



PREVALENCIA DE LA DISFONÍA EN LOS DOCENTES

Trabajo de fin de experto

Alumna:

Sara Martín Galván

Tutor:

Alfonso Borragán Torre

Universidad Internacional Menéndez Pelayo

Año académico: 2019/2020

ÍNDICE

- Portada
- Índice.....Página. 1
- Resumen.....Página. 2
- Introducción.....Página. 3 - 5
- Objetivos.....Página. 5
- Método.....Página. 6
- Resultados.....Página. 7 - 8
- Discusión.....Página. 9 - 10
- Conclusión.....Página. 11- 12
- Referencias bibliográficas.....Página. 13 - 14
- Anexos.....Página. 15

RESUMEN

La docencia es uno de los oficios que emplea la voz como herramienta principal para ejercer su profesión. Al emplearla de forma permanente durante su jornada laboral, llega a producir inconvenientes que perjudica no solo a su vida laboral, sino también, a su vida cotidiana, ya que a través del sobreesfuerzo y demás factores origina trastornos en la voz, como por ejemplo la disfonía, que es uno de los trastornos más comunes que padece los docentes.

En este trabajo realizaremos una revisión bibliográfica para estudiar por un lado, la prevalencia que existe entre la disfonía y los docentes, en el que hemos hallado datos relevantes como por ejemplo que hay un alto porcentaje de docentes que afirman su falta de conciencia y preocupación por su salud vocal, aun sabiendo que presenta alteraciones en su voz, y por otro lado, estudiaremos el tratamiento que se emplea para la rehabilitación.

Palabras claves: disfonía, docentes, factores de riesgos vocales, trastornos de voz.

INTRODUCCIÓN

La voz es una herramienta indispensable no solo para la comunicación entre el ser humano, sino también para el mundo laboral, ya que hay profesiones que es su herramienta fundamental para realizar su oficio como el caso de la docencia (Moreno, Rodríguez, López & Martínez, 2013). Para la autora Escalona en 2006, el personal docente se enfrenta en su trayectoria laboral alteraciones de la voz, ya que es uno de los problemas más frecuente debido al empleo de la voz como herramienta principal. El trastorno comúnmente que presentan los docentes es la disfonía (Gamarra, Ayala, Yosuet & Llovet, 2019).

Le Huche (1994) citado en Salas, Centeno, Landa, Amaya, Galvez & del Rosario (2004) considera que la disfonía es un trastorno momentáneo o duradero de la pérdida de función vocal o de la alteración de uno o varios parámetros de la voz como el timbre, la intensidad y la altura tonal que es percibido por la persona o por el entorno. Esta alteración se manifiestan como voz "ronca", "aspirada", "débil", "áspera", "afonía", "con quiebres", etc (Saavedra –Mendoza & Akaki-Caballero, 2014).

TIPOS DE DISFONIAS

Las disfonías son ocasionadas por una variedad de alteraciones tanto funcionales u orgánicas de la laringe como perturbaciones de origen neurológico o endocrinos, en el que se clasifican en tres tipos de disfonías (Salas, Centeno, Landa, Amaya, Galvez & del Rosario, 2004).

El primer tipo de disfonía es la categorizada por orgánica que hace referencia a la alteración de la voz producida por un problema de origen endocrinológico, como las alteraciones morfológicas de los órganos de la laringe (Pérez & Vicente, 1996) como por ejemplo la aparición de laringitis agudas, laringitis crónica, nódulos vocales, pólipos vocales, edema de reinke, cáncer de laringe, parálisis de las cuerdas vocales, traumatismos laríngeos (Álvarez & Alacio, 2008). El segundo tipo de disfonía es la funcional, en el que para Le Huche, citado en Pérez & Vicente (1996) quien propone sustituir "funcional" por "disfuncional" porque considera que este tipo de disfonía describe aquellas alteraciones vocales que no presentan una explicación lesional física y orgánica de forma evidente para definir y diagnosticar estas alteraciones y desajustes en el comportamiento fonatorio. Pero para catalogar a una alteración como disfuncional no solo hay basarse en la etiología, sino también en la causa y origen de la alteración, ya que puede tener un defecto por ejemplo en el aporte respiratorio o por presencia de una patología orgánica como nódulos, pólipos, etc (Sarriegui, Madorrán, Torices & Samitier, 1996). El tercer y último tipo de disfonía es la psicógena, que para el autor Aronson califica esta disfonía a aquellos trastornos de la voz que va acompañado por

estrés emocional agudo o crónico, utilizando los síntomas vocales para beneficio personal, neurosis o depresión (Sarriegui, Madorrán, Torices & Samitier, 1996).

