

IMPORTANCIA DE UN SISTEMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLOGICA PARA LA
CONSERVACIÓN DE LA VOZ EN DOCENTES DEL COLEGIO INSTITUTO
ATANASIO GIRARDOT, EN EL SEGUNDO SEMESTRE DEL 2008.

Daysuri ViViana Álvarez Calle, Eidy Karina Leusson Cuesta.

Estudiantes IV semestre de Fonoaudiología

RESUMEN

Este proyecto se realizo en el Institución Atanasio Girardot de Bello Antioquia, en el segundo semestre del 2008; Viendo la necesidad de crear un Sistema de Vigilancia Epidemiológica de Conservación de la Voz en los Docentes de planta en Secundaria. Encontrando que los Docentes prefieren trabajar largas jornadas diarias de abuso constante de la voz, sin contar con los trabajos extracurriculares. Identificando así los signos y síntomas de alarmas de las alteraciones de la voz en todos los Docentes, de igual manera fomentar el buen uso Vocal y una cultura de auto cuidado dentro del Gremio Educativo. Mediante este proyecto se busco mejorar y fomentar una mejor calidad de vida laboral para los docentes, desde la promoción y prevención de los cuidados de la voz, Los cuales son causa de debilitamiento y bajo rendimiento laboral en los docentes del Colegio Instituto Educativo Atanasio Girardot de Bello Antioquia.

PALABRAS CLAVES: Sistema de vigilancia, Conservación de la voz, alteración de la voz, Disfonías, Afonía, Abuso de la voz, buen uso vocal, Cultura de auto cuidado, Promoción y Prevención, Debilitamiento laboral.

Abstrac:

This project took place at the Atanasio Girardot Institution of Antioquia Bello, in the second half of 2008; seeing the need to create an Epidemiological Surveillance System of Conservation at the Voice of Teachers of plant in secondary. Finding that Teachers prefer to work long hours daily abusing of the voice, not counting with extra work. Identifying the signs and symptoms of alarms alterations in the voice of all teachers, just as promote the proper use Vocal and a culture of selfcare within the Guild Education. This project seeks to improve and promote better quality of life for teachers, from the promotion of prevention and care of voice, which are due to the weakening labour and low performance on teachers of the College Educational Institute of Atanasio Girardot Bello Antioquia.

INTRODUCCION:

La voz se define como el sonido que se produce a nivel de los Pliegues vocales. Esta producción depende de una relación equilibrada entre las fuerzas ejercidas por los músculos laringeos y la presión ejercida por el aire al ser espirado por los pulmones. La más pequeña alteración en este equilibrio produce una notable alteración en el tono, la intensidad o la calidad de la voz.

Teniendo en cuenta que la voz es el medio de comunicación y herramienta fundamental de trabajo para los Docentes, que son personas cuya labor es la enseñanza y por esto su voz se ve constantemente alterada; en donde los envuelven un sin números de alteraciones y riesgos a nivel de desgaste físico, microclima de trabajo y psicológicos. Igualmente, son personas que tienen trabajos extracurriculares, sobrecargas por sus actividades diarias como lo son la atención del hogar; entre otros, que ayudan al debilitamiento vocal e inflamación de la garganta producto del mal uso o abuso constante, la no hidratación conduce así al debilitamiento en la producción de la voz, y al bajo rendimiento laboral.

Sin duda alguna se ha demostrado que los Docentes trabajan mas de 4 horas diarias seguidas; y de acuerdo con muchas investigaciones(grupo de salud y seguridad Ocupacional . la Voz SENA Medellín) donde el uso excesivo de la voz es considerado de alto riesgo para la salud vocal, es por esta razón que se ha visto la necesidad de crear e implementar un sistema de Vigilancia Epidemiológica donde se pretende detectar, identificar y controlar los problemas de Salud vocal en los Docentes del Colegio Instituto Atanasio Girardot.

Por lo tanto con la implementación de un Sistema de Vigilancia Epidemiológica de conservación de la Voz; se busca que el Docente maneje y controle la producción de su voz y a su vez evitar los esfuerzos vocales. Mediante ejercicios y recomendaciones mínimas necesarias para mantener la buena técnica vocal aprendidos en las charlas brindadas por profesionales (Fonoaudiólogos) encargados de las alteraciones de la voz.

PROPUESTA METODOLOGÍA

Basándonos en el tipo de estudio Descriptivo y siguiendo los lineamientos de una investigación No Experimental transeccional que busca por medio de la creación de un sistema de Vigilancia Epidemiológica para la conservación de la voz, establecer y describir como son las condiciones de trabajo vocal que presentan los 38 Docentes de planta del Colegio Instituto Educativo Atanasio Girardot, mediante un diseño metodológico a nivel Cualitativo donde se pretende describir las condiciones, causas, efectos y alteraciones presentes en los docentes características de patologías de la voz, y a su vez establecer el nivel de casos durante el segundo periodo del 2008, de igual modo este proyecto busca mejorar y fomentar una mejor calidad de vida de la voz para los docentes, desde la promoción y prevención de los cuidados de la voz; buscando así que el docente tenga conciencia, mejore y/o establezca

condiciones y cultura de cuidado para evitar el debilitamiento laboral y a su vez de salud.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Al realizar el análisis de las condiciones de trabajo y salud de los Docentes del Colegio Institución Educativa Atanasio Girardot, en el segundo semestre del 2008. Encontrando así que la Edad promedio de los Docentes se encuentra dentro de un rango de 35 y 50 años de Edad. De los cuales se identificaron 8 Mujeres y 11 Hombres.

Se estableció que El Colegio Atanasio esta ubicado en un lugar ruidoso, residencial de fácil acceso, a nivel de estructura física esta distribuido en dos plantas las cuales están establecidas para las actividades académicas y la sala de Docentes. Unas de las dificultades observadas en la visita realizada a la institución se estableció que un factor de riesgo inminente es la ubicación de la cancha ya que durante las clases de educación física y actividades lúdicas se genera niveles de ruidos que tiene una reacción perjudicial en los docentes que genera un sobre esfuerzo vocal para la realización y cumplimiento laboral.

Las condiciones de trabajo de los docentes están ligadas a las horas de exposición, las largas jornadas de trabajo establecidas en 6 horas diarias y la falta de higiene vocal sin olvidar el poco descanso para la recuperación del uso o abuso de la voz después de las clases por la atención a los docentes o actividades extracurriculares y descansó de sus órganos.

A pesar de que la institución es muy grande los lugares para el descanso son en la misma planta donde se dictan las clases, evitando así que se aproveche el tiempo libre de los docentes después de mas de 45 minutos de clase cumpliendo con las 6 horas de uso constante de la voz, sin ninguna medida para la hidratación y descanso de los órganos que intervienen en ella, De los 38 docentes de planta 12 trabajan doble jornada incluyendo los que laboran en otras instituciones sumándose mas de 12 horas en constantes abuso vocal.

Otros de los riesgos observados en la institución es la cercanía de la escuela donde se genera un alto nivel de ruido por las constantes celebraciones y actividades lúdicas que allí celebran los grados menores, sin contar las actividades generadas en la piscina y los sonidos generados por el gimnasio.

Para la identificación de las condiciones de trabajo se realizan preguntas que permitan identificar los síntomas que sufren los Docentes y a su vez poder establecer las reacciones frente a dichos cambios.

Mediante la observación y la realización de la encuesta en la institución se ha determinado que dentro del gremio de los Docentes es muy frecuente observar problemas relacionado como ronquera, disfonía y laringitis alteraciones a las cuales no se le presta la atención medica necesarias y mucho menos las pautas de higiene vocal adecuada para contrastar las alteraciones y disminuir los síntomas. Sin olvidar el cansancio y agotamiento corporal y vocal de los docentes.

De acuerdo a todo lo anterior podemos verificar que las condiciones de Salud y trabajo de los Docente tienen asociado factores de riesgos tales como ubicación del colegio, el tiempo de trabajo que aumenta y genera un sobre esfuerzo que crean hábitos perjudiciales para la salud vocal.

Por medio de este análisis se puede establecer la necesidad de implementar un programa de capacitaciones que permitirán ofrecer pautas de conservación de la voz con el fin de aportar a todos los Docentes expuestos a abuso y mal uso de la voz una formación en acerca de los síntomas y daños vocales inducidos por los malos hábitos y de sus responsabilidades en el programa de conservación de la voz, así como información relevante para promover la participación activa y difusión del mismo en el gremio educativo.

A partir de la identificación del diagnostico de las condiciones de salud se establece la necesidad de estructurar un sistema de vigilancia epidemiológica con diferentes fases así:

Una evaluación en la cual se aplicaran pruebas como la ficha Respiratoria que busca establecer el comportamiento vocal y su rendimiento, al igual una evaluación de voz que nos permita establecer las posibles alteraciones a nivel de tono, intensidad, resonancia y rango vocal.

Un seguimiento y monitoreo que se realizara cada 3 meses que permitirá un control sobre el cumplimiento de las pautas de higiene establecidas en las capacitaciones dadas a los Docentes del Colegio Institución Educativa Atanasio Girardot, en el segundo semestre del 2008, con este sistema se pretenden prever los cambio que se puedan generar por los factores condicionantes de los Docentes en su ambiente laboral, con el fin de recomendar oportunamente las medidas indicadas para mejorar y evitar las alteraciones que se pueden presentar a nivel de voz y compromiso respiratorio que impidan llevar un calidad de vida estable y acorde a las necesidades de su profesión.

CONCLUSIONES

Se puede concluir que de los 38 Docentes más de la mitad han presentado alteraciones a nivel de las cavidades que interfieren en la producción de la voz o tracto vocal, donde no se presenta ninguna consideración como la asistencia al medico o pautas correctas para el tratamiento o manejo adecuado de la producción de la voz.

Teniendo en cuenta estos resultados se puede establecer la importancia de la vigilancia a nivel de la voz para evitar las alteraciones, los abusos teniendo en cuentas las exposiciones a las cuales se enfrentan los docentes cada día. Observándose así que los Docentes se interesan por conocer cuales son las mejores condiciones de trabajo a nivel vocal y cuales son las alternativas para prever alguna alteración.

De acuerdo con las estadísticas dadas se puede decir que las patologías de la voz no son lo suficientemente atendidas por los que la padecen, y no todos los

trabajadores de la voz en este caso los docentes tienen un manejo adecuado o una cultura de auto cuidado a nivel comunicativo o del tracto vocal.

RECOMENDACIONES

Se recomienda implementar un programa y capacitaciones para los Docentes sobre la importancia y manejo de la voz, permitiendo así que se generen culturas de auto cuidado dentro del gremio educativo determinando los síntomas y alarmas que sean perjudiciales para su salud.

De la misma manera crear un espacio para los Docentes después de las clases que le permitan un descanso a nivel de sus órganos vocales.

REFERENCIA BIBLIOGRAFICA

ARANDIGA A. Vales, cuaderno para el esfuerzo de la comunicación y el lenguaje, método Eos.

FRANCOISLE Huche Andre Allali, La Voz patológica Vocal semiológica y disfonía disfuncional, ED masson, s.a, Tomo 2 Pág. 145.

FRANCOISLE bis, La voz anatomía y fisiología de los órganos de la voz y del habla tomo1.

MENALDY Jackson: La Voz Normal, ED panamericana 2005 Pág. 237.

PICO MERCHAN, Carmen E. et al, La Voz, anatomía y fisiología e higiene del Aparato fonatorio, Vigilancia epidemiológica cuidados y prevención, Medellín 1994 pag. 63

WEBGRAFIA

www.Laringeyvoz.com, JIMENES Humberto Luís, Lesiones Benignas de la Laringe.

www.cna.gov.co/cont/documento/legislacion/constitucion.pdf.

www.elmundo/elmundosald/2005/08/12/salud_ppesonal/1123856082.html.

www.ehu.es/acustica/espanol/musica/vohues/vohues.htm.







