



Maestría en Ergonomía Laboral

Plan de
Investigación

PERCEPCIÓN DE TRASTORNOS DE LA VOZ Y BURNOUT DURANTE TELETRABAJO EN UN GRUPO DE DOCENTES UNIVERSITARIOS DE LA CIUDAD DE QUITO.

Nombre MAESTRANTE ANDREA LUCÍA ROVERE NOVILLO

Correo: andrea.rovere@uisek.edu.ec

DIRECTOR/A

Nombre PABLO
DÁVILA
Correo
pablo.davila@uisek.edu.ec

Fecha: 28/07/2021

RESUMEN (máximo 250 palabras)

Objetivos: Determinar la percepción de trastornos vocales y burnout en docentes universitarios de la ciudad de Quito durante el teletrabajo a consecuencia de la pandemia por COVID-19

Método: Estudio descriptivo transversal donde participaron 34 docentes universitarios, se evaluaron la percepción de incapacidad vocal mediante el test VHI-30, la sintomatología con el SIVD y burnout mediante el test MBI. Todas las variables fueron codificadas y categorizadas

Resultados: 11.76% de los participantes perciben una incapacidad vocal moderada, 2,94% severa, un 8,83% de los mismos presentan indicadores sugestivos de burnout asociados a patología laríngea diagnosticada por laringoscopia.

Conclusiones: Se pudo concluir que existe un bajo porcentaje de asociación entre burnout y percepción de incapacidad vocal a comparación de otros estudios donde el nivel de desórdenes de la voz en docentes se encuentra entre un 30 y 60% durante la pandemia.

Palabras clave: trastornos de la voz, VHI-30, trabajo en casa, teletrabajo, maestros, docentes, trabajo en casa, agotamiento, burnout, SIVD.

DIRECTOR/A

*Nombre PABLO
DÁVILA
Correo
pablo.davila@uisek.ed
u.ec*

Fecha: 28/07/2021

ABSTRACT

Objectives: To determine the perception of vocal disorders and burnout in university teachers in the city of Quito during teleworking as a result of COVID-19 pandemic.

Method: Cross sectional descriptive study where 34 university teachers participated, the perception of vocal disability was evaluated using the VHI-30 test, the symptoms with the SIVD and burnout using the MBI test. All variables were coded and categorized.

Resulted: 11.76% of the participants perceive a moderate vocal disability, 2,94% severe, y el 8,83% of them present indicators suggestive of burnout, associated with laryngeal pathology diagnosed by laryngoscopy.

Conclusions: It was possible to conclude that there is a low percentage of association between burnout and perception of vocal disability compared to other studies where the level of perception of vocal disorders in teachers is between 30 and 60% during the pandemic.

Key words: voice disorders, VIH-30, work at home, telework, teachers, exhaustion, burnout, SIVD.

Introducción

La principal herramienta de comunicación del ser humano es la voz, cerca del 5% de la población general presenta trastornos relacionados con su uso, la prevalencia en España de dichos trastornos en profesionales docentes se ubica entre el 17% y el 57% (Nonó et al, 2014).

Para un docente la voz constituye su instrumento principal de trabajo, por la cual difunde sus conocimientos, es decir es una herramienta fundamental de gestión e interacción social (Gavica-Vasquez et al, 2020)

De acuerdo con la Organización Internacional del Trabajo (OIT) los docentes son considerados como la primera categoría profesional con alto riesgo de contraer enfermedades profesionales relacionadas al uso de la voz (Gavica-Vasquez et al, 2020).

