

LICENCIATURA EN FONOAUDIOLOGÍA

Grado de información sobre educación vocal y disfonía funcional en estudiantes de profesorado de nivel primario.

TESIS DE LICENCIATURA

Suárez Macchi Milagros

Taboada Gaitan Aylen

Tutora: Lic. Graciela Moscardi.

Asesoramiento:

Dra. Mg. Minnaard Vivian

Lic. Gonzalez Mariana

“La voz tiene esa capacidad de difundirse por el espacio y de llegar más allá de la distancia,
de conectarnos, de unirnos”
Damián Fernández Pedemont

Suárez Macchi Milagros

A mi mamá, por ser mi guía, mi ejemplo y mi mayor sostén en este camino. Gracias por cada palabra de aliento en los momentos más importantes y también en los más difíciles.

A mi papá y a mi hermano, por estar siempre presentes, por su compañía, y por su amor incondicional. Gracias por cada viaje a Mar del Plata.

Este logro también es suyo.

A mi primo Matías y su pareja, por ser un pilar fundamental en mi vida en Mar del Plata.

A mi tía Emilia, por cada viaje, por cada consejo, por ser mi modelo de inspiración, mi ejemplo a seguir.

A mi abuela Ana, su compañía se convirtió en cábala en cada final.

A mi abuelo Alfredo, desde el cielo sé que me acompañó en este camino y que está orgulloso.

A mis amigas, quienes, a la distancia, con cada mensaje, con cada palabra de aliento me recordaban que yo podía y no estaba sola.

A mi pareja, por su amor incondicional, por ser refugio y tranquilidad.

A Aylu, mi compañera y amiga de la facultad, porque empezamos juntas este camino, y juntas, también lo terminamos. Tu risa y tu compañía hicieron que este camino sea único e inolvidable.

A Ari, compañera de facultad y amiga, por tu compañerismo y amistad, por brindarnos tu ayuda, que lindo fue coincidir en este camino.

A nuestra tutora de tesis, Licenciada Graciela Moscardi, por aceptar nuestra propuesta y acompañarnos en el proceso.

A Vivían Minnaard y Mariana Gonzalez, por su guía, dedicación constante y por compartirnos sus conocimientos con nosotras.

Taboada Gaitan Aylen

Dedico este trabajo a toda mi familia, en especial:

A mi mamá, por ser mi mejor amiga y mi mejor compañera, por las velitas para estudiar, por sus palabras de aliento y por su apoyo y amor incondicional.

A mi papá, por creer en mí, por su motivación en momentos clave y por apoyarme en cada paso. Su amor me hace saber que yo puedo y que ellos siempre están para mí.

A mi hermano, por sus mensajes antes y después de rendir, por su amor y por acompañarme en todos estos años. Y porque deseo poder transmitirle con mi ejemplo, que con esfuerzo y dedicación los sueños se cumplen.

A mi abuelo, por ser un pilar fundamental en mi vida y una de las personas más importantes para mí.

A mi tía, mi padrino, Catalina y Helena, por su apoyo incondicional, por acompañarme en este largo camino y por siempre estar para mí con tanto amor.

A mi pareja, por su paciencia, su amor, su compañerismo y por ser mi sostén en los días malos y mi mejor compañía en los días buenos.

A Simba, Nala y Kala por ser la alegría de la casa, por darme su amor en los momentos que más lo necesito y por su compañía en las noches de estudio.

Esta tesis es para ustedes, porque su amor, su festejo en cada parcial y cada final fueron mi motor para seguir adelante. Sin su apoyo no hubiera sido posible. Los amo

Agradezco a todas las personas que formaron parte de este camino.

A mi familia por cada mensaje de apoyo, a mi abuela, mis tíos y mis primos.

A mi suegra Perla, por acompañarme desde el primer día en la carrera, porque sin su apoyo en el trabajo la cursada no hubiese sido posible y por cada palabra de aliento.

A mi tios Gabi y Cris por siempre creer en mí.

A mis amigas, por acompañar cada paso de esta carrera y estar siempre para mí.

A mi amiga Mili, que la conocí en la facultad y se convirtió en una parte fundamental de mi vida, porque sin ella este camino no hubiera sido igual. Gracias por tu amistad, tu amor, tu compañerismo y por ser mi compañera de estudio y de aventuras.

A Ari, mi amiga de la facu, que fue fundamental para transitar este camino, por su apoyo y compañerismo.

A nuestra tutora Lic. Graciela Moscardi por acompañarnos en esta etapa y aceptar ser nuestra tutora.

A la Dra. Vivian Minnaard y la Lic. Mariana Gonzalez, por su guía y acompañamiento durante esta tesis.

La voz es un instrumento esencial en la comunicación, la cual permite transmitir emociones, intenciones, ideas, como pensamientos complejos, y es única en cada persona. Para poder transmitir un mensaje claro y que se comprenda su intención emocional, intervienen aspectos como el tono, timbre, volumen e intensidad.

Objetivo: Analizar el grado de información sobre educación vocal y sobre disfonía funcional que refieren los estudiantes de profesorado de nivel primario en la ciudad de Mar del Plata en el año 2025.

Materiales y métodos: Investigación descriptiva, no experimental transversal. Se realizó un muestreo no probabilístico por conveniencia a 45 estudiantes del profesorado de nivel primario, a través de una encuesta virtual.

Resultados: Los estudiantes reconocen la voz como una herramienta importante para el desempeño de su profesión. A su vez, 27 de los encuestados refirieron que atravesaron problemas vocales durante sus prácticas docentes. Quienes expresaron presentar dificultades cursan años avanzados de la carrera y señalaron presentar dolor, disfonía, molestias, durante sus prácticas. Una gran proporción de encuestados indicaron que la formación recibida en la carrera en torno a educación vocal fue escasa. La mayoría manifestó no haber recibido contenidos relacionados con el cuidado y la prevención de disfonías, aunque los estudiantes demostraron un nivel de información elevado sobre cuáles son los factores de riesgo y la importancia de evitarlos.

Conclusión: Los estudiantes de profesorado reconocen la importancia del cuidado vocal, pero la información recibida es escasa. Es fundamental incorporar contenidos sobre educación vocal en la formación docente y así evitar disfonías que puedan comprometer a la práctica profesional.

Palabras claves: Voz - herramienta - educación vocal - higiene vocal - prevención - disfonía funcional - estudiantes - profesorado nivel primario.

Introducción	10
<hr/>	
Estado de la cuestión	14
<hr/>	
Material y Métodos	26
<hr/>	
Resultados	33
<hr/>	
Conclusión	88
<hr/>	
Bibliografía	91
<hr/>	
E – poster	94
<hr/>	

INTRODUCCIÓN

La voz juega un papel muy importante y necesario en la vida de las personas, ya que es el instrumento de comunicación por excelencia, aporta al lenguaje aspectos que van más allá de la comunicación cognoscitiva. Engloba la expresión de la emoción pura, espontánea y también ideas más elaboradas. Transmite sentimientos y emociones, es distinta en cada persona, ya que va modificándose en cada uno. La voz de cada persona es única (Bustos, 2012)¹. Además, brinda las características para que el habla tenga un tono audible. Para que el oyente logre identificar el significado y la intencionalidad emocional del hablante, existen las características suprasegmentales, que son la tonalidad e intensidad del habla, las cuales forman la entonación y acentuación y permiten al receptor captar con más facilidad lo que el emisor quiere transmitir.

La emisión vocal representa lo más significativo del ser humano, porque es la palabra la que transmite la codificación de la idea, como así también, la que permite una forma de comunicación. El ser humano al estar comunicándose desde el nacimiento, va desarrollando hábitos de comunicación y mecanismos mentales que son necesarios para la conducción de la vida en sociedad (Martinez, 2012)².

El aparato fonador está compuesto por el sistema neuromuscular, aparato respiratorio, fonatorio, auditivo, endócrino, resonancial y articulatorio. Para una adecuada producción vocal se requiere que el sistema nervioso central y periférico, coordinen e integren las funciones que incumben a todas las áreas cerebrales, tanto sensitivas como motoras, para la producción de un correcto lenguaje articulado (Gonzalez, 2014)³.

Para producir una fonación correcta se deben seguir los siguientes pasos. Se realizará una inspiración en la cual se llenarán los pulmones de aires y al mismo tiempo se produce un descenso del diafragma. Al espirar, el diafragma vuelve a su posición y se contraen los pulmones, lo que da paso a que el aire pase por la laringe y que se cierren las cuerdas vocales, realizando de esta forma vibraciones que emiten el sonido.

Para realizar una correcta emisión, no solo se debe producir una fonación correcta, también realizar una adecuada respiración. La respiración es un proceso fisiológico automático e involuntario. Para un buen control de las técnicas vocales, es de suma

¹ Cada persona tiene un tipo de formante distinto, lo que hace única su voz.

² Los mecanismos mentales son los procesos de producción, comprensión e interpretación que realiza el ser humano para la comunicación.

³ El aparato fonador es el conjunto de estructuras anatómicas responsables de la producción de la voz.

importancia tener una respiración correcta, debido a que el control de la respiración es fundamental a la hora de realizar una emisión vocal (Gonzalez, 2014)⁴.

Es mediante la respiración que el aire que sale desde los pulmones por las vías respiratorias y pasando por la laringe produce una vibración en las cuerdas vocales y es esto lo que provoca el sonido. Dicho sonido es articulado por los labios, los dientes, la lengua, la mandíbula y el paladar, para transformarlo en fonemas, sílabas y palabras. Otro aspecto importante para la emisión de la voz es el aparato resonador, ya que, para producir el sonido, el aire que hace vibrar las cuerdas necesita encontrar una caja de resonancia para poder amplificarse, y es en el sistema óseo donde se encuentra dicha resonancia. Finalmente, el sonido es amplificado y enriquecido, para poder ser oído simultáneamente por un gran número de personas (Bustos, 2012)⁵.

Al considerar la importancia que tiene la voz en la comunicación y al ser la herramienta principal de trabajo de los maestros y profesores de primaria, es fundamental cuidarla, es por esto que

“requiere el dominio de habilidades y conocimientos específicos para desarrollarla de manera óptima y eficaz.” (Bustos, 2012, p.1)⁶

Para utilizar la voz de forma correcta es necesario un aprendizaje, como así también tomar conocimiento de los mecanismos de fonación y de los propios hábitos, para posteriormente poder modificarlos mediante el ejercicio (Tejeda Navalón, 2012)⁷. El uso inadecuado o abuso en la producción vocal por parte de los docentes puede generar un desgaste o lesiones del aparato fonador. Es por esto que es de suma importancia brindar la información y las herramientas que les permitan a los docentes reducir sus excesos vocales, aprender una adecuada técnica vocal y adquirir hábitos y conductas de higiene tendientes a mejorar la calidad de su voz.

Por lo anteriormente mencionado se propone el siguiente problema de investigación:

¿Cuál es el grado de información sobre educación vocal y disfonía funcional que refieren los estudiantes de profesorado de nivel primario en la ciudad de Mar del Plata en el año 2025?

El objetivo general es:

⁴ La respiración en la fonación tiene un rol importante, ya que, se debe tener un buen control del aire que sale de los pulmones para poder lograr un buen sonido, debido a que los movimientos de expansión y retracción del tórax, se corresponden con el impulso del soplo fonatorio.

⁵ La resonancia es la amplificación y el enriquecimiento del sonido fundamental o tono fundamental producido por la laringe.

⁶ Los conocimientos específicos de la voz son fundamentales para su correcto uso.

⁷ El correcto uso de la voz requiere de un aprendizaje, debido a que una incorrecta utilización de la voz puede causar disfonías.

Analizar el grado de información sobre educación vocal y sobre disfonía funcional que refieren los estudiantes de profesorado de nivel primario en la ciudad de Mar del Plata en el año 2025.

Los objetivos específicos son:

- Indagar el grado de información sobre educación vocal en los estudiantes de profesorado de primaria para prevenir la disfonía funcional.
- Identificar el grado de información sobre disfonía funcional que presentan los estudiantes del profesorado de nivel primario.
- Sondear la percepción sobre higiene vocal y técnicas vocales en los estudiantes de profesorado de educación primaria.
- Determinar la percepción sobre factores de riesgos de asociados a la disfonía funcional.
- Establecer síntomas vocales en la práctica docente en los estudiantes de profesorado de educación primaria.

ESTADO DE LA CUESTIÓN

La voz es una de las acciones más complejas que puede realizar el ser humano, la misma contiene una gran cantidad de información y es fundamental para la comunicación humana (Rodríguez et al., 2018)⁸. Esta puede ser llevada a cabo gracias a la acción coordinada de todas las estructuras que conforman el aparato fonador, las cuales son sistema respiratorio, sistema fonatorio y sistema de resonancia.

La voz es el resultado del sonido que se produce a través de la vibración de las cuerdas vocales, las cuales están ubicadas en la laringe. Esta vibración ocurre cuando el flujo de aire de los pulmones pasa a través de las cuerdas vocales a gran velocidad, haciendo que estas vibren, y generando las ondas sonoras, lo que se conoce como voz (Gallego Maya, 2021)⁹.

La respiración cumple un rol fundamental en la producción de la voz. Es por esto, que es importante que quienes la emplean con fines profesionales adquieran conocimientos básicos de la fisiología y anatomía del mecanismo respiratorio, como así también, sobre la interrelación entre la fonación y la respiración.

Los pulmones, encargados de almacenar el aire se alojan en la caja torácica. La misma está delimitada por las costillas, las vértebras torácicas y el esternón, y tiene una forma similar a la de una campana. (Kayes Guillanes, 2015)¹⁰. Los pulmones almacenan el aire inhalado y están formados por un tejido elástico que permite su expansión y contracción de forma alterna durante la respiración. En ellos se lleva a cabo el intercambio de oxígeno y dióxido de carbono, vital para el funcionamiento de todas las células del organismo. El principal músculo que interviene en la inspiración es el diafragma, ubicado entre el tórax y el abdomen. Tiene forma de cúpula y está unido a las estructuras óseas de la base torácica, lo que permite su contracción efectiva (Varela Cerchi, 2019)¹¹. En cada espacio intercostal se encuentran los músculos intercostales externos e internos que cumplen una función espiratoria e inspiratoria. Los intercostales internos facilitan la inspiración al abrir y elevar las costillas, para permitir un aumento del diámetro anteroposterior de la caja torácica. Por su parte, los externos ayudan a cerrar y bajar las costillas, lo que permite la expulsión del dióxido de carbono de los pulmones. (Gomez, 2022)¹².

En el caso de los profesionales de la voz, los músculos abdominales también cumplen una función importante, ya que éstos junto con los intercostales internos, permiten

⁸ La comunicación humana es esencial para la vida, permite el vínculo emocional, el entendimiento recíproco y el intercambio de ideas.

⁹ La frecuencia de vibración de las cuerdas vocales durante la emisión de la voz en hombres es entre 85hz/180hz y en mujeres alrededor de 210 hz.

¹⁰ La pared de la caja torácica está conformada por una estructura ósea y cartilaginosa que rodea los pulmones conectándose por detrás con la columna torácica y por delante con el esternón.

¹¹ El diafragma además cumple una función de protección a la laringe al permitir que los pliegues vocales vibren de una forma más flexible.

¹² La presión durante la fase de inspiración se mantiene negativa. Cuando la misma llega a 0 la presión desaparece, lo que indica que ha terminado esta fase.

controlar el movimiento del diafragma, lo que facilita administrar el flujo de aire durante la espiración. El rendimiento vocal se optimiza a medida que se logra adecuar correctamente el volumen y la presión del aire a la actividad de la laringe (Palacios et al., 2017)¹³.

Los músculos respiratorios actúan de diferentes maneras dependiendo de cómo sea la respiración, si es moderada, intensa o en reposo, y también en función de las necesidades del soplo espiratorio, es decir, que estos músculos se adaptan a las necesidades del proceso de producción de la voz, al acto fonatorio. El ciclo respiratorio está constituido por dos etapas, la inspiración y espiración, las cuales están separadas por un breve intervalo. La inspiración es la fase principal activa del ciclo respiratorio. Durante la fonación la inspiración debe ser buco nasal, alternada, rápida, silenciosa y eficaz (Miño-Ruiz, 2022)¹⁴. Por otra parte, la relajación es el proceso pasivo de la respiración. Se origina cuando el diafragma se relaja y cuando se genera flexibilidad de las paredes musculares de la caja torácica, donde se alojan los pulmones, lo que produce la expulsión del aire contenido. Durante la fonación la respiración necesita mayor acción de los músculos respiratorios dado que el aire exhalado es el soporte para generar y sostener la voz (Fernández Hebrero, 2022)¹⁵.

En cuanto al sistema fonatorio, la laringe forma parte del sistema respiratorio superior, otorga protección de la vía aérea, cumple funciones de respiración y fonación. En el proceso de fonación, los pliegues vocales transforman la energía aerodinámica producida en el sistema respiratorio, en energía acústica que se transmite a través de los labios. Esto se da debido a que, durante la espiración, se genera un flujo de aire desde los pulmones hacia la glotis debido a la diferencia de presiones (Lozano Barra et al., 2022)¹⁶.

La presión subglótica se ve afectada por las dimensiones de las vías aéreas inferiores, que dependen de la elasticidad de la pared torácica y la contracción de los músculos del tórax. Se regula a través de un mecanismo de retroalimentación sensorial controlando la presión subglótica durante la producción de la voz. La presión umbral de fonación, que es la presión mínima subglótica necesaria para iniciar la vibración de las cuerdas vocales, suele ser más alta al comienzo debido a un fenómeno conocido como histéresis. La presión umbral se ve afectada por los cambios en la cubierta o el cuerpo de las cuerdas vocales (Ortiz Zuña, 2024)¹⁷.

El sistema de resonancia está constituido por cavidades de resonancia que se localizan dentro del aparato fonador. Entre ellas se pueden observar que se encuentran, la

¹³ El flujo de aire se origina cuando el aire se desplaza de una zona a otra.

¹⁴ La inspiración y espiración tienen una duración similar, con la diferencia de que la espiración es más prolongada, es cíclica y regular.

¹⁵ Conocer la fisiología respiratoria es un requisito fundamental para desempeñar el uso vocal de modo profesional.

¹⁶ Los pliegues vocales también son conocidos como cuerdas vocales.

¹⁷ La laringe contiene las cuerdas vocales y es responsable de la producción de sonidos.

faringe, cavidad oral, cavidad nasal y senos paranasales. Debido a sus estructuras, este sistema es altamente adaptable, se producen modificaciones por los cambios de la posición de la laringe y los movimientos de la lengua principalmente. Los resonadores no producen sonido por sí mismos, sólo reaccionan a la energía que reciben y la amplifican (Crespo Uriszar, 2020)¹⁸.

Cada individuo posee sistemas de resonancia propios que les brindan un carácter único a sus voces. Habilitan una amplia gama de sonidos y tonalidades en las voces, funcionando como resonadores que modifican el sonido producido por las cuerdas vocales. Es decir, que captan y transforman las vibraciones producidas en la laringe, influyendo de manera significativa en el resultado sonoro de la fonación (Fernández De Las Nieves et al., 2016)¹⁹.

La resonancia es importante en la proyección vocal, ya que define las características estéticas de la misma. Las cavidades del tracto vocal modifican el sonido emitido por las cuerdas vocales, lo que influye en la calidad, timbre, tonalidad de la voz, y en cómo se proyecta en el entorno. Dicho sistema, es fundamental, ya que la voz en bruto se modifica al pasar por las cavidades supraglóticas que incluyen la laringe, cavidad bucal y nasal, que modifican su forma o dimensiones a través de los órganos articulatorios, los cuales son lengua, paladares, mandíbula, labios, faringe y barbilla (Quintana Romero, 2023)²⁰.

Gracias a la acción de las cavidades resonadoras, se logra que a partir de un sonido fundamental se puedan producir sus respectivos armónicos, los cuales definen la calidad de una voz. Se considera una voz pobre cuando presenta menos de 9 armónicos, mientras que una voz con más de catorce armónicos se percibe como estridente o metálica. También, se puede clasificar la voz y sus diferentes tesituras a través de los distintos colores tímbricos que determinan lo que se conoce como registros de la voz, es decir, si la voz es bajo, barítono, tenor, contralto, mezzosoprano y soprano (Crespo Uriszar, 2020)²¹.

La frecuencia del sonido de la voz, está influenciada por diversos factores, entre ellos el tamaño y la masa muscular de las cuerdas vocales, como así también, la tensión que se les aplique y la velocidad del flujo del aire proveniente de los pulmones. En general, cuando el tamaño de las cuerdas vocales es mayor, es decir, las cuerdas vocales son más largas y gruesas, tienden a vibrar a una frecuencia más baja. Por otra parte, cuando las cuerdas

¹⁸ La resonancia vocal es un procedimiento físico que incrementa ciertos armónicos del sonido y disminuye otros, beneficiando el tono generado en la laringe.

¹⁹ La gama de sonidos hace referencia al conjunto de sonidos que una persona puede emitir o percibir, organizado generalmente por frecuencias.

²⁰ La voz en bruto, es el sonido original que emiten las cuerdas vocales al vibrar, antes de ser amplificado por las cavidades de resonancia.

²¹ Con voz pobre se hace referencia a una voz débil, caracterizada por tener poco volumen y falta de resonancia y por otro lado la voz metálica posee un tono agudo y resonante.

vocales son cortas y delgadas, como típicamente tienen las mujeres, la vibración es más alta, dando como resultado voces más agudas (Dieguez et al, 2021)²².

Profundizando en su caracterización, la voz humana posee diversas cualidades acústicas, las cuales se relacionan entre ellas, logrando una comunicación efectiva en la persona. Cada emisión vocal está integrada por características específicas que contribuyen a que el mensaje sea comprendido, genera significados y comprensión en quien la recibe. Entre estas cualidades se pueden destacar que se presentan el timbre, volumen, intensidad, tono y la duración (Guerrero Pérez, 2019)²³.

El timbre es la característica específica de cada persona, lo que permite diferenciar una voz de otra. Está definido por los armónicos, que son frecuencias adicionales que se superponen a una onda sonora compleja y que permiten distinguir sonidos de diferentes fuentes; y por los formantes, que son las modificaciones que estos armónicos sufren al pasar por las cavidades de resonancia. Gracias al timbre, se pueden identificar voces que suenan brillantes, metálicas, apagadas, entre otras. De la forma y posición de las cavidades de resonancia dependerá el timbre de la voz. Estas cavidades son la faringe, la boca y la cavidad nasal (Muelle Bayona y Zeuner, 2018)²⁴.

El volumen se refiere a la fuerza con la que el aire pasa por la laringe, es decir la presión infraglótica, que hace vibrar las cuerdas vocales. Es por esto que el mecanismo respiratorio está interrelacionado y cumple un rol fundamental. El volumen ideal es el que permite que el receptor pueda recibir el mensaje o información de forma clara (Bentancor, Torres y Beltramone, 2019)²⁵.

La intensidad de la voz, se refleja en la amplitud de la onda sonora y está influida por la existencia de una mayor o menor presión subglótica. Mientras más grande sea la amplitud, mayor es la intensidad. La misma, se mide en decibeles, dB, la cual, puede oscilar entre 30 y 120 dB. Dependiendo de esta intensidad, se puede clasificar la voz como suave, a menos de 50 dB, voz conversacional, entre 50 y 65 dB, proyectada, entre 65 y 80 dB, y al máximo de su potencia, entre 90 y 110 dB (Rodero, 2024)²⁶.

El tono, hace referencia a la altura o nivel de la voz y está determinado por la frecuencia de las vibraciones de las cuerdas vocales. Es la característica que permite organizar el sonido en una escala de frecuencias, desde los tonos más agudos hasta los más graves. Por último, entre las cualidades acústicas de la voz, se encuentra la duración, que depende de la capacidad pulmonar y el tamaño de la caja torácica. A mayor tamaño,

²² En los hombres adultos, las cuerdas vocales miden entre 17,5 y 25 mm de largo.