FACTORES DE RIESGO

De acuerdo con los autores Borragán, Agudo, González, Gómez & Borragán (2017) existen seis bloques de factores de riesgo. El primer bloque es el de mal uso vocal que el empleo inadecuado de la voz como por ejemplo realizar sobreesfuerzos vocales, esto provoca de forma directa traumatismo y lesiones en el órgano vocal. El segundo bloque es el de conflictos emocionales y afectivos, el que expone que la presencia de preocupaciones, el estrés provoca una falta de flexibilidad tanto mental como corporal ocasionando rigidez generalizada tanto mental como corporal. El tercer bloque es la rigidez, que consiste en que al haber rigidez, hay poca flexibilidad que ocasiona lesiones en las cuerdas vocales, ya que entre ellas deja de ser laxo y se transforma en duro y se produce un roce que origina lesiones. En cuanto al cuarto bloque está dirigido a los cambios en el organismo como por ejemplo la tendencia de padecer catarros, si padeces de reflujo gastroesofágico, si eres fumador, ya que cualquier cambio en el tracto vocal va a disponer una modificación de la voz. con respecto al penúltimo bloque que se trata de del cambio de lubricación, causado por ejemplo por ambientes secos, variaciones bruscas de las temperaturas, esto puede originar una falta de lubricante, que a las cuerdas vocales les perjudica ya que vibran a una gran velocidad puede provocar alteraciones en su anatomía. En cuanto al último bloque trata de los factores constitucionales como por ejemplo la diferencia de sexo o tener una voz peculiar desde la infancia, son factores que hay que convivir con ellos ya que es una característica de la persona, ya que ninguna persona es igual a otra.

TIPOS DE TRATAMIENTO

Hay dos tipos de tratamiento que se emplea para paliar y tratar los problemas de voz; por un lado, el tratamiento indirecto que se basa en informar al docente con una serie de pautas de higiene vocal en el que ayudará a tratar y cuidar su fonación y por otro lado, el tratamiento directo que consiste en tratar la voz a través de técnicas vocales (López, Catena, Montes & Castillo, 2017).

Y en este tratamiento directo, Gallego y otros (1999) citado en Fuentes & Ortega (2007) aplica el enfoque conductista para la intervención y tratar las disfonías, ya que estas estaban concebidas como conductas vocales y respiratorias realizadas de forma inadecuadas, por lo que para ello, se aplica las técnicas de modificación de conductas, en el que consiste en trabajar las conductas inadecuadas para conseguir finalmente la conducta adecuada en diferentes contextos y condiciones tanto globales como específicas. Otros de los tratamientos directos que se aplican y resulta más efectivo es el

conformado por trabajar a la vez, por un lado la exposición de los problemas y alteraciones de rigidez o de flacidez que presenta no solo con la explicación verbal, sino con la explicación práctica, a través del contacto táctil como por ejemplo lo que expone Bustos (1995) citado en Fuentes & Ortega (2007) que a través de la realización de masajes manuales, manipulaciones táctiles y movilizaciones de los miembros inferiores, superiores y cabeza en distintas posiciones como (sentado, tumbado.), como también estiramientos de todos los miembros en distintas posiciones, nos permite conseguir el tono muscular necesario y adecuado para realizar una correcta actividad vocal.

OBJETIVOS

❖ **GENERAL**

- Realizar una revisión teórica de la prevalencia y tratamientos que existe para la disfonía en profesionales docentes.

❖ **ESPECÍFICO**

- Conocer los factores de riesgo vocales a los que están expuestos los docentes.
- Conocer la prevalencia de riesgo de la disfonía en los profesionales docentes.
- Conocer los tratamientos que existen para la rehabilitación.
- Generar una guía con pautas que ayude a los docentes a cuidar su voz.

