

## PREGUNTAS FRECUENTES

### Programa ocupacional para prevenir enfermedades de la voz o Programa de Vigilancia Epidemiológica para el Control de los Desórdenes Vocales

#### 1. ¿Qué se considera un desorden de la voz?

Un desorden de la voz ocurre cuando la calidad de la voz, el tono y el volumen difieren o son inapropiados para la edad, el género, los antecedentes culturales o la ubicación geográfica de una persona (Aronson y Bless, 2009; Boone, McFarlane, Von Berg y Zraik, 2010; Lee, Stemple, Glaze y Kelchner, 2004). Un desorden de la voz está presente cuando un individuo expresa preocupación por tener una voz anormal que no satisface las necesidades diarias, incluso si otros no la perciben como diferente o desviada (American Speech-Language-Hearing Association [ASHA], 1993; Colton y Casper, 1996; Stemple, Glaze y Klaben, 2010; Verdolini y Ramig, 2001).

#### 2. ¿Qué es la fatiga vocal?

En el ámbito de la patología vocal, la fatiga es una entidad negativa, incapacitante y muchas veces limitante social y laboralmente. Su forma de expresión depende de su etiología, aunque, y a modo general, su manifestación incluye síntomas que aparecen con el uso y desaparecen con el descanso. Dentro de estos destacan: ronquera, soplosidad, quiebres tonales, inhabilidad para mantener el tono o la intensidad, reducción de la extensión tonal, carencia de potencia en la voz, inestabilidad en la emisión; tensión de cuello, hombros, mandíbula y laringe; picazón en la región velofaríngea, odinofonía (dolor en la garganta) y odinofagia (dolor al pasar alimento), sensación de cuerpo extraño, desmotivación o desagrado, entre otros (Fuentes, 2018)

#### 3. ¿Qué es la carga vocal?

Son fuerzas mecánicas que actúan sobre los pliegues vocales, laringe, músculos perilaríngeos y respiratorios. Dependiendo de cómo sean dosificadas existirán diferentes tipos de respuestas. Esto se produce al fenómeno que se conoce como mecanotransducción, el cual explica que las células del cuerpo son capaces de convertir las fuerzas mecánicas en respuestas químicas y biológicas, que promueven cambios estructurales de distinta naturaleza. Existen diferentes zonas de carga vocal de acuerdo a la cantidad de estrés mecánico al que se sometan las estructuras. La zona de carga ideal, se logra con entrenamiento y se conoce como zona de carga homeostática y/o fisiológica.

#### 4. ¿Qué es la sobrecarga vocal?

Uso prolongado de la voz + factores de carga adicional. Se consideran factores de carga adicional a factores de riesgo tales como la temperatura del ambiente, ruido circundante, acústica del lugar. La fuerza vocal guarda relación con los movimientos y choques repetitivos de las cuerdas vocales lo que llevaría a lesiones por esfuerzo repetitivo. La sobrecarga vocal se mide en términos de tiempo e intensidad: cuanto más tiempo y más fuerte deba hablar una persona, mayor será la tensión laríngea y más resistencia vocal necesitará (Buekers, 1998)

#### 5. ¿Qué es la voz ocupacional?

Es aquella que está relacionada con todas aquellas personas que a pesar de no haber recibido entrenamiento vocal específico utilizan en forma intensa su voz como instrumento de trabajo como por ej. docentes, telefonistas (call center o contact center), oradores, instructores de deportes, etc. Algunos de estos trabajos conllevarán a una sobrecarga de uso de la voz generando múltiples factores de riesgo en la aparición posterior de alteraciones vocales (Farias, 2012).

#### **6. ¿A dónde me puedo contactar para conseguir mayor información?**

Cualquier inquietud al respecto, puede comunicarse con la oficina de Seguridad y Salud en el Trabajo de la División de Gestión de Talento Humano al correo [sst.profesional8@uis.edu.co](mailto:sst.profesional8@uis.edu.co) y [sst.coordinacion@uis.edu.co](mailto:sst.coordinacion@uis.edu.co) (6344000 – Ext. 1114-2409-2617).