



INTEGRACION,  
EXTENSION,  
DOCENCIA  
E INVESTIGACION  
PARA LA  
INCLUSION  
Y COHESION  
SOCIAL

22 AL 25  
NOVIEMBRE  
DE 2011  
SANTA FE  
ARGENTINA



**TITULO:** Promoción de Hábitos Vocales Saludables en Población con Riesgo Vocal

**EJE:** Comunicación y Extensión. Mesa de Trabajo 4

**AUTORES:** Lic. Sandra T. Tiznado Pincheira, Lic. Claudia H. Zampa, Dra. Ana Rosa Scivetti

**REFERENCIA INSTITUCIONAL:** Universidad Nacional de San Luis. Argentina

**CONTACTOS:** <http://lavoz.unsl.edu.ar> [stiznado@unsl.edu.ar](mailto:stiznado@unsl.edu.ar) [chzampa@unsl.edu.ar](mailto:chzampa@unsl.edu.ar)  
[scivetti@unsl.edu.ar](mailto:scivetti@unsl.edu.ar)

## RESUMEN

La promoción de hábitos vocales saludables en la población con riesgo vocal surge como una iniciativa de dar respuesta a las problemáticas de la voz con una orientación prioritaria hacia aquellos sectores de la sociedad más vulnerables o que posean mayor exposición a factores coadyuvantes de contraer una patología vocal.

Un fuerte compromiso social y actitud solidaria guían a este grupo de trabajo cuyas principales bases se asientan en brindar una Atención Fonoaudiológica Gratuita Integral en el área de la voz desde la Clínica Fonoaudiológica de la UNSL, ya sea en las áreas de la prevención, atención y rehabilitación vocal en concordancia al paradigma de salud para el siglo XXI, que integra aspectos fundamentales como promoción-salud- ser humano-sociedad -ambiente.

A partir de este paradigma, en la actualidad nuestro trabajo docente, de investigación, servicio, transferencia y asistencia cotidiano, gira en torno al eje de la prevención de patologías vocales, cuyas prácticas preventivas están orientadas hacia la educación para la salud vocal y promoción de hábitos vocales saludables. Estas acciones incluyen una basta programación anual de actividad asistencial, científica y cultural las que se difunden más allá de los límites de la Universidad hasta llegar al entorno sociocultural y zonas de influencia.

Las estadísticas de recepción y demanda de pacientes en la Clínica Fonoaudiológica marcan una tendencia que va en aumento. A partir de estos datos, se puede vislumbrar un claro acercamiento entre la Universidad y la sociedad, con la respuesta dada por la comunidad a ésta propuesta de promoción y atención superadora.



INTEGRACION,  
EXTENSION,  
DOCENCIA  
E INVESTIGACION  
PARA LA  
INCLUSION  
Y COHESION  
SOCIAL

22 AL 25  
NOVIEMBRE  
DE 2011  
SANTA FE  
ARGENTINA



## DESARROLLO

La Carrera Lic. en Fonoaudiología se crea en el año 1975 en la UNSL y de manera conjunta se organiza el Servicio de Fonoaudiología con un pilar fundamental brindando atención sanitaria libre y gratuita. La Clínica Fonoaudiológica se abre como un espacio que sostiene dos funciones biunívocas: la práctica preprofesional, entendida como formación en la instancia de grado de los estudiantes y la atención de pacientes con alteraciones fonoaudiológicas, como demanda de la comunidad. Estas dos actividades clínicas sustentan investigaciones que nutren el campo disciplinar mediante la transferencia.

En la actualidad, la tarea de Extensión y Servicio, labor con la cual nos abrimos a la comunidad, se hace en el marco del “Servicio Integral de Diagnóstico, Educación y Reeducción de la Voz” y como lo dice el nombre abordamos la casuística derivada por distintos profesionales médicos del medio y centros de salud pública y privada con el fin de realizar evaluaciones diagnósticas, elaboración e implementación de estrategias terapéuticas en los casos que presentan patologías vocales. Otro eje importante en el cual se hace hincapié en el servicio es la implementación de un programa de prevención de patologías vocales.