MÉTODO

Para esta revisión teórica sobre la prevalencia y el tratamiento de la disfonía en los profesionales docentes, se ha recurrido a diferentes bases de datos como el Google Académico y el Punto Q de la universidad de La Laguna. La búsqueda bibliográfica está realizada entre los meses abril y mayo del año 2020 en el que se ha centrado en la recopilación de información y datos entre los años (1996-2019).

Para buscar la información y datos necesarios para este trabajo se ha empleado palabras claves en dos idiomas, en castellano y en inglés; por ejemplo en castellano "disfonía en docentes", "prevalencia de disfonía en docentes", "factores de riesgo de voz en la docencia" y en inglés "Dysphonia in teachers", "Risk factors for dysphonia in teachers".

A través del buscador Google Académico empleando las palabras claves descritas anteriormente en castellano se ha encontrado un total de 14.910 resultados, de ese total se ha preseleccionados un total de 39 artículos y se ha elegido finalmente un total de 18 artículos. Con respecto a buscador Punto Q, se ha realizado el mismo procedimiento empleado en el buscador Google Académico, en el que se ha encontrado un total de 85 artículos y de ese total se ha preseleccionado un total de 12 artículos, en el que se ha elegido finalmente 7 artículos (Ver tabla 1, anexo 1).

En cuanto a la búsqueda de información con el inglés, empleando las palabras claves descritas anteriormente en ese respectivo idioma, se ha encontrado una búsqueda por un lado; a través del buscador Google Académico un total de 14.140 artículos, en el que se ha preseleccionado un total de 5 artículos de los cuales se eligió finalmente 2 artículos y en cuanto al buscador Punto Q se ha encontrado un total de 762 artículos, de los cuales se ha preseleccionado un artículo del cual se eligió para la selección final (Ver tabla 2, anexo 1).

Los artículos que he descartado desde el principio para la preselección han sido porque están publicados en otros idiomas como el portugués o italiano, luego otro motivo ha sido porque están publicados, pero no te deja acceder al artículo completo. Con respecto a los artículos que he rechazado para la selección final, ha sido porque los artículos que he elegido para la selección final tienen más datos e información más completa y entendible.

RESULTADOS

A través de la búsqueda que hemos realizado, hemos hallado varios datos relevantes, en el que podemos certificar, que a través del estudio del autor Barbero-Díaz et. (2010) los docentes en algún momento de su trayectoria laboral, han presentado síntomas de disfonía (Véase Anexo 2). No todos presentan la misma intensidad ni alteración como muestra los autores Castillo et. (2015) en el que a través de su estudio compuesto por un total de 402 participantes manifiesta que presentan disfonía, pero de distinto nivel, es decir, presenta una prevalencia de un 75.5% de disfonía leve y moderada.

Otro de los datos que hemos encontrado en esta búsqueda, revela que en la mayoría de los artículos llegan al mismo resultado, en cuanto al aspecto del género, en el que hay una alta prevalencia de padecer disfonía las mujeres que los hombres, como por ejemplo, en el artículo realizado por los autores Castillo et. (2010), muestran que el 81,3% de las mujeres de la muestra del estudio presentan más prevalencia a padecer disfonía que los hombres (18,7%).

Desde el aspecto etario, el estudio realizado por Castillo et al. (2015) expone que el grupo que se encuentra más expuesto a presentar una alteración de voz es el rango entre los 45 y 60 años.

A través de la investigación realizada por los autores Moreno et. (2013) en el que expone que en la docencia predominan las alteraciones de voz en el sexo femenino que en el sexo masculino en los niveles primarios educativos es decir en la educación infantil.

En esta recopilación de datos, se ha hallado una concordancia entre varios estudios, en el que revela que los principales factores de riesgo como el consumo de tabaquismo, alcohol, padecer el reflujo gastroesofágico, la utilización de la voz durante más de 5 horas diarias de forma prolongada pueden ocasionar y estar más expuesto a padecer disfonía. Como en el caso del estudio realizado por los autores Castillo et al. (2015), donde se observa con una muestra de 402 profesores, donde evidencia que los docentes que consumen tabaquismo tienen más riesgo un 60% de padecer disfonía, y aquellos que padecen reflujo gastroesofágico tiene un porcentaje del 40%. Otro de los factores que puede provocar alteraciones de voz llegando a la disfonía en el estrés que están sometidos diariamente los docentes en el ámbito laboral (Rivas Reyes, Bastanzuri Rivas, & Olivera Valdés, 2013).

