



## Extensión en la Universidad Nacional de Córdoba: Trabajar con la voz

Serra, S<sup>1</sup>. Serra, M<sup>2</sup>. Méndez, A<sup>3</sup>.

### Resumen

La Fonoaudiología como disciplina permite brindar espacios en el ámbito de la extensión universitaria, que sensibilicen, recuperen y desarrollen la expectativa de una voz laboral con mayores posibilidades, frente al uso de la voz coloquial. Para ello se implementan talleres en las distintas unidades académicas acercando estrategias posibles para mejorar las condiciones laborales de las y los docentes universitarios. Conjuntamente con la producción de conocimiento centrado en el contexto territorial de las experiencias; y con eje en la comunicación; se desarrollan acciones junto al Programa de Salud Laboral de la Asociación de Docentes e Investigadores Universitarios de Córdoba, (ADIUC).

El presente trabajo comparte la experiencia sobre la problemática de la Salud vocal ocupacional a través del Programa de Salud Laboral de ADIUC que está dirigido a docentes universitarios que se desempeñan haciendo uso

---

<sup>1</sup> Prof. Dra. en Fonoaudiología. Directora de la Lic. en Fonoaudiología, Escuela de Fonoaudiología, Facultad de Ciencias Médicas, Universidad Nacional de Córdoba. Docente e investigadora. [silvana.serra@unc.edu.ar](mailto:silvana.serra@unc.edu.ar)

<sup>2</sup> Prof. Licenciada en Fonoaudiología. Docente de la Licenciatura en Fonoaudiología, Facultad de Ciencias Médicas, UNC.

<sup>3</sup> Licenciada en Fonoaudiología, Doctoranda en estudios de Género. Docente de la Escuela de Fonoaudiología, Facultad de Ciencias Médicas, UNC. [lucia.mendez@unc.edu.ar](mailto:lucia.mendez@unc.edu.ar)

de su voz en el ámbito del Campus y sede de los Colegios Universitarios de Córdoba en contextos muy variados y desafiantes para una voz coloquial, que en muchos casos manifiestan síntomas y quejas vocales.

“Trabajar con la voz” vincula mediante acciones extensionistas a la Escuela de Fonoaudiología, Facultad de Ciencias Médicas, UNC, y a ADIUC. Esta propuesta se basa en un dispositivo que tiene como antecedente al Convenio Específico entre ADIUC y la Escuela de Fonoaudiología, Facultad de Ciencias Médicas. Resolución Decanal 4745/2019.

**Palabras Claves:** salud, voz, docencia, prácticas, extensión.

### **Abstract**

Speech therapy as a discipline allows us to provide spaces in the field of university extension that raise awareness, recover and develop the expectation of a work voice with greater possibilities, compared to the use of colloquial voice. To this end, workshops are implemented in the different academic units, bringing together possible strategies to improve the working conditions of university professors. Together with the production of knowledge focused on the territorial context of the experiences, and with an axis in communication, actions are developed in collaboration with the Occupational Health Program of the Association of University Teachers and Researchers of Córdoba (ADIUC).

This work describes the experience which focuses on the problem of occupational vocal health through the ADIUC Occupational Health Program, which targets university professors, who work using their voice on campus and in the high schools that depend on the University of Córdoba. The contexts are varied and challenging regarding a colloquial voice, which in many cases shows vocal symptoms.

“Working with the voice” links the School of Speech Therapy, Faculty of Medical Sciences, UNC, and ADIUC through outreach actions. This proposal is based on a device that has as a precedent the Specific Agreement between

ADIUC and the School of Speech Therapy, Faculty of Medical Sciences (Resolution 4745/2019).

**Keywords:** health, voice, teaching, practices, extension.

### **Orígenes y antecedentes**

A partir del año 2012 se inició el proceso de identificación de la necesidad de trabajar la voz de las y los docentes, teniendo en cuenta la geolocalización y las características favorables y /o desfavorables de los diferentes entornos laborales en la Universidad Nacional de Córdoba, incluyendo el Campus y los Colegios Universitarios. La demanda dio origen a la escritura de material teórico en formato libro.

