

# Promoción de la Higiene Vocal en Docentes

## Identificación del programa

<b>UNIDAD DE ESTUDIO:</b>	
<b>ESPECIALIDAD:</b>	Otorrinolaringología
<b>PERIODO ACADÉMICO:</b>	
<b>FECHA INICIO:</b>	6 semanas
<b>FECHA FINALIZACIÓN:</b>	6 semanas
<b>TOTAL DE HORAS:</b>	20 horas
<b>MODALIDAD:</b>	Virtual
<b>COORDINADOR:</b>	Jessica Castro
<b>CELULAR:</b>	Jacastro@fucsalud.edu.co



### Descripción o presentación:

El curso aporta los conocimientos básicos para que los docentes conozcan acerca de los factores de riesgo que se pueden presentar, patología vocal a los que se encuentran expuestos en el ejercicio de su profesión y las medidas de higiene vocal y técnicas de uso correcto de la voz con las cuales pueden hacer un empleo efectivo y eficiente de su herramienta de trabajo, la voz.

### Justificación:

Conforme avanza la humanidad se tiene a la disposición de esta una mayor cantidad de herramientas para facilitar su acceso a los conocimientos, y hacer de estos algo amable para las personas que los está adquiriendo partiendo de este concepto; se busca con este curso, distribuido en 6 unidades temáticas, el conocimiento básico de la anatomía y fisiología de laringe; importante para conocer las estructuras implicadas en la generación de la voz y su correcto funcionamiento. Los factores de riesgo relacionados con la generación de patología vocal en docentes de manera tal que el docente este en la capacidad de identificarlos y minimizarlos. Los síntomas presentados cuando se padece algún tipo de patología vocal con el fin de identificarlos y consultar con el especialista oportunamente. Y finalmente dos unidades temáticas donde se abordan los temas de higiene vocal y técnicas de uso adecuado de la voz que son los que permitirán al docente llevar un ejercicio saludable de su profesión.

### Objetivos:

Objetivos generales:

Desarrollar conocimientos que promuevan el autocuidado vocal

Objetivos específicos:

- Adquirir conocimientos acerca de la composición y funcionamiento del aparato fonatorio.

- Identificar factores de riesgo implicados en el desarrollo de patología vocal
- Identificar las patologías vocales y sus síntomas.
- Identificar medidas de higiene vocal, necesarias para disminuir la aparición de patología vocal.
- Conocer las técnicas básicas de uso correcto de la voz, necesarias para un mejor desempeño vocal.

### Competencias a desarrollar:



Saber:

- 
- Conocer en forma apropiada las estructuras que componen el aparato fonatorio a partir de un objeto de aprendizaje con imágenes explicativas, para identificar las estructuras de anatomía básica del aparato fonatorio implicadas en la producción de la voz.
  - Comprender en forma lógica el funcionamiento del Aparato Fonatorio y la producción de la voz, a partir de un objeto de aprendizaje con imágenes explicativas, con la finalidad de conocer los mecanismos de la producción de voz.
  - Distinguir en forma apropiada los síntomas de patología vocal, de acuerdo a un objeto de aprendizaje con imágenes explicativas, con la meta de identificar tempranamente los síntomas de alteraciones vocales para acudir oportunamente al otorrinolaringólogo.
  - Identificar adecuadamente los factores de riesgo de patología vocal, según un objeto de aprendizaje con imágenes, videos y sonidos explicativos, con la finalidad de modificar los factores de riesgo a los cuales se encuentra expuesto en el ejercicio de su profesión.

Ser:

- Profesional consciente de la importancia de la voz como herramienta de trabajo para de este modo cuidarla y optimizar su uso.

Saber hacer:

- Utilizar en forma satisfactoria las medidas de higiene vocal, a partir de un objeto de aprendizaje con imágenes y sonidos explicativos, con el objeto de implementarlos en sus rutinas diarias para mejorar el desempeño del aparato fonatorio.
- Utilizar en forma natural las técnicas de entrenamiento vocal, de acuerdo a de un objeto de aprendizaje multimedial con la meta de realizar un uso efectivo y eficiente de la voz.

## Metodología:

Hace referencia a los aspectos primordiales que permiten dar cuenta del proceso de enseñanza por medio de la cual se hacen efectivos los respectivos contenidos temáticos dentro de los correspondientes procesos pedagógicos.