Algunos estudios internacionales demuestran que el factor de riesgo para carga vocal es superior en docentes con un 70,77% a comparación de otras ocupaciones (Seifpanahi et al, 2015). La aparición de desórdenes de la voz no solo afecta la salud del docente si no también su comunicación y vida social, cuya consecuencia genera afecciones emocionales (Byeon, 2019)

Los problemas de salud en docentes incluidos los relacionados con la voz se asocian a su entorno físico y de enseñanza. En la literatura se data que los siguientes factores etiológicos pueden ocasionar problemas vocales, hábitos como fumar, uso inadecuado de la voz, ambiente físico de trabajo o condiciones organizacionales propias de la actividad laboral, riesgos psicosociales como el exceso de carga horaria, jornadas de

trabajo prolongadas y ritmo estresante (Ferreira de Brito Mota et al, 2019)

Por otra parte, en el año 2020 tras la declaratoria de pandemia por COVID-19 realizada por la Organización Mundial de la Salud, se implementaron medidas preventivas y restrictivas para reducir la transmisión del virus, una de las más drásticas es el confinamiento obligatorio que provocó cambios sin precedentes en la economía mundial y en la forma de realizar el trabajo. En este sentido el docente se ve obligado a interactuar desde casa con sus estudiantes mediante clases por medios convergentes y otras tecnologías que implican el uso de micrófonos, auriculares, celulares, tablets, computadoras portátiles y plataformas de estudio (Donalson Siqueira et al, 2020).

El teletrabajo y uso de nuevas tecnologías no delimita claramente las actividades laborales de las actividades del hogar, lo que puede afectar negativamente la salud física y mental de los docentes (Oakman et al, 2020)

Un estudio realizado en Sao Paulo-Brasil año 2018, confirma una probable relación entre desordenes de la voz con el síndrome de Burnout (Ferreira de Brito Mota et al, 2019). De acuerdo con la normativa española NTP 704 el burnout se define como *"una respuesta al estrés laboral crónico integrada por actitudes y sentimientos negativos hacia las personas con las que se trabaja y hacia el propio rol profesional, así como por la vivencia de encontrarse emocionalmente agotado. Esta respuesta ocurre con frecuencia en los profesionales de la salud y, en general, en profesionales de organizaciones de servicios que trabajan en contacto directo*

con los usuarios de la organización." (Fidalgo Vega, 2000, p. 3)

Los riesgos psicosociales pueden ocasionar problemas de salud tanto físico como mental, entre ellos, la desmotivación y la disminución de la efectividad en el trabajo, generando a nivel académico una afectación en la calidad de enseñanza, a pesar de ello existen pocos estudios que evalúen el riesgo psicosocial en docentes universitarios durante la emergencia sanitaria provocada por el COVID-19. (Prado-Gascó et al, 2020)

Además de los riesgos psicosociales mencionados es imperativo valorar la percepción vocal en docentes. En Ecuador existen pocas investigaciones relacionadas con la voz en docentes universitarios, en su mayoría los artículos encontrados valoran la percepción vocal mediante el instrumento índice de incapacidad vocal (VHI-30), por las limitaciones técnicas que genera la valoración del ambiente físico, el VHI-30 es un instrumento válido que mide la disfonía

que percibe el paciente (Núñez-Batalla et al, 2007). De acuerdo a un estudio realizado en Cuenca en el 2018 por Pico Pinos, J. y Muñoz Vélez, T. mediante el instrumento VHI-30 se identificó que el 31.4% de los docentes presentaron un grado de alteración vocal leve o disfonía. (Pico y Muñoz, 2018)

El bienestar mental y cuidado de la voz son temas de gran relevancia a investigar en este grupo laboral, al tener un gran impacto en la calidad de enseñanza y rendimiento del docente y sobre todo en su salud social y psicológica. En nuestro contexto existen muy pocos estudios de investigación sobre estos temas, por lo tanto, nuestro objetivo es determinar la percepción de trastornos vocales y la presencia de burnout "síndrome del quemado" en docentes universitarios de una institución de la ciudad de Quito durante el teletrabajo a consecuencia de la pandemia por COVID-19.