El quehacer del fonoaudiólogo en el área de la voz en la Clínica Fonoaudiológica de la UNSL involucra trabajar en prevención, educación, reeducación y rehabilitación de la misma, con especial dedicación en los profesionales de la voz. De ahí se desprende el especial énfasis actual sobre el estudio, detección y análisis de la población en riesgo vocal a través de actividades programáticas de prevención.

Prevención en Voz es actuar en la conciencia de eufonía basada en: la educación para la salud vocal y la promoción de hábitos vocales saludables.

Eufonía, bajo un criterio de normalidad, es aquella voz que posee calidad y equilibrio en sus componentes de intensidad, altura tonal, timbre y flexibilidad vocal. Al educar cada uno de estos elementos, se desarrollan destrezas y habilidades en los profesionales de la voz para que puedan desempeñarse de manera efectiva y eficiente utilizando herramientas y recursos vocales propicios para su rol.

La eufonía, se educa a partir de la conciencia en sí mismo, bajo un proceso autoreflexivo de sensopercepción vocal y corporal iniciando un recorrido por los distintos



INTEGRACION,  
EXTENSION,  
DOCENCIA  
E INVESTIGACION  
PARA LA  
INCLUSION  
Y COHESION  
SOCIAL

22 AL 25  
NOVIEMBRE  
DE 2011  
SANTA FE  
ARGENTINA



componentes que hacen a la voz humana y el desarraigo de los patrones fonatorios equivocados:

Respiración

Relajación

Resonancia

Articulación

Deglución

Coordinación Fonorespiratoria

Proyección

Impostación

Es así que, el patrón vocal erróneo, que en general es producido por variados desequilibrios a nivel de sus componentes, en la clínica se traduce en una voz de esfuerzo provocando un abuso o mal uso vocal. El uso inadecuado de los diferentes sistemas participantes en la producción de la voz. Por ejemplo: uso inadecuado de la respiración, intensidad, resonancia. Mal uso vocal es cuando no se conoce o no se aplica una técnica vocal adecuada.

A partir de la educación de la voz, se genera un estado de consciencia mayor que permite una constante actitud perceptiva de regulación de una voz que es generada sin esfuerzo. Esta regulación o monitoreo esta bajo el prisma de una habilidad provista por el dominio y aprehensión de una técnica adecuada según los propios requerimientos o desempeño del profesional de la voz.

Estudios preliminares han determinado que los individuos que presentan mayor vulnerabilidad ante estos agentes son aquellos que realizan una actividad laboral preponderante con su voz, denominados “profesionales de la voz”.

La voz profesional es aquella que se utiliza como herramienta de trabajo, como por ejemplo la voz de locutores, periodistas, docentes, actores, cantantes, sacerdotes, abogados, militares, telemarketing de call center, etc.

Promoción de Hábitos Vocales Saludables.

La emisión de una voz adecuada es aquella producida y emitida con claridad y sin esfuerzo, es decir, donde todos los sistemas que participan en su producción lo hagan de manera sinérgica y coordinadamente, obteniendo como resultado final una voz eficiente y saludable de acuerdo a cada situación. En la producción de una voz adecuada también es



INTEGRACION,  
EXTENSION,  
DOCENCIA  
E INVESTIGACION  
PARA LA  
INCLUSION  
Y COHESION  
SOCIAL

22 AL 25  
NOVIEMBRE  
DE 2011  
SANTA FE  
ARGENTINA



necesario cuidarla en un amplio espectro, no solo en la forma como lo hacemos sino también en las conductas y hábitos de vida que tengamos.

Un amplio programa de higiene vocal comprende el desarraigo de conductas vocales nocivas. Estas manifestaciones comportamentales de la voz pueden dividirse en *abuso o mal uso de la voz*.

*Abuso vocal*: hace referencia a determinados vicios fonatorios, casi siempre inconscientes. Como por ejemplo: Hablar excesivamente - Uso frecuente de un inicio vocal duro - Excesivo aclaramiento de la garganta - Inhalación de polvo – Uso vocal a pesar de procesos infecciosos y alérgicos.

Para Jackson Menaldi, C. (2000), los síntomas de disfonías originados por el abuso o uso indebido de la voz incluyen conductas que pueden tener efectos traumáticos en los pliegues vocales como reír a carcajadas, gritar, exclamaciones exageradas, producción de vocalizaciones tensas cuando se levanta objetos pesados, hablar y cantar con una técnica vocal inapropiada o en condiciones ambientales desfavorables.