En el estudio presentado por el autor Escalona (2006) se observa que hay una prevalencia de síntomas en los docentes en el que presentan principalmente resequead de la garganta, carraspeo, escozor faríngeo, tensión en el cuello,

ronquera, fatiga vocal, voz entrecortada, sensación de falta de aire y presencia de gallos.

Teniendo en cuenta los factores de riesgo y los síntomas que presentan los docentes, podemos decir que hay una relación entre sí, ya que existen factores de riesgos que están íntimamente relacionados a los síntomas como por ejemplo, en el caso del uso de la carga vocal durante más de 5 horas diarias, el reflujo gastroesofágico, el consumo de alcohol y de tabaquismo, esto provoca síntomas de resequecedad de la laringe, ronquera, esfuerzo muscular, quiebres tonales llegando a la apareciendo de una irritación produciendo inflamación de las cuerdas vocales, llegando a generar una laringitis crónica (Castillo et al. (2015) y Salas Sánchez et. al (2004)).

Con respecto al tratamiento, a través del estudio realizado por López (2017) con una muestra de 116 docentes, se demostró que hay una controversia de cuál es el tipo de tratamiento más eficaz para los docentes, ya que con este estudio se observa que por un lado, el tratamiento directo a través de la aplicación de entrenamiento vocal ayuda a proteger el aparato fonatorio, reduciendo los riesgos que puedan aparecer como la fatiga o carga vocal, pero por otro lado, se ha observado que ha sido eficaz la aplicación de tratamientos indirectos con la aplicación de programas de orientación y medidas preventivas a los docentes.

Observando en los docentes la alta estimación y el riesgo de padecer disfonía, con el estudio realizado por Hamdan et.al (2007), a través del grupo compuesto por un total de 217 docentes, manifiesta que hay un alto porcentaje de docentes (79.5%) que no acuden a ningún médico ni especialista para tratar sus alteraciones o problemas de voz. Pero con la investigación realizada por Castillo et.al (2015) muestra por un lado que los docentes acuden al médico cuando la alteración solo es grave, por lo que esto manifiesta la poca preocupación que presentan los docentes con respecto a su salud vocal.

Por último y no menos relevante, con el estudio realizado por Salas Sánchez et.al. (2004) manifiesta que cada vez es más común que hay una falta de conocimiento por un lado, del cuidado de la voz y por otro lado, del conocimiento del aparato fonatorio, por lo que provoca un uso de la voz inadecuada durante la actividad laboral de la docencia.

DISCUSIÓN

Según los datos e información que han sido recopilados en esta revisión bibliográfica, se manifiesta que los profesores son uno de los grupos profesionales que tiene un alto desgaste vocal, en el que necesita manejar la proyección de la voz por el ejercicio natural de su acción (Pellin, Vera, De la fuente (Torrejón, 2012, citado en Serey, & Araya, 2013), ya que la voz es un instrumento fundamental para el desempeño del proceso de enseñanza y aprendizaje de los docentes en el aula (Rodas, 2019).

Como hemos observado en los docentes padecen síntomas frecuentes y comunes como por ejemplo ronquera, fatiga vocal, la tos, irritación de la laringe como también en las cuerdas vocales, esto es originado; por un lado, por la falta de conocimiento sobre el funcionamiento del sistema fonatorio y sobre técnicas para proyectar la voz de forma adecuada, a parte de la falta de consciencia de las consecuencias que acarrea un uso inadecuado de la voz como por ejemplo el sobreesfuerzo de la voz. Y por último, por la falta de preocupación y la poca importancia que presentan los docentes a los síntomas que no son capaces de acudir al médico o especialista para paliar los problemas de voz que padecen y por ello, provoca a que padezcan una disfonía que les puede provocar efectos negativos no solo en el ámbito laboral sino también, en el ámbito social, cultural, económico, pero principalmente en el ámbito personal, llegando a producir un desgaste tanto vocal como energético ocasionando una sensación de inseguridad, falta de autoridad y confianza en sí mismo, alteración en la personalidad y un aislamiento del profesor. (Isdany, Silvia Isabel, & Magaly, 2018).

