detectar precozmente alteraciones en la voz.

Todas las actividades se complementan con la lucha sostenida por las mejores condiciones de salud y trabajo para los docentes. Un reflejo de ello es la firma de la "Acordada sobre Disfonías", que se tradujo en la "Resolución SRT 389/2013", incluye el Protocolo sobre diagnósticos y tratamientos de la enfermedad.

Fuente: Documentos, Equipo de Salud SUTEBA.

El derecho a la salud:
una construcción colectiva de los trabajadores.
Acercate a tu Seccional para recibir información y asesoramiento.

3ª Edición, 2016

Secretaría de Salud



Suteba

www.suteba.org.ar

Salud Laboral y CyMAT

Condiciones y Medio Ambiente de Trabajo

ENFERMEDADES PROFESIONALES

DISFONÍAS

¿SABÍAS QUÉ...?



La Disfonía está incluida en la Ley de Riesgos del Trabajo como Enfermedad Profesional para los Docentes.

Las aulas superpobladas y la sobrecarga horaria pueden provocarla.

Si padecés la enfermedad es tu DERECHO realizar una denuncia para recibir las prestaciones médicas correspondientes y tomar la licencia por enfermedad profesional.

La denuncia se debe realizar ante la Aseguradora de Riesgos del Trabajo (ART) o el empleador Autoasegurado. La puede hacer el trabajador, el empleador o un familiar.

Para prevenir la enfermedad te contamos qué medidas podés tomar.

SUTEBAPrestaciones

Suteba