

TITULO

-IMPLEMENTACIÓN DE LA FICHA RESPIRATORIA PARA EL DIAGNÓSTICO DE LA DISFONÍA Y AFONÍA POR EL ABUSO Y MAL USO DE LA VOZ EN INSTRUCTORES DE VUELO DE LA BASE AÉREA COLOMBIANA DE RIONEGRO - ANTIOQUIA.

-IMPLEMENTATION OF THE FORM FOR DIAGNOSIS OF RESPIRATORY DYSPHONIA AND HOARSENESS BY ABUSE AND MISUSE OF VOICE IN FLIGHT INSTRUCTORS COLOMBIAN AIR RIONEGRO – ANTIOQUIA

Autores:

Yessyka Yohana Roa Sanchez

Vivian Andrea Bedoya Moreno

RESUMEN

La voz es un instrumento propio del ser humano, como lo refiere Le Huche y Allali “La voz es un instrumento de expresión y de comunicación, que adopta aspectos infinitamente variados, haciendo la voz como un soporte físico de la comunicación humana”, pero algunas personas la utilizan en el ámbito profesional, como serían los cantantes, locutores, presentadores, y docentes, entre otros. En estas profesiones es común encontrar patologías que afectan la producción vocal, las cuales son consecuencia de abuso y mal uso de la voz en los diferentes contextos que se utiliza. Es por esto que Perelló (1984) destaca que los factores funcionales, hablar fuerte, rápido, hablar en tono grave o muy agudo, son factores de riesgo que afectan al sujeto directamente en su aparato fonador. Y es aquí donde se ven reflejados los sobreesfuerzos vocales que han hecho, durante los largos períodos de clase, el estrés, el ambiente ruidoso y los problemas emocionales que pueden estar pasando.

Es importante aclarar que la aplicación de la batería fonoaudiológica permitirá diagnosticar a los docentes e instructores de vuelo de la base aérea, con la finalidad de constatar que el ejercicio del profesional de la voz puede repercutir posteriormente, apareciendo alteraciones vocales en los trabajadores expuestos al mal uso y abuso vocal.

PALABRAS CLAVES: Disfonía, Afonía, Salud Ocupacional, Voz, Respiración, abuso vocal, mal uso vocal.

SUMARY

The voice is a proper instrument of the human being, as regards Le huche and Allali "The voice is an instrument of expression and communication, which takes infinitely varied aspects, making the voice as a physical medium of human communication", but some people use in the professional field, as would be the singers, announcers, presenters, and teachers, among others. In these professions it is common to find pathologies affecting vocal production, which are a result of abuse and misuse of the voice in different contexts used. That is why Perello (1984) points out that the functional factors, talk loud, fast, speak in serious or very sharp tone, are risk factors that affect the subject directly in your vocal apparatus. And this is where the vocal overexertion they have done during the long class periods, stress, noisy environment and emotional problems that may be going on are reflected.

It is important to clarify that the application of phonoaudiological battery will allow diagnose teachers and flight instructor's airbase, in order to ascertain that the exercise of professional voice may subsequently impact, appearing vocal

alterations in workers exposed to evil use and vocal abuse.

PALABRAS CLAVES: Dysphonia, hoarseness, Occupational Health, Voice, Breath, vocal abuse, vocal misuse.

Introducción

La salud ocupacional es un proceso de vital importancia para las entidades como en la fuerza aérea colombiana Rionegro-Antioquia, porque promueve la prevención de las diferentes enfermedades que se puede generar a pasar el tiempo, en este caso en los instructores de vuelo problemas en la voz que pueden ser ocasionadas por el abuso y mal uso vocal.



En la actualidad el mayor tiempo se emplea en el trabajo, donde su realización es imprescindible para el mejoramiento de la sociedad en general. En la empresa objeto

se observan diferentes factores de riesgo que pueden causar en el trabajador problemas en la voz, estos factores pueden ser la altura, el constante uso de la voz, no tener una adecuada higiene vocal etc. Por lo tanto, con la implementación de la batería fonaudiológica se promueve un control y adecuación del puesto del trabajador.

No obstante, el mal y abuso vocal no solamente se pueden dar en la realización del deber por cada trabajador, sino también los cambios emocionales que se puede presentar como sería el estrés, depresión, ira, entre otras. Que en diversos casos afectan aún más el trabajador que solo con el uso constante de su voz. Y más en este ambiente militar que el estrés esta al cien, por los casos de gran complejidad que se presentan, afectando así la comunicación.