²³ Las cualidades acústicas son los atributos del sonido que permiten identificarlos, diferenciarlos y darles significado.

²⁴ Una voz metálica hace referencia a una voz áspera, con un timbre agudo.

²⁵ La presión infraglótica se produce en la parte inferior de las cuerdas vocales durante la espiración.

²⁶ Los decibeles son una unidad de medida que se utiliza para indicar la intensidad del sonido.

más tiempo se podrá sostener la voz, debido a que la duración se va determinar según la cantidad de aire expulsado durante la fonación (Dorsal Gonzalez, 2014)²⁷.

La voz hablada la posee cada individuo de forma natural, no se requiere de ninguna técnica para emplearla en las conversaciones de la vida diaria, más allá del conocimiento del lenguaje. En el caso de los profesionales de la voz, como lo son los docentes, oradores, locutores y demás profesiones, que utilizan su voz como herramienta principal de trabajo, deben tener un conocimiento más detallado de la misma, para saber cómo emplearla, tratarla y del mismo modo cuidarla, debido a que su trabajo depende directamente de ella (Pérez, 2019)²⁸.

Es importante distinguir entre la voz conversacional y la voz proyectada. En la primera, habitualmente no es necesario poner en uso todos los recursos vocales para que pueda ser oída correctamente, a excepción de cuando se conversa a cierta distancia. Cuando se trata de voz proyectada se requiere la participación de un mayor número de músculos y un mejor control de la respiración, como también de la intensidad, la proyección, la calidad y el control vocal. Esta última forma es utilizada por los profesionales de la voz para transmitir su mensaje de forma clara y adecuada a los interlocutores (Álvarez Calero, 2015)²⁹.

La voz es una herramienta indispensable de trabajo para los profesionales de la voz. El término voz ocupacional se utiliza para hacer referencia a aquellas ocupaciones en las que se utiliza la voz como medio principal de trabajo, tales como telefonistas, actores, cantantes, oradores y sobre todo los maestros, que constituyen uno de los grupos profesionales más afectados por el uso constante e intenso de la voz (Hunter et al., 2018)³⁰. En este grupo, tener una buena calidad de voz es fundamental a la hora de dirigirse al alumnado. Es esencial poseer una comunicación clara, ya que a través de la misma los docentes brindan información a los alumnos, explican conceptos y los guían en su aprendizaje. A su vez, una voz nítida y bien articulada facilita que los estudiantes puedan comprender de una forma eficaz los conceptos, como así también, ayuda a tener un control del aula (Botella Quirant y Esteve Faubel, 2016)³¹.

Con frecuencia, los docentes emplean su voz durante jornadas laborales extensas, lo que puede producir una sobrecarga vocal. Muchas veces no son conscientes de las

²⁷ La capacidad pulmonar permite introducir hasta 5,8 litros de aire en su interior, aunque en la respiración se utiliza una cantidad menor.

²⁸ Es importante el cuidado de la voz en los profesionales que utilizan la misma, ya que, cualquier alteración vocal provoca situaciones negativas en su desempeño laboral.

²⁹ Cuando se habla de proyectar, se hace referencia al acto de hacer salir la propia voz, poder dirigirla y expandir hacia donde se desee sin forzarla.

³⁰ Los profesionales de la voz son aquellas personas que utilizan la voz como medio principal para la comunicación dentro de su ocupación.

³¹ Una voz nítida se caracteriza por poseer claridad y ser contundente. Es una voz que se distingue bien de otras, sin confusiones.

consecuencias que esto conlleva y el impacto que provoca en su salud vocal. El empleo inadecuado o el exceso del uso de la voz por parte de los docentes puede derivar en fatiga o daños en el aparato fonador (Navarro Pozuelo et al., 2018)³².

Los docentes son profesionales cuya voz es su herramienta principal para llevar a cabo su trabajo. Muchos profesionales ejercen su labor sin contar previamente con una preparación vocal apropiada. En numerosos casos, debido a esta falta de formación y al desconocimiento, se desarrollan graves alteraciones de la voz, causadas principalmente por el abuso fonatorio y la defectuosa utilización del instrumento vocal (Peña Romero, 2015)³³.

Los factores de riesgo asociados a las patologías vocales en los docentes, se pueden deber a diferentes causas. Uno de los principales es el ambiente ruidoso, que conduce a los docentes a elevar su voz a niveles superiores a los del ruido ambiental con el fin de captar la atención de sus alumnos, llevando de esta manera a un incremento en su frecuencia vocal. A esto se suman otras condiciones inadecuadas en el aula, como la exposición prolongada al polvo de la tiza, el escaso tiempo de descanso entre clases y las jornadas laborales extensas, las cuales también contribuyen a esta problemática (Ortiz Zuña, 2024)³⁴.

Al abordar el tema de salud vocal, es importante que los estudiantes de profesorado de primaria reciban información sobre el uso correcto de la voz, y también, sobre cómo prevenir el desgaste y daño de las cuerdas vocales, asociadas a patologías de mal uso vocal (Bautista Illacucci, 2017)³⁵.

Cuando se habla de educación y salud vocal, es primordial seguir diversos pasos. La higiene vocal comprende estrategias diseñadas para proteger la estructura de las cuerdas vocales y mejorar su funcionamiento. Una correcta técnica vocal, se basa en una adecuada respiración, lo cual ayuda a mejorar la proyección vocal y a evitar la fatiga. Es importante mantener una buena higiene vocal, evitando hablar en ambientes muy secos, estar bien hidratado, evitar gritar y reducir el uso vocal en ambientes ruidosos, no hablar en exceso e implementar una alimentación sana, reduciendo la ingesta de alimentos picantes, con cafeína, ácidos, entre otros (Dantas y Terry Sáenz, 2022)³⁶.

³² Los síntomas de carga vocal pueden ser, carraspeo, dificultad para mantener la voz, necesidad de aclarar la voz, fatiga vocal, voz ronca o áspera, o sensación de cuerpo extraño en la garganta.

³³ El abuso fonatorio, conocido como mal uso de la voz, puede dañar las cuerdas vocales y en consecuencia derivar en disfonía, afonía, ronquera, entre otros.

³⁴ Los factores de riesgo en docentes se pueden clasificar en físicos, químicos y de carga física y psicosocial.

³⁵ Cuando se habla de salud vocal se refiere al uso adecuado de la voz, sin forzar ni tensionar los músculos que la producen.

³⁶ Una correcta hidratación es primordial para la fonación, ya que, lubrica las cuerdas vocales, evitando que se sequen y se irriten, lo cual, permite que vibren fluidamente y produzcan sonidos claros.

Dentro de los cuidados de la voz, es indispensable realizar un correcto calentamiento vocal. El objetivo del mismo es que los músculos de las cuerdas vocales, la articulación, resonancia y respiración entren en calor previo a realizar una actividad vocal exigente, con el fin de evitar el sobreesfuerzo, el uso inadecuado de la voz y la fatiga vocal. Luego de realizar el calentamiento vocal, se percibe una mejora en la calidad de la voz, un aumento de la resonancia, una exigencia menor de los músculos requeridos para la fonación, con menor impacto en los pliegues vocales, una mayor proyección, un mejor control y flexibilidad de la misma (Mansilla, 2022)³⁷. Asimismo, es importante destacar los beneficios que otorga el calentamiento vocal en las personas que presentan trastornos en la voz, sin importar cuál sea su causa. Su objetivo es mantener una voz saludable, previniendo el uso incorrecto de la voz, la fatiga y las compensaciones musculares indebidas, logrando de esta forma prolongar el buen funcionamiento del aparato fonador en quienes utilizan la voz como herramienta profesional (Torres Olivares, 2020)³⁸.

En cuanto a los procedimientos de calentamiento vocal que implican ejercicios de tracto vocal semiocluido, consiste en adoptar distintas posturas cuya finalidad es alargar y/o ocluir parcialmente el tracto vocal, provocando de esta manera cambios en el patrón vibratorio de las cuerdas vocales, reduciendo el impacto entre ellas, optimizando la interacción entre la fuente de sonido y el filtro vocal, aumentando el output acústico y disminuyendo el esfuerzo vocal. Entre los ejercicios se encuentran los tubos de resonancia, que implican emitir sonidos en un tubo de plástico sumergido en agua. Estos ejercicios han sido utilizados en contexto terapéuticos, no como parte del calentamiento vocal (Zegarra, 2019)³⁹.

Los docentes son uno de los grupos profesionales más afectados por el uso intenso de la voz. Muchas veces, presentan diversos tipos de alteraciones vocales sin poder identificar si lo que presentan son afecciones patológicas. La disfonía es una de las principales razones por las cuales estos profesionales buscan atención médica, lo que conlleva a generar ausentismo laboral o licencias médicas (Valencia Jeria, 2016)⁴⁰.

La disfonía es aquella alteración que afecta a uno o más aspectos normales de la voz como el timbre, el tono, la intensidad y la flexibilidad. Las alteraciones vocales conllevan cambios en los mecanismos aerodinámicos y en las características acústicas y perceptuales

³⁷ Es imprescindible preparar la voz antes de utilizarla intensamente, ya que es importante para mantener una salud vocal en el largo plazo. Una de las formas más importantes de cuidarla es realizando un calentamiento vocal previo.

³⁸ Una voz saludable refleja el correcto funcionamiento de todos los sistemas implicados en la fonación.

³⁹ El término más adecuado en anatomía para referirse a las cuerdas vocales es pliegues vocales.

⁴⁰ Hay factores dentro del ámbito escolar que son determinantes para que se desencadenen alteraciones en la voz. Estos pueden ser ambientales o físicos, que provocan una alteración en la masa, la elasticidad y la presión subglótica, lo que determina una modificación en la vibración de las cuerdas vocales.

de la m. Para identificar los tipos de disfonía se debe comprender la interrelación entre la fisiopatología de los procesos que intervienen en la producción de la voz, como lo son, la respiración, la fonación y la resonancia. Por este motivo, es importante entender estas conexiones fisiológicas para poder determinar un tratamiento adecuado en cada caso (Calvache Mora, 2020)⁴¹.

La disfonía es un trastorno de la voz frecuente que suele presentarse como un cuadro agudo; en algunos casos comienza a edades tempranas y puede prolongarse hasta la adolescencia. Generalmente, se observan las cuerdas vocales enrojecidas, edematosas o con abundantes secreciones. Puede presentarse a lo largo de la vida del individuo y dentro de las causas más frecuentes se encuentran; de 0 a 6 meses, lesiones iatrogénicas, congénitas e infecciones, desde los 6 meses hasta los 5 años, lesiones traumáticas e infecciones, de los 5 a los 13 años, nódulos e infecciones y desde los 13 años en adelante, puede darse debido a problemas conductuales, como abuso de la voz, nódulos, infecciones y alergias (Fleta Zaragozano, 2021)⁴².

Estas alteraciones pueden manifestarse en distintos niveles de disfonía, o incluso en afonía cuando hay una pérdida total de la voz. Las disfonías se clasifican en dos grupos, orgánicas y funcionales. Las disfonías orgánicas están asociadas a lesiones físicas en la laringe, como malformaciones, procesos inflamatorios, traumatismos, trastornos neurológicos o endocrinos (Sanchez et al., 2019)⁴³. Por su parte, la disfonía funcional, es una alteración que no se produce por un motivo orgánico o neurológico subyacente, sino que se origina por una alteración en las funciones de las cuerdas vocales, elasticidad, tensión, entre otros. Generalmente su causa principal se da por un abuso o mal uso vocal, esfuerzo excesivo o técnicas vocales incorrectas, lo que genera fatiga vocal, llevando al profesional de la voz a realizar un mal uso de la misma. Suele ser transitoria y puede disponer de múltiples causas, tanto internas como externas. La mayoría de los casos se dan en profesionales de la voz como son los docentes (Chaves y Nisenbaum, 2016)⁴⁴.

Existen hábitos perjudiciales que contribuyen al desarrollo de esta patología. Entre los mismos se encuentran problemas de postura, de cuello, mandíbula y laringe. También, influyen factores como el exceso de velocidad e intensidad al hablar, la inadecuada

⁴¹ Los mecanismos aerodinámicos, hacen referencia a aquellos procesos que están relacionados con el flujo de aire que forman parte de la producción vocal.

⁴² Las lesiones iatrogénicas, son daños en tejidos u órganos a causa de un tratamiento médico o procedimiento, adversos a la enfermedad original.

⁴³ Dentro de las malformaciones laríngeas las más común es la laringomalacia, la cual se manifiesta con la laringe más blanda de lo habitual. Por otro lado, está la estenosis laríngea, en la que se observa ausencia o estrechamiento anormal del canal laríngeo. También se pueden presentar membranas laríngeas, que se manifiestan como una fina capa de tejido que obstruye parcialmente la glotis y por último, los quistes congénitos son una acumulación de líquidos que se desarrollan dentro o cerca de la laringe.

⁴⁴ Las cuerdas vocales también tienen una función principal en la respiración, protegen las vías respiratorias evitando que entren alimentos o líquidos en los pulmones durante la deglución.

coordinación entre la respiración y la fonación, la contracción excesiva de la musculatura laríngea en la emisión vocal, como así también, la presencia de ataques vocales defectuosos y alteraciones relacionadas con la resonancia vocal, entre otros (Farías, 2018)⁴⁵.

Dicha disfonía suele presentarse a menudo con una voz áspera, ronca, cansada o incluso se puede dar una pérdida temporal de la voz en quienes la padecen, lo que provoca dificultad en la comunicación. No existe un umbral específico de abuso vocal, ya que cada individuo tiene una tolerancia distinta. Algunas personas pueden elevar con frecuencia la voz sin presentar ningún daño, mientras que otras pueden sentir fatiga después de un solo grito. Lo habitual es que el daño se produzca con el uso constante o excesivo (Muñoz y Fernández, 2016)⁴⁶.

Los docentes que cursan con disfonía suelen presentar síntomas propios de dicha patología como los que se mencionaron anteriormente. Entre ellos se encuentran, ronquera, fatiga vocal, entonación débil, dolor o incomodidad al hablar, garganta seca, picazón, tos persistente y dificultad para proyectar la voz. Los mismos son indicativos de un uso excesivo vocal o una alta exigencia vocal en condiciones laborales inadecuadas, lo que contribuye al desarrollo de una patología ocupacional. Existe una relación significativa entre el uso intenso de la voz y la aparición de alteraciones vocales en los profesionales que utilizan su voz como herramienta principal de su desempeño laboral (Fajardo, 2019)⁴⁷.

La alteración vocal asociada a este tipo de patología, implica una disminución en las actividades profesionales desempeñadas a diario por el paciente, lo que impacta de forma negativa en su rendimiento laboral como así también en el personal, ocasionando múltiples inconvenientes en su entorno de trabajo (Muñoz González, 2018)⁴⁸.

El riesgo ocupacional que se presenta en diversos casos es la exposición al ruido ambiental. La mayoría de los docentes reporta niveles altos o molestos de ruido paralelo al uso de la voz. Quienes dictan clases en ambientes sin ruido tienen menor necesidad de elevar la intensidad de su voz, a diferencia de quienes enseñan en espacios ruidosos, que se ven obligados a alzar en mayor medida la voz y si no poseen una adecuada técnica vocal, pueden padecer abuso vocal. También influyen negativamente la mala acústica, la

⁴⁵ Una adecuada postura es importante en la fonación, porque afecta la respiración, la colocación de la laringe, y la tensión en el cuello y garganta.

⁴⁶ Cuando se habla de abuso vocal, se refiere a todo comportamiento vocal inadecuado y excesivo y a una técnica vocal defectuosa en la que no se hace uso correcto del instrumento y/o los sistemas asociados. Es importante una educación vocal para cuidar la voz y utilizar técnicas correctas.

⁴⁷ Una patología ocupacional es aquella que se origina a consecuencia directa de la exposición a factores de riesgo presentes en el ámbito laboral.

⁴⁸ En el marco laboral, el uso vocal es inevitable. Un manejo inadecuado de la voz puede traer consecuencias a nivel orgánico, psicológico y social, poniendo en riesgo la integridad del individuo.

calidad del aire, el uso de tiza y la temperatura, aumentando la probabilidad de trastornos vocales (Fajardo, 2019)⁴⁹.

El profesional debe tener conciencia acerca del mensaje que desea comunicar y de la forma que lo hará, para lo cual es fundamental que pueda manejar su expresión corporal y física, utilizando técnicas de respiración, relajación e impostación, con el fin de optimizar su técnica y así establecer una comunicación efectiva con sus usuarios (Pantoja, 2019)⁵⁰.

Adoptar una correcta técnica vocal necesita de mucha práctica, para lograr un uso correcto de las cavidades de resonancia, los músculos y la colocación de la voz. Requiere comprender las posiciones y los movimientos de los distintos órganos móviles implicados en la fonación. Cuando se trabaja sobre la técnica vocal, el cuerpo de la persona es el instrumento y es por este motivo que se deben considerar las necesidades de cada persona, ya que no todos aprenden de igual manera. El objetivo de adoptar una correcta técnica vocal, es lograr una óptima colocación, afinación y entonación, pero para lograrlo se requiere de mucha constancia y tiempo (Manzano y Guzmán, 2021)⁵¹.

Para dominar una correcta técnica vocal, es necesaria la incorporación progresiva de ciertos aprendizajes, ya que conocer la teoría por sí sola no garantiza una disminución de síntomas. Esto implica un cambio en la conducta vocal, por lo que es necesario transitar por distintas etapas antes de observar resultados visibles. Es esencial que estas técnicas se conviertan en hábitos sostenidos en el tiempo, comenzando por la concientización de los recursos necesarios para una fonación adecuada, hasta alcanzar una aplicación que sea tanto consciente como automatizada (Rincon et al., 2021)⁵². Los profesionales deben comprender en profundidad las técnicas vocales para poder utilizar su voz de manera eficiente. Para esto, deben tomar conciencia de sus propias capacidades vocales, lo cual les permitirá desarrollar al máximo su potencial, tanto en el ámbito laboral como fuera de él. De esta forma, podrán transmitir mensajes con claridad, mantener diálogos, explicar contenidos, relatar cuentos, y captar la atención de sus alumnos, con las adaptaciones de tono y ritmo acordes a la situación educativa que se desarrolle. También, es importante crear espacios

⁴⁹ La acústica del aula hace referencia a cómo se comporta el sonido dentro del aula, cómo se transmite y se refleja.

⁵⁰ Una comunicación efectiva se beneficia ampliamente, cuando se acompaña de una expresión corporal coherente y consciente.

⁵¹ Una correcta colocación de la voz implica utilizar de forma adecuada el sistema resonador para lograr proyectar y amplificar el sonido de la misma, reduciendo así la tensión en la zona laríngea. A partir de una buena colocación se obtiene un timbre rico en armónicos que permite aumentar la potencia vocal.

⁵² Una aplicación de la voz consciente y automatizada implica un proceso en el cual se aprende a usar la voz de forma voluntaria y controlada.

de trabajo que aseguren condiciones óptimas de seguridad y bienestar para el personal (Dieguez et al., 2021)⁵³.

⁵³ Espacios de trabajo óptimos son aquellos que presentan buena acústica, condiciones térmicas confortables y reducción del ruido ambiental.

MATERIALES Y MÉTODOS

Esta investigación se desarrolla de forma descriptiva, es no experimental transversal. Es descriptiva ya que estudia variables de forma independiente, por ende, no se establecen relaciones entre ellas. Es no experimental debido a que las variables se van a observar en su contexto y no se manipulan. Es transversal ya que la toma de datos se realiza en un único momento.

La población está conformada por todos los estudiantes de profesorado de nivel primario de Mar del Plata en 2025. La muestra de 45 estudiantes del profesorado de nivel primario es seleccionada en forma no probabilística por conveniencia. En cuanto a la unidad de análisis, es cada uno de los estudiantes del profesorado de nivel primario de la ciudad de Mar del Plata en el año 2025.

Se presenta el listado de variables analizadas:

- Grado de información sobre educación vocal
- Grado de información sobre disfonía funcional
- Percepción sobre higiene vocal
- Percepción sobre técnicas vocales
- Percepción sobre factores de riesgos de asociados a la disfonía funcional
- Síntomas vocales en la práctica docente

A continuación, se presenta el consentimiento informado y el instrumento de recolección de datos para la investigación. Los datos se obtuvieron a partir de la realización de un formulario online

La presente investigación es realizada para acreditar Tesis de Licenciatura en Fonoaudiología de la Universidad Fasto. El objetivo de la misma es analizar el grado de información sobre educación vocal y sobre disfonía funcional que reciben los estudiantes de profesorado de nivel primario en la ciudad de Mar del Plata en el año 2025. Usted fue seleccionado para completar esta encuesta dado que es estudiante del profesorado de nivel primario en forma no probabilística por conveniencia. Los datos que usted brinde permitirán aumentar el conocimiento científico sobre el tema. Dado que la encuesta se realiza online, si usted la responde es que da su consentimiento. Se asegura el secreto estadístico de los datos. Se autoriza que los resultados se publiquen en congresos o en revistas académicas.

Acepta participar de la encuesta *

- Si
- No

Edad

Tu respuesta _____

¿En que año de la carrera de profesorado de nivel primario te encontrás?

Tu respuesta _____

¿Qué es, según tu criterio, la voz?

Tu respuesta _____

¿Cuál es el valor que tiene la voz en el ejercicio de tu futura carrera profesional?

Tu respuesta _____

¿Has oído hablar sobre educación vocal en la carrera?

- Si
- No

Si tu respuesta fue si, ¿Cuántas asignaturas, cursos o capacitaciones relacionados con la educación vocal has recibido en tu carrera de profesorado de nivel primario?

- 1 o 2 asignaturas
- 3 o 4 asignaturas
- Más de 4
- Ninguna

¿Cómo calificarías la cantidad de información que recibiste sobre educación vocal en tu carrera? *

	1	2	3	4	5	
Suficiente	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Insuficiente

¿Qué tipo de contenido relacionado con la educación vocal has estudiado en tu carrera? (Selecciona todas las opciones que correspondan).

- Técnicas de postura para la producción vocal
- Higiene y prevención de problemas vocales
- Desarrollo de técnicas vocales
- Anatomía y fisiología de la producción vocal
- Ninguna de las anteriores

Si ya realizaste prácticas en la carrera. ¿Has experimentado problemas vocales en tu práctica docente?

- SI
- NO

Si tu respuesta fue SI, ¿Qué tipo de problemas presentaste?

Tu respuesta

En cuanto a la higiene vocal, indicá tu grado de acuerdo con las siguientes frases.

	Totalmente de acuerdo	Muy de acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
La higiene vocal es importante para la salud vocal.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
La higiene vocal es una prioridad en la formación de docentes.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
La higiene vocal es esencial para enseñar sin dañar la voz.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
La higiene vocal es fundamental para mantener una voz clara y resistente durante la jornada escolar.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Según tu percepción ¿qué tan importante considerarás el uso correcto de técnicas vocales en tu formación profesional y desempeño como futuro docente?

Tu respuesta _____

¿Puedes describir una técnica de calentamiento vocal que hayas utilizado o que conozcas?

Tu respuesta _____

¿Qué es para vos la disfonía funcional?

Tu respuesta _____

¿Sabés por qué se produce la disfonía funcional en los docentes? Por favor mencioná algunos ejemplos.

Tu respuesta _____

¿Cómo creés que la educación vocal puede ayudar a prevenir o tratar la disfonía?

Tu respuesta _____

¿Cuál es tu grado de acuerdo con respecto a la relevancia de cumplir estas pautas para la prevención de disfonía funcional?

	Totalmente de acuerdo	Muy de acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
Evitar el consumo excesivo de cafeína y alcohol.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Evitar gritar en ambientes ruidosos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Susurrar para descansar la voz.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Beber solo líquidos calientes para cuidar la voz.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Trabajar para aclarar la voz.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Evitar ambientes secos con polvos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Según tu criterio, ¿Cuál es la frecuencia con la que se presentan los siguientes factores de riesgo en los casos de disfonía funcional?