A nivel local, los cuadros N° 1 y 2 muestran los factores de riesgo, origen, causalidad y efecto en la calidad de emisión de la voz más frecuente que se encuentra expuesta la población de San Luis.



En cuanto a la casuística atendida en el Servicio de Voz de la Clínica Fonoaudiológica de la UNSL, se recepta la demanda de atención fonoaudiológica desde tres tipos de grupos poblacionales. Se pueden mencionar a modo descriptivo en: casos de bajo, medio y alto riesgo vocal.

A la casuística de *bajo riesgo vocal* se la incorpora dentro del programa de atención primaria para la salud vocal (PAPSV) de información y concientización de hábitos de higiene y técnica vocal adecuados.

La modalidad de difusión en el *Programa de Atención Primaria para la Salud Vocal (PAPSV)* se realiza difusión masiva en medios de comunicación escritos, radial y televisivos, sobre todo a través de microprogramas en televisión abierta y de cable. En radios del medio se hacen jingles alusivos. En el medio escrito se hacen y distribuyen volantes de difusión del Servicio, elaboramos volantes con pautas de higiene y prevención vocal. A nivel institucional se cuenta con una pagina web en la cual se cuelgan las noticias referidas a las actividades académicas de perfeccionamiento y actualización, de atención y también artísticas.

Desde San Luis, se participa de manera activa en la campaña del Día Mundial de la Voz desde abril del 2005 hasta la fecha.



INTEGRACION,  
EXTENSION,  
DOCENCIA  
E INVESTIGACION  
PARA LA  
INCLUSION  
Y COHESION  
SOCIAL

22 AL 25  
NOVIEMBRE  
DE 2011  
SANTA FE  
ARGENTINA



A partir de este año se dicta la materia electiva **“Prevención del riesgo vocal en el uso profesional de la voz”** por extensión desde la Facultad de Ciencias Humanas a la Carrera del Profesorado en Ciencias de la Computación de la Facultad de Ciencias Físico, Matemáticas y Naturales de la Universidad Nacional de San Luis.

Los del grupo de *riesgo vocal medio*, si bien se trabaja con las mismas pautas que el grupo de riesgo vocal bajo, se los incorpora al programa de atención secundaria para la salud vocal (*PASSV*) donde se realiza estrategias específicas e individuales tendientes a lograr un equilibrio de los sistemas participantes en la fonación con incorporación de hábitos de higiene y de una técnica vocal adecuada.

*En el Programa de Atención Secundaria para la Salud Vocal (PASSV)* se implementa la modalidad de Cursos – Talleres y Seminarios abiertos a la comunidad.

En otra instancia, ligada a la acción anterior, a nivel académico se organizan seminarios, talleres y cursos de prevención de patologías de la voz.

El tercer grupo de *alto riesgo vocal* es incorporado en el programa de atención terciaria de la salud vocal (*PATSV*) instancia en la que se realiza intervención clínica fonoaudiológica de la voz

*En el programa de atención terciaria de la salud vocal (PATSV)* las personas son incorporadas al Servicio Integral de Diagnóstico, Educación y Reeducción de la Voz” de la Clínica Fonoaudiológica de la Universidad Nacional de San Luis, donde se elabora un plan terapéutico personalizado e individual de acuerdo a las necesidades particulares de cada problemática.

Es esperable que, a través del desarrollo de estas acciones de prevención y atención sanitaria, de educación, formación, investigación, transferencia y extensión sostenidas en el tiempo, reflejen por ejemplo la disminución de la consulta por problemas relacionados con la salud vocal, también disminuir la tasa de morbi-mortalidad por patología laríngea maligna como cancer laríngeo a través de la detección temprana de la misma y despertar la concientización de toda la población y con especial énfasis, en los grupos de riesgo acerca de la necesidad de entrenar la voz para el desempeño profesional – laboral u ocupacional.

Desde este marco de intercambio fluido desde la UNSL, representado en este grupo de trabajo frente a la comunidad de San Luis y zona de influencia, se garantiza el acceso a una atención clínica fonoaudiológica en el área de la voz con características de gratuidad y excelencia.