A partir del año 2017 se incluyeron otros dispositivos con el fin de ajustar el aporte fonoaudiológico en base a la evidencia de demanda de las y los docentes en sus actividades. Se trabajó con dispositivos de autorreporte administrados mediante formularios de Google, cuyos datos fueron procesados por investigadoras/es de la Escuela de Fonoaudiología y se sumaron a la propuesta de salutogénesis: estrés, dieta, salud general, hábitos vocales sustentables.

En el año 2019 teniendo en cuenta la evidencia recolectada y en continuidad con la problemática se orientó un Taller con eje en las rutinas de preparación vocal y autopercepción, con muy buenos resultados de aplicación práctica. En el año 2020, durante la pandemia, se generó una migración de la problemática de la voz a los entornos virtuales y se solapó su manifestación en lo cotidiano y las maneras alternativas (por fuera de lo vocal) de resolución de los inconvenientes que se suscitaron. Ya para el año 2022, regresaron los Talleres presenciales con la principal dificultad de la duplicación de la jornada laboral docente, al mantener en muchos casos el escenario virtual y presencial con dos modalidades de uso vocal disímiles. Asimismo, desde el programa "Trabajar con la voz", se creó un dispositivo de acompañamiento individualizado a través de la conformación de grupos reducidos en formato digital (Grupos de difusión vía telefónica: Telegram, WhatsApp) con el objetivo

de atender necesidades particulares, vinculadas a trastornos vocales durante la jornada de trabajo de las y los docentes universitarios.

### **La voz como herramienta de trabajo**

La voz es el instrumento primordial para el desempeño de la Docencia Universitaria, no sólo en las actividades presenciales, sino también en las actividades remotas, virtuales, preparación de materiales de audio y / o vídeo que forman parte actualmente de la tarea docente y presentan nuevos requerimientos y desafíos. Actualmente se utiliza el término “voz ocupacional”, para hacer referencia a los profesionales, para quienes la voz es el medio fundamental de trabajo, como los cantantes, actores, docentes, oradores, entre otros (Farías, 2018).

La disfonía ocupacional es un trastorno de la voz que se produce como resultado de la exposición crónica a factores relacionados con el trabajo. Éstos pueden incluir el uso excesivo o abuso vocal, malas condiciones acústicas, presencia de agentes irritantes o tóxicos en el ambiente laboral, posturas inadecuadas, entre otras. La disfonía ocupacional debe ser abordada desde la prevención y promoción primaria de salud, para disminuir la prevalencia de la patología vocal en docentes. Uno de los objetivos más importantes para atender un trastorno vocal es establecer el nivel de discapacidad en las distintas áreas afectadas (emocionales, físicas, funcionales, económicas). Los estudios realizados para conocer estadísticas de los trastornos de la fonación muestran a los docentes como el grupo poblacional más afectado. (Herrera Ariza JLA, Castro-Rojas JA, 2018)

El calentamiento vocal fisiológico es un medio que ayuda a mejorar y cuidar el instrumento de trabajo en cantantes (Calvache-Mora, 2016). Es llevado a cabo por un fonoaudiólogo especialista en el tema, con el fin de perfeccionar las condiciones fisiológicas del aparato fonador (Torres Olivares, 2020). Previene las lesiones de las cuerdas vocales en profesionales y no profesionales de la voz cantada y hablada; retrasa los síntomas de la fatiga vocal, ya que facilita la contracción de los pliegues y mejora la eficiencia del

uso de la voz. (Kang, y otros, 2018) Por todo ello, el calentamiento vocal como parte de la capacitación en talleres impartidos a docentes de manera práctica y fundamentada, resulta altamente beneficioso.

En virtud de las demandas y necesidades de la comunidad de docentes universitarias/os, se propone un doble formato, presencial y digital, que pretende dar continuidad a las acciones de sensibilización en las unidades académicas, a través de talleres, charlas y espacios dialógicos. Entender a las y los docentes universitarios como trabajadores, implica reconocer las herramientas que disponen y en los aspectos en que se basa su productividad, el habla, comprendiendo la oralidad como herramienta esencial.

### **Objetivos**

- Lograr impacto colectivo y territorial en materia de concientización sobre la importancia del cuidado de la voz como instrumento primordial para el desempeño de la docencia universitaria;
- Detectar problemas o trastornos vocales durante la jornada de trabajo de las y los docentes universitarios de la UNC.
- Desarrollar acciones de acompañamiento individualizado a través del trabajo en grupos reducidos en formato digital (Grupos de difusión vía telefónica: Telegram, WhatsApp).