Método

El estudio es de tipo descriptivo transversal, donde se aplicará un cuestionario bajo consentimiento informado, mediante la plataforma digital Google Forms a una población total de 74 docentes de una institución de educación superior de la ciudad de Quito, 32 mujeres y 42 varones, los mismos que se encuentran realizando actividades de docencia mediante teletrabajo desde marzo del 2020. De esta población total se tomarán en cuenta los siguientes criterios de inclusión; 1) Contestar de manera voluntaria el cuestionario bajo un consentimiento informado. 2) Haber

realizado una Laringoscopia laríngea en el 2019.

Dentro del estudio además se analizaron las variables sociodemográficas como, edad (20-30 años, 31-40 años, 41-50 años, 51-60 años), sexo (hombre – mujer), años de docencia (0-5 años, 6-10 años, 11-15 años, 16-20 años, >21 años), horas de trabajo semanal en docencia mediante medios convergentes(<5 horas, 6-10 horas, 11-15 horas, 16-20 horas,>21 horas), datos obtenidos de la historia clínica como: resultado de laringoscopia, (patológicos y no patológicospatológicos todos aquellos que presenten lesión a nivel de estructura laríngea (cartílagos) y cuerdas vocales, y el no patológico

considerado como examen normal de acuerdo a la evaluación por especialista en otorrinolaringología), hábitos como consumo de tabaco, consumo de alcohol, ingesta de agua durante el día, su percepción en relación al cuidado de la voz.

Para la ejecución de este estudio se utilizarán tres instrumentos los cuales son;

1) Vocal Hándicap Índex (VHI-30), el cual es una herramienta para valoración subjetiva de la discapacidad vocal, es un cuestionario validado que permite medir el impacto percibido y comportamiento de la voz según sus usuarios, mide tres dimensiones que son: física, funcional y emocional, a cada pregunta se le asigna una puntuación de 0 a 4 de acuerdo a su percepción (0=Nunca, 1= Casi Nunca, 2= A veces, 3= Casi siempre, 4= Siempre), el resultado se obtiene de acuerdo a las siguiente escalas; Incapacidad por ítem leve menor a 20 puntos, moderada 21-30 puntos, severa > 30 puntos. Además, se valora la incapacidad global que se mide de la siguiente manera; leve menos 30 puntos, moderada de 31 a 60 puntos, severa de 61 a 90 puntos y grave de 91 a 120 puntos (Núñez-Batalla et al, 2007)

2) Índice de detección de trastornos de la voz (Screening index of voice disorders SIVD), es un instrumento

validado para docentes, el cual mide la frecuencia de síntomas relacionados con desordenes de la voz que son, ronquera, perdida de voz, voz entrecortada, bajo tono de voz, flema, tos seca, tos con secreción, dolor al hablar, dolor al tragar, secreción y flema en la garganta, garganta seca, habla tensa, se miden en la siguiente escala (0 = Nunca y algunas veces, 1 = Siempre y Casi siempre), si el resultado a estos síntomas es 5 o mayor 5 es sugestivo de un desorden vocal (de Assis Moura Ghirardi et al, 2012)

3) Maslach Burnout Inventory, herramienta que se utiliza para medir burnout en educadores y personal del sector servicios, que evalúa tres escalas, cansancio emocional (Agotamiento), despersonalización (Cinismo) y realización personal (Eficacia profesional). Los ítems deben ser respondidos por los docentes haciendo uso de una escala de frecuencia tipo Likert que va de "0" (nunca) a "6" (siempre), para obtener la puntuación de cada escala, hay que sumar las puntuaciones obtenidas en cada uno de los ítems que pertenecen a cada escala y dividir el resultado para el número de ítems de la escala, altas puntuaciones de agotamiento y altas puntuaciones de cinismo unidas a bajas puntuaciones de eficacia profesional serán indicadoras de burnout (Esteve et al, 2000)

Resultados.