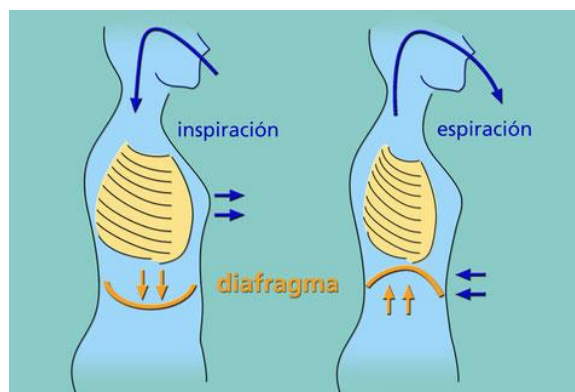
Metodología

Las características de la investigación anterior, tiene un nivel de tipo descriptivo-cuantitativo, debido que se realiza un análisis exhaustivo de los factores de riesgo, que puede producir abuso y mal uso vocal en los instructores de vuelo de la fuerza aérea colombiana, como también que incidencia podría tener en esta profesión. Con un diseño experimental, ya que se realiza por medio de una batería fonaudiológica "Ficha respiratoria" como

instrumento de recolección de información, el cual se considera un elemento sencillo y de fácil aplicación, teniendo una muestra de 20 personas.

Resultados

Posterior a la aplicación de la ficha respiratoria se obtuvieron los siguientes resultados a nivel general, los cuales dan cuenta en algunas variables que están interviniendo en los procesos respiratorios y de fonación:



La frecuencia respiratoria es acorde, en cuanto que al perímetro torácico se puede notar que los puntos donde se realizaron las medidas son estándar con una diferencia en la inspiración y espiración aproximadamente oscilando entre dos y tres centímetros en cada uno de los puntos, cuyos resultados se relacionan con el tiempo de retención, en tanto que la capacidad para retener el aire no es muy amplia, es así como en la prueba de Rosenthal se observa mayor tiempo en la ejecución respiratoria, de forma bilateral y



en cada una de las narinas, consecuente a unos ciclos respiratorios un poco más lentos.

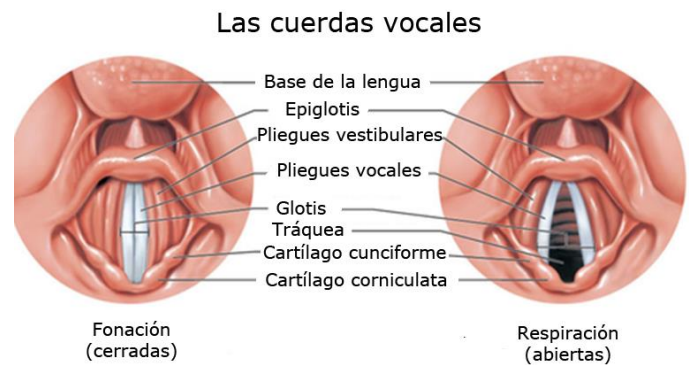
El tipo respiratorio se evidencia predominio clavicular en la mayoría de los casos, siendo constante para actividades de habla, lectura y en reposo, se nota mayor elevación en zona pectoral, el modo respiratorio tanto para habla como para lectura es mixto, en reposo es nasal-nasal, queriendo indicar que esta característica es normalidad, dado que no se presentan obstrucciones de ningún tipo, con un rendimiento vocal estable, requiere de constante tomas de aire para una óptima administración de la columna de aire, con una línea melódica constante y rasgos de entonación que varían

El tiempo máximo de fonación arroja resultados con ciertas variaciones, donde se evidencia un tono variable en la emisión vocálica, propenso a bajar la intensidad y características entre agudas y graves, el rendimiento vocal se encuentra

mínimamente por debajo de los patrones de normalidad, dadas las dificultades para hacer uso correcto de la columna de aire durante la emisión vocálica.

Recomendaciones

- Diseñar actividades y estrategias de prevención y promoción de la salud involucrando capacitaciones sobre los cuidados de la voz, higiene vocal, técnicas de relajación, proyección de la voz e impostación de la voz.
- Evitar carraspear y toser con frecuencia, hidratarse, evitar gritar, chillar o tratar de hablar por encima del ruido ambiental, evitar el estrés, la fatiga, tensiones y cargas



emocionales ya que pueden afectar a la voz, respirar adecuadamente mantener el cuerpo relajado, mantener un estilo de vida y un entorno saludable, alimentación balanceada, hacer uso de la voz sin exceder y realizar pausas por períodos de tiempo a lo largo de la jornada laboral.

-Realizar ejercicios para mejorar el tipo respiratorio, pueden realizar este ejercicio de pie con una mano sobre el abdomen y otra sobre el pecho para observar mejor el movimiento respiratorio y ser conscientes del ejercicio a realizar para mayor beneficio.

Conclusiones.

Se logró evidenciar que la influencia del uso de la voz como herramienta de trabajo, tiene mayor incidencia ya que incluye el rendimiento vocal y la coordinación neumónica, donde a su vez exige tener que tomar aire constantemente para realizar las emisiones vocálicas y mostrar un leve esfuerzo dados los cambios en la intensidad y algunos episodios en los que el aire se escapa.