Para tratar en los casos que padecen disfonía como en aquellos que no presentan, pero tienen síntomas, se podría abarcar y trabajar a través de varios aspectos para que el docente recupere adecuadamente su capacidad vocal y se sienta a gusto y no le provoque un agravamiento de los síntomas llegando a causas peores como la aparición de la disfonía. En este caso se plantearía trabajar a través de dos puntos de vista; por un lado, de forma logopédico y por otro lado psicológico. En el logopédico se trabajaría todo aquello relacionado con el sistema fonatorio por ejemplo, en el logopédico se trabajaría todo aquel factor que esté relacionado con el sistema fonatorio como por ejemplo la utilización inadecuada de la voz realizado esfuerzos o como también el factor de rigidez que puede ser causado por muchos factores como por ejemplo la falta de descanso, posturas inadecuadas, los factores emocionales y afectivos u otros factores el cambio de lubricación y sequedad del aparato fonatorio, en el que se puede aplicar dos métodos; el primer método consiste en darle toda la información necesaria y requerida para que el paciente sea consciente de la situación a la que se encuentra y el segundo método consiste en intervenir con

un tratamiento adecuado, práctico y efectivo que ayude a restablecer la funcionalidad del aparato fonatorio de forma segura e inmediata como por ejemplo el método Propioceptivo Elástico (PROEL), en el que se sustenta en buscar la elasticidad, reduciendo la rigidez del sistema, hidratando y lubricando tanto la superficie como el interior de los tejidos del sistema fonatorio para evitar y reducir los procesos inflamatorios y así permitir una acción auto reparadora y protectora del sistema, en el que nos permite generar la energía adecuada para realizar que los docentes realice su trabajo sin presentar resistencia y sobrecargas vocal.

A parte de trabajar de forma logopédica para restablecer el funcionamiento óptimo del sistema fonatorio, sería adecuado trabajar de forma paralela con terapias y sesiones psicológicas para trabajar; por un lado, la eliminación o control de los factores que provocan esos síntomas y malestar vocal que padecen los docentes como por ejemplo los conflictos emocionales y afectivos buscando soluciones a las preocupaciones económicas o profesionales que padece el docente, que el docente sea capaz de controlar el temperamento e impulsividad como también la ansiedad y estrés laboral, familiar, social. Además, también se trabajaría que el docente sea capaz de llevar a la normalidad y aceptar si presenta factores constitucionales como por ejemplo si presenta una voz peculiar. Y por otro lado, se trataría la recuperación de seguridad y confianza en sí mismo para volver a recuperar su bienestar, confort no solo para su ámbito laboral sino personal como también social.

Por último, otra manera que ayuda a la prevención de los riesgos y problemas que pueden padecer a causa por ejemplo por un mal hábito o por falta de atención a la sintomatología que puede padecer los profesionales que usan la voz como los docentes es la realización de conferencias, charlas para ayudarles a ser consciente de que la voz es uno de los elementos importantes para su oficio y para comunicarse, por lo que hay que aportar toda información necesaria para que puedan tener cuidado.

Para finalizar, tratando todos los aspectos y ámbito que abarca y esté relacionado con el sistema fonatorio, se trataría de manera completa y eficaz los problemas de disfonía que padecen los docentes.

CONCLUSIÓN

Con los datos que se ha recopilado, se puede concluir que la voz es un instrumento fundamental e imprescindible para el ser humano, ya que es una de las características en la que se distingue del resto de las otras especies de animales porque nos permite hablar y expresarnos (Borragán, Agudo, González, Gómez, Borragán, 2017), por lo que hay que tenerlo en su estado óptimo y prestar mucha atención a todo tipo de sintomatología de menor o mayor gravedad que surja, no solo a los profesionales que usan la voz como instrumento para ejercer su oficio como en el caso de los docentes, ya que es uno de los oficios con una alta tasa de ser propensos a padecer alteraciones en la voz como ya hemos visto en este trabajo, la aparición de la disfonía, causado por la situación, por los factores de riesgos a la que se encuentra ejerciendo su oficio como también factores externos que no son propio de su profesión que también están sometidos diariamente, por lo que cualquier trastorno que ocurra en el aparato fonatorio, afecta no solo a sus actuaciones y a su situación personal, sino que también, como expone Rodas en 2019, también afecta y compromete el aprendizaje, las capacidades y desarrollo adecuado de los estudiantes. Y aunque este trabajo de investigación está centrado en la prevención de la disfonía para los docentes, hacer un breve paréntesis, en el que no solo los docentes y los profesiones que usan la voz de manera cotidiana tienen que presentar atención sino que el resto de personas tienen también que atender el estado en el que se encuentra el sistema fonatorio, aunque no tenga un trabajo que tengan que emplear la voz de forma continua, ya que también pueden padecer problemas de voz.