### **Práctica en terreno: extensionista, ligada a la docencia y la investigación**

En el marco del desarrollo de estas actividades rescatamos la riqueza de modos y formas de enseñar y aprender dentro de la Universidad y los diferentes entornos, ambientes, formatos, destinatarios y dinámicas. Destacamos las posiciones y distribuciones en el espacio físico, mobiliario, posturas, visualización o no de los/las interlocutores, niveles de ruido, interferencia de los materiales que se precisan, y que son pares. Le damos especial importancia a la riqueza de “salir” al campo extendiendo los saberes y la experiencia e integrar los elementos que enriquecieron la propuesta inicial al

establecer intercambio de experiencias y desafíos entre estudiantes y docentes en el mismo campo de observación y sin contacto visual entre ellos al hablar.

Los talleres que nutren la línea de capacitación del Programa de Salud Laboral (PSL), se caracterizan por su condición de itinerantes. Una mirada prioritaria en la oferta de la propuesta desde su planteo fue que se sostenga en el tiempo y alcance a todas las dependencias de la Universidad Nacional de Córdoba. La opción de portabilidad de la herramienta digital que provee el teléfono móvil permite que el docente establezca una relación cercana de mayor accesibilidad al beneficio de los recordatorios, consejos, indicaciones y retroalimentación situada al momento de trabajar con la voz.

El desafío consistió en instalar en las diferentes unidades académicas de la UNC un proceso dialógico entre los saberes de los docentes universitarios, en tanto trabajadoras y trabajadores de nuestra casa de estudios, y el conocimiento científico de las docentes convocadas en la propuesta, junto la mirada de estudiantes y graduadas/os. Se trató de una iniciativa que articuló el saber con el hacer propio del oficio docente, en el marco de un encuentro entre pares donde ocurrieron intercambios permanentes de los diversos puntos de vista.

El hecho de que los talleres se desarrollaran en los lugares de trabajo nos permitió contextualizar las actividades en las condiciones ambientales de cada carrera en el desempeño docente (ruido, insonorización, previsión del ambiente sonoro, micrófono, parlante, amplificador, sonido; postura y dinámica del docente, de pie, lateralidad, simetría) en relación a su autopercepción vocal y a las expectativas relacionadas con la Salutogénesis laboral desde una perspectiva realista y factible. Desarrollar la voz laboral en actividad requiere en muchos casos de la incorporación de hábitos, la modificación de dinámicas adaptadas y a veces, derivación y asesoramiento; el programa se fue complejizando a lo largo del recorrido, tal como lo sintetiza la siguiente tabla:

**PROGRAMA “TRABAJAR CON LA VOZ”**

Convenio específico entre FCM. Escuela de Fonoaudiología y ADIUC.

<p><b>ACTIVIDADES:</b></p> <p>Jornada de sensibilización en el lugar de trabajo sobre el uso de la voz ocupacional del Docente.</p> <p>Encuentros dialógicos. Recomendaciones “realistas” de Higiene vocal y cuidado de la voz.</p> <p>Fundamentos y práctica de Rutinas de Preparación vocal (Calentamiento vocal)</p> <p>Acompañamiento virtual desde el canal de Telegram con materiales programados. Repositorio virtual de las prácticas vocales.</p> <p>Espacio de Consultas y Seguimiento personalizado a cargo de profesionales Licenciadas en Fonoaudiología durante 21 días.</p>	<p><u>Organización:</u> Salud laboral de ADIUC. Delegados gremiales de las Unidades Académicas.</p> <p><u>Responsables a cargo de los talleres:</u></p> <p>Prof. Mariel Serra (Coord.).</p> <p>Prof. Lucía Mendez.</p> <p><u>Diseño de materiales, administración de Consultas. Seguimiento:</u></p> <p>Prof. Mariel Serra. Prof. Lucía Mendez. Graduas/os y Prof. adscriptas/os</p>	<p><u>Participaron docentes de:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● FACULTAD DE CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN</li> <li>● FACULTAD DE CIENCIAS AGROPECUARIAS</li> <li>● FACULTAD DE ARTES</li> <li>● FACULTAD DE CIENCIAS ECONÓMICAS</li> <li>● FACULTAD DE CIENCIAS QUÍMICAS</li> <li>● FACULTAD DE PSICOLOGÍA</li> <li>● FACULTAD DE ODONTOLOGÍA</li> <li>● FACULTAD DE MATEMÁTICA, ASTRONOMÍA, FÍSICA Y COMPUTACIÓN</li> <li>● FACULTAD DE LENGUAS</li> <li>● FACULTAD DE CIENCIAS EXACTAS, FÍSICAS Y NATURALES</li> <li>● FACULTAD DE ARQUITECTURA, URBANISMO Y DISEÑO</li> <li>● Y LOS COLEGIOS UNIVERSITARIOS: COLEGIO NACIONAL DE MONSERRAT Y ESCUELA SUPERIOR DE COMERCIO MANUEL BELGRANO</li> </ul>
--	--	--

