La SEORL-CCC elabora un ranking de profesiones de riesgo

Los maestros de infantil son los profesionales que más patologías de la voz sufren

- **Monitores de gimnasios, predicadores y sacerdotes, cantantes, actores y teleoperadores, entre las profesiones de mayor riesgo**

- **Un tercio de la población activa tiene en la voz su instrumento de trabajo**

Madrid, 14 de abril de 2016. Los profesores de educación infantil son los profesionales que más disfonías sufren, según el ranking de profesiones de riesgo elaborado por la Sociedad Española de Otorrinolaringología y Cirugía de Cabeza y Cuello (SEORL-CCC), con motivo del Día Mundial de la Voz, que se celebra el 16 de abril. Un estudio finlandés publicado en *Journal of Voice* revela que un 58% de los profesores de educación infantil presenta alguna patología vocal y un tercio de ellos consulta con un especialista para resolverlo. "Diversas investigaciones demuestran que los trabajadores que sufren condiciones de trabajo vocal más adversas son los profesores de infantil, que tienen como alumnos a niños de 1 a 5 años", explica la doctora Isabel García López, presidenta de la Comisión de Voz y Foniatría de la SEORL-CCC. Esta especialista explica que los síntomas más frecuentes que presentan estos profesionales son carraspeo (40%), cansancio vocal (31%), ronquera (26%), bloqueos de la voz (14%), dificultad para que se les oiga bien (11%), y afonía (1%).

La prevalencia de la patología vocal en la población general oscila entre el 3% y el 9%, y puede ser más del doble en algunas profesiones, según datos de la SEORL-CCC. "Un tercio de los trabajadores tienen en la voz su instrumento de trabajo. Por ello, es imprescindible aprender a cuidarla y más si el paciente desempeña alguna de las profesiones de mayor riesgo: profesores, monitores de gimnasios, predicadores y sacerdotes, cantantes y actores y teleoperadores", explica el doctor Ignacio Cobeta, coordinador de los actos del Día Mundial de la Voz en España y jefe de Servicio de ORL del Hospital Ramón y Cajal de Madrid.

Un trabajo británico publicado en la revista *Occupational Medicine* revela que los profesores de primaria y secundaria tienen una incidencia de disfonías de hasta el 28% -35% y, además, los profesores que tienen alteraciones de la voz son también más vulnerables a la ansiedad y a la depresión. "Las publicaciones científicas destacan que las mujeres padecen más la disfonía entre los profesores (38% frente al 26%). Las alteraciones vocales en los profesores varía según el grado que enseñan: 36% en parvulario, 25% en primaria y 20% en secundaria. Otros factores que se deben tener en cuenta es el tamaño de la clase, el número de alumnos, el de horas lectivas y el ruido de la clase", añade el doctor Cobeta.

En el ranking elaborado por la SEORL-CCC de las profesiones con más riesgos para la voz, la segunda posición la ocupan los monitores de gimnasio. El estudio también destaca que uno de cada cuatro profesores de aerobic reconocía haber sufrido problemas de voz, y estos se presentaban aunque usasen amplificación. "Las condiciones ambientales de los gimnasios, la alta música de fondo, y los grupos numerosos de alumnos obligan a los monitores a forzar mucho la voz, lo que provoca disfonías", precisa la doctora García López.

Otros profesionales con tendencia a sufrir enfermedades de la voz por su trabajo son los predicadores y los sacerdotes. Según una investigación publicada en *Journal of voice*, uno de cada cuatro predicadores luteranos reconoce haber tenido en algún momento problemas de trabajo por la voz (prevalencia) y el 18% han sido diagnosticados por un médico de lesiones laríngeas en relación con la voz. Mientras que el 16% de los sacerdotes católicos tiene problemas vocales frecuentes. "En el caso de los sacerdotes la duración de los sermones es una causa de riesgo. La laringe, el órgano de la voz, no está preparada para hablar durante más de 50 minutos seguidos", explica esta especialista.

El 16% de las consultas de voz por disfonía corresponden a usuarios de la voz artística, de los cuales eran cantantes el 90% y actores el 10%, según *Occupational Medicine*. Además, este estudio precisa que sufren más esta patología los cantantes de musicales y sobre todo, las mujeres. "La voz artística está expuesta a numerosas presiones ambientales, funcionales y emocionales y requiere de entrenamientos y cuidados", asegura Elisa Belmonte, soprano y profesora de la Escuela Superior de Canto de Madrid, que ha organizado una semana de puertas abiertas para concienciar sobre la voz.

Ronquera y esfuerzo al hablar

Otra profesión de riesgo para la voz es la de teleoperador. Así, lo afirma un estudio estadounidense sobre los trabajadores de la línea telefónica de Emergencias. De los 157 teleoperadores que participaron en el estudio, el 62% sufría ronquera; más de la mitad (53%) voz cansada o cambio de timbre al empezar a hablar (53%); más de un tercio dificultad para hablar o cantar en voz baja (37%) o dificultad para proyectar la voz (36%); un 75% sequedad en la garganta (75%); y más de la mitad (56%) debía hacer esfuerzos para hablar. Para el doctor Cobeta, "los largos turnos de trabajo suelen ser la causa de los problemas de voz de estos profesionales".

Por último, un trabajo publicado en *Logopedics, phoniatrics and vocology* analizó a cinco entrenadores de la Liga irlandesa de fútbol, quienes reconocieron acabar los partidos con la voz muy lastimada, ronquera y dolor al hablar. "Los 90 minutos de juego, las condiciones meteorológicas y los espacios abiertos, obligan a estos profesionales a un sobreesfuerzo que se paga", comenta este experto.

Para más información:
Carlos Mateos/Guiomar López. COM SALUD.
Tels.: 91223 66 78/ 685 53 68 16