	Sumamente frecuente	Muy frecuente	Frecuente	Poco frecuente	Nada frecuente
Mal uso vocal: hablar en exceso, realizar cambios forzados en el volumen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tensión muscular: contracciones excesivas de	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hábitos perniciosos: tabaquismo, consumo excesivo de cafeína, alcohol.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Condiciones ambientales desfavorables: ambientes secos, húmedos, con polvo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hidratación: consumo insuficiente de agua.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

RESULTADOS

A continuación, se expone el análisis de las respuestas recolectadas mediante la encuesta aplicada a estudiantes de la carrera de Profesorado en Educación Primaria en la ciudad de Mar del Plata, durante el mes de agosto del año 2025.

Tabla N° 1: Año de cursada y grado de información acerca de la voz que tiene los estudiantes de profesorado de nivel primario.

UA	Edad	Año de cursada	Opinión sobre qué es la voz	Valor que tiene la voz en el ejercicio de tu futura carrera profesional
E 1	31	4to	Es la principal herramienta de trabajo de un docente.	Es muy importante para poder expresarme y ser escuchada por mis futuros alumnos.
E 2	23	3ro	Una herramienta fundamental para transmitir conocimientos	Muy alto. Es importante cuidarla, ya que permite al docente comunicarse de manera efectiva con el alumnado.
E 3	23	4 to	Una herramienta para comunicar	Es muy importante, no me imagino ejerciendo la docencia sin que mi voz este saludable.
E 4	36	4to	Es algo esencial para mi	Tiene un valor fundamental.
E 5	30	4to	Una herramienta fundamental para trabajar	Alto
E 6	20	3ro	Un instrumento	Es muy valioso en tanto es el instrumento que permite la comunicación con los alumnos, docentes, padres (en el ámbito general)
E 7	47	Tercero	La herramienta más importante para poder comunicarse con nuestros alumnos para debatir, opinar, etc	Muy importante.
E 8	28	2do	Un sonido por el cual hablamos y nos comunicamos.	Muy importante porque con la voz hablamos y enseñamos a otros. Nos deben escuchar con claridad
E 9	29	Tercer año	La voz consiste en emitir un sonido	La voz es muy importante y es necesario poder trabajar en función a técnica para mejorar nuestro habla y también medir el tono.
E 10	24	Tercero	Es un elemento fundamental para la comunicación.	La voz es una herramienta primordial ya que es uno de los instrumentos principales de nuestro trabajo.
E 11	33	4°	La voz, según mi criterio el elemento fundamental para poder comunicar lo que queremos y debemos enseñar	El máximo valor. Por eso creo que deberíamos tener técnicas apropiadas para cuidarla
E 12	24	4to	Una herramienta indiscutible para el desarrollo como profesionales de la educación	Uno muy importante
E 13	38	4	Una herramienta para comunicarse	Muy importante. Comunicar saberes
E 14	26	4 año	El sonido que se produce	Tiene mucho valor

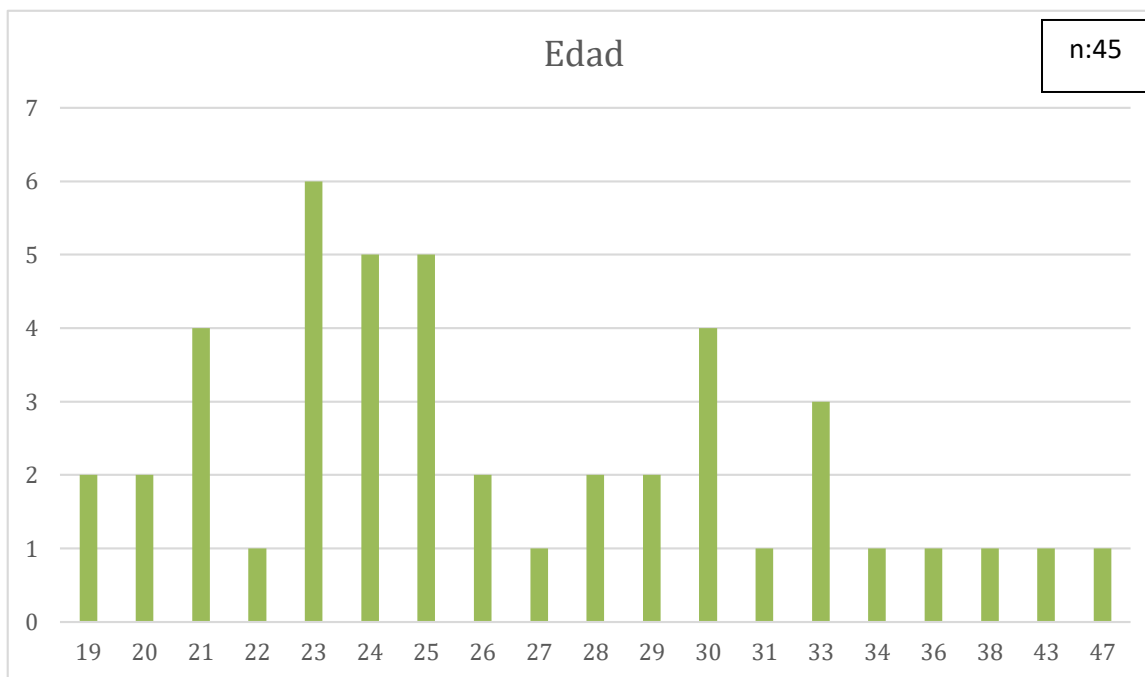
			cuando nos comunicamos	
E 15	26	4to	Súper importante y valiosa	Súper importante porque a través de la voz enseñamos
E 16	24	4to	Una herramienta súper necesaria para poder trabajar y comunicar	Una de las cosas más importantes para poder ejercer
E 17	33	Me queda dar finales nada más. La cursada ya la terminé.	Es uno de los medios por el cual te podés expresar	Fundamental.
E 18	25	4to año	Un medio para comunicarnos y expresarnos	Es un recurso fundamental ya que será la principal herramienta de comunicación con los niños
E 19	25	4to	Un sonido a través del cual podemos comunicarnos	Es una herramienta fundamental en mi trabajo
E 20	30	Primero	Es un instrumento de comunicación	Importante, pero siento que el contenido más.
E 21	28	Primero	La voz es la manera que tenemos para expresarnos, lo más importante para nosotros los docentes.	Lo más importante para poder expresarnos.
E 22	19	Primero	La voz es una herramienta de comunicación que nos permite expresar pensamientos, emociones, e ideas a través de sonidos. Es un medio fundamental para transmitir mensajes y vincularnos con los demás.	En la docencia, la voz es esencial porque es el principal recurso para comunicarse con los estudiantes, dar explicaciones, orientar, motivar y generar un clima de aprendizaje. Además, una voz clara y bien cuidada ayuda a mantener la atención, transmitir confianza y favorecer la comprensión de los contenidos.
E 23	33	4 to	Sonido producido por la vibración de las cuerdas vocales.	Primordial, es la herramienta más valiosa en el ejercicio de la docencia, ya que a través de ella se da la transmisión de contenidos, emociones y enseñanzas.
E 24	29	1	Una herramienta	Muy importante.
E 25	21	4to	La herramienta central del labor docente	Fundamental
E 26	24	4to	Mi futura herramienta de trabajo	La voz es lo que nos permite llevar a cabo la enseñanza, es como dije mi herramienta de trabajo principal.
E 27	43	Cuarto	Con respecto a la docencia, es una de las herramientas principales de trabajo.	Es un recurso sumamente valioso
E 28	25	4to	Lo más valioso, la herramienta de trabajo	Sin respuesta.
E 29	23	4to	La voz es el medio principal de comunicación que tenemos las personas y, como docentes, es una herramienta fundamental, ya que a través del habla transmitimos muchas cosas.	Considero que es fundamental, porque a través de la misma, transmitimos enseñanzas y guiamos a los alumnos en el proceso de aprendizaje.

E 30	25	Primero	Es un sonido	Tiene muchísimo valor, ya que sin la voz no podríamos ejercer.
E 31	19	Primero	Sonido provenientes de las cuerdas vocales	La comunicación y la conexión entre sujetos.
E 32	23	Tercer año	La voz es una de las fuentes con la que las personas podemos comunicarnos, aun así, no es la única forma de hacerlo.	La voz en la docencia tiene un valor muy importante, ya que es una de las principales herramientas de las que dispone un docente.
E 33	30	4to	No solo comunicamos con ella, sino que también expresamos emociones, brindamos paz o infligimos miedo a través de su tono, brindamos seguridad o inseguridad. Nuestra voz dice más de nosotros mismos de lo que pensamos	Mucho valor, y no siempre se habla de cómo la utilizemos (la entonación) y como la cuidemos, menos de aprender a escuchar "escuchar el interlineado" que nos dicen las otras voces
E 34	21	Tercero	Es una herramienta que tenemos para expresarnos.	Es de mis herramientas principales.
E 35	23	Cuarto	La voz es el sonido producido por la vibración de las cuerdas vocales.	Es una herramienta fundamental para el docente, ya que a través de la voz se da la comunicación y la transmisión de saberes.
E 36	21	4to	La voz es parte de nuestra identidad, aquello que nos hace únicos y nos permite "hacernos escuchar" en el mundo, no solo de manera sonora sino también simbólica (tener voz = tener lugar, ser escuchado).	Es la herramienta principal en mi carrera docente, porque me permite comunicarme con mis alumnos y transmitir saberes
E 37	22	4to	Una herramienta de trabajo	Es fundamental
E 38	25	2do	La herramienta fundamental para dar clases.	Un 8
E 39	30	3er año	Es una herramienta que emite sonido y permite comunicarnos, expresarnos....	Fundamental. Ya que sin ella es muy difícil, casi imposible, expresar a los alumnos/as los conocimientos. Se dificulta lograr el ida y vuelta, el diálogo.
E 40	23	4	Es una herramienta esencial a la hora de enseñar y lo que da personalidad a alguien.	Tiene mucho valor ya que la voz es fundamental a la hora de enseñar para expresar y comunicar a otros.
E 41	34	3ro	Instrumento	Alto
E 42	27	3ro, sin práctica docente	Una herramienta de trabajo, la cual, a veces es difícil de cuidar.	Mucho valor. Es con ella y sus diferentes tonalidades, la que nos permitirá trabajar, leer, cantar, gritar de ser necesario
E 43	20	Me encuentro en el tercer año de la carrera.	Es un instrumento muy valioso para poder hablar o emitir sonidos.	Es fundamental para poder enseñarle a mis estudiantes, comunicarme con ellos de diferentes formas o transmitirle un sentimiento.
E 44	24	4to	Una herramienta	Es muy valioso para poder llevar a cabo un trabajo adecuado

E 45	23	Tercero	Una herramienta necesaria e indispensable para la docencia.	Es necesaria para transmitir los conocimientos y educar.
------	----	---------	---	--

Fuente: elaborado sobre datos propios.

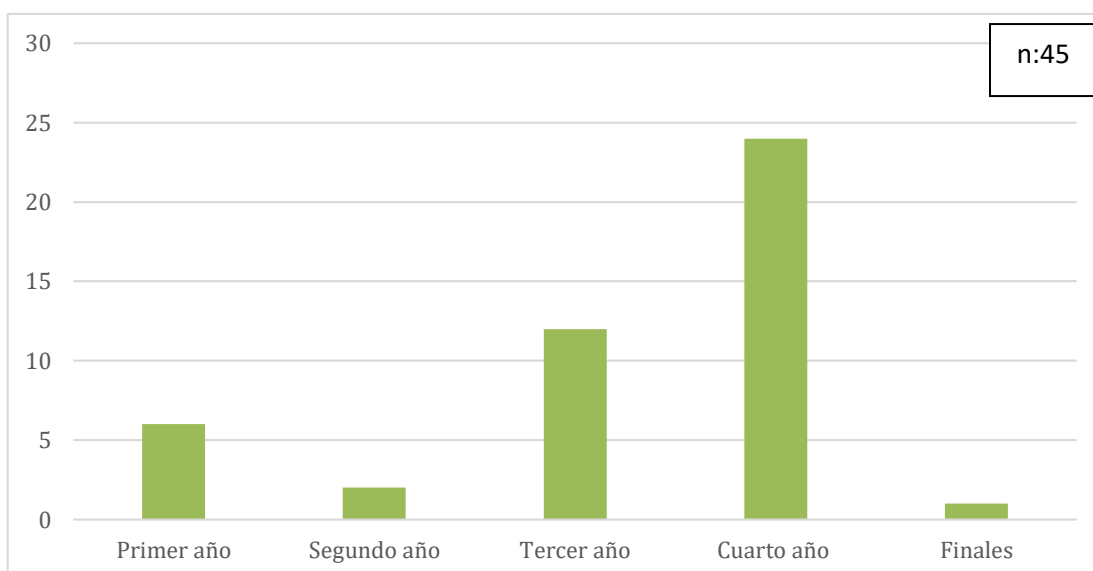
Grafico N° 1: Edad de los encuestados.



Fuente: elaborado sobre datos propios.

La edad de los encuestados varía entre los 19 como edad mínima, 47 la edad máxima y el promedio es de 27 años, lo que refleja una diversidad dentro de la muestra.

Gráfico N°2: Año de cursada en el que se encuentran los estudiantes.



Fuente: elaborado sobre datos propios.

En cuanto al año de cursada, se observa que la mayoría de los estudiantes se encuentran cursando cuarto año de la carrera, lo que sugiere que han realizado un recorrido formativo más consolidado, como así también, mayor experiencia en las prácticas profesionales. La minoría se encuentra cursando primer, segundo y tercer, como así también, uno de los encuestados manifiesta estar rindiendo los últimos finales, lo que permite tener perspectivas diferentes.

Nube de palabras N°1: Opinión sobre qué es la voz.



Fuente: elaborado sobre datos propios.

Los estudiantes coinciden que la voz es un sonido a través del cual se comunican y expresan. A su vez, son conscientes de que es un instrumento fundamental y herramienta principal en su futuro labor como docentes.

Nube de palabras N°2: Valor que tiene la voz en el ejercicio de su futura carrera profesional.



Fuente: elaborado sobre datos propios.

Todos coinciden que la voz representa un instrumento muy valioso, ya que es la herramienta principal de trabajo en el ámbito educativo. Mediante ella, los docentes pueden establecer una comunicación efectiva con los alumnos, facilitando de esta forma el proceso de enseñanza-aprendizaje y poder sostener el vínculo pedagógico en el aula.

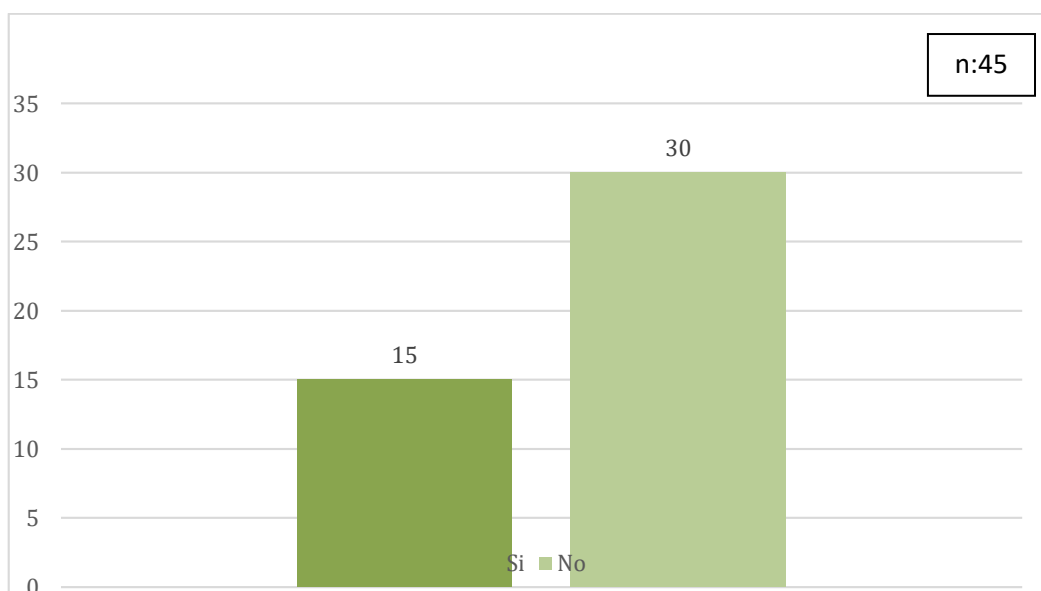
Tabla 2: Percepción que tienen los encuestados acerca de la educación vocal

UA	Estudiantes que han oído hablar de educación vocal en su carrera.	Asignaturas, cursos o capacitaciones relacionados con la educación vocal en las que han recibido en su carrera de profesorado de nivel primario.	Calificación acerca la cantidad de información que han recibido sobre educación vocal en tu carrera.	Tipo de contenido relacionado con la educación vocal que han estudiado en su carrera.
E 1	No	Ninguna	5	Ninguna de las anteriores
E 2	No	Ninguna	5	Ninguna de las anteriores
E 3	No	Ninguna	5	Ninguna de las anteriores
E 4	No	Ninguna	5	Ninguna de las anteriores
E 5	No	Ninguna	5	Ninguna de las anteriores
E 6	Si	1 o 2 asignaturas	5	Ninguna de las anteriores
E 7	No	Ninguna	4	Ninguna de las anteriores
E 8	No	Ninguna	4	Ninguna de las anteriores
E 9	Si	1 o 2 asignaturas	3	Técnicas de postura para la producción vocal
E 10	No	Ninguna	1	Ninguna de las anteriores
E 11	No	Ninguna	1	Ninguna de las anteriores
E 12	No	Ninguna	2	Ninguna de las anteriores
E 13	No	Ninguna	5	Ninguna de las anteriores
E 14	No	Ninguna	5	Ninguna de las anteriores
E 15	No	Ninguna	2	Ninguna de las anteriores
E 16	No	Ninguna	5	Ninguna de las anteriores
E 17	No	Ninguna	1	Ninguna de las anteriores
E 18	No	Ninguna	5	Ninguna de las anteriores
E 19	No	Ninguna	5	Ninguna de las anteriores
E 20	No	Ninguna	5	Ninguna de las anteriores
E 21	Si	1 o 2 asignaturas	2	Ninguna de las anteriores
E 22	Si	1 o 2 asignaturas	3	Ninguna de las anteriores
E 23	No	Sin responder	5	Ninguna de las anteriores
E 24	No	Sin responder	4	Ninguna de las anteriores
E 25	Si	1 o 2 asignaturas	5	Ninguna de las anteriores
E 26	Si	1 o 2 asignaturas	5	Técnicas de postura para la producción vocal
E 27	Si	1 o 2 asignaturas	4	Técnicas de postura para la producción vocal, Higiene y prevención de problemas vocales
E 28	No	Sin responder	3	Técnicas de postura para la producción vocal
E 29	No	Ninguna	4	Ninguna de las anteriores.
E 30	Si	1 o 2 asignaturas	4	Ninguna de las anteriores.
E 31	Si	1 o 2 asignaturas	3	Desarrollo de técnicas vocales
E 32	Si	1 o 2 asignaturas	3	Técnicas de postura para la producción vocal, Higiene y

				prevención de problemas vocales, Desarrollo de técnicas vocales
E 33	No	Ninguna	5	Ninguna de las anteriores
E 34	No	Sin responder	1	Ninguna de las anteriores
E 35	No	Sin responder	3	Técnicas de postura para la producción vocal
E 36	No	Ninguna	5	Ninguna de las anteriores
E 37	Si	1 o 2 asignaturas	2	Técnicas de postura para la producción vocal, Higiene y prevención de problemas vocales
E 38	No	Ninguna	5	Ninguna de las anteriores
E 39	Si	1 o 2 asignaturas	3	Desarrollo de técnicas vocales
E 40	Si	1 o 2 asignaturas	5	Ninguna de las anteriores
E 41	No	Ninguna	1	Ninguna de las anteriores
E 42	Si	1 o 2 asignaturas	5	Anatomía y fisiología de la producción vocal
E 43	Si	Ninguna	1	Ninguna de las anteriores
E 44	No	Ninguna	5	Ninguna de las anteriores
E 45	No	Ninguna	5	Ninguna de las anteriores

Fuente: elaborado sobre datos propios.

Gráfico N°3: Estudiantes que manifiestan haber oído sobre educación vocal en el transcurso de su formación.



Fuente: elaborado sobre datos propios.

En relación con la información sobre educación vocal durante la formación docente, los resultados de la encuesta muestran que, de un total de 45 estudiantes encuestados, 30 manifestaron no haber escuchado hablar sobre el tema, mientras que 15 afirmaron tener algún tipo de conocimiento sobre el tema. Los encuestados que afirmaron haber oído sobre educación vocal en la carrera se encuentra en primero, tercero y cuarto año de la misma.

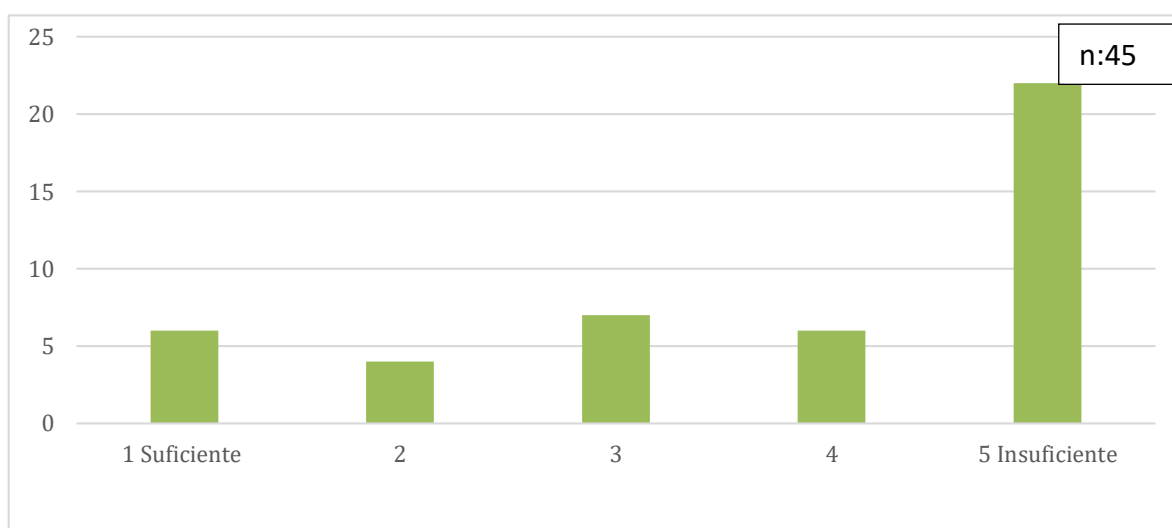
Gráfico N°4: Asignaturas, cursos y/o capacitaciones, que han recibido los estudiantes de Profesorado de Educación Primaria en cuanto a la educación vocal.



Fuente: elaborado sobre datos propios.

En cuanto a asignaturas, cursos y/o capacitaciones 15 estudiantes refieren haber cursado 1 o 2 asignaturas, mientras que 30 expresan no haber cursado nada relacionado a educación vocal. Los datos plasmados en la tabla N° 2, permiten observar que quienes manifiestan haber cursado una o dos asignaturas se encuentran tanto en etapas iniciales, como en etapas avanzadas de la carrera.