Las delegadas/os gremiales de cada unidad académica se transformaron en actores claves para la implementación de las actividades, en la que también participaron graduadas/os, adscriptas/os y estudiantes de asignaturas de la Licenciatura en Fonoaudiología.

### **Reflexiones finales**

Bajo la modalidad de taller, se abordaron temas vinculados a la voz laboral, voz profesional y voz coloquial, la importancia en la prevención y la salutogénesis en el cuidado de la misma, rutinas prácticas de preparación vocal: calentamiento y enfriamiento vocal y situaciones especiales como alergias, medicación, reflujo, trastornos hormonales, estrés, etc.

Destacamos el espacio de taller “Trabajar con la voz”, como tantos otros del Programa, indispensable en la promoción de salud, y la transformación del espacio laboral y de la realidad cotidiana de miembros de la comunidad Universitaria.

Recuperamos esta práctica en terreno, así como la ausencia de la misma debido a la pandemia, las transformaciones y dificultades que se plantearon con la vuelta a las tareas presenciales y la disponibilidad de recursos vocales diversos puestos en juego durante el contexto de aislamiento.

El desarrollo sostenido del taller, en tanto práctica de acción - transformación, requiere de procesos de formación, indagación, reflexión y elaboración de estrategias y saberes de manera permanente para intervenir en la co-construcción de un espacio saludable que tenga un impacto en la población de la Universidad Nacional de Córdoba. Creemos que se trata de una práctica compleja que abarca la función docente, de investigación y de extensión de la Universidad en la comunidad y compartimos la experiencia a fin de evidenciar y la importancia del trabajo en terreno y la promoción de entornos saludables.



## Referencias bibliográficas

- Cobeta, I., Nunez, F., & Fernandez, S. (2023). *Patología de la voz* (2nd ed.). Marge Books.
- Farías, P. (2018). *Diagnóstico de la función vocal en voz ocupacional: la disfonía del docente calificada según la CIF*. Areté. <https://doi.org/10.33881/1657-2513.art.18204>
- Herrera Ariza JLA, Castro-Rojas JA. Disfonía ocupacional en docentes. Revisión de la literatura. *Acta otorrinolaringol. cir. cabeza cuello*. 2018;46(1):62-70Kang, J., Xue, C., Chou, A., Scholp, A., Gong, T., Zhang, Y., Chen, Z., y Amp; Jiang, J. J. (2019). Comparing the exposure-response relationships of physiological and traditional vocal warm-ups on aerodynamic and acoustic parameters in untrained singers. *Journal of Voice: Official Journal of the Voice Foundation*. Recuperado de <https://doi.org/10.1016/j.jvoice.2017.12.019>
- Pérez, G., y Gallardo, M (2019). *La voz: cualidades de la voz - clasificación, defectos e higiene de la voz*. Recuperado de <http://repositorio.une.edu.pe/handle/20.500.14039/4306>
- Portillo, M. P., Rojas, S., Guzman, M., &Quezada, C. (2018). Comparison of effects produced by physiological versus traditional vocal warm-up in contemporary commercial music singers. *Journal of Voice: Official Journal of the Voice Foundation*. Recuperado de <https://doi.org/10.1016/j.jvoice.2017.03.022>
- Torres Olivares, C. (2020). *Efectos del Calentamiento Vocal en Profesionales de la Voz: revisión sistemática de la literatura*. Recuperado de <http://repositoriobibliotecas.uv.cl/handle/uvsc1/1828>