

tema del mes

Salud laboral y medio ambiente en la enseñanza

Las enfermedades de la voz

Javier Carlos Simón
Salud Laboral FECCOO

La voz es una herramienta fundamental para los docentes en el desempeño de su labor educativa. La comunicación resulta vital para la viabilidad del trabajo, y la voz es el instrumento utilizado para socializar el saber adquirido y generar conocimiento.

SEGÚN los datos aportados por la Organización Mundial de la Salud, así como todos los estudios realizados hasta ahora, uno de los problemas más frecuentes y generalizados en el colectivo docente son las anomalías y disfunciones de la voz. La Organización Internacional del Trabajo considera al profesorado como la primera categoría profesional bajo riesgo de contraer enfermedades profesionales de la voz, pues el tipo de voz más proclive a dañar los órganos vocales es la “voz proyectada”, es decir, la que se utiliza para ejercer una influencia sobre otras personas mediante la persuasión.

En España se ha incorporado por primera vez como enfermedad profesional los nódulos de las cuerdas vocales, incluida en el cuadro de enfermedades profesionales, publicado en el RD 1299/2006, de 10 de noviembre, y más concretamente, en su Anexo I (Grupo 3, Agente L, Subagente 01, código 2L0101, nódulos de cuerdas vocales a causa de los esfuerzos sostenidos de la voz por motivos profesionales).

Esta consideración ha sido largamente defendida por el colectivo de docentes y apoyada por numerosos estudios sobre prevención de riesgos laborales en el sector de la enseñanza. Sin embargo, en 2007 solo se registraron 144 casos, y en 2008, 256, de los que la mayoría corresponde al sector de la enseñanza. Estos datos contrastan con el número total de docentes en España, 659.590 en el curso 2008-2009.

Un 55,2% de los trabajadores consume algún medicamento de forma habitual, de los cuales el 29% son ansiolíticos y un 23% analgésicos.

La Federación de Enseñanza de CCOO, a través de la financiación de la Fundación para la Prevención de Riesgos Laborales, ha elaborado un estudio a nivel estatal sobre la salud de los trabajadores de la enseñanza privada, titulado “Estudio sobre factores de riesgo predictivos de patologías relacionadas con la seguridad y la salud de los trabajadores docentes: las enfermedades de la voz”. El documento revela que los nódulos vocales no son la patología más frecuente. Además de ésta hay otras.

En países como Canadá, se han reconocido como enfermedades profesionales las siguientes relacionadas con la voz: los pólipos de las cuerdas vocales, la corditis difusa bilateral, el edema de las cuerdas vocales, la laringitis con disfonía por uso profesional, la laringitis, episódica o crónica, la faringitis, la traqueo bronquitis, los nódulos de las cuerdas vocales y la disfonía funcional.

Este tipo de estudios debe de tener una doble finalidad. Por un lado, nos proporciona la legitimidad y la entidad suficientes para reclamar las más idóneas condiciones de trabajo a través de propuestas de mejora en instalaciones, organización del trabajo y modos de proceder en la actividad diaria, para así evitar la aparición de patologías relacionadas con el trabajo (objetivo primordial de la prevención de riesgos laborales). Y por otro lado, que se reconozca como enfermedad profesional cualquier patología de la voz derivada de la tarea docente.

El estudio ha profundizado en la identificación de factores de riesgo individuales y de factores de riesgo estructurales y ocupacionales, que en conjunto constituyen lo que denominamos factores predictivos para este tipo de padecimientos en el sector. Los factores que se han tenido en cuenta han sido los individuales (edad, género, antigüedad, hábitos de fumadores, una mala utilización de la voz, realizar esfuerzos poco eficaces para ser escuchados), y estructurales, como el ruido ambiental del centro y del aula, la acústica, la dimensión, materiales de construcción, microclima (temperatura, humedad, ventilación), concentración microbiológica, polvo (tiza, otros factores irritativos), soporte audiovisual, micrófonos, nuevas tecnologías, lugar de trabajo (aula, gimnasio, piscina, etc.).