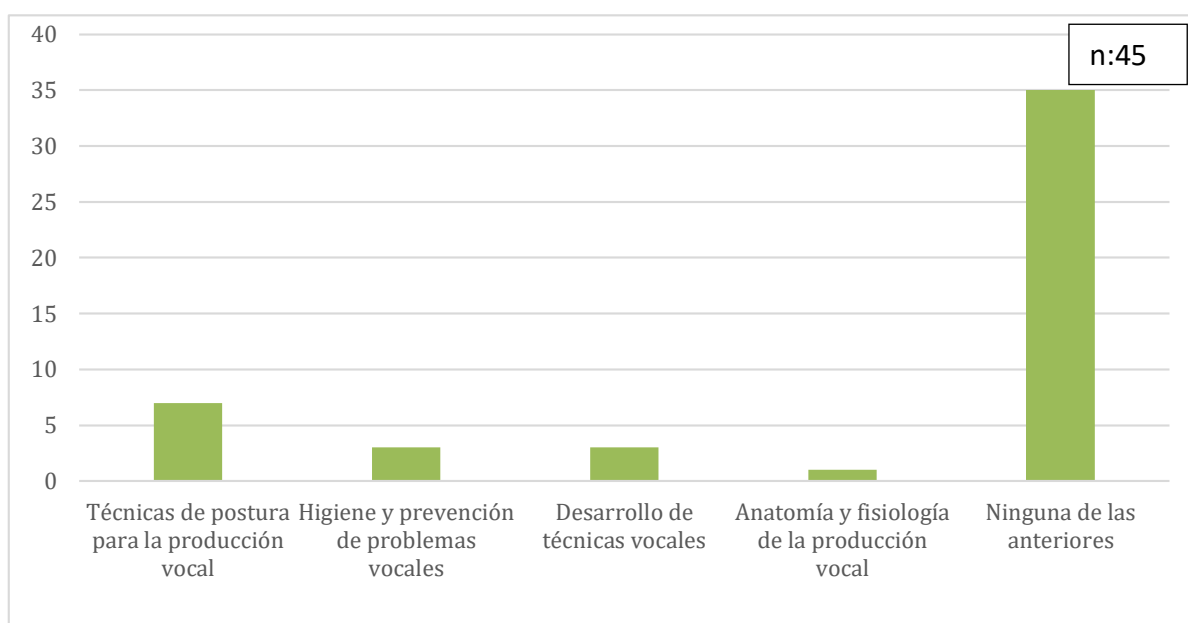
Gráfico N°5: Grado de información que han recibido los estudiantes sobre educación vocal en su carrera.



Fuente: elaborado sobre datos propios

La mayoría de los estudiantes encuestados indicaron la calificación más baja en cuanto a grado de información que han recibido sobre educación vocal, lo que sugiere una carencia significativa en este ámbito. Mientras que sólo una minoría de los estudiantes afirmaron haber recibido suficiente información al respecto, los mismos se encuentran cursando diversas etapas de la carrera, lo que permite descartar que esta información solo se adquiere en los últimos años de carrera.

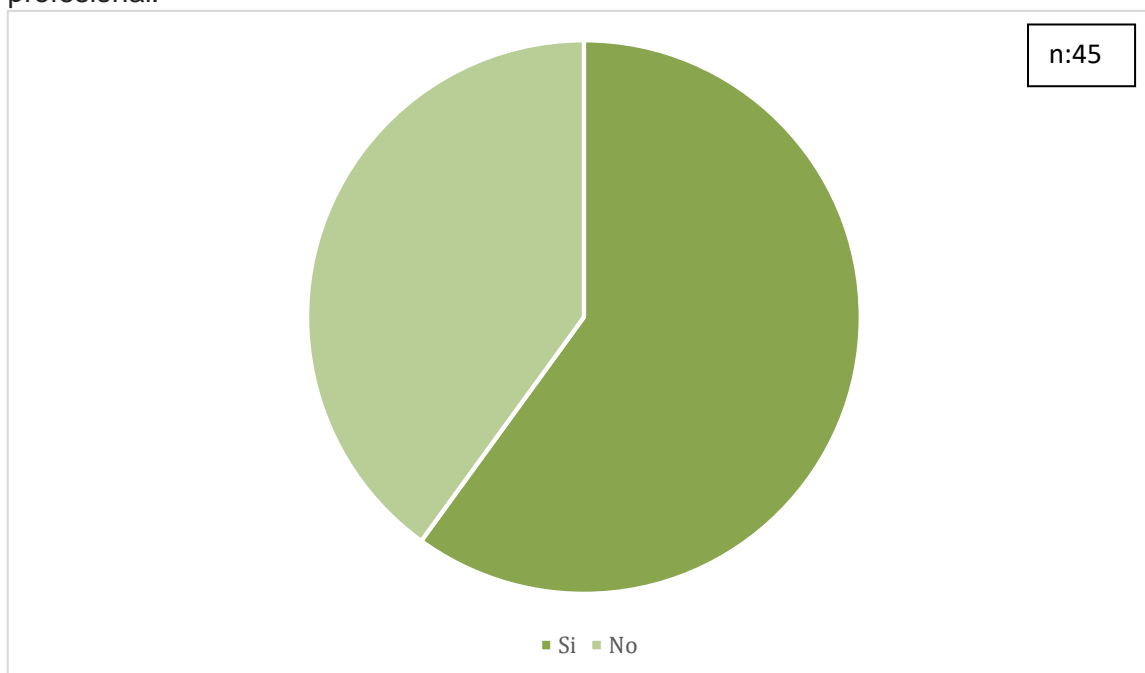
Gráfico N°6: Contenido relacionado con la educación vocal que han estudiado los alumnos de la carrera Profesorado de Educación Primaria.



Fuente: elaborado sobre datos propios.

35 encuestados mencionan que no han recibido información acerca de educación vocal. No obstante, hay estudiantes que refieren haber oído sobre este tema, 7 estudiaron técnicas de postura, 3 abordaron higiene y prevención de problemas vocales, mientras que 3 han estudiado desarrollo de técnicas vocales, y solo 1 persona estudió anatomía y fisiología de la voz. Algunos de los encuestados dejan plasmado en su respuesta haber abordado más de un tema. Estos datos sugieren, la variedad de enfoques presentes en la incorporación de contenidos vinculados a la educación vocal en los planes de estudio.

Grafico N° 7: Estudiantes que han experimentado problemas vocales en su práctica profesional.



Fuente: elaborado sobre datos propios.

27 de los estudiantes encuestados manifestaron haber tenido problemas vocales durante su práctica docente, mientras que 18 estudiantes no reportaron dificultades. Cabe remarcar que quienes han manifestado dificultades vocales son estudiantes de años avanzados. Este contraste refleja una alta incidencia de alteraciones vocales, posiblemente vinculadas a las prácticas docentes y a una falta de preparación en el cuidado de la voz, como se evidencia en los gráficos anteriores, donde solo 15 encuestados expresan tener conocimientos sobre educación vocal.

Tabla 3: Problemas vocales que manifiestan haber experimentado los encuestados en su práctica docente y el grado de información que tienen los estudiantes respecto a la higiene vocal.

UA	Han experimentado problemas vocales en su práctica docente.	Tipos de problemas vocales que han presentado en su práctica docente.	Grado de acuerdo respecto con la importancia de la higiene vocal para la salud vocal	Grado de acuerdo sobre la importancia de la higiene vocal como prioridad en la formación de docentes.	Grado de acuerdo acerca la afirmación, la higiene vocal es esencial para enseñar sin dañar la voz	Grado de acuerdo respecto la higiene vocal es fundamental para mantener una voz clara y resistente durante la jornada escolar
E 1	Si	Me he quedado afónica y sin voz	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 2	No	Sin respuesta	De acuerdo	Totalmente de	De acuerdo	De acuerdo

				acuerdo		
E 3	No	Sin respuesta	En desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	En desacuerdo
E 4	No	Sin respuesta	Totalmente de acuerdo	Sin respuesta	Sin respuesta	Sin respuesta
E 5	Si	Sentir la disminución del sonido de mi voz en la primer hora de clase	Totalmente de acuerdo	Muy de acuerdo	Muy de acuerdo	Muy de acuerdo
E 6	Si	Afonía, falta de aire al hablar	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Muy de acuerdo
E 7	No	Sin respuesta	Sin respuesta	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 8	No	Sin respuesta	Sin respuesta	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo
E 9	Si	Seseo o saseo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 10	Si	Al pasar la clase noto disminución en la voz o el tono, en conjunto con falta de aire.	Muy de acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo
E 11	Si	Sentir que me quedaba sin aire al leer. O que me duela la garganta por esforzar	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 12	Si	Dolores y molestias posteriores a las prácticas	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	De acuerdo
E 13	Si	Disfonía	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo
E 14	Si	Terminar la semana con el nivel más bajo de voz	De acuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo	Muy de acuerdo
E 15	Si	Sequedad de garganta o dolor	Muy de acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo
E 16	Si	Afonía, me quedo enseguida sin voz, y últimamente me cuesta mucho recuperarme	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 17	Si	Afonía, y dolor en la garganta.	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	De acuerdo
E 18	Si	Disfonía	Sin respuesta	Sin respuesta	Sin respuesta	Sin respuesta
E 19	Si	Dolor de	De acuerdo	De acuerdo	Muy de	Muy de acuerdo

		garganta			acuerdo	
E 20	No	Sin respuesta	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo
E 21	No	Sin respuesta	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 22	No	Sin respuesta	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 23	No	Sin respuesta	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 24	No	Sin respuesta	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	De acuerdo
E 25	Si	Pérdida de voz	Totalmente de acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 26	Si	Dolor de garganta luego y durante la jornada	Muy de acuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo	Muy de acuerdo
E 27	Si	Carraspera	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 28	No	Sin respuesta	Muy de acuerdo	Muy de acuerdo	Sin respuesta	Sin respuesta
E 29	No	Sin respuesta	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	De acuerdo
E 30	No	Sin respuesta	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 31	No	Sin respuesta	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
E 32	Si	En las primeras clases he experimentado molestias en la garganta y voz ronca, las cuales se extendían por el resto del día.	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 33	Si	Me quedé sin voz a los 3 días de haber iniciado las prácticas	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 34	Sin responder	Sin respuesta	De acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	En desacuerdo
E 35	No	Sin respuesta	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 36	Si	Sensación de cansancio en la garganta y dificultad para hablar	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 37	Si	Disfonía y dolor	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 38	No	Sin respuesta	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 39	Si	Disfonía	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	Muy de acuerdo
E 40	Si	Dolor al elevar mucho la voz	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo

E 41	Si	Tos, disminución de la voz	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Muy de acuerdo
E 42	Si	Dolor de garganta o carraspera luego de terminar el trabajo.	Muy de acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 43	Si	He tenido un poco de molestia en la garganta y algunas asperezas.	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 44	Si	Sin respuesta	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	De acuerdo
E 45	No	Sin respuesta	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo

Fuente: elaborado sobre datos propios.

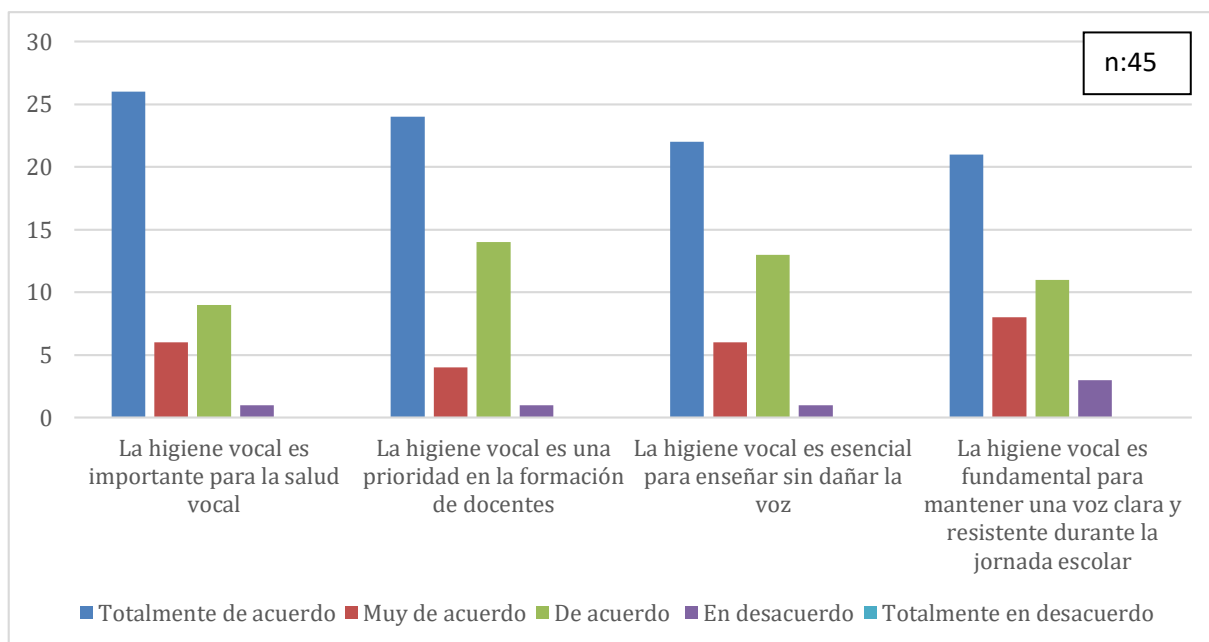
Nube de palabras N°3: Problemas vocales que han presentado en su práctica docente.



Fuente: elaborado sobre datos propios.

Los encuestados manifiestan haber experimentado diversos problemas vocales durante su práctica docente. Dentro de los más frecuentes se destacan, afonía, disfonía, dolor de garganta, especialmente al elevar la voz, disminución de la intensidad vocal y sensación de cansancio en la garganta. Estos resultados reflejan un uso vocal exigido y posiblemente inadecuado.

Gráfico N° 8: Grado de acuerdo acerca la importancia de la higiene vocal en la formación de los docentes.



Fuente: elaborado sobre datos propios.

La mayoría de los estudiantes reconoce que la higiene vocal es un aspecto clave en la formación y práctica profesional docente, ya que la misma es fundamental para garantizar una voz clara, sostenida y funcional durante la jornada escolar. Asimismo, comprenden que una adecuada higiene vocal contribuye a prevenir lesiones, permitiendo ejercer la docencia de manera eficaz sin dañar la voz.

Tabla 4: Perspectiva de los estudiantes sobre la disfonía funcional, la educación vocal y técnicas vocales.

UA	Percepción sobre la importancia del uso correcto de técnicas vocales en su formación profesional y desempeño como futuros docentes.	Técnica de calentamiento vocal que han utilizado o que conozcan.	Opinión sobre qué es la disfonía funcional	Conocimientos sobre las causas de disfonía funcional en los docentes.	Percepción que poseen acerca de cómo la educación vocal puede ayudar a prevenir o tratar la disfonía
E 1	Es muy importante el uso correcto de la voz para poder seguir trabajando	Ninguna	No sé	No sé	A través de los ejercicios de vocalización
E 2	Considero que es muy importante que se implementen técnicas. A su vez	Desconozco	Sin respuesta	Sin respuesta	Sin respuesta

	también creo que es necesaria una formación respecto a esto en toda la carrera, ya que podría ser una dificultad al momento de trabajar en ello y que, a su vez, es un problema que se podría evitar teniendo la información necesaria.				
E 3	Son fundamentales, ya que te permiten hacer el mejor uso de la voz para no dañarte.	Sin responder	Supongo que quedarse con poca voz	Puede ser por algún desgarro en las cuerdas vocales (?) o nódulos	Enseñando el uso adecuado, como calentar, como proyectar la voz y no gritar.
E 4	Es fundamental	No conozco	No lo sé	No	Brindando apoyo y cursos
E 5	Súper	Respiración es profunda para armonizarse	Problemas en la voz	Forzar la voz de más, autolastimarnos de alguna forma	Si
E 6	Es muy importante para cuidar la propia salud y al ser una herramienta esencial en nuestro trabajo no podemos descuidarla	No conozco	Pérdida de la voz pero no completa	Cuando se eleva mal la voz Hablar continuamente durante más de una hora sin cuidado. Cuando se intenta dar clases en salones muy amplios .	Creo que puede resultar útil para aprender a usar bien la voz y así disminuir las posibles causas de disfonía
E 7	Es una herramienta más que nos permite aprender sobre el tema.	No recuerdo	No lo sé	Por levantar mucho la voz	No lo sé
E 8	Sería importante que sepamos algo del tema porque como docentes estamos en constante habla frente a un grupo de muchos alumnos.	Sin responder	Sin responder	Sin responder	Sin responder
E 9	Considero que es muy importante y debería permanecer en los 4 años de la carrera	Ejercicios de relajación. exhalar, inhalar	Cuando nos quedamos in voz	Tener alto el volumen de la voz, mala postura, estrés, etc..	Con acompañamiento adecuado de los profesionales.

E 10	Creo que es sumamente importante ya que al estar utilizando por tanto tiempo nuestra voz, estaría bueno saber la forma correcta o que técnicas nos ayudan a no dañar nuestras cuerdas vocales por el uso prolongado de la voz .	No conozco ninguna	Disminución o cambio de tono de la voz	Por el uso frecuente, volumen elevado de la voz o tensión por nervios y estrés.	Creo que si se supiera cómo respirar, calentar o descansar la voz de la forma correcta, en conjunto con una salud vocal saludable y buenos hábitos, por ejemplo no beber ni fumar en exceso ayudaría a prevenir o tratar la disfonía.
E 11	Muy importante	Tener la hidratación adecuada, antes y durante la exposición vocal	Para mí la disfonía funcional tiene que ver con el uso incorrecto de la voz. Con el mal cuidado y a raíz de esto acarrear problemas de salud vocal	Sin responder	Creo que puede ayudar a cuidar nuestro elemento más importante para poder enseñar en nuestras clases
E 12	Sin responder	Sin responder	No sé	No sé	Puede ser
E 13	Muy importante	Hidratación	Disminución de la voz causa del exceso en el uso o de elevar el tono para tener más alcance en los oyentes	Gritar. Hablar mucho. Poco descanso	Considero que la detección a tiempo de los síntomas ayudaría a prevenir malestar en las cuerdas vocales y también, problemas mayores a futuro
E 14	Muy importante, ya que nos va ayudar a cuidar y prevenir	No conozco ninguna técnica de calentamiento vocal	Pérdida parcial de la voz	Por mal uso de voz. Por ejemplo, gritar, forzar la voz no descansar la voz	Nos puede ayudar con técnicas adecuadas para utilizar
E 15	Muy importante	La única que sé. Inhalo, inflorpanza y cuando exhalo levanto la voz	Sin respuesta	Por levantar la voz No tomar agua	Haciendo un curso del mismo si no contás con herramientas
E 16	Es muy importante, porque nos darían	No conozco ninguna	No saber utilizar	Por no tener las herramientas	Dando herramientas

	herramientas para poder dar clases sin forzar la voz, aprender a respirar, etc.	guna técnica. Justo estoy empezando con una fonaudióloga para que me enseñe técnicas por el tema de las afonías.	correctamente la voz	necesarias a la hora de dar clases. No tenemos ningún tipo de formación en cuanto al uso de la voz, y cuando una entra al aula en momentos de prácticas docentes o ya ejerciendo el esfuerzo de la voz es demasiado, al tener que hacer silencio en el aula, en la explicación de las actividades, en los recreos, etc.	
E 17	Es muy importante	No conozco ninguna	Sin responder	Por levantar mucho la voz	Porque al saber las técnicas, ayudaría
E 18	Es importantísimo que nos enseñen técnicas para la voz ya que no recibimos ningún consejo o herramienta y a la hora de dar clases generalmente se presentan problemas.	Solo tomo mucha agua	Tengo entendido que es una pérdida de la voz	Por el mal uso	Mediante herramientas
E 19	Considero que es muy importante, ya que sin voz no podríamos enseñar. Por eso sería importante tener conocimiento sobre técnicas vocales y cuidados	No tengo conocimiento sobre ninguna	No lo sé	No lo sé	Puede prevenirla supongo
E 20	Muy importante	El mi y sonidos con la boca	No tengo idea	No	Entrenando las cuerdas vocales colocando la voz en un resonador y direccionando la voz para no agotar la respiración!
E 21	De mucha importancia, ya que es la herramienta principal para poder comunicarnos con nuestros alumnos y demás	No conozco	Nosé	Nosé	Nosé
E 22	Muy importante, porque la voz es la	Una técnica sencilla es	Es una alteración	Se produce principalmente por	La educación vocal brinda

	principal herramienta de trabajo del docente. El uso correcto de técnicas vocales ayuda a prevenir lesiones, a mantener una comunicación clara y a sostener la atención de los estudiantes sin forzar la garganta.	hacer “vibraciones de labios” o “trinos” mientras exhala aire ya que ayuda a relajar la musculatura y preparar la voz. Otra es hacer respiraciones profundas y controladas para activar la respiración diafragmática antes de hablar	de la voz que se produce por un mal uso o abuso vocal sin que exista una lesión orgánica en las cuerdas vocales.	uso excesivo y forzado de la voz. Algunos ejemplos son: hablar muy fuerte para controlar la clase, no usar micrófono cuando hay mucho ruido, dar clases en espacios grandes sin buena acústica, o no descansar la voz adecuadamente.	herramientas para cuidar la voz, enseñar técnicas de respiración y proyección adecuadas, además de proponer hábitos saludables que evitan el desgaste. Con estas prácticas se puede prevenir la disfonía y, en caso de que aparezca, mejorar el uso vocal para no agravarla.
E 23	Muy importante	Ninguna	Desgaste en las cuerdas vocales	No, pero supongo que es a causa de elevar la voz, o hablar varias horas al día en un tono alto	Creo que para bien, para garantizar una mejor salud vocal. La misma aprendiendo técnicas y metodología para su cuidado
E 24	Importante	Ninguna	Ni idea	Sin responder	Sin responder
E 25	Mucha	Sin responder	Pérdida de la voz en un tiempo determinado	Por elevar la voz.	Capacitaciones sobre el uso adecuado de la voz
E 26	Lo considero importante para poder cuidar la voz en el tiempo	No conozco ninguna aún	Se relaciona con la pérdida parcial de la voz debido a su uso	Por elevar la voz durante largos períodos de tiempo, el uso diario, la falta de descanso de la misma y de hidratación	Nos da herramientas de un buen uso de la voz
E 27	Muy importante.	No recuerdo.	La pérdida de voz de manera recurrente.	Por el mal uso de la voz	Ayudaría a darle un mejor uso de la voz.
E 28	Sin responder	Sin responder	Sin responder	Sin responder	Sin responder
E 29	La voz es el principal instrumento de trabajo en la docencia, es por eso que debo cuidar y evitar el	Sin responder	Para mí, la disfonía funcional es cuando la voz suena ronca, es	Por gritar con frecuencia, hablar demasiado fuerte o por mucho tiempo, usar una respiración inadecuada al	Sin responder

	desgaste o problemas de la voz y asegurar que mi comunicación sea clara y efectiva.		decir, débil o en algunos casos se pierde la voz por completo	momento de hablar, etc.	
E 30	Es muy importante, ya que con técnicas podríamos mejorar distintos aspectos	No conozco ninguna	Quedarse sin voz o tener poca	Por mala respiración al hablar	La puede ayudar ya que con esa educación podemos evitar distintos problemas de la voz
E 31	Muy importante por la claridad de entendimiento.	Sin responder	Sin responder	Sin responder	Sin responder
E 32	El uso correcto de la voz y de las técnicas vocales permite mantener la misma de forma saludable durante el trayecto de la profesión docente. Normalmente los docentes han experimentado el mal uso de la voz, sin poder sostenerla al final de la carrera. Por eso es importante que sea cada vez más visibilizado y enseñado las técnicas vocales para evitar el mal uso de la voz.	Conozco solamente la de vocalizar con distintas vocales, subiendo y bajando el tono de la voz y diversas variables.	Sin responder	Sin responder	Sin responder
E 33	Muy importante, sobre todo, después de descubrir que claramente no la sé utilizar de forma adecuada.	Tarareo canciones cuando sé que ese día tendré que exigir la voz (aunque no sé si está bien, pero noto que no cuesta mucho esfuerzo o causa malestar luego)	Tengo entendido es la pérdida gradual del todo de voz	Exigir demasiado, tener cayos en las cuerdas vocales o esbozos, no saber utilizar la respiración, no hidratarse lo suficiente	Mucho, considerando que es casi imposible poder acudir a consulta con fonoaudiología debido a la alta demanda y listas de esperas, nos podría evitar problemas que son a largo plazo por no saber cómo utilizarla de forma adecuada, o detectar señales de alerta que indiquen que algo mal estamos