Por todo ello, y ya de forma concluyente, a continuación, se muestra una breve guía con pautas y recursos básicos para que el docente sea capaz de cuidar y prevenir, de algún modo, alteraciones o trastornos de voz.

Guía de recursos básicos

- Aliviar la rigidez y tensión vocal
 - ✓ Masajes en la zona que abarca el sistema fonatorio, como también el cuerpo de forma general.
 - ✓ Estiramientos dinámicos muscular del sistema fonatorio (Borragán, Agudo, González, Gómez, Borragán, 2017).
 - ✓ Posturas favorecedoras para el equilibrio y la postura correcta del sistema y la realización de posturas inestables (Borragán, Agudo, González, Gómez, Borragán, 2017).
 - ✓ Practicar el habla mantenido una conversación con un elemento plástico lleno de agua como el caso de un guante (Borragán, Agudo, González, Gómez, Borragán, 2017) o dos bolas de aluminio colocadas una en cada cachete.

- Aumentar la lubricación e hidratación
 - ✓ Ingerir al menos dos litros de agua diariamente. Se recomienda ingerir sorbos de agua cada media hora y a temperatura ambiente durante las clases (Escalona, 2006).
 - ✓ Gasas húmedas con agua o con manzanilla y tomillo tapando la nariz y la boca mientras se realiza la respiración por nariz (Borragán, Agudo, González, Gómez, Borragán, 2017).
- Reducir los problemas emocionales y afectivos
 - ✓ Realizar actividades de ocio o algún hobbies que el paciente le guste para distraerse.
 - ✓ Acudir a un profesional requerido para tratar y buscar las pautas necesarias para solventar los aspectos, inquietudes que están generando.
- Medidas ambientales en el aula
 - ✓ La utilización de medios auxiliares tecnológicos (pizarras digitales, proyectores de transparencias, videos, micrófonos, altavoces...) con el fin de evitar forzar la voz (Riesgos Laborales de Centros Educativos de la Junta de Extremadura, s.f).
 - ✓ Ubicar u organizar los alumnos a corta distancia en el aula para no forzar la voz (Rojas, 2018).
 - ✓ No dictar clases dando la espalda para evitar subir la intensidad del tono de voz (Rojas, 2018).
 - ✓ Acercarse hacia la persona con quien está hablando o acercarse también cuando hay que llamar la atención (Escalona, 2006).

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Álvarez Carrillo, S., & Alacio Casero, J. (2008). Disfonía. *FMC Curso*, 15 (Extraordin 1), 30-34.
2. Barbero-Díaz, F. J., Ruiz-Frutos, C., Barrio Mendoza, A. D., Bejarano Domínguez, E., & Alarcón Gey, A. (2010). Incapacidad vocal en docentes de la provincia de Huelva. *Medicina y seguridad del trabajo*, 56(218), 39-48.
3. Borragán, A., Agudo, M. A., González, M. J., Gómez, B. & Borragán, M. (2017). *Método propioceptivo elástico (PROEL) para el tratamiento de los trastornos de voz, los cimientos de la terapia vocal*. Muriedas, España: [s.n].
4. Castillo, A., Casanova, C., Valenzuela, D., & Castañón, S. (2015). Prevalencia de disfonía en profesores de colegios de la comuna de Santiago y factores de riesgo asociados. *Ciencia & trabajo*, 17(52), 15-21.
5. Escalona, E. (2006). Programa para la preservación de la voz en docentes de educación básica. *Salud de los Trabajadores*, 14(1), 31-49.
6. Escalona, E. (2006). Prevalencia de síntomas de alteraciones de la voz y condiciones de trabajo en docentes de escuela primaria. Aragua-Venezuela. *Salud de los Trabajadores*, 14(2), 31-54.
7. Fuentes, A. R., & Ortega, J. L.G. (2007). Nociones y pautas básicas para el docente con respecto a la evaluación e intervención de los trastornos en la voz. Profesorado. *Revista de Currículum y Formación de Profesorado*, 11(1).
8. Gamarra Zavala, T. A., Ayala, S., Yosuet, A., & Llovet Miniet, A. M. (2019). Factores de riesgo asociados a la disfonía en docentes de la Facultad de Ciencias de la Comunicación ULEAM. *Multimed*, 23(2), 255-265.
9. Hamdan, A., Sibai, A. M., Srour, Z. M., Sabra, O. A., & Deeb, R. A. (2007). Voice disorders in teachers. *The role of family physicians. Saudi Med*, 28(3), 422-428.
10. Isdany, Z. P., Silvia Isabel, D. I., & Magaly, G.E. (2018, January). Prevalencia y factores asociados a las disfonías funcionales en educadores del municipio Jovellanos. 2014-2015. *In Cuba salud 2018*.
11. López, J. M., Catena, A., Montes, A., & Castillo, M. E. (2017). Effectiveness of a short voice training program for teachers: a preliminary study. *Journal of Voice*, 31(6), 69-706.