Características de los participantes:

45 encuestas fueron recolectadas bajo consentimiento informado, de las cuales se excluyeron 11, por no tener una laringoscopia previa. Los datos se observan en las tablas 1 y 2

Tabla 1. Obtención de la muestra definitiva

Obtención de la Muestra	Hombres N (%)	Mujeres N (%)	Total
<i>Población planificada</i>	42 (56.7%)	32 (42.2%)	74,0 (100%)
<i>Participantes que aceptaron el consentimiento o informado</i>	29 (64.4%)	16 (35.5%)	45 (60,0%)
<i>Muestra definitiva cumple criterios de inclusión (laringoscopia)</i>	21(62,0%)	13 (38,0%)	34 (45,9%)

Tabla 2. Características de los participantes muestra definitiva

<i>Edad</i>	Hombres N (%)	Mujeres N (%)	Total
20-30 años	1 (2,9%)	0,0 (0%)	1(2,9%)
31-40 años	8(23,5%)	7(20.5%)	15(44,1%)
41-50 años	6(17.6%)	3 8.8%)	9(26,4%)
51-60 años	6(17.64%)	3 8.82%)	9(26,7%)
Total	21	13	34

Años ejerciendo docencia.	Hombres N (%)	Mujeres N (%)	Total
0-5 años	4 (11.7%)	2 (5,8%)	6(17,6%)
6-10 años	7(20.5%)	6(17.6%)	13(38,2%)
11-15 años	5(14.7%)	2 (5,8%)	7(20.5%)

Fuente: Resultados de laringoscopias, 2019 /
Elaboración: Andrea Rovere

Uno de los criterios más importantes del estudio es el examen físico de larínge y cuerdas vocales el cual constituyó un criterio de inclusión para el estudio, Los resultados se observan en la Tabla 3.

16-20 años	3 8.8%)	2 (5,8%)	5(14,7%)
>21 años	2 (5,8%)	1 (2 9%)	3(8,8%)

<i>Percepción del cuidado de la voz. ¿Usted cree que cuida su voz?</i>	Hombres N (%)	Mujeres N (%)	Total
Sí	3 (8.8%)	3 (8.8%)	6(17,6%)
No	18(52.9%)	10(29.4%)	28(82,3%)

<i>Hábitos de consumo de tabaco ¿Usted Fuma?</i>	Hombres N (%)	Mujeres N (%)	Total
Sí	3 8.8%)	1 (2,9%)	4(11,7%)
No	18(52.9%)	12(35.2%)	30(88,2%)

<i>Hábitos de consumo de alcohol ¿Usted consume bebidas alcohólicas?</i>	Hombres N (%)	Mujeres N (%)	Total
Sí	16(47.0%)	6(17.6%)	22(64,7%)
No	5(14.7%)	7(20.5%)	12(35,9%)

<i>Hábitos de ingesta de agua ¿Ingiere agua al menos 2 litros en el día?</i>	Hombres N (%)	Mujeres N (%)	Total
Sí	12(35.2%)	8(23.5%)	20(58,8%)
No	9 (26.4%)	5(14.7%)	14(41,1%)

Tabla 3. Examen físico de larínge y cuerdas vocales

Resultado de examen por Otorrinolaringología LARINGOSCOPIA	Hombres N (%)	Mujeres N (%)	TOTAL
Patológico	7(20.5%)	9 (26.4%)	16 (47.0%)
No patológico	14 (41.1%)	4 (11.7%)	18 (59,9%)

Fuente: Resultados de laringoscopias, 2019 /
Elaboración: Andrea Rovere

En relación con el teletrabajo los resultados se pueden ver en la Tabla 4.