					haciendo
E 34	Yo creo que es muy importante porque usar esas técnicas correctamente permitiría no tener problemas vocales en nuestras prácticas	No conozco ninguna	Yo creo que es algún problema con la voz	Se podría producir por levantar la voz o utilizar la voz de manera incorrecta	Nos ayudaría porque nos daría técnicas para prevenir o tratar esto
E 35	Lo considero muy importante, ya que es nuestra herramienta principal. Estaría bueno poder saber más sobre los cuidados que debemos tener.	Tararear empezar a leer despacio algún trabalengua s	Es la alteración de la voz, que es causada por el mal uso o un uso excesivo	Se produce por la constante demanda del uso de la voz en el aula.	Brindando alguna capacitación o taller para los docentes o futuros docentes.
E 36	Sería muy bueno aprender técnicas para no dañar la voz	Inhalar aire por la nariz de forma profunda y tranquila	Alteración de la voz	Hablar mucho tiempo sin descanso, levantar la voz	Proyectar bien la voz, usar correctamente la respiración, cuidar hábitos saludables
E 37	Muy importante para evitar futuros daños en la voz	No conozco	Cuando se produce la disfonía por el más uso o exceso de uso, sin cuidado alguno. Algo que es reiterativo y monótono.	No lo sé	Al tener en cuenta técnicas y herramientas que incorporas para el buen uso
E 38	Es muy importante, para que los alumnos puedan comprender lo que uno explica	Leer un libro	Quedar con poca voz	Por levantar mucho el tono de voz	A ser paciente, y no gritar
E 39	Totalmente de acuerdo.	Sin información	Quedarse sin voz	Gritar, hablar muy fuerte durante tiempo prolongado	Haciendo uso de las correspondientes técnicas
E 40	Muy importante para evitar daños a largo plazo	Ninguna	Pérdida de la voz	Supongo que por alzar mucho la voz	Para colocar bien la voz a la hora de gritar por ejemplo
E 41	Muy importante	No conozco ninguna	Quedarse sin voz.	No sé.	Información en el uso de la voz
E 42	Muy importante, ya que durante 4 o 5 horas estaremos hablando, a veces más alto, otras	Conozco poco, sobre todo las técnicas que	Cuando nos quedamos casi sin voz, como	Cuando gritamos excesivamente, mientras escribimos en el pizarrón y giramos	Teniendo control sobre nuestra propia voz, aprendiendo a cuidarla y

	más bajo, pero siempre hablando, y conocer técnicas que nos ayuden a mejorar y cuidar nuestras cuerdas, me parece súper necesario e importante.	muestran algunos artistas cantantes, como la del vaso con agua y la pajita	con un hilo de voz que se va cortando a medida que hablamos.	la cabeza para hablar, elevando el tono de la voz	sabiendo utilizarla.
E 43	Creo que es muy importante debido a que sin ellas nuestras gargantas se dañan provocando problemas de salud complejos.	No conozco ninguna técnica de calentamiento vocal debido a que en mi carrera no nos han enseñado nada parecido.	La falta de voz o aspereza vocal que produce dificultad para hablar durante períodos prolongados.	Hablar o gritar de forma constante sin detenerse, respirar mucho por la boca y la falta de hidratación.	Creo que nos puede ayudar mostrándonos formas de ejercitar la voz, dándonos consejos para cuidar la voz , como tomar ciertos líquidos para mejorar su funcionamiento.
E 44	Muy importante	Sin responder	Sin responder	Sin responder	Sin responder
E 45	Importante	Sin responder	Sin responder	Pérdida de voz causada por el mal uso de la misma.	No

Fuente: elaborado sobre datos propios.

Nube de palabras N° 4: Valoración del uso correcto de técnicas vocales en la formación y el desempeño profesional docente.



Fuente: elaborado sobre datos propios.

Los estudiantes encuestados expresan que es fundamental el uso adecuado de técnicas vocales en su formación como docentes, manifestando que la voz es una herramienta primordial en el desarrollo de su profesión.

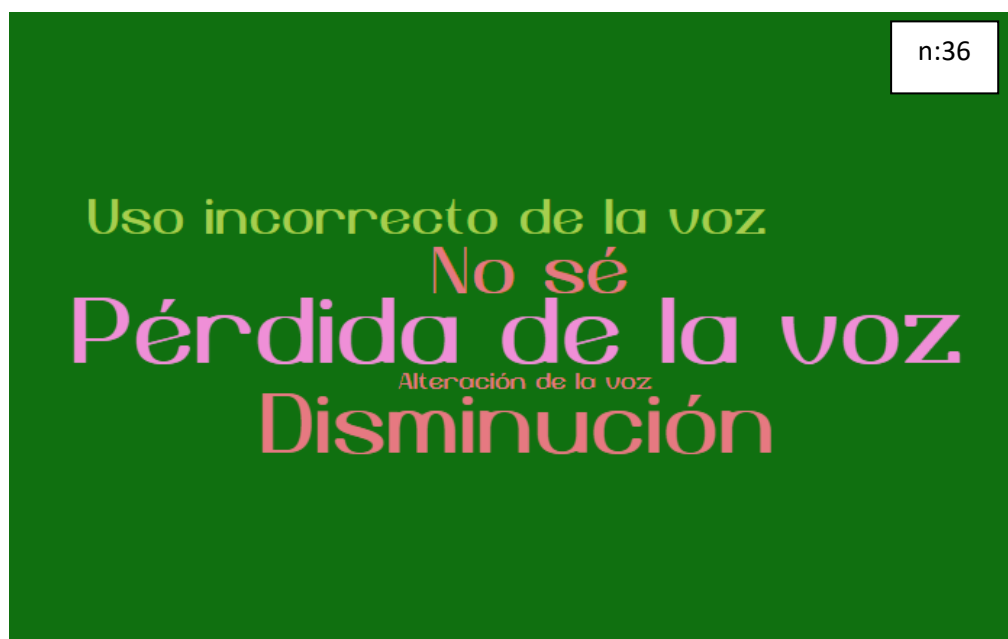
Nube de palabras N°5: Técnicas de calentamiento vocal que han utilizado o que conocen los estudiantes de Profesorado de Educación Primaria.



Fuente: elaborado sobre datos propios.

Se evidencia falta de conocimientos y prácticas sobre dichas técnicas. La mayoría reconoce no poseer conocimientos específicos para el cuidado vocal, solo una minoría refiere conocer algunas técnicas, como realizar ejercicios de respiración, de calentamiento vocal, ejercicios de relajación y mantener una buena hidratación.

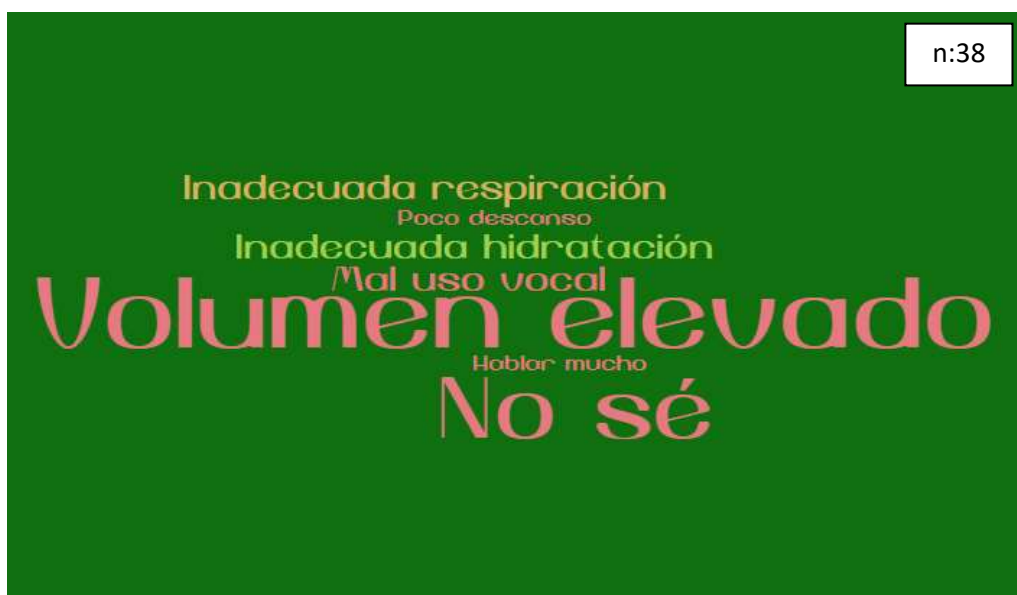
Nube de palabras N°6: Opinión sobre qué es la disfonía funcional.



Fuente: elaborado sobre datos propios.

En cuanto a la disfonía funcional, en su mayoría describen, que consiste en una pérdida total o parcial de la voz, como así también, una disminución de la misma, lo cual lo asocian principalmente al mal uso de la voz. Por otro lado, los demás encuestados expresan no saber qué es la disfonía funcional, lo que sugiere nuevamente insuficiente información recibida en su formación académica.

Nube de palabras N°7: Conocimientos sobre las causas de la disfonía funcional en los docentes



Fuente: elaborado sobre datos propios.

En su mayoría los encuestados coinciden que las causas principales de disfonía son por un mal uso vocal, como, hablar un tiempo prolongado, gritar, volumen elevado en el aula, como así también expresan que se puede generar debido a una mala hidratación, inadecuada respiración y poco descanso vocal. Otra parte de los encuestados no tiene conocimientos acerca de los desencadenantes de la disfonía funcional.

Nube N° 8: Percepción que poseen los estudiantes acerca de cómo la educación vocal puede ayudar a prevenir o tratar la disfonía.



Fuente: elaborado sobre datos propios.

Los estudiantes son conscientes de que tener una correcta educación vocal puede brindarles herramientas para el cuidado de su voz y ayudar de esta forma a prevenir disfonía funcional.

Tabla 5: Nivel de acuerdo de los estudiantes encuestados, con respecto a las pautas para la prevención de la disfonía funcional

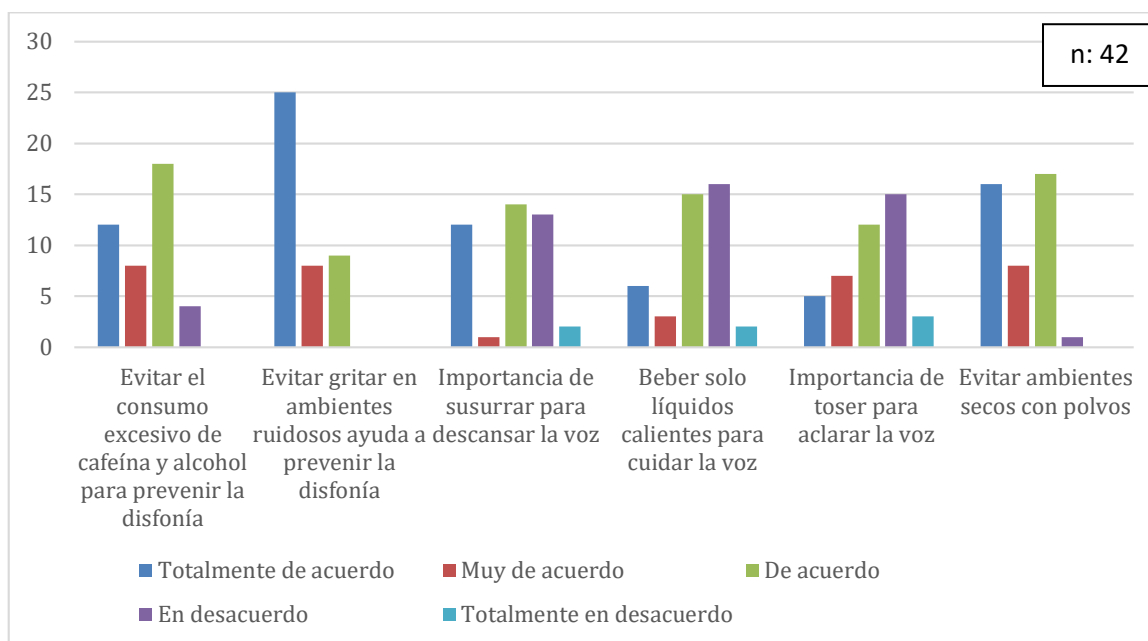
	Grado de acuerdo sobre evitar el consumo excesivo de cafeína y alcohol para prevenir la disfonía.	Grado de acuerdo acerca de evitar gritar en ambientes ruidosos ayuda a prevenir la disfonía.	Grado de acuerdo respecto a la importancia de susurrar para descansar la voz.	Grado de acuerdo con respecto a beber sólo líquidos calientes para cuidar la voz.	Grado de acuerdo en cuanto a la importancia de toser para aclarar la voz.	Grado de acuerdo en lo que respecta a evitar ambientes secos con polvos.
E 1	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	En desacuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 2	De acuerdo	Muy de acuerdo	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo
E 3	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	En desacuerdo	Totalmente de acuerdo
E 4	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	De acuerdo
E 5	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Muy de acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 6	De acuerdo	Totalmente de	En	En	En	Totalmente de

		acuerdo	desacuerdo	desacuerdo	desacuerdo	acuerdo
E 7	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 8	En desacuerdo	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	De acuerdo
E 9	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	De acuerdo
E 10	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo
E 11	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	En desacuerdo	En desacuerdo	Muy de acuerdo
E 12	En desacuerdo	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
E 13	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo	En desacuerdo	En desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo
E 14	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	Muy de acuerdo	Muy de acuerdo
E 15	Muy de acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	De acuerdo
E 16	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 17	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 18	Muy de acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente en desacuerdo	Totalmente en desacuerdo	Totalmente en desacuerdo	Muy de acuerdo
E 19	De acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo
E 20	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo
E 21	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 22	Muy de acuerdo	Muy de acuerdo	En desacuerdo	En desacuerdo	En desacuerdo	Muy de acuerdo
E 23	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 24	Sin responder	Sin responder	Sin responder	Sin responder	Sin responder	Sin responder
E 25	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo	Muy de acuerdo
E 26	De acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	De acuerdo
E 27	En desacuerdo	Totalmente de acuerdo	En desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	De acuerdo
E 28	Sin responder	Sin responder	Sin responder	Sin responder	Sin responder	Sin responder
E 29	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	De acuerdo

			o		o	
E 30	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 31	Sin responder	Sin responder	Sin responder	Sin responder	Sin responder	Sin responder
E 32	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	Totalmente de acuerdo
E 33	De acuerdo	Muy de acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo
E 34	De acuerdo	Muy de acuerdo	En desacuerdo	En desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo
E 35	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Muy de acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 36	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo
E 37	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 38	De acuerdo	Muy de acuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	Muy de acuerdo
E 39	En desacuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Totalmente en desacuerdo	De acuerdo
E 40	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 41	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo
E 42	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Muy de acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 43	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 44	Totalmente de acuerdo	Muy de acuerdo	En desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	De acuerdo
E 45	Totalmente de acuerdo	Muy de acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	Muy de acuerdo

Fuente: elaborado sobre datos propios.

Gráfico N° 9: Grado de acuerdo con respecto a la relevancia de cumplir pautas para la prevención de disfonía funcional



Fuente: elaborado sobre datos propios.

Los resultados reflejan un alto grado de acuerdo sobre la importancia de las medidas preventivas para evitar la disfonía funcional. La totalidad de los encuestados manifestó estar de acuerdo con evitar conductas vocales perjudiciales como el exceso de consumo de café, gritar en ambientes ruidosos o exponerse a espacios secos con polvo, reconociendo que estos factores pueden afectar negativamente a la salud vocal del profesional.

También, se observa que 15 de los encuestados están en desacuerdo con la idea de susurrar para descansar la voz, lo cual es positivo, ya que susurrar en exceso puede causar mayor tensión en las cuerdas vocales. Además 18 estudiantes rechazan como beneficiosas prácticas como beber líquidos calientes para cuidar la voz y toser para aclararla, mientras que 27 de los encuestados consideran beneficiosa estas prácticas para el cuidado vocal. Esta percepción refleja una idea errónea, lo cual puede dar un indicio de que los mismo no cuentan con una formación específica en el cuidado vocal.

Las respuestas demuestran que, los encuestados reconocen parcialmente las prácticas específicas de higiene vocal.

Tabla 6: Criterio de los estudiantes acerca de la frecuencia con la que se presentan los factores de riesgo en los casos de disfonía funcional

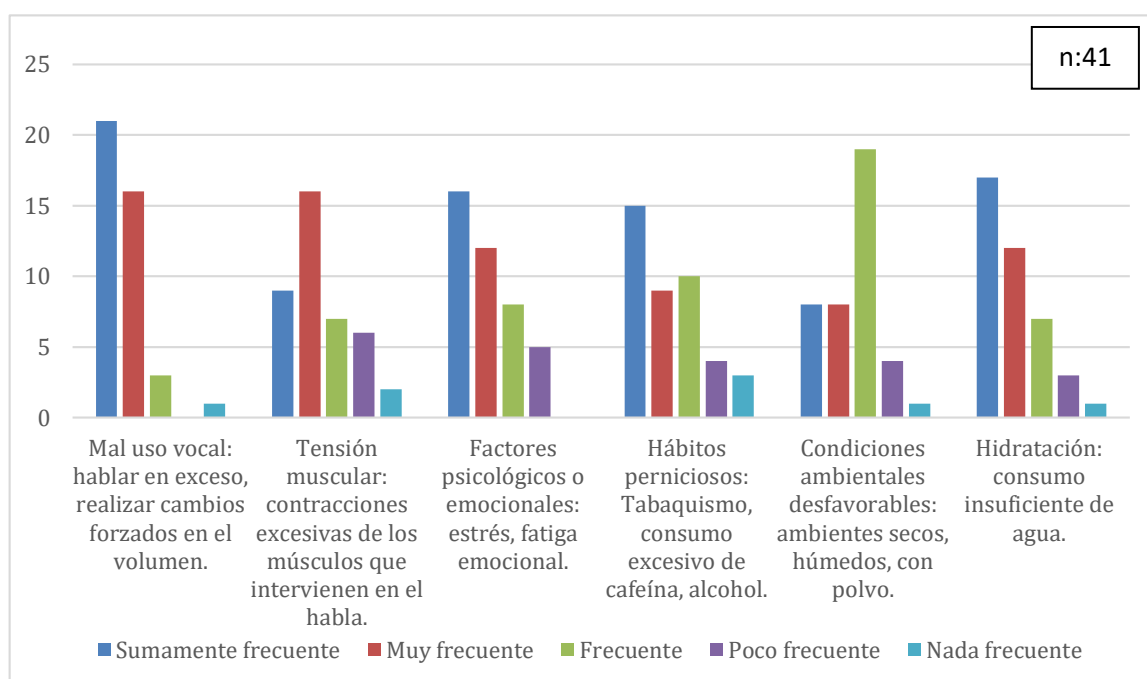
	Frecuencia de aparición según su criterio, sobre el mal uso vocal, como factor de riesgo en	Frecuencia de aparición según su criterio, sobre la tensión muscular, como factor de	Frecuencia de aparición según su criterio, sobre factores psicológicos o emocionales,	Frecuencia de aparición según su criterio, sobre hábitos perniciosos, como factor de	Frecuencia de aparición según su criterio, sobre condiciones ambientales desfavorables,	Frecuencia de aparición según su criterio, sobre inadecuada hidratación, como factor
--	---	--	---	--	---	--

	disfonía funcional.	riesgo en disfonía funcional.	como factor de riesgo en disfonía funcional.	riesgo en disfonía funcional.	como factor de riesgo en disfonía funcional.	de riesgo en disfonía funcional.
E 1	Sumamente frecuente	Muy frecuente	Muy frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente
E 2	Muy frecuente	Muy frecuente	Poco frecuente	Sumamente frecuente	Poco frecuente	Sumamente frecuente
E 3	Muy frecuente	Nada frecuente	Sumamente frecuente	Nada frecuente	Frecuente	Sumamente frecuente
E 4	Muy frecuente	Muy frecuente	Muy frecuente	Muy frecuente	Muy frecuente	Muy frecuente
E 5	Muy frecuente	Muy frecuente	Sumamente frecuente	Muy frecuente	Muy frecuente	Sumamente frecuente
E 6	Muy frecuente	Frecuente	Muy frecuente	Poco frecuente	Muy frecuente	Muy frecuente
E 7	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Muy frecuente	Muy frecuente	Muy frecuente	Sumamente frecuente
E 8	Nada frecuente	Nada frecuente	Poco frecuente	Poco frecuente	Poco frecuente	Frecuente
E 9	Frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Nada frecuente	Frecuente	Frecuente
E 10	Frecuente	Muy frecuente	Frecuente	Sumamente frecuente	Sin responder	Poco frecuente
E 11	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente
E 12	Muy frecuente	Frecuente	Frecuente	Muy frecuente	Frecuente	Poco frecuente
E 13	Muy frecuente	Muy frecuente	Muy frecuente	Frecuente	Frecuente	Muy frecuente
E 14	Sumamente frecuente	Poco frecuente	Muy frecuente	Muy frecuente	Muy frecuente	Poco frecuente
E 15	Frecuente	Frecuente	Frecuente	Frecuente	Frecuente	Frecuente
E 16	Sumamente frecuente	Frecuente	Poco frecuente	Frecuente	Poco frecuente	Frecuente
E 17	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Frecuente	Muy frecuente
E 18	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente
E 19	Sin responder	Sin responder	Sin responder	Sin responder	Sin responder	Sin responder
E 20	Muy frecuente	Muy frecuente	Sumamente frecuente	Frecuente	Frecuente	Muy frecuente
E 21	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente
E 22	Sumamente frecuente	Muy frecuente	Muy frecuente	Frecuente	Frecuente	Muy frecuente
E 23	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente
E 24	Sin responder	Sin responder	Sin responder	Sin responder	Sin responder	Sin responder
E 25	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente
E 26	Muy frecuente	Muy frecuente	Muy frecuente	Sumamente frecuente	Frecuente	Muy frecuente
E 27	Sumamente frecuente	Frecuente	Frecuente	Frecuente	Frecuente	Frecuente
E 28	Sin responder	Sin responder	Sin responder	Sin responder	Sin responder	Sin responder
E 29	Sumamente frecuente	Poco frecuente	Poco frecuente	Muy frecuente	Poco frecuente	Muy frecuente

E 30	Sumamente frecuente	Poco frecuente	Muy frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente
E 31	Sin responder	Sin responder	Sin responder	Sin responder	Sin responder	Sin responder
E 32	Muy frecuente	Poco frecuente	Sumamente frecuente	Poco frecuente	Muy frecuente	Sumamente frecuente
E 33	Muy frecuente	Frecuente	Frecuente	Muy frecuente	Frecuente	Muy frecuente
E 34	Muy frecuente	Frecuente	Muy frecuente	Frecuente	Muy frecuente	Muy frecuente
E 35	Muy frecuente	Muy Frecuente	Muy frecuente	Frecuente	frecuente	Muy frecuente
E 36	Sumamente frecuente	Poco frecuente	Frecuente	Nada frecuente	Nada frecuente	Muy frecuente
E 37	Sumamente frecuente	Muy frecuente	Muy frecuente	Muy frecuente	Muy frecuente	Muy frecuente
E 38	Muy frecuente	Muy frecuente	Muy frecuente	Frecuente	Frecuente	Frecuente
E 39	Sumamente frecuente	Muy frecuente	Sumamente frecuente	Frecuente	Frecuente	Nada frecuente
E 40	Sumamente frecuente		Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente
E 41	Muy frecuente	Muy frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Frecuente	Sumamente frecuente
E 42	Sumamente frecuente	Poco frecuente	Poco frecuente	Poco frecuente	Frecuente	Sumamente frecuente
E 43	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Frecuente	Sumamente frecuente	Frecuente	Sumamente frecuente
E 44	Sumamente frecuente	Muy frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Frecuente	Sumamente frecuente
E 45	Muy frecuente	Muy frecuente	Sumamente frecuente	Frecuente	Frecuente	Frecuente

Fuente: elaborado sobre datos propios.