12. Moreno, M.D.P.P., Rodríguez, A.H., López, V.G., & Martínez, J. T. L. (2013). Disfonía y nódulos de las cuerdas vocales en personal docente de Navarra. *Archivos de prevención de riesgos laborales*, 16(4), 182-186.
13. Pérez, J. N., & Vicente, A. A. (1996). Problemas de la voz en el profesorado. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*, (26), 33-42.
14. Rivas Reyes, M., Bastanzuri Rivas, M., & Olivera Valdés, M. (2013). El cuidado de la voz en la actividad docente. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*, 12, 74-81.
15. Rodas, D.F.F. (2019). Peligros ocupacionales que aportan a la presencia de síntomas de disfonía en docentes. *Areté*, 19(2), 11-22.
16. Rojas, J. A. C. (2018). Disfonia ocupacional en docentes. Revisión de la literatura. *Acta de Otorrinolaringología & Cirugía de Cabeza y Cuello*, 46(1), 62-70.
17. Saavedra-Mendoza, A. G. M., & Akaki Caballero, M. (2014). Guía de práctica clínica de disfonía basada en evidencia. *In Anales de Otorrinolaringología Mexicana* (Vol. 59, No. 3, pp. 195-208).
18. Salas Sánchez, W. A., Centeno Huaman, J., Ianda Contreras, E., Amaya Chunga, J. M., Gálvez, B., & del Rosario, M. (2004). Prevalencia de disfonía en profesores del distrito de Pampas-Tayacaja-Huancavelica. *Revista Médica Herediana*, 15(3), 125-130.
19. Sarriegui, A. U., Madorrán, J., Torices, J. S., & Samitier, E. P. (1996). Disfonía Psicógena. *In Anales otorrinolaringológicos ibero-americanos* (Vol. 4, pp.401-414).
20. Serey, J. P., & Araya, V. O. (2013). Efectos de un programa de intervención preventiva de disfonía funcional en profesores. *Areté*, 13, 105-118.
21. Servicio de Salud y Riesgos Laborales en Centros Educativos. (Sin Fecha). *Ficha de prevención: problemas de la voz en docentes*. Junta de Extremadura: España.

ANEXO 1

Tabla 1

		Palabras claves	Total de artículos	Artículos preseleccionados	Artículos seleccionados	
Castellano	Google Académico	Disfonía en docentes	4.660	13	6	
		Factores en docentes	7.330	7	6	
		Prevalencia de disfonía en docentes	2.920	7	4	
		Total	14.910	27	11	
	Punto Q	Disfonía en docentes	36	9	3	
		Factores en docentes	18	1	1	
		Prevalencia de disfonía en docentes	31	2	1	
		Total	85	12	7	
					39	18

Tabla 2

		Palabras claves	Total de artículos	Artículos preseleccionados	Artículos seleccionados
Inglés	Google Académico	Dysphonia in teachers	7.480	3	1
		Risk factors for dysphonia in teachers	6.660	2	1
		Total	14.140	5	2
	Punto Q	Dysphonia in teachers	463	0	0
		Risk factors for dysphonia in teachers	299	1	1
		Total	762	1	1
				6	3