Tabla 4. Uso para docencia y comunicación de medios convergentes

¿Cuántas horas a la semana utiliza su voz para impartir clases, mediante medios convergentes?	Hombres N (%)	Mujeres N (%)	Total
< 5 horas	0(0,0%)	2 (5,8%)	2(5,8%)
6-10 horas	2 (5,8%)	2 (5,8%)	4(11,7%)
11-15 horas	7(20,5%)	3 (8,8%)	10(29,4%)
16-20 horas	11(32,3%)	4 (11,7%)	15(44,1%)

>21 horas	1 (2,9%)	2 (5,8%)	3(8,2%)
¿Cuántas horas a la semana usted utiliza su voz para comunicarse con estudiantes o compañeros de trabajo?	Hombres N (%)	Mujeres N (%)	Total
0-5 horas	12 (35,2%)	7(20,5%)	19(55,8%)
6-10 horas	4 (11,7%)	2 (5,8%)	6(17,6%)
>10 horas	5(14,7%)	4 (11,7%)	9(26,4%)

Fuente: Percepción de trastornos vocales y síndrome de Burnout/ **Elaboración:** Andrea Rovere.

En la tabla 5 se resumen los datos obtenidos para el índice de discapacidad vocal total, cada una de sus subescalas y

el índice de detección de trastornos de la voz mediante su sintomatología.

Tabla 5. Resultado de evaluación de índice de discapacidad vocal total –por escalas y el índice de detección de trastornos de la voz

	V.H.I. total		F (Funcional)		O (Orgánica)		E (Emocional)	
Media	32,3		5,44		9		2,41	
Mediana	14		4,5		7		0,5	
	V.H.I. total		F (Funcional)		O (Orgánica)		E (Emocional)	
	Hombres N (%)	Mujeres N (%)	Hombres N (%)	Mujeres N (%)	Hombres N (%)	Mujeres N (%)	Hombres N (%)	Mujeres N (%)
Leve	17(50%)	12(35,29%)	21(61,76%)	13(38,2%)	21(61,76%)	12(38,2%)	21(61,76%)	13(38,2%)
Moderado	3(8,82%)	1(2,94%)	0	0	0	1(2,94%)	0	0
Severo	0	1(2,94%)	0	0	0	0	0	0
Muy Severo	0	0	0	0	0	0	0	0
Índice de detección de trastornos de la voz (SIVD)								
Sintomatología de la voz	Hombres N (%)	Mujeres N (%)	Puntaje	Hombres N (%)	Mujeres N (%)	Sintomatología en relación al Teletrabajo	Hombres N (%)	Mujeres N (%)
Ronquera	15(44.11%)	7(20.58%)	Alta probabilidad de patología laríngea > 5 puntos	2(5.88%)	2(5.88%)	Durante el Teletrabajo: periodo marzo 2020- junio 2021	4(11.76%)	6(17.64%)
Perdida de la Voz	6(17.64%)	5(14.70%)	Baja probabilidad de patología laríngea > 5 puntos	19(55.88%)	11(32.35%)	Desde antes del Teletrabajo: periodo anterior a marzo 2020	9(26.47%)	4(11.76%)
Voz quebrada	9(26.47%)	8(23.52%)						
Voz de tono Bajo	9(26.47%)	8(23.52%)						
Flema	14(41,17%)	7(20.58%)						
Tos Seca	16(47.05%)	8(23.52%)						

Tos con secreción	8(23.52%)	5(14.70%)					
Dolor al hablar	6(17.64%)	4(11.76%)					
Dolor al tragar	8(23.52%)	7(20.58%)					
Secreción y Flema en la garganta	13(38.23%)	5(14.70%)					
Garganta seca	12(35.29%)	11(32.35%)					
Habla tensa	6(17.64%)	5(14.70%)					
Media	11	7					

Fuente: Percepción de trastornos vocales y síndrome de Burnout, Vocal Handicap Index 30(VHI), Índice de detección de trastornos de la voz SIVD/ **Elaboración:** Andrea Rovere.

En cuanto a burnout los resultados obtenidos se presentan en la Tabla 6.