Gráfico N° 10: Grado de información que tiene los estudiantes sobre la frecuencia con la que se presentan algunos factores de riesgo en la disfonía funcional



Fuente: elaborado sobre datos propios.

Los resultados plasmados en el gráfico reflejan un nivel de conciencia alto sobre los factores de riesgo vocal, vinculados a la disfonía funcional. Principalmente, la mayoría destaca el mal uso vocal, la presencia de hábitos perniciosos, como así también, hidratación inadecuada, por otro lado, resaltan como muy frecuente los factores psicológicos, como el estrés, la ansiedad. En menor medida, identificaron frecuentemente las condiciones ambientales desfavorables, como la exposición al polvo, al ruido excesivo, entre otros. Estos resultados muestran que los estudiantes poseen un conocimiento amplio sobre los factores que comprometen a la salud vocal, aunque se destaca la importancia de seguir fortaleciendo la formación sobre la salud vocal dentro del ámbito académico.

Luego, se llevó a cabo un análisis enfocado en los encuestados que reportaron haber experimentado alteraciones en la voz. De los 45 estudiantes, 27 indicaron haber presentado dificultades vocales durante el ejercicio de su labor como docentes. A continuación, se presentan los resultados correspondientes.

Tabla N° 7: Año de cursada y grado de información acerca de la voz que tiene los estudiantes de profesorado de nivel primario, que refieren haber presentado problemas vocales

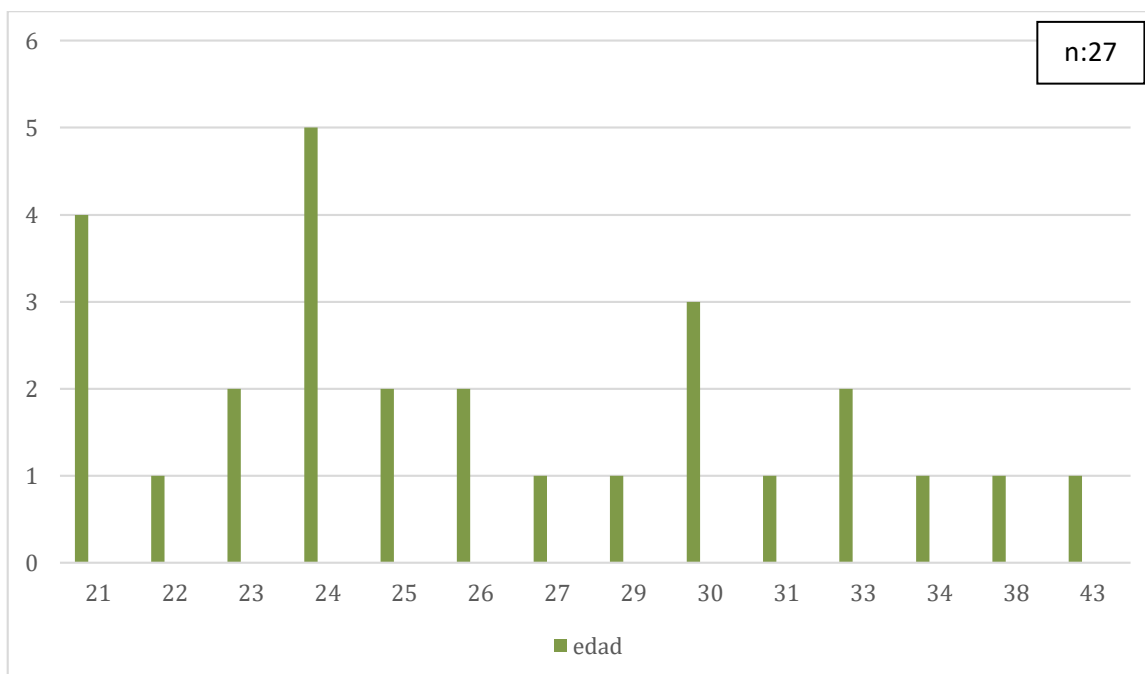
UA	Edad	Año de cursada	Opinión sobre qué es la voz	Valor que tiene la voz en el ejercicio de tu futura carrera profesional
E 1	31	4to	Es la principal herramienta de trabajo de un docente.	Es muy importante para poder expresarme y ser escuchada por mis futuros alumnos.
E 5	30	4to	Una herramienta fundamental para trabajar	Alto
E 6	21	3ro	Un instrumento	Es muy valioso en tanto es el instrumento que permite la comunicación con los alumnos, docentes, padres (en el ámbito general)
E 9	29	Tercer año	La voz consiste en emitir un sonido	La voz es muy importante y es necesario poder trabajar en función a técnica para mejorar nuestro habla y también medir el tono.
E 10	24	Tercero	Es un elemento fundamental para la comunicación.	La voz es una herramienta primordial ya que es uno de los instrumentos principales de nuestro trabajo.
E 11	33	4°	La voz, según mi criterio el elemento fundamental para poder comunicar lo que queremos y debemos enseñar	El máximo valor. Por eso creo que deberíamos tener técnicas apropiadas para cuidarla

E 12	24	4to	Una herramienta indiscutible para el desarrollo como profesionales de la educación	Uno muy importante
E 13	38	4	Una herramienta para comunicarse	Muy importante . Comunicar saberes
E 14	26	4 año	El sonido que se produce cuando nos comunicamos	Tiene mucho valor
E 15	26	4to	Súper importante y valiosa	Súper importante porque a través de la voz enseñamos
E 16	24	4to	Una herramienta súper necesaria para poder trabajar y comunicar	Una de las cosas más importantes para poder ejercer
E 17	33	Me queda dar finales nada más. La cursada ya la terminé.	Es uno de los medios por el cual te podés expresar .	Fundamental
E 18	25	4to año	Un medio para comunicarnos y expresarnos	Es un recurso fundamental ya que será la principal herramienta de comunicación con los niños
E 19	25	4to	Un sonido a través del cual podemos comunicarnos	Es una herramienta fundamental en mi trabajo
E 25	21	4to	La herramienta central del labor docente	Fundamental
E 26	24	4to	Mi futura herramienta de trabajo	La voz es lo que me permite llevar a cabo la enseñanza , es como dije, mi herramienta de trabajo principal
E 27	43	Cuarto	Con respecto a la docencia, es una de las herramientas principales de trabajo .	Es un recurso sumamente valioso
E 32	23	Tercer año	La voz es una de las fuentes con la que las personas podemos comunicarnos , aun así, no es la única forma de hacerlo.	La voz en la docencia tiene un valor muy importante , ya que es una de las principales herramientas de las que dispone un docente.
E 33	30	4to	No solo comunicamos con ella, sino que también expresamos emociones, brindamos paz o infligimos miedo a través de su tono, brindamos seguridad o inseguridad. Nuestra voz dice más de nosotros mismos de lo que pensamos	Mucho valor , y no siempre se habla de cómo la utilizamos (la entonación) y como la cuidemos, menos de aprender a escuchar "escuchar el interlineado" que nos dicen las otras voces
E 36	21	4to	La voz es parte de nuestra identidad , aquello que nos hace únicos y nos permite "hacernos escuchar" en el mundo, no solo de manera sonora sino también simbólica (tener voz = tener lugar, ser escuchado).	Es la herramienta principal en mi carrera docente, porque me permite comunicarme con mis alumnos y transmitir saberes
E 37	22	4to	Una herramienta de trabajo	Esfundamental
E 39	30	3er año	Es una herramienta que	Fundamental . Ya que sin ella es

			emite sonido y permite comunicarnos, expresarnos...	muy difícil, casi imposible, expresar a los alumnos/as los conocimientos. Se dificulta lograr el ida y vuelta, el diálogo.
E 40	23	4	Es una herramienta esencial a la hora de enseñar y lo que da personalidad a alguien.	Tiene mucho valor ya que la voz es fundamental a la hora de enseñar para expresar y comunicar a otros.
E 41	34	3ro	Instrumento	Alto
E 42	27	3ro, sin práctica docente	Una herramienta de trabajo, la cual, a veces es difícil de cuidar.	Mucho valor. Es con ella y sus diferentes tonalidades, la que nos permitirá trabajar, leer, cantar, gritar de ser necesario
E 43	21	Me encuentro en el tercer año de la carrera.	Es un instrumento muy valioso para poder hablar o emitir sonidos.	Es fundamental para poder enseñarle a mis estudiantes, comunicarme con ellos de diferentes formas o transmitirle un sentimiento.
E 44	24	4to	Una herramienta	Es muy valioso para poder llevar a cabo un trabajo adecuado

Fuente: elaborado sobre datos propios.

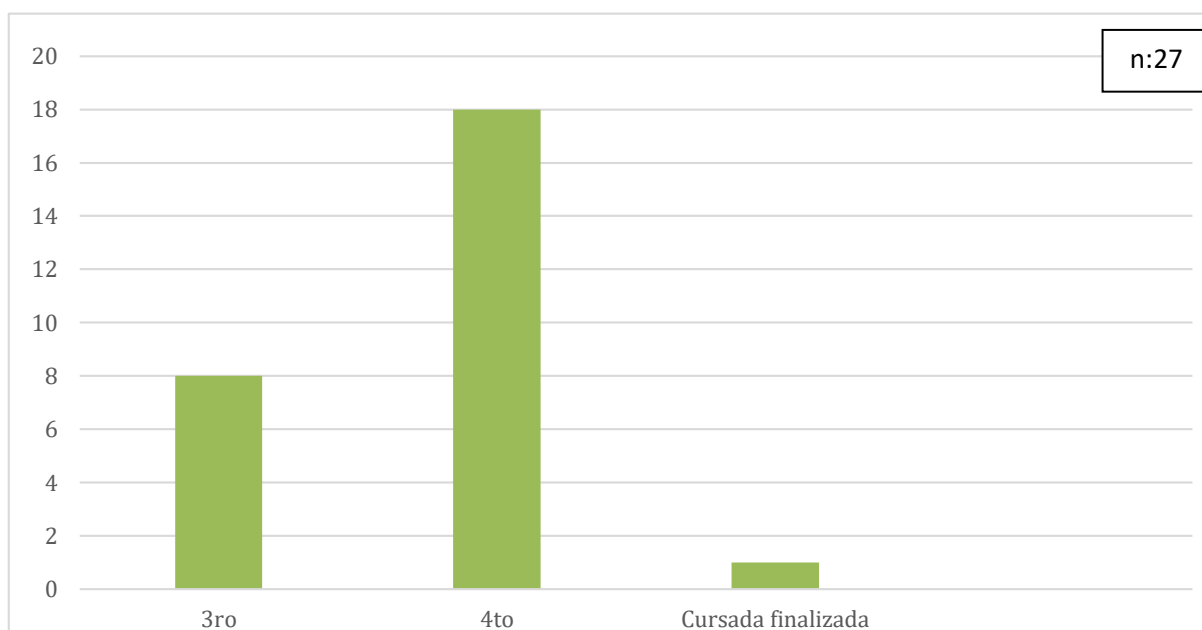
Gráfico N° 11: Edad de los encuestados.



Fuente: elaborado sobre datos propios.

La edad de los encuestados que presentaron problemas vocales fluctúa entre los 21 años como valor mínimo y los 43 años como valor máximo. Estos datos ponen de manifiesto una notable diversidad etaria dentro de la muestra.

Gráfico N°12: Año de cursada en la que se encuentran los estudiantes que refieren haber presentado problemas vocales durante la práctica profesional.



Fuente: elaborado sobre datos propios.

En relación con el año de cursada, se observa que una proporción significativa de los estudiantes que presentaron problemas vocales se encuentran cursando el tercer y cuarto año de la carrera, así como en instancia de rendir finales. Estos datos permiten inferir, que dichos estudiantes se encuentran en un nivel avanzado en su formación académica, posiblemente enfrentando altas exigencias vocales asociadas a prácticas intensivas, teniendo exposiciones frecuentes o instancias más demandantes. Esto podría estar asociado a un uso más sostenido o exigente de la voz, característico de las etapas finales de la carrera.

Nube de palabras N°9: Opinión que presentan los estudiantes que han atravesado problemas vocales, sobre qué es la voz



Fuente: elaborado sobre datos propios.

Los estudiantes encuestados que refieren haber presentado problemas vocales durante su práctica profesional, coinciden en que la voz además de ser la emisión de sonidos, es un elemento fundamental y a su vez una herramienta importante, para expresar conocimientos, con el fin de llevar a cabo el proceso de enseñanza, convirtiéndose en un instrumento clave en la comunicación con sus estudiantes. También, consideran que la voz forma parte de su identidad profesional y personal.

Nube de palabras Nº 10: Valor que tiene la voz en el ejercicio de su futura carrera profesional.



Fuente: elaborado sobre datos propios.

A partir de esta nube de palabras se puede observar que, en su mayoría, coinciden en que la voz es muy valiosa e importante, ya que es una herramienta fundamental para llevar a cabo su trabajo. Es a través de su uso, que los profesores logran establecer una comunicación clara y eficaz con sus estudiantes, expresar sus ideas y conocimientos, lo que favorece el desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje y permite mantener un vínculo pedagógico sostenido en el aula.

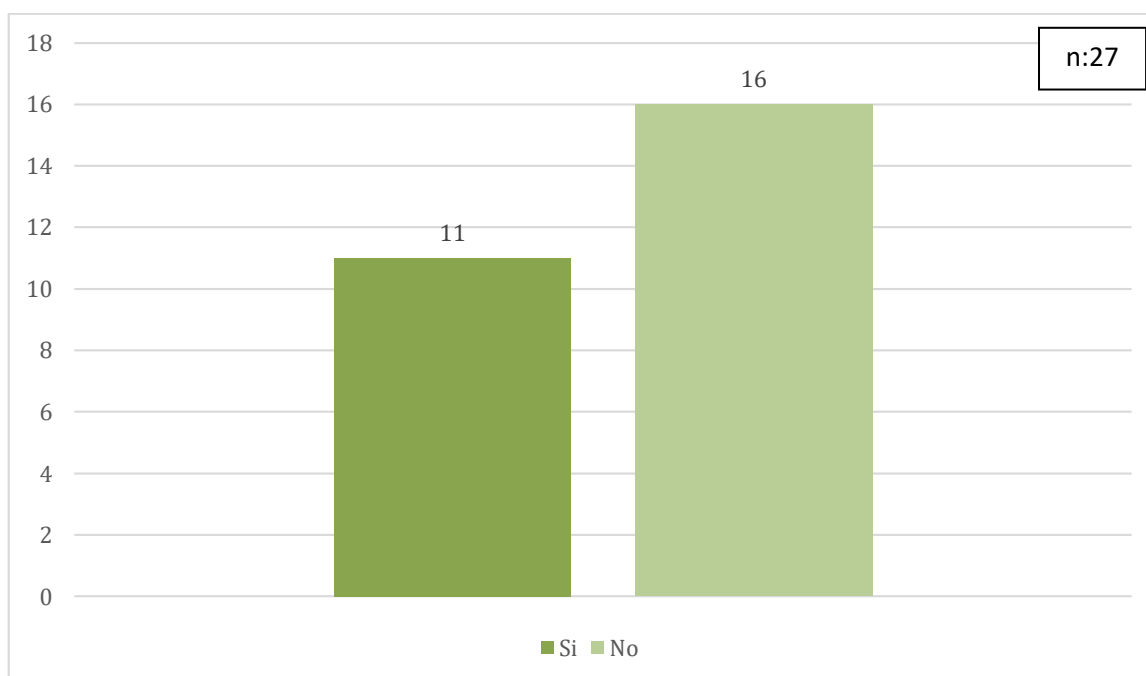
Tabla N°8: Percepción que tienen los encuestados que manifiestan haber experimentado problemas vocales en su práctica docente acerca de la educación vocal.

UA	Estudiantes que han oído hablar de educación vocal en su carrera.	Asignaturas, cursos o capacitaciones relacionados con la educación vocal en las que han recibido en su carrera de profesorado de nivel primario.	Calificación acerca la cantidad de información que han recibido sobre educación vocal en tu carrera.	Tipo de contenido relacionado con la educación vocal que han estudiado en su carrera.
E 1	No	Ninguna	5	Ninguna de las anteriores
E 5	No	Sin respuesta	5	Ninguna de las anteriores
E 6	Si	1 o 2 asignaturas	5	Ninguna de las anteriores
E 9	Si	1 o 2 asignaturas	3	Técnicas de postura para la producción vocal
E 10	No	Ninguna	1	Ninguna de las anteriores
E 11	No	Sin respuesta	1	Ninguna de las anteriores
E 12	No	Sin respuesta	2	Ninguna de las anteriores
E 13	No	Sin respuesta	5	Ninguna de las anteriores
E 14	No	Sin respuesta	5	Ninguna de las anteriores
E 15	No	Ninguna	2	Ninguna de las anteriores
E 16	No	Ninguna	5	Ninguna de las anteriores
E 17	No	Ninguna	1	Ninguna de las anteriores
E 18	No	Sin respuesta	5	Ninguna de las anteriores
E 19	No	Ninguna	5	Ninguna de las anteriores
E 25	Si	1 o 2 asignaturas	5	Ninguna de las anteriores
E 26	Si	1 o 2 asignaturas	5	Técnicas de postura para la producción vocal
E 27	Si	1 o 2 asignaturas	4	Técnicas de postura para la producción vocal, Higiene y prevención de problemas vocales
E 32	Si	1 o 2 asignaturas	3	Técnicas de postura para la producción vocal, Higiene y prevención de problemas vocales, Desarrollo de técnicas vocales
E 33	No	Ninguna	5	Ninguna de las anteriores
E 36	No	Ninguna	5	Ninguna de las anteriores
E 37	Si	1 o 2 asignaturas	5	Técnicas de postura para la producción vocal, Higiene y prevención de problemas vocales
E 39	Si	1 o 2 asignaturas	3	Desarrollo de técnicas vocales

E 40	Si	1 o 2 asignaturas	5	Ninguna de las anteriores
E 41	No	Ninguna	1	Ninguna de las anteriores
E 42	Si	1 o 2 asignaturas	5	Anatomía y fisiología de la producción vocal
E 43	Si	Ninguna	1	Ninguna de las anteriores
E 44	No	Ninguna	5	Ninguna de las anteriores

Fuente: elaborado sobre datos propios.

Gráfico N°13: Estudiantes que han obtenido información sobre educación vocal en el transcurso de su formación.



Fuente: elaborado sobre datos propios.

En cuanto a la información sobre educación vocal recibida durante la formación docente, los resultados de la encuesta muestran que, de 27 estudiantes que manifestaron presentar problemas vocales durante la práctica profesional, 16 expresaron no haber escuchado hablar sobre el tema, mientras que 11 afirmaron haber escuchado durante la carrera sobre educación vocal. Teniendo en cuenta que dichos estudiantes están en etapas avanzadas de la carrera, refleja una posible carencia en la incorporación de contenidos relacionados a la educación vocal.

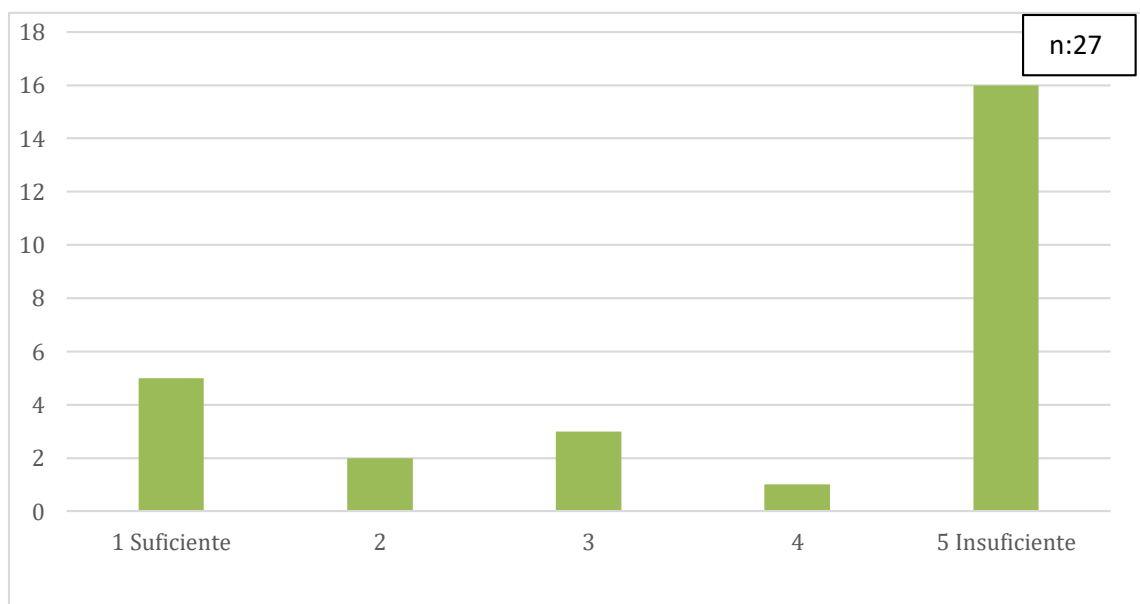
Gráfico N°14: Asignaturas, cursos y/o capacitaciones, que han recibido los estudiantes que presentaron dificultades vocales durante su práctica docente, en cuanto a la educación vocal.



Fuente: elaborado sobre datos propios.

En cuanto a asignaturas, cursos y/o capacitaciones, 10 estudiantes refieren haber cursado 1 o 2 asignaturas, mientras que 11 expresan no haber cursado nada relacionado a educación vocal. Como se menciona anteriormente, dichos estudiantes se encuentran en años avanzados de la carrera, lo que adquiere mayor relevancia, siendo que muchos de ellos ya presentaron dificultades vocales en sus prácticas docentes. Esto sugiere nuevamente, la escasa presencia de contenidos acerca del cuidado vocal dentro del plan de estudios.

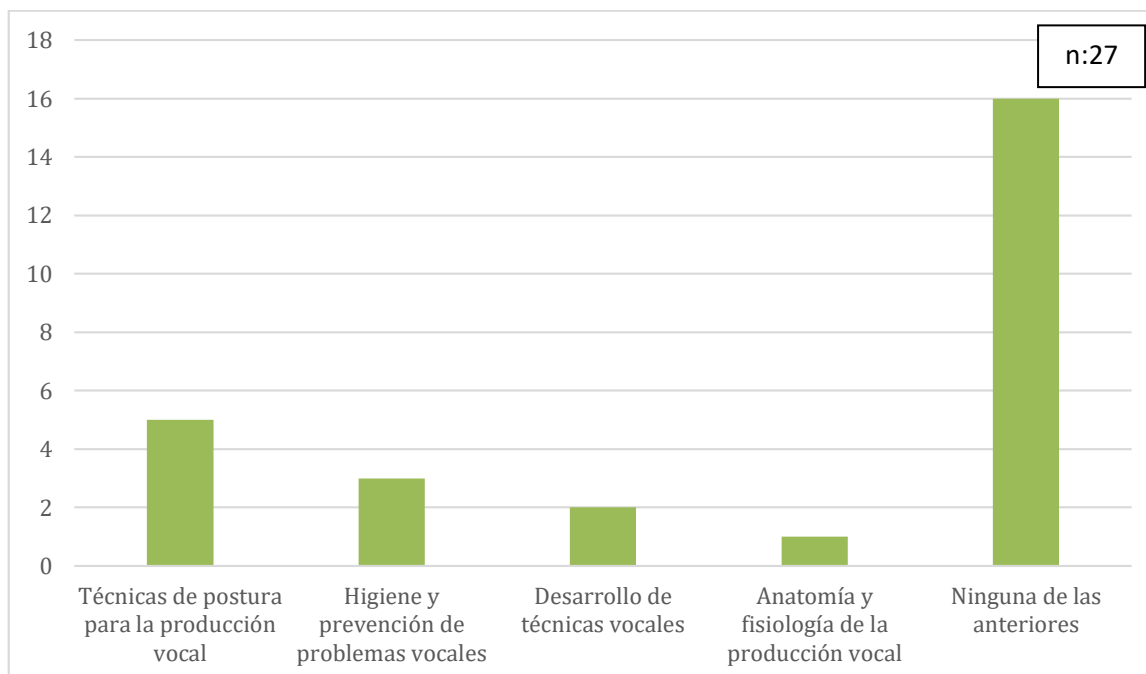
Gráfico N°15: Grado de información que han recibido los estudiantes sobre educación vocal en su carrera.



Fuente: elaborado sobre datos propios.

Gran parte de los encuestados coinciden en que la información recibida sobre educación vocal en su carrera es insuficiente. Solo una minoría considera suficiente la información recibida.

Grafico N°16: Contenido relacionado con la educación vocal que han estudiado los alumnos que han presentado dificultades vocales



Fuente: elaborado sobre datos propios.

16 de los estudiantes afirman no haber recibido información relacionado a la educación vocal. 5 refieren haber visto contenido relacionado a técnicas de postura para la producción vocal, 3 encuestados abordaron higiene y prevención de problemas vocales, 2, sobre desarrollo de técnicas vocales y 1 solo ha visto anatomía y fisiología de la producción vocal. De este modo, se observa que la mayoría refiere que no cuenta con información necesaria para el cuidado de la voz.

Tabla N° 9: Problemas vocales que manifiestan haber experimentado los encuestados en su práctica docente y el grado de información que tienen los estudiantes respecto a la higiene vocal

Problemas vocales que han presentado	Grado de acuerdo respecto con	Grado de acuerdo sobre la importancia de la higiene	Grado de acuerdo acerca la afirmación, la higiene vocal es esencial para	Grado de acuerdo respecto la higiene vocal es fundamental para mantener una voz

	en su práctica docente.	la importancia de la higiene vocal para la salud vocal	vocal como prioridad en la formación de docentes.	enseñar sin dañar la voz	clara y resistente durante la jornada escolar
E 1	Me he quedado afónica y sin voz	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 5	Sentir la disminución del sonido de mi voz en la primer hora de clase	Totalmente de acuerdo	Muy de acuerdo	Muy de acuerdo	Muy de acuerdo
E 6	Afonía, falta de aire al hablar	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Muy de acuerdo
E 9	Seseo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 10	Al pasar la clase noto disminución en la voz o el tono, en conjunto con falta de aire.	Muy de acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo
E 11	Sentir que me quedaba sin aire al leer. O que me duela la garganta por esforzar	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 12	Dolores y molestias posteriores a las prácticas	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	De acuerdo
E 13	Disfonía	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo
E 14	Terminar la semana con el nivel más bajo de voz	De acuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo	Muy de acuerdo
E 15	Sequedad de garganta o dolor	Muy de acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo
E 16	Afonía, me quedo enseguida sin voz, y últimament	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo

	e me cuesta mucho recuperarme				
E 17	Afonía, y dolor en la garganta.	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	De acuerdo
E 18	Disfonía	Sin responder	Sin responder	Sin responder	Sin responder
E 19	Dolor de garganta	De acuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo	Muy de acuerdo
E 25	Pérdida de voz	Totalmente de acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 26	Dolor de garganta luego y durante la jornada	Muy de acuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo	Muy de acuerdo
E 27	Carraspera	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 32	En las primeras clases he experimentado molestias en la garganta y voz ronca, las cuales se extendían por el resto del día.	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 33	Me quedé sin voz a los 3 días de haber iniciado las prácticas	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 36	Sensación de cansancio en la garganta y dificultad para hablar	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 37	Disfonía y dolor	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 39	Disfonía	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	Muy de acuerdo
E 40	Dolor al elevar mucho la voz	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 41	Tos, disminución de la voz	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Muy de acuerdo

E 42	Dolor de garganta o carraspera luego de terminar el trabajo.	Muy de acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 43	He tenido un poco de molestia en la garganta y algunas asperezas.	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 44	Sin responder	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	De acuerdo

Fuente: elaborado sobre datos propios.

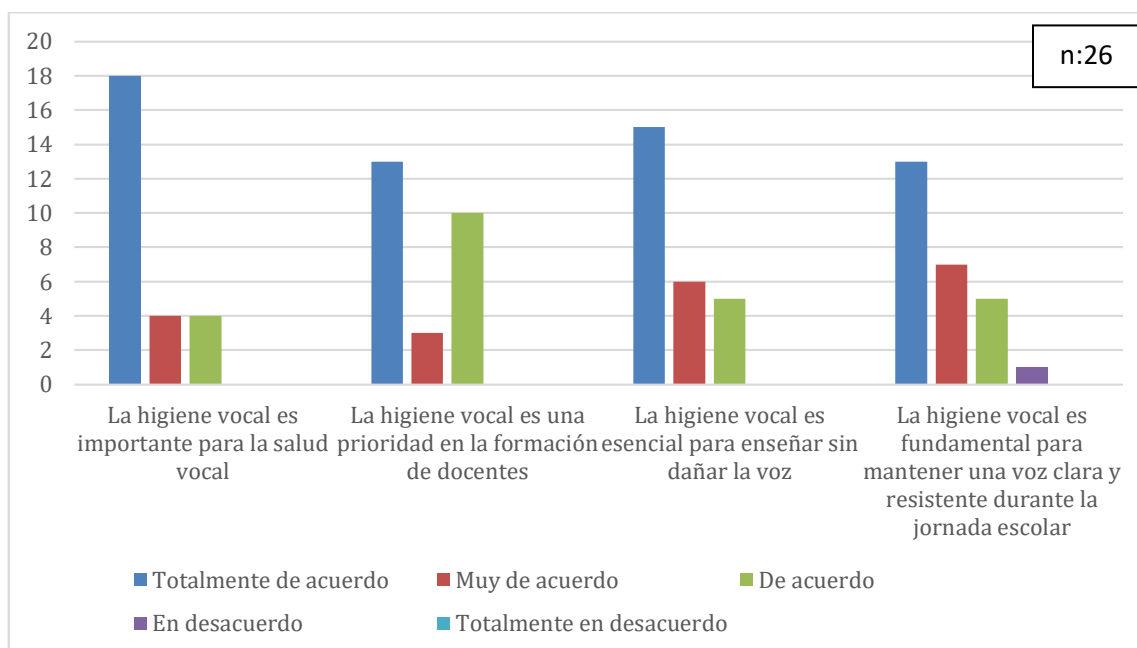
Nube de palabras N°11: Problemas vocales que han presentado en su práctica docente.



Fuente: elaborado sobre datos propios.

Los estudiantes revelan haber experimentado una gran variedad de dificultades vocales durante su práctica docente. Dentro de las mencionadas se encuentran, disfonía, carraspera, molestias, dolor, disminución de la voz y afonía. Estos problemas vocales pueden afectar significativamente la capacidad de los estudiantes para poder comunicarse de manera efectiva con el alumnado.

Gráfico N°17: Grado de acuerdo acerca de la importancia de la higiene vocal en la salud vocal de los docentes



Fuente: elaborado sobre datos propios.

La mayoría de los estudiantes coincide en la importancia de la higiene vocal como un factor fundamental para el cuidado de la salud vocal, ya que es esencial para enseñar sin dañar la voz, lo cual debe ser una prioridad en la formación docente.

Tabla N° 10: Perspectiva de los estudiantes acerca de la disfonía funcional, la educación vocal y técnicas vocales

	Percepción sobre la importancia del uso correcto de técnicas vocales en su formación profesional y desempeño como futuros docentes.	Técnica de calentamiento vocal que han utilizado o que conozcan.	Opinión sobre qué es, la disfonía funcional	Conocimientos sobre las causas de disfonía funcional en los docentes.	Percepción que poseen sobre cómo la educación vocal puede ayudar a prevenir o tratar la disfonía
E 1	Es muy importante el uso correcto de la voz para poder seguir trabajando	Ninguna	No sé	No sé	A través de los ejercicios de vocalización
E 5	Supeeer	Respiracion es profundas para armonizarse	Problemas en la voz	Forzar la voz de más, autolastimarnos de alguna forma	Siii
E 6	Es muy importante para cuidar la propia salud y al ser una herramienta esencial en nuestro trabajo no	No conozco	Pérdida de la voz pero no completa	Cuando se eleva mal la voz Hablar continuamente durante más de una hora sin cuidado.	Creo que puede resultar útil para aprender a usar bien la voz y así disminuir las posibles causas de disfonía

	podemos descuidarla			Cuando se intenta dar clases en salones muy amplios.	
E 9	Considero que es muy importante y debería permanecer en los 4 años de la carrera	Ejercicios de relajación. Exhalar, inhalar	Cuando nos quedamos sin voz	Tener alto el volumen de la voz, mala postura, estrés, etc..	Con acompañamiento adecuado de los profesionales.
E 10	Creo q es sumamente importante ya que al estar utilizando por tanto tiempo nuestra voz, estaría bueno saber la forma correcta o que técnicas nos ayudan a no dañar nuestras cuerdas vocales por el uso prolongado de la voz .	No conozco ninguna	Disminución o cambio de tono de la voz	Por el uso frecuente, volumen elevado de la voz o tensión por nervios y estrés.	Creo que si se supiera cómo respirar, calentar o descansar la voz de la forma correcta, en conjunto con una salud vocal saludable y buenos hábitos, ejemplo no beber ni fumar en exceso ayudaría mucho a prevenir o tratar la disfonía.
E 11	Muy importante	Tener la hidratación adecuada, antes y durante la exposición vocal	Para mí la disfonía funcional tiene que ver con el uso incorrecto de la voz. Con el mal cuidado y a raíz de esto acarrear problemas de salud vocal.	Sin responder	Creo que puede ayudar a cuidar nuestro elemento más importante para poder enseñar en nuestras clases.
E 12	Sin responder	Sin responder	No sé	No sé	Puede ser
E 13	Muy importante	Hidratación	Disminución de la voz a causa del exceso en el uso o de elevar el tono para tener más alcance en los oyentes	Gritar. Hablar mucho. Poco descanso	Considero que la detección a tiempo de los síntomas ayudará a prevenir malestar en las cuerdas vocales y también, problemas mayores a futuro
E 14	Muy importante, ya que nos va ayudar a cuidar y prevenir	No conozco ninguna técnica de calentamiento vocal	Pérdida parcial de la voz	Por mal uso de voz. Por ejemplo, gritar, forzar la voz, no descansar la voz	Nos puede ayudar con técnicas adecuadas para utilizar

E 15	Muy importante	La única que sé. Inhalo inflor panza y cuando exhalo levanto la voz.	Sin responder	Por levantar la voz No tomar agua	Haciendo un curso del mismo si no contás con herramientas
E 16	Es muy importante, porque nos darían herramientas para poder dar clases sin forzar la voz, aprender a respirar, etc.	No conozco ninguna técnica. Justo estoy empezando con una fonoaudióloga para que me enseñe técnicas por el tema de las afonías.	No saber utilizar correctamente la voz	Por no tener las herramientas necesarias a la hora de dar clases. No tenemos ningún tipo de formación en cuanto al uso de la voz, y cuando una entra al aula en momentos de prácticas docentes o ya ejerciendo el esfuerzo de la voz es demasiado, al tener que hacer silencio en el aula, en la explicación de las actividades, en los recreos, etc.	Dando herramientas
E 17	Es muy importante	No conozco ninguna	Sin responder	Por levantar mucho la voz	Porque al saber las técnicas, ayudaría
E 18	Es importantísimo que nos enseñen técnicas para la voz ya que no recibimos ningún consejo o herramienta y a la hora de dar clases generalmente se presentan problemas.	Solo tomo mucha agua	Tengo entendido que es una pérdida de la voz	Por el mal uso	Mediante herramientas
E 19	Considero que es muy importante, ya que sin voz no podríamos enseñar. Por eso sería importante tener conocimiento sobre técnicas vocales y cuidados	No tengo conocimiento sobre ninguna	No lo sé.	No lo sé	Puede prevenirla supongo
E 25	Mucha	Sin responder	Pérdida de la voz en un tiempo determinado	Por elevar la voz.	Capacitaciones sobre el uso adecuado de la voz
E 26	Lo considero importante para poder cuidar la voz en el tiempo	No conozco ninguna aún	Se relaciona con la pérdida	Por elevar la voz durante largos periodos de tiempo, el uso diario, la	Nos da herramientas de un buen uso de la voz

			parcial de la voz debido a su uso	falta de descanso de la misma y de hidratación	
E 27	Muy importante.	No recuerdo.	La pérdida de voz de manera recurrente.	Por el mal uso de la voz	Ayudaría a darle un mejor uso de la voz.
E 32	El uso correcto de la voz y de las técnicas vocales permite mantener la misma de forma saludable durante el trayecto de la profesión docente. Normalmente los docentes han experimentado el mal uso de la voz, sin poder sostenerla al final de la carrera. Por eso es importante que sea cada vez más visibilizado y enseñado las técnicas vocales para evitar el mal uso de la voz.	Conozco solamente la de vocalizar con distintas vocales, subiendo y bajando el tono de la voz y diversas variables.	Sin responder	Sin responder	Sin responder
E 33	Muy importante, sobre todo, después de descubrir que claramente no la sé utilizar de forma adecuada.	Tarareo canciones cuando sé que ese día tendré que exigir la voz (aunque no sé si está bien, pero noto que no cuesta mucho esfuerzo o a causa malestar luego)	Tengo entendido es la pérdida gradual del tono de voz	Exigir demasiado, tener cayos en las cuerdas vocales o esbozos, no saber utilizar la respiración, no hidratarse lo suficiente	Mucho, considerando que es casi imposible poder acudir a consulta con fonología debido a la alta demanda y listas de esperas, nos podría evitar problemas que son a largo plazo por no saber cómo utilizarla de forma adecuada, o detectar señales de alerta que indiquen que algo mal estamos haciendo
E 36	Sería muy bueno aprender técnicas para no dañar la voz	Inhalar aire por la nariz de forma profunda y tranquila	Alteración de la voz	Hablar mucho tiempo sin descanso, levantar la voz	Proyectar bien la voz, usar correctamente la respiración, cuidar hábitos saludables
E 37	Muy importante para evitar futuros	No conozco	Cuando se produce la	No lo sé	Al tener en cuenta técnicas y

	daños en la voz		disfonía por el más uso o exceso de uso, sin cuidado alguno. Algo que es reiterativo y monótono.		herramientas que incorporas para el buen uso
E 39	Totalmente de acuerdo.	Sin información	Quedarse sin voz	Gritar, hablar muy fuerte durante tiempo prolongado	Haciendo uso de las correspondientes técnicas
E 40	Muy importante para evitar daños a largo plazo	Ninguna	Pérdida de la voz	Supongo que por alzar mucho la voz	Para colocar bien la voz a la hora de gritar por ejemplo
E 41	Muy importante	No conozco ninguna	Quedarse sin voz.	No sé.	Información en el uso de la voz
E 42	Muy importante, ya que durante 4 o 5 horas estaremos hablando, a veces más alto, otras más bajo, pero siempre hablando, y conocer técnicas que nos ayuden a mejorar y cuidar nuestras cuerdas, me parece súper necesario e importante.	Conozco poco, sobre todo las técnicas que muestran algunos artistas cantantes, como la del vaso con agua y la pajita.	Cuando nos quedamos casi sin voz, como con un hilo de voz que se va cortando a medida que hablamos.	Cuando gritamos excesivamente, mientras escribimos en el pizarrón y giramos la cabeza para hablar, elevando el tono de voz.	Teniendo control sobre nuestra propia voz, aprendiendo a cuidarla y sabiendo utilizarla.
E 43	Creo que es muy importante debido a que sin ellas nuestras gargantas se dañan provocando problemas de salud complejos.	No conozco ninguna técnica de calentamiento vocal debido a que en mi carrera no nos han enseñado nada parecido.	La falta de voz o aspereza vocal que produce dificultad para hablar durante períodos prolongados.	Hablar o gritar de forma constante sin detenerse, respirar mucho por la boca y la falta de hidratación.	Creo que nos puede ayudar mostrándonos formas de ejercitar la voz, dándonos consejos para cuidar la voz, como tomar ciertos líquidos para mejorar su funcionamiento, etc.
E 44	Sin responder	Sin responder	Sin responder	Sin responder	Sin responder

Fuente: elaborado sobre datos propios.

Nube de palabras N°12: Valoración del uso correcto de técnicas vocales en la formación y el desempeño profesional docente.



Fuente: elaborado sobre datos propios.

Con respecto a la valoración del uso correcto de técnicas vocales en la formación y el desempeño docente, se refleja que los encuestados reconocen la importancia del uso correcto de técnicas vocales. Asimismo, los estudiantes expresan la necesidad de incluir estrategias y herramientas que aporten al cuidado de la voz, reconociendo que un mal uso o sobreuso de la voz puede producir consecuencias negativas en el desarrollo de su labor.

Nube de palabras N°13: Técnicas de calentamiento vocal que han utilizado o que conocen los estudiantes de Profesorado de Educación Primaria, que han presentado problemas vocales en sus prácticas profesionales.



Fuente: elaborado sobre datos propios.

Una proporción de estudiantes del Profesorado de nivel primario, que han experimentado problemas vocales durante sus prácticas profesional expresan no tener conocimientos sobre técnicas de calentamiento vocal. Entre quienes afirmaron tener conocimientos, algunas de las técnicas mencionadas fueron de relajación, respiración y calentamiento vocal, como así también, mencionaron la importancia de tener una hidratación adecuada, lo cual refleja un acercamiento a prácticas beneficiosas, aunque este conocimiento sea insuficiente.

Nube de palabras N°14: Opinión sobre qué es la disfonía funcional



Fuente: elaborado sobre datos propios.

Gran parte de los estudiantes que han presentado problemas vocales en su práctica profesional, comprenden la disfonía funcional principalmente como una pérdida de la voz. El resto de los estudiantes describieron la disfonía funcional como una disminución de la voz, uso incorrecto de la misma, y una minoría expresó no saber sobre el tema. En nivel general, algunos encuestados estaban parcialmente en lo correcto, evidenciando una visión simplificada de dicho trastorno. Esto indica la necesidad de incorporar y/o fortalecer la enseñanza en el ámbito sobre educación vocal, para que no solo puedan reconocer los síntomas, sino que también puedan comprender los factores que generan este trastorno.

Nube de palabras N° 15: Conocimientos sobre las causas de disfonía funcional en los docentes.



Fuente: elaborado sobre datos propios.

Una gran parte de los encuestados identifican el uso del volumen elevado como uno de los principales factores de disfonía funcional en los docentes, lo cual es acertado ya que el uso excesivo a una intensidad elevada es una de las causas desencadenante de dicha alteración vocal. El resto de los encuestados manifestaron otras causas como mal uso vocal, hablar mucho, no tener herramientas necesarias para el cuidado de la voz, y otra parte menciona no tener conocimientos sobre el tema. Nuevamente la presencia de respuestas que declaran no tener conocimientos del tema, pone en evidencia la necesidad de fortalecer la formación de educación vocal dentro de la carrera de Profesorado de nivel primario.

Nube de palabras N°16: Percepción que poseen los estudiantes de Profesorado de Nivel Primario, que han presentado problemas vocales, sobre cómo la educación vocal puede ayudar a prevenir o tratar la disfonía



Fuente: elaborado sobre datos propios.

En cuanto a la percepción que poseen los estudiantes acerca de cómo la educación vocal puede ayudar a prevenir o tratar la disfonía, una gran parte de ellos destaca la importancia de contar con herramientas, técnicas, capacitaciones y el acompañamiento necesario que permitan un uso adecuado de la voz en el contexto educativo, con el objetivo de prevenir malestares.

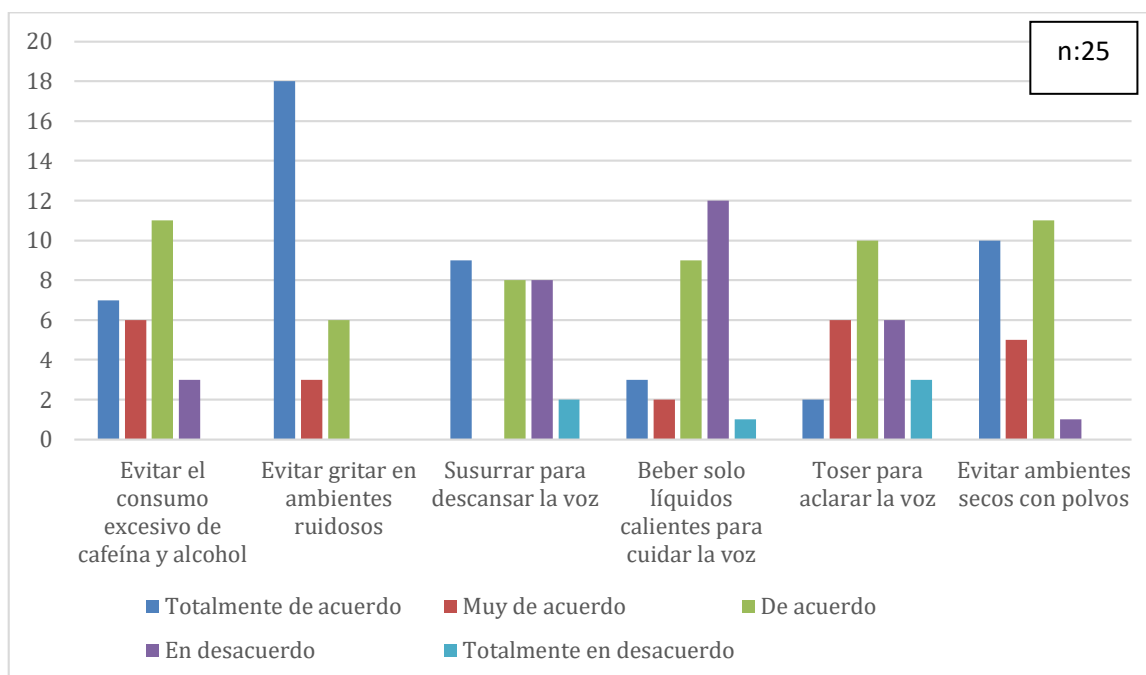
Tabla N°11: Nivel de acuerdo de los estudiantes que presentaron problemas vocales en su práctica profesional, con respecto a las pautas para la prevención de la disfonía funcional

	Grado de acuerdo sobre evitar el consumo excesivo de cafeína y alcohol para prevenir la disfonía.	Grado de acuerdo acerca de evitar gritar en ambientes ruidosos ayuda a prevenir la disfonía.	Grado de acuerdo respecto a la importancia de susurrar para descansar la voz	Grado de acuerdo con respecto a beber sólo líquidos calientes para cuidar la voz,	Grado de acuerdo en cuanto a la importancia de toser para aclarar la voz.	Grado de acuerdo en lo que respecta a evitar ambientes secos con polvos.
E 1	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	En desacuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 5	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Muy de acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 6	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	En desacuerdo	En desacuerdo	En desacuerdo	Totalmente de acuerdo
E 9	De acuerdo	Totalmente de acuerdo,	De acuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	De acuerdo
E 10	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo
E 11	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	En desacuerdo	En desacuerdo	Muy de acuerdo
E 12	En desacuerdo	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
E 13	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo	En desacuerdo	En desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo
E 14	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	Muy de acuerdo	Muy de acuerdo
E 15	Muy de acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	De acuerdo
E 16	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 17	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo

E 18	Muy de acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente en desacuerdo	Totalmente en desacuerdo	Totalmente en desacuerdo	Muy de acuerdo
E 19	De acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	De acuerdo,	De acuerdo
E 25	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo	Muy de acuerdo
E 26	De acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	De acuerdo
E 27	En desacuerdo	Totalmente de acuerdo	En desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	De acuerdo
E 32	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	Totalmente de acuerdo
E 33	De acuerdo	Muy de acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo
E 36	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo
E 37	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 39	En desacuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Totalmente en desacuerdo	De acuerdo
E 40	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 41	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo
E 42	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Muy de acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 43	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
E 44	Totalmente de acuerdo	Muy de acuerdo	En desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	De acuerdo

Fuente: elaborado sobre datos propios.