Curso virtual higiene vocal

## Temas

Semana	Temas y Subtemas	Recursos y actividades	Criterios de Evaluación
1	Identificar las estructuras que componen el aparato fonatorio	2 imágenes	Mediante una imagen dinámica de las diferentes partes del aparato fonatorio, se buscara que identifiquen sus estructuras.
2	Conocer el funcionamiento del aparato fonatorio y producción de la voz	1 imagen	Mediante una imagen dinámica de las diferentes partes del aparato fonatorio, se buscara que identifiquen sus estructuras y la función de estas.

3	Síntomas de patología vocal	3 imágenes y 3 sonidos	Correcta identificación de los síntomas.
4	Factores de riesgo de patología vocal	Imagen general y 10 ventanas con la respectiva descripción	Correcta identificación de los factores de riesgo.
5	Medidas de higiene vocal	Lista de chequeo de las diferentes medidas de higiene vocal y el docente tendrá autoevaluarse si las realiza	Correcta identificación de las medidas de higiene vocal
6	Técnicas de entrenamiento vocal	3 videos	Se pondrán una serie de videos donde se explique paso a paso técnicas vocales y posterior a esto el docente realizara un test donde el paciente organice en orden secuencial los pasos para la realización de la técnica

### Criterios de evaluación:

Se evalúa la adquisición de los conocimientos acerca del aparato fonatorio, su funcionamiento, los síntomas relacionados con la patología vocal y las principales medidas de higiene vocal y técnicas de uso correcto de la voz.

Se considera aprobado con una resolución de un 82% de las actividades planteadas en cada módulo.

### Bibliografía

1. Bovo R, Galceran M, Petruccelli J, Stravros H. Vocal Problems Among Teachers: Evaluation of a Preventive Voice Program. *Journal of Voice*. 2007;21(6):705-22.
2. A V. Voice Disorders in the Metropolitan Area of San Juan, Puerto Rico: Profiles of Occupational Groups. *Journal Of Voice*. 2011;25(1):83-7.
3. Ahumada F, Álvarez C, Ávalos E, Borrágán A, Campos G, Cantillo E, et al. Rehabilitación Vocal- Tratamiento Logopédico. 2013. In: *Patología de la Voz [Internet]*. Valencia; [457-88].

4. Barreto D, Chaux O, Estrada M, Sanchez J, Moreno M, Camargo M. Factores ambientales y hábitos vocales endocentes y funcionarios de pre-escolar con alteraciones de voz. *Revista de Salud Publica (Bogotá)*. 2011;13(3):410-20.
5. Hazlett D, Duffy O, Moorhead S. Review of the Impact of Voice Training on the Vocal Quality of Professional Voice Users: Implications for Vocal Health and Recommendations for Further Research. *Journal of Voice*. 2011;25(2):181-91.
6. Garcia R, Neves E, Bosque C, Mendes E. Voice Disorders in Teachers. A Review. *Journal of voice*. 2014;28(6):716- 24.
7. Nanjundeswaran C, Li N, Chan K, Wong R, Yiu E, Verdolini-Abbott K. Preliminary Data on Prevention and Treatment of Voice Problems in Student Teachers. *Journal of Voice*. 2012;26(6):816.
8. Garcia C, Tobón O. Promoción de la Salud, Prevención de la Enfermedad, Atención Primaria en Salud y Plan de Atención Básica ¿Qué los acerca? ¿Qué los separa? Health promotion, illness Prevention, Primary Health care Attention and Basic Attention plan, what brings them together? What separates them? *Hacia promoción de la salud*. 2000(5):7-21.
9. Institute TVaS. Voice Conservation & Vocal Hygiene: Tips for a Healthy Voice [Available from: <http://www.nyee.edu/pdf/voice-vocal-tips.pdf>].
10. Barkmeier J, Belafsky P, Jouret C, Kuhn M, Leonard R, Steele E, et al. Vocal Hygiene 2015 [UCDAVIS. CENTER OF VOICE AND SWALLOWING]. Available from: <http://www.ucdvoice.org/vocal-hygiene/>.
11. Ostrem J OE, Carruth T, Emerich, Gray S, Leigh- Johnson J, Romero L, Titze I. Voice Academy Text 2014 [Voice academy. A no cost, self direct, virtual school built for the vocal health of U.S teachers]. Available from: <http://www.uiowa.edu/~shcvoice/textonly.html>.