Luego están los factores ocupacionales, como el número de horas de clase, número y duración de pausas, edad de los alumnos, etapa o ciclo educativo, ratio alumnos/aula, formación y entrenamiento específico sobre prevención de los problemas de la voz, medidas de prevención del estrés, asignatura impartida (música, idiomas, gimnasia, etc.) y responsabilidades accesorias (dirección, tutorías, etc.).

En el estudio epidemiológico participaron 1.027 trabajadores (el 70,8% profesoras y el 26% profesores) de 80 colegios de titularidad privada ubicados en doce comunidades autónomas y de todas las etapas educativas. La edad media de estos docentes era de 41 años y su antigüedad en el trabajo de 16 años. El 47,2% trabajaba entre 25 y 34 horas lectivas a la semana y el 5% más de 35 horas.

Un 44,5% de éstos ha consultado al médico en los últimos doce meses por alguna enfermedad relacionada con el trabajo y un 11,39% por problemas relacionados con la voz; el 45,7% reconoce que el trabajo le afecta a su salud, siendo los más afectados aquellos que imparten Educación Infantil y especial, y los que tienen más antigüedad. Un 38,9% de los trabajadores estuvo de baja alguna vez desde que trabaja en el sector, debido a sintomatología o patologías relacionadas con el uso profesional de la voz. De éstos, en el 96,0% de los casos la baja la otorgó el médico de familia, y sólo en un 4,75% de los casos fue el médico de la mutua (MATEPSS), bien como accidente de trabajo o enfermedad profesional.

Otro dato destacable del estudio es que un 55,2% de los trabajadores indica que consume algún medicamento de forma habitual, de los cuales el 29% son ansiolíticos y un 23% analgésicos.

El 90,9% de los trabajadores que refieren alguna sintomatología exponen que ésta mejora en los periodos de descanso (fin de semana y periodos vacacionales), lo que deja en evidencia su más probable origen laboral.

Las condiciones medioambientales relacionadas con la acústica y la calidad del aire en el interior de las aulas son factores directamente relacionados con las dolencias de la voz. Por extraño que parezca, en ninguna de las aulas de los centros analizados había ventilación mecánica, una deficiencia que contribuye al incremento de las bacterias, como se detectó en más del 60% de las aulas, además de dificultar la labor docente y de dispersar la atención del alumnado. La ausencia de ventilación mecánica supone el incumplimiento del Real Decreto 486/97, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud de los lugares de trabajo.

El estudio nos muestra que la prevención y formación en el uso correcto de la voz, y la vigilancia específica de la salud, orientada a la detección precoz de estas patologías, resultan a todas luces imprescindibles. El docente que hace mal uso o abuso de su órgano vocal, está obligado a realizar un esfuerzo muscular, una contracción forzada para obtener los sonidos con intensidad y amplificación exagerada. Debe aprender a tomar conciencia del propio uso y/o abuso vocal, conocer básicamente el funcionamiento del sistema fonador y adquirir una técnica vocal adecuada. Dicha formación, debe llevarse a cabo lo antes posible, y debería formar parte del programa curricular en la formación del futuro docente. En cualquier caso, antes del inicio del desempeño profesional como docente.

Además el estudio analiza también los trastornos musculoesqueléticos, las enfermedades infecto-contagiosas y, sobre todo, las enfermedades psicosociales, que tienen una elevada prevalencia e incidencia en el sector docente.

Tratamiento multidisciplinar

EL INFORME pone de manifiesto que en las alteraciones de la voz confluyen componentes ambientales, biológicos, psicológicos, sociológicos y culturales que, en la medida que corresponda, deben ser atendidos tanto de forma individual como a través de la formación y la exigencia de los postulados preventivos sobre salud laboral. Asimismo se confirma la naturaleza multicausal de estos trastornos y la necesidad de un abordaje multidisciplinar, ya que la mayoría de los trastornos de la voz se resuelven con medidas preventivas y de higiene vocal asociadas a técnicas de rehabilitación.