Gráfico N°18: Grado de acuerdo con respecto a la relevancia de cumplir pautas para la prevención de disfonía funcional.



Fuente: elaborado sobre datos propios.

Se observa un alto grado de acuerdo en cuanto a evitar gritar en ambientes ruidosos, como así también, hay un consenso menor con respecto a evitar el consumo excesivo de cafeína y alcohol y evitar ambientes secos con polvos. Estas prácticas son beneficiosas para el cuidado de la voz. Mientras que en el resto de las pautas se observa un menor acuerdo con respecto a susurrar para descansar la voz, toser para aclarar la voz y beber solo líquidos calientes para cuidar la misma, esta disparidad en las respuestas puede atribuirse a una falta de información, ya que una proporción de los participantes manifestaron un conocimiento erróneo.

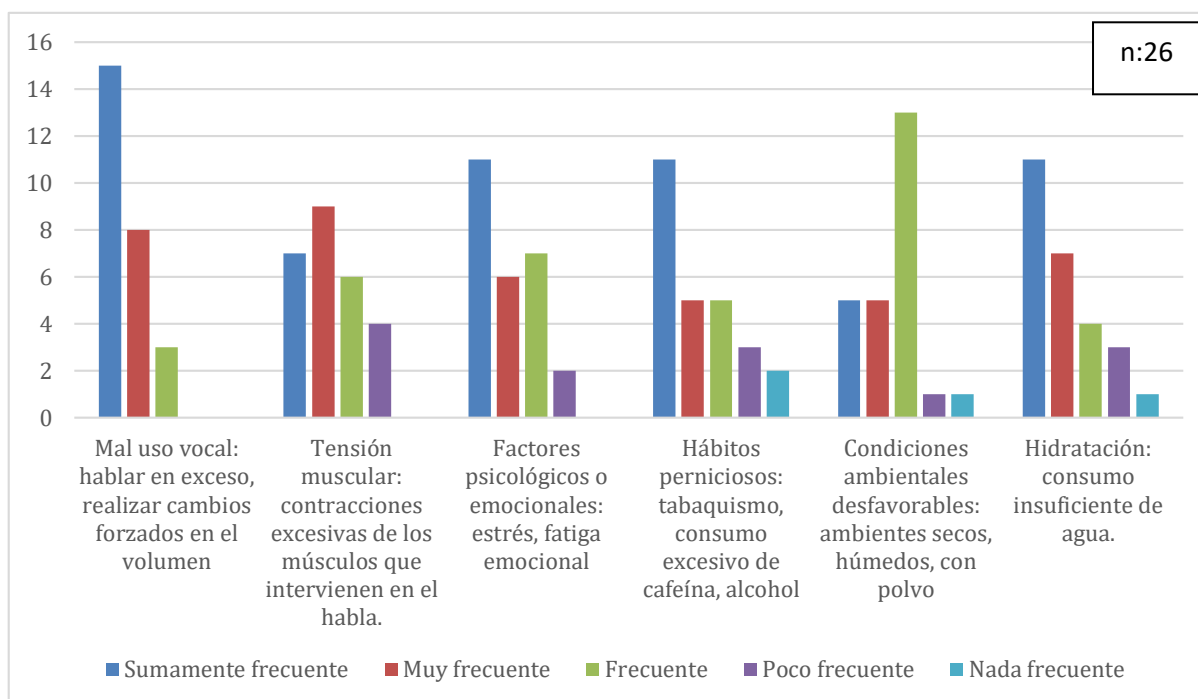
Tabla N° 12: criterio de los estudiantes a cerca de la frecuencia con la que se presentan los factores de riesgo en los casos de disfonía funcional

	Frecuencia de aparición según su criterio, sobre el mal uso vocal, como factor de riesgo en disfonía funcional.	Frecuencia de aparición según su criterio, sobre la tensión muscular, como factor de riesgo en disfonía funcional.	Frecuencia de aparición según su criterio, sobre factores psicológicos o emocionales, como factor de riesgo en disfonía funcional.	Frecuencia de aparición según su criterio, sobre hábitos perniciosos, como factor de riesgo en disfonía funcional.	Frecuencia de aparición según su criterio, sobre condiciones ambientales desfavorables, como factor de riesgo en disfonía funcional.	Frecuencia de aparición según su criterio, sobre inadecuada hidratación, como factor de riesgo en disfonía funcional.
E 1	Sumamente frecuente	Muy frecuente	Muy frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente
E 5	Muy frecuente	Muy frecuente	Sumamente frecuente	Muy frecuente	Muy frecuente	Sumamente frecuente

E 6	Muy frecuente	Frecuente	Muy frecuente	Poco frecuente	Muy frecuente	Muy frecuente
E 9	Frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Nada frecuente	Frecuente	Frecuente
E 10	Frecuente	Muy frecuente	Frecuente	Sumamente frecuente	Sin responder	Poco frecuente
E 11	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente
E 12	Muy frecuente	Frecuente	Frecuente	Muy frecuente	Frecuente	Poco frecuente
E 13	Muy frecuente	Muy frecuente	Muy frecuente	Frecuente	Frecuente	Muy frecuente
E 14	Sumamente frecuente	Poco frecuente	Muy frecuente	Muy frecuente	Muy frecuente	Poco frecuente
E 15	Frecuente	Frecuente	Frecuente	Frecuente	Frecuente	Frecuente
E 16	Sumamente frecuente	Frecuente	Poco frecuente	Frecuente	Poco frecuente	Frecuente
E 17	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Frecuente	Muy frecuente
E 18	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente
E 19	Sin responder	Sin responder	Sin responder	Sin responder	Sin responder	Sin responder
E 25	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente
E 26	Muy frecuente	Muy frecuente	Muy frecuente	Sumamente frecuente	Frecuente	Muy frecuente
E 27	Sumamente frecuente	Frecuente	Frecuente	Frecuente	Frecuente	Frecuente
E 32	Muy frecuente	Poco frecuente	Sumamente frecuente	Poco frecuente	Muy frecuente	Sumamente frecuente
E 33	Muy frecuente	Frecuente	Frecuente	Muy frecuente	Frecuente	Muy frecuente
E 36	Sumamente frecuente	Poco frecuente	Frecuente	Nada frecuente	Nada frecuente	Muy frecuente
E 37	Sumamente frecuente	Muy frecuente	Muy frecuente	Muy frecuente	Muy frecuente	Muy frecuente
E 39	Sumamente frecuente	Muy frecuente	Sumamente frecuente	Frecuente	Frecuente	Nada frecuente
E 40	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente
E 41	Muy frecuente	Muy frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Frecuente	Sumamente frecuente
E 42	Sumamente frecuente	Poco frecuente	Poco frecuente	Poco frecuente	Frecuente	Sumamente frecuente
E 43	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Frecuente	Sumamente frecuente	Frecuente	Sumamente frecuente
E 44	Sumamente frecuente	Muy frecuente	Sumamente frecuente	Sumamente frecuente	Frecuente	Sumamente frecuente

Fuente: elaborado sobre datos propios

Gráfico N° 19: Grado de información que tienen los estudiantes sobre la frecuencia con la que se presentan algunos factores de riesgo en la disfonía funcional.



Fuente: elaborado sobre datos propios.

En cuanto al grado de información que tienen los estudiantes sobre la frecuencia de aparición con la que se presentan algunos factores de riesgo en la disfonía funcional, una gran parte señaló con diferente frecuencia a todos los factores mencionados. Estos resultados demuestran que los encuestados reconocen la existencia de hábitos que pueden afectar la voz docente, como así también, valoran su impacto en la aparición de alteraciones funcionales de la voz. Entre los factores reconocidos como más frecuentes se encuentran, el mal uso vocal, factores emocionales y los hábitos perniciosos, lo que evidencia un buen nivel de conocimiento sobre las causas de deterioro vocal que están relacionadas con el uso de la voz. La tensión muscular y, la hidratación insuficiente, presentan un menor reconocimiento, aunque elevado, en cuanto a su interferencia en la voz. Por último, las condiciones ambientales son las menos reconocidas como factor de riesgo de disfonía funcional.

CONCLUSIÓN

A continuación, se presentan las conclusiones del trabajo realizado.

En relación con el grado de información que poseen los estudiantes sobre educación vocal para prevenir la disfonía funcional, se observa falta de información y formación específica. Si bien los futuros docentes reconocen la importancia del cuidado vocal en su trayectoria de formación profesional, muchos admiten que poseen un conocimiento limitado respecto a los principios básicos de la voz. Cabe destacar, que la mayoría de los estudiantes encuestados cursan el cuarto año de la carrera, lo que otorga mayor relevancia a los resultados obtenidos. En su mayoría, los encuestados indicaron no haber recibido información específica sobre el tema, y quienes sí la recibieron, manifestaron haber tenido acceso a una o dos asignaturas relacionadas. En cuanto a la calidad de la información recibida, las respuestas obtenidas arrojaron un resultado bajo de satisfacción por parte de los mismos. Como señala Pena Romero (2015), debido a esta falta de información y formación, es que se desarrollan las alteraciones de la voz.

Respecto al sondeo realizado sobre la percepción de higiene vocal y técnicas vocales en los estudiantes, se observa que reconocen los riesgos asociados al mal uso vocal y a hábitos nocivos, como gritar o consumir alcohol en exceso, y valoran ciertas medidas preventivas. Sin embargo, persisten errores conceptuales importantes, como la creencia de que toser para aclarar la voz es una práctica beneficiosa o que el descanso vocal no es prioritario, lo que revela la falta de conocimientos técnicos. Tal como señalan Bautista Illacucci (2017), es fundamental que los profesionales cuya herramienta principal es la voz, reciban información sobre el uso correcto de la misma, lo cual es esencial para llevar a cabo una vida profesional y vocal sana.

La mayoría de los estudiantes identifica diversos factores de riesgo asociados a disfonía funcional, como el uso inadecuado de la voz, tensión muscular, factores psicológicos o emocionales como el estrés, así como también, la deshidratación y condiciones ambientales desfavorables. Tal como señala Ortiz Zuña (2024), uno de los principales desencadenantes que lleva a los docentes a levantar el volumen de la voz es el ambiente ruidoso.

Con respecto al grado de información que presentan los estudiantes sobre disfonía funcional, si bien los encuestados reconocen la importancia de prevenir dicha alteración vocal, sus conocimientos sobre las causas resultan limitado. De acuerdo con Chaves y Nisenbaum (2016), las disfonías funcionales se originan principalmente por un abuso o mal uso vocal, esfuerzo excesivo o técnicas vocales incorrectas, factores que generan fatiga vocal, llevando al profesional de la voz a realizar un mal uso de la misma. La mayoría de los encuestados señalaron factores de riesgo como: el uso excesivo del volumen, respiración

inadecuada, mal uso de la voz, falta de descanso, entre otros. Por otro lado, un grupo manifestó desconocer las causas por las cuales se produce la disfonía funcional.

Asimismo, en cuanto a los síntomas vocales en la práctica docente, de 45 alumnos encuestados, 27 manifestaron haber experimentado alteraciones o molestias en la voz como: dolor, carraspera, disfonía y afonía, luego de realizar las prácticas profesionales. Estos datos obtenidos evidencian que los futuros docentes se enfrentan a exigencias vocales significativas aun antes de iniciar su carrera laboral. Como sostiene Rincón (2021), para que los docentes puedan dominar correctamente las técnicas vocales es necesaria la incorporación de aprendizajes vinculados al cuidado vocal.

Por todo lo mencionado, se considera la necesidad de que se incorporen instancias de cuidado vocal en la formación docente, como asignaturas que aborden tanto el conocimiento anatómico de la voz, como técnicas preventivas del cuidado y uso de la misma, evaluaciones vocales periódicas, talleres interdisciplinarios, campañas de concientización y ateneos, lo cual va a permitir minimizar el riesgo de desarrollar patologías vocales y, a su vez, favorecer prácticas profesionales saludables.

Surgen los siguientes interrogantes para futuras investigaciones:

¿Qué relación existe entre las condiciones laborales y ambientales del ejercicio docente y la aparición de síntomas vocales en los primeros años de ejercicio de la profesión?

¿Qué impacto tiene la incorporación de instancias sobre educación vocal en el desempeño vocal de los estudiantes?

¿Qué diferencias existen en la formación sobre educación vocal en las diversas carreras de los profesorado?

BIBLIOGRAFÍA

Alessandroni Betancor, N. J., Torres Gallardo, B., & Beltramone, C. M. (2019). Vocalidades: la voz humana desde la interdisciplina.

Álvarez Calero, A. (2015). Educar la voz y el oído.

Bautista Illacucci, R. del M. (2017). Importancia de la educación de la voz en los docentes de educación infantil.

Botella Quirant, M. T., & Esteve Faubel, J. M. (2016). Voz del docente como herramienta principal de comunicación en el aula. En XIV Jornadas de Redes de Investigación en Docencia Universitaria.

Bustos Sánchez, I. (2012). La voz, la técnica, la expresión.

Calvache-Mora, C. A. (2020). Parámetros vocales para definir la severidad de una disfonía. *Revista de Investigación e Innovación en Ciencias de la Salud*, 2(2), 14–30.

Chaves, M. B., & Nisenbaum, C. D. (2016). Disfonías y mal usos de la voz: enfermedad profesional en el ámbito de la educación. *Universidad FASTA*.

Crespo Uriszar, M. (2020). Efectividad de un programa de entrenamiento vocal focalizado en la resonancia para prevenir los trastornos de la voz en docentes.

Dantas, F., & Terry Sáenz, J. (2022). Salud e higiene vocal para la voz profesional. Pontificia Universidad Católica del Perú.

Dieguez, O., Labrada, L., & Rodríguez, Y. (2021). La voz: una herramienta para el profesional de la educación. *Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, 8(3), 45–56.

Dosal González, R. (2014). Producción de la voz y el habla: La fonación.

Fajardo, D. F. (2019). Peligros ocupacionales que aportan a la presencia de síntomas de disfonía en docentes. *Areté*, 19(2), 11–22.

Farías, P. (2018). Diagnóstico de la función vocal en voz ocupacional: la disfonía del docente calificada según la CIF (Tesis).

Fernández de las Nieves, I., Arrabal Campos, F. M., Oña Burgos, P., Torres-Moreno, J. L., & Herrero Sánchez, C. (2016). Dispositivo de rotación de tubos de resonancia magnética nuclear (Tesis).

Fernández Hebrero, P. (2022). Cuerpo introyectivo, la relajación.

Fleta Zaragozano, J. (2021). Disfonía en la infancia. Valoración y pauta a seguir. *Boletín Pediátrico de Aragón, La Rioja y Soria*, 51, 81–85.

Gallego Maya, Á. M. (2021). Modelo físico para la simulación del comportamiento vibratorio de las cuerdas vocales (Tesis).

Gómez, W. C. (2022). Fisiología respiratoria: lo esencial en la práctica clínica. Editorial El Manual Moderno.

Guerrero Pérez, G. M. (2019). La voz: cualidades de la voz, clasificación, defectos e higiene de la voz.

Hunter, E. J., & Cantor-Cutiva, L. C. (2018). Acoustic characteristics of occupational voice use: A systematic review.

Kayes, G. (2015). *Structure and Function of the Singing Voice*.

Lozano Barra, B., Schrader, U., González, A. E., Luzardo, M., & Ramírez, L. C. (2022). Representación acústica del pasaje del tenor. En XII Congreso Iberoamericano de Acústica – FIA 2020/2022 (pp. 1–12). Federación Iberoamericana de Acústica.

Manzano Aquihuatl, C., & Guzmán, M. (2021). Rehabilitación vocal fisiológica con ejercicios de tracto vocal semiocluido.

Mansilla, A. G. (2022). Efectos mediatos del calentamiento vocal sobre las cualidades de la voz y los síntomas de disconfort del tracto vocal en actores de San Nicolás de los Arroyos (Tesis).

Martínez Torres, M. (2012). *Psicología de la comunicación*.

Miño, J., & Ruiz Sol, N. (2022). Estudio descriptivo de la función fonatoria y respiratoria en docentes de educación primaria de la escuela N.º 17 “Dr. Diógenes de Urquiza” (Tesis).

Muente Bayona, S. X., & Zeuner, V. K. (2018). La voz del personaje: Construyendo imágenes sonoras a través de la combinación de las cualidades acústicas de la voz en un proceso creativo.

Muñoz González, M. L. (2018). Análisis de los factores que inciden en el desarrollo de disfonía en docentes del colegio Pomaire (Tesis).

Muñoz López, L., & Fernández Cervilla, F. (2016). Epidemiología de la patología vocal en docentes de primaria. *Journal for Educators, Teachers and Trainers*, 7(1), 50–60.

Navarro Pozuelo, S., Navarro Marhuenda, F., & Romero Martínez, P. (2018). *Voz: Trastornos y rehabilitación* (3.ª ed.). FA Editorial.

Ortiz Zuña, Y. A. (2024). Abuso y mal uso vocal en los docentes de educación básica.

Paniagua Vivas, E. (2020). Dinámica de la vibración de los pliegues vocales: teoría y aplicaciones foniatricas.

Pantoja, S. (2017). *La voz: Manual de ejercicios*.

Palacios, D. A. (2017). Contribución al estudio de selección de parámetros para identificación de estrés en la voz (Tesis).

Peña Romero, D. A. (2015). El acondicionamiento vocal como estrategia pedagógica para el uso adecuado de la voz en la labor docente.

Pérez, V. M. P. (2019). Cualidades de la voz en docentes de la facultad de ciencias de la salud de una institución en Cartagena.

Quintana Romero, L. V. (2023). Guía de cuidado vocal: Integración de técnicas de actuación, canto y fonoaudiología para el bienestar vocal.

Rincón, M., Neira, Y., & Díaz, M. (2021). Conocimiento de los factores de riesgo vocal y presencia de síntomas vocales en profesores universitarios. *Revista de Otorrinolaringología y Fonoaudiología*, 15(2), 45–53.

Rodero, E. (2024). Locución para proyectos sonoros: Dar vida al sonido a través de las cualidades de la voz.

Bibliografía

Rodríguez Noulivos, F. J. (2018). El despertar del lenguaje: La sonoridad de la voz y el devenir musical de la palabra.

Sánchez Delgado, P., Marco Calderón, M., & Belda Galbis, A. (2019). La voz como instrumento clave en la competencia comunicativa del docente universitario.

Tejeda Navalón, P. (2012). La problemática de la voz en los docentes.

Torres Olivares, C. (2020). Efectos del calentamiento vocal en profesionales de la voz: revisión sistemática de la literatura (Tesis de Magíster). Universidad de Valparaíso.

Ubaque Macías, P. V. (2024). Modelo de aprendizaje significativo como base en la comprensión y práctica de la fisiología de la voz cantada.

Valencia Jeria, V. N. (2016). Disfonía ocupacional en profesores: una experiencia práctica en los colegios España y Nueva Providencia. Universidad Técnica Federico Santa María.

Varela Cerchi, A. C. (2019). Prevalencia de los trastornos de la voz y las variables asociadas a los mismos en docentes de dos colegios de Bogotá.

Zegarra Riofrío, E. (2019). Aplicación de ejercicios del tracto vocal semiocluido para mejorar la proyección de la voz de estudiantes de actuación.

Grado de información sobre educación vocal y disfonía funcional en estudiantes de profesorado de nivel primario.

Suárez Macchi Milagros, Taboada Gaitán Aylene.

INTRODUCCIÓN

La voz es un instrumento esencial en la comunicación, permite transmitir emociones, intenciones, ideas, y es única en cada persona. Para poder transmitir un mensaje claro y que se comprenda su intención emocional, intervienen aspectos como el tono, timbre, volumen e intensidad. La voz en cada persona es única.

OBJETIVO

Analizar el grado de información sobre educación vocal y sobre disfonía funcional que refieren los estudiantes de profesorado de nivel primario en la ciudad de Mar del Plata en el año 2025.

MATERIALES Y MÉTODO

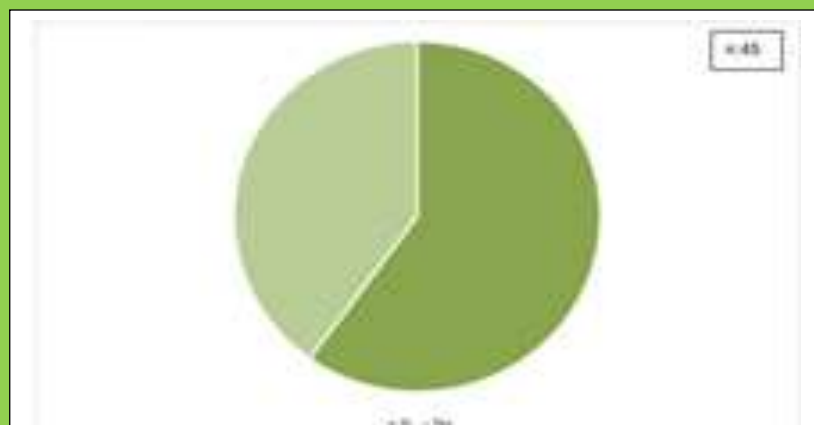
Investigación descriptiva, no experimental transversal. Se realizó un muestreo no probabilístico por conveniencia a 45 estudiantes del profesorado de nivel primario, a través de una encuesta virtual.

RESULTADOS

Los estudiantes reconocen la voz como herramienta clave en su profesión. 27 encuestados reportaron problemas vocales durante sus prácticas, principalmente quienes cursan años avanzados, mencionaron dolor, disfonía y molestias. La mayoría consideró que la formación recibida sobre educación vocal fue escasa y no incluyó prevención de disfonías, aunque los estudiantes mostraron buen conocimiento sobre factores de riesgo y su importancia.

CONCLUSIONES

Los estudiantes de profesorado identifican la importancia del cuidado vocal, pero la información recibida es escasa. Es fundamental incorporar contenidos sobre educación vocal en la formación docente y así evitar disfonías que puedan comprometer a la práctica profesional.



REPOSITORIO DIGITAL DE LA UFASTA

AUTORIZACION DEL AUTOR

En calidad de TITULAR de los derechos de autor de la obra que se detalla a continuación, y sin infringir según mi conocimiento derechos de terceros, por la presente informo a la Universidad FASTA mi decisión de concederle en forma gratuita, no exclusiva y por tiempo ilimitado la autorización para:

Publicar el texto del trabajo más abajo indicado, exclusivamente en medio digital, en el sitio web de la Facultad y/o Universidad, por Internet, a título de divulgación gratuita de la producción científica generada por la Facultad, a partir de la fecha especificada.

Permitir a la Biblioteca que sin producir cambios en el contenido, establezca los formatos de publicación en la web para su más adecuada visualización y la realización de copias digitales y migraciones de formato necesarias para la seguridad, resguardo y preservación a largo plazo de la presente obra:

1. Autor:

Apellido y Nombre:.....

Tipo y Nº de Documento:.....

Teléfono/s:

E-mail:.....

Título obtenido:

2. Identificación de la Obra:

TÍTULO de la obra (Tesina, Trabajo de Graduación, Proyecto final, y/o denominación del requisito final de graduación):

.....

Fecha de defensa: ____/____/20____

3. AUTORIZO LA PUBLICACIÓN BAJO CON LA LICENCIA Creative Commons

(recomendada, si desea seleccionar otra licencia visitar <http://creativecommons.org/choose/>)



Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-Compartir Igual 3.0 Unported.

Firma del Autor

-

Lugar y Fecha