Todo esto está relacionado con cambios notorios en las características de la voz, además de manifestar cansancio vocal en algunos casos.

Las saludes vocales de los instructores de vuelo tienen aspectos que se ven directamente relacionados con su estilo de vida apropiado, dominio de la técnica vocal y uso estratégico de la voz en los diferentes campos que se desempeña; y estos estarán condicionados por la actitud del instructor ante la voz y por su personalidad. Estos factores y condiciones pueden generar un

proceso de daño o deterioro vocal que culmina en una disfonía funcional.

Cabe decir que los instructores de vuelo reciben poca formación sobre la voz y la importancia sobre los conocimientos básicos del funcionamiento del sistema fonatorio, la necesidad de realizar la aplicación de la técnica vocal.

Finalmente, no hay casi conocimiento sobre las estrategias para utilizar la voz en los lugares donde ejercen su labor.



BIBLIOGRAFIA

- Ley 1562 del 11 de julio 2012: <http://wsp.presidencia.gov.co/Normativa/Leyes/Documents/ley156211072012.pdf>.
- Ministerio de trabajo. Decreto 1477 del 5 de agosto de 2014 Cuadro enfermedades laborales

<http://www.mintrabajo.gov.co/agosto-2014/3709-gobierno-expide-nueva-tabla-de-enfermedades-laborales.html> .

- Programa para la preservación de la voz en docentes de educación básica <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2046026> .
- Prevalencia de síntomas de alteraciones de la voz y condiciones de trabajo en docentes de escuela primaria
- <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2288027> .
- Factores ambientales y hábitos vocales en docentes y funcionarios de pre-escolar con alteraciones de voz <http://www.scielosp.org/pdf/rsap/v13n3/v13n3a04>
- Protocolo para la vigilancia de la salud del profesorado con atención a la enfermedad profesional http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S0465-546X2008000200007&script=sci_arttext&lng=en
- Problemas de la voz en el profesorado. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=117903>

- Prevalencia de disfonías en profesores pertenecientes a un grupo de colegios privados de Bogotá. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5108972>
- La pérdida de la voz en los maestros, una lectura desde el psicoanálisis. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3798099>
- La docencia enfermedades frecuentes de esta profesión , Cristina Alemañy Martínez . <http://www.eumed.net/rev/ced/02/cam6.htm>
- Enfermedades asociadas a la docencia Alteraciones de la voz http://riesgoslaborales.feteugt-sma.es/p_preventivo/documentos/Alteracionesvoz.pdf .
- La voz recurso para la educación , rehabilitación y terapia en el ser humano. http://www.jmunoz.org/files/9/Logopedia/disfonia/documentos/27404206-rev_formacion-lavoz.pdf
- Higiene Vocal http://galeon.com/cafinemes/MEMORIAS_EAYFD/0008_eayfd.pdf
- problemas de la voz en el profesorado

http://www.aufop.com/aufop/uploaded_files/articulos/1261767642.pdf

- Estudio acerca de las disfonias en los docentes de EGB.
http://apps.elsevier.es/watermark/ctl_servlet?_f=10&pident_articulo=13152650&pident_usuario=0&pcontactid=&pident_revista=309&ty=14&accion=L&origen=zonadelectura&web=www.elsevier.es&lan=es&fichero=309v04n03a13152650pdf001.pdf
- Factores ambientales y hábitos vocales en docentes y funcionarios de pre-escolar con alteraciones de voz
<http://www.scielosp.org/pdf/rsap/v13n3/v13n3a04.pdf>
- Enfoque e intervención fonoaudiológica del abuso y mal uso vocal.
<http://piavillanueva.cl/pia/wp-content/uploads/2014/08/Enfoque-e-intervenci%C3%B3n-fonoaudiol%C3%B3gica-del-abuso-y-mal-uso-voc.pdf>
- <https://books.google.com.co/books?id=RJHQugtkLsC&pg=PA2645&pg=PA2645&dq=morrison+-hiperfuncion+laringea&source=bl&ots=N3dHdUOJR5&sig=VIFC1wKIVWg23W->

[aPyV17sb_q9Q&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwjLweTg3J7MAhVG0h4KHQkFA7YQ6AEILTAD#v=onepage&q&f=false](http://apps.elsevier.es/watermark/ctl_servlet?_f=10&pident_articulo=13152906&pident_usuario=0&pcontactid=&pident_revista=309&ty=99&accion=L&origen=zonadelectura&web=www.elsevier.es&lan=es&fichero=309v13n04a13152906pdf001.pdf)

- http://apps.elsevier.es/watermark/ctl_servlet?_f=10&pident_articulo=13152906&pident_usuario=0&pcontactid=&pident_revista=309&ty=99&accion=L&origen=zonadelectura&web=www.elsevier.es&lan=es&fichero=309v13n04a13152906pdf001.pdf