Tabla. 6 resultados de MBI, Media y resultados porcentuales por género						
Burnout	AGOTAMIENTO		CINISMO			
Media	2,73		1,36		5,04	
Mediana	2,4		1		5,58	
Burnout	AGOTAMIENTO		CINISMO		EFICACIA	
	Hombres N (%)	Mujeres N (%)	Hombres N (%)	Mujeres N (%)	Hombres N (%)	Mujeres N (%)
Bajo	10(29,4%)	1(2,94%)	7(20,58%)	6(17,64%)	2(5,88%)	1(2,94%)
Medio	6(17,64%)	4(11,76%)	9(26,47%)	4(11,76%)	1(2,94%)	0
Alto	3(8,83%)	2(5,88%)	4(11,76%)	1(2,94%)	1(2,94%)	0
Muy Alto	2(5,88%)	5(14,70%)	1(2,94%)	1(2,94%)	17(50%)	12(35,29%)

Fuente: Percepción de trastornos vocales y síndrome de Burnout, MBI Maslach Burnout Inventory/ **Elaboración:** Andrea Rovere.

Discusión

En el presente estudio se encontró un mayor porcentaje de percepción leve de incapacidad vocal en docentes. Además, se observó un nivel de agotamiento emocional medio a alto, cinismo en un nivel medio y eficacia en un nivel muy alto,

obteniendo un bajo porcentaje de burnout.

Sobre la percepción de incapacidad vocal es relevante indicar que a pesar de la existencia de patología laríngea diagnosticada por laringoscopia en un 47.05%, apenas un **11.76%** percibe un riesgo moderado y un 2.94% un riesgo

severo de incapacidad vocal durante el periodo de Teletrabajo.

Dentro del grupo con índices altos y muy altos de agotamiento se asocia que un 8,82%(n=3) presentan, un riesgo de percepción de incapacidad vocal medio, índice de detección de desórdenes de la voz mayor a 5 y laringitis crónica diagnosticada por Laringoscopia.

Conforme al resultado del índice de detección de trastornos de la voz, es importante indicar que en un mayor porcentaje se presenta la garganta seca, que se relaciona con la falta de ingesta de líquidos y el desconocimiento por parte de los docentes de medidas para cuidado de su voz.

Nuestros hallazgos de prevalencia, percepción de discapacidad vocal y desórdenes de la voz es inferior a comparación de otros países como Irlanda donde la prevalencia de percepción de incapacidad vocal se incrementó en un 33% durante el teletrabajo a causa de la pandemia por COVID-19. Pero si existe una estrecha relación sobre la sintomatología laríngea, en Irlanda la garganta seca es el síntoma de mayor prevalencia en un 66% (Kenny, 2020).

Un estudio brasileño demostró en 208 docentes que un 64.4% presentan percepción de incapacidad vocal en niveles moderados y severos, resultado superior al nuestro, ya que la percepción de incapacidad vocal de nuestros participantes es leve, además se corrobora que la sintomatología de mayor prevalencia en docentes es la garganta seca en un 88.1%, superando en un 20% nuestro resultado, seguido de la ronquera que en el estudio referido se presenta en

un 84,4% (Ferreira de Brito Mota et al, 2019)

En relación al Burnout o síndrome de estar quemado, existió un porcentaje bajo de asociación entre un alto agotamiento, alto cinismo y baja eficacia solamente un 8.83%(3) de los participantes presentan un cuadro de burnout, siendo estos del género masculino, el resto de los participantes a pesar de presentar altos grados de agotamiento y un nivel medio de cinismo, refiere una alta y muy alta eficacia en un 85,29%. Se corrobora lo mencionado en otros estudios americanos y españoles donde los indicadores de burnout se presentan más en hombres que en mujeres (García Real et al, 2010)

En un estudio realizado en Málaga (España), se obtuvieron al igual resultados del 67% de docentes con desórdenes de la voz de los cuales en un 60% tiene un impacto sobre sus condiciones psicosociales en el trabajo, afectando directamente su desempeño laboral (de Alvear et al, 2010).

Los últimos estudios en Brasil sobre el uso de la voz y COVID-19 se enfocan a la percepción vocal y al uso de mascarillas donde las máscaras faciales incrementan la percepción del esfuerzo vocal, dificultad en la inteligibilidad del habla, la retroalimentación auditiva, el uso de mascarillas en actividades profesionales y esenciales presentó mayores síntomas de fatiga vocal y malestar, esfuerzo vocal, coordinación del habla y la respiración. Un cuestionamiento que no se abarco en el presente estudio por el teletrabajo pero que si nos permite direccionar nuevas investigaciones sobre uso de mascarillas en docentes y retorno a la presencialidad durante el COVID-19 (Ribeiro et al, 2020)

Conclusiones

En el presente estudio se pudo constatar que existe un bajo porcentaje entre la percepción de incapacidad vocal, sintomatología laríngea y burnout durante el teletrabajo a causa de la pandemia por COVID-19.

Se pudo concluir que un bajo porcentaje de los participantes que presentaron indicadores de burnout, además perciben un riesgo moderado de incapacidad vocal con síntomas de alta probabilidad de patología laríngea durante el teletrabajo, y que se ratifican por la laringoscopia con un diagnóstico de Laringitis Crónica.

Se recomienda realizar un nuevo estudio en relación al uso de la voz en clases presenciales y en modo híbrido, para medir factores ambientales propios del entorno físico de las aulas como ruido de fondo, ventilación o calidad de aire, acústica y temperatura – humedad de las aulas y además su asociación con el uso de mascarillas faciales que puedan implicar una dificultad en la comunicación durante

las actividades académicas (Solé Gómez et al, 2020)

A nivel organizacional es recomendable que se distribuya el trabajo de una manera adecuada para evitar una sobrecarga laboral, con el fin de disminuir el estrés y de esta manera disminuir el uso de la voz, proporcionar además medios técnicos para como micrófonos, pizarras digitales o uso de altavoces, pautar pausas y descansos dentro de las horas académicas.

Este estudio se convertirá en un punto de partida para plantear un plan de formación sobre el uso de la voz en docentes ya que cerca del 82,35% de los participantes creen que no cuidan su voz, el mismo que debe concientizar la importancia de una voz eficaz, conocer los factores de riesgo para la voz y como controlarlos, analizar la carga vocal y los límites de la voz, aplicar las recomendaciones para emitir la voz correctamente en el lugar de trabajo (Solé Gómez et al, 2020).

Referencias bibliográficas

1. Byeon, H. (2019). The Risk Factors Related to Voice Disorder in Teachers: A Systematic Review and Meta-Analysis. *International journal of environmental research and public health*, 16(19), 3675. <https://doi.org/10.3390/ijerph16193675>
2. de Assis Moura Ghirardi, A. C.; Piccolotto Ferreira, L.; Pimentel Pinto Giannini, S. y de Oliveira Latorre, M. R. (2012). Screening index of voice disorder: Development and validation. *Journal of the Voice*, 27(2), 195-200. <https://doi.org/10.1016/j.jvoice.2012.11.004>
3. Donalson Siqueira, L. T.; dos Santos, A. P.; Floro Silva, R. L.; Medeiros Moreira, P. A.; da SilvaVitor, J. y Veis Ribeira, V. (2020). Vocal Self-Perception of Home Office Workers During the COVID-19 Pandemic. *Journal of the Voice*, 35(3). <https://doi.org/10.1016/j.jvoice.2020.10.016>

4. Esteve, B. E.; Salanova. M.; Schaufeli, W. y Nogareda, C. (2000). *NTP 732 Síndrome de estar quemado por el trabajo "Burnout" (III): Instrumento de medición*. https://www.insst.es/documents/94886/327446/ntp_732.pdf/bf45e644-2986-42b0-b9a5-ce5bef2917bd
5. Ferreira de Brito Mota, A. F.; Giannini, S., de Oliveira, I. B., Paparelli, R., Dornelas, R., y Ferreira, L. P. (2019). Voice Disorder and Burnout Syndrome. *Journal of the Voice*, 33(4), 581.e7–581.e16. <https://doi.org/10.1016/j.jvoice.2018.01.022>
6. Fidalgo Vega. M. (2000). *NTP 704: Síndrome de estar quemado por el trabajo o "burnout" (I): definición y proceso de generación*. https://www.insst.es/documents/94886/327446/ntp_704.pdf/9a205bee-9bd7-4221-a1ae-39b737974768
7. García Real, T.; Vieiro Iglesias, P. y Gómez Taibo, M. L. (2010). Síndrome de Burnout y alteraciones de la voz en un grupo de docentes. *International Journal of Developmental and Educational Psychology* (1)1, 641-649. <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832324068.pdf>
8. Gavica-Vasquez, W.; Miño-Garzón, G.; Escobar-Segovia, K.; y Arias-Ulloa, C. (2020). Percepción de la perturbación de la voz en docentes de cinco instituciones educativas de un distrito de la ciudad de Guayaqui. *III Jornadas internacionales de investigación científica*. UTN. (pp. 827-838) https://www.researchgate.net/publication/342902559_Percepcion_de_la_perturbacion_de_la_voz_en_Docentes_de_cinco_Instituciones_Educativas_de_un_Distrito_de_la_ciudad_de_Guayaquil
9. Nonó, J. M.; Plaja, A. O.; Juanola Pagès, E.; Corselles Corbella, C. y Mer Santamaria, M. (2014). *El uso profesional de la voz*. Generalitat de Catalunya. http://www.exyge.eu/blog/wp-content/uploads/2014/04/prl_voz.pdf
10. Núñez-Batalla, F.; Corte-Santos, P.; , Señaris-González, B.; Llorente-Pendás, J. L.; Górriz-Gil, C. y Suárez-Nieto, C. (2007). Adaptación y validación del índice de incapacidad vocal (VHI 30) y su versión abreviada (VHI 10) al español. *Acta Otorrinolaringológica Española*. 58(9) 386-392. DOI: 10.1016/S0001-6519(07)74954-3
11. Oakman, J.; Kinsman; N.; Stuckey, R.;, Graham, M. y Weale, V. (2020). A rapid review of mental and physical health effects of working at home: how do we optimise health?. *BMC public health*. 20, 1825. <https://doi.org/10.1186/s12889-020-09875-z>

12. Prado-Gascó, V.; Gómez-Domínguez, M. T.; Soto-Rubio, A.; Díaz-Rodríguez, L. y Navarro-Mateu, D. (2020). Stay at Home and Teach: A Comparative Study of Psychosocial Risks Between Spain and Mexico During the Pandemic. *Front. Psycho.* 11, 2576. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.566900>
13. Seifpanahi, S., Izadi, F., Jamshidi, A. A., Torabinezhad, F., Sarrafzadeh, J., Sobhani-Rad, D., y Ganjuie, M. (2015). Prevalence of Voice Disorders and Associated Risk Factors in Teachers and Nonteachers in Iran. *Journal of voice.* 30(4), 506.e19–506.e5.06E23. <https://doi.org/10.1016/j.jvoice.2015.05.019>
14. Kenny, C. (2020). Dysphonia and Vocal Tract Discomfort While Working From Home During COVID-19. *Journal of voice.* S0892-1997(20)30384-2. <https://doi.org/10.1016/j.jvoice.2020.10.010>
15. de Alvear, R. M., Martínez-Arquero, G., Barón, F. J., y Hernández-Mendo, A. (2010). An interdisciplinary approach to teachers' voice disorders and psychosocial working conditions. *Folia phoniatica et logopaedica : official organ of the International Association of Logopedics and Phoniatrics (IALP).* 62 (1-2), 24–34. <https://doi.org/10.1159/000239060>
16. Solé Gómez, M. D.; Calvet Márquez, S. y Rodríguez Martínez, C. (2020). *Voz y trabajo: procedimiