

# DISFONÍAS



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

## ¿Qué personas están más predispuestas 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 en los docentes puede ser una enfermedad de causa laboral porque existe una correlación directa entre riesgo laboral y daño producido.

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

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.

## ¿Cuáles son los síntomas?

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

- Fatiga de la voz, que aumenta con el uso y mejora en los periodos 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?

- Tomando agua.
- Limitando el consumo de alcohol y café.
- Dejando de fumar o disminuyendo la cantidad.
- No carraspear.
- Durmiendo entre 7 y 8 horas por día.
- 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", e incluye el Protocolo sobre Disfonías y define los pasos a seguir por un docente que padece la enfermedad.

Fuente: 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.**

Secretaría de Salud



**Suteba**

[www.suteba.org.ar](http://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.

*Si un docente padece disfonía debe hacer una denuncia por Enfermedad Profesional ante la Aseguradora de Riesgos del Trabajo (ART) y el Empleador Autoasegurado, a quienes se les debe exigir que le brinde las prestaciones que correspondan en tiempo y forma.*

Para prevenir la enfermedad te contamos qué medidas puedes tomar.

SUTEBAPrestaciones

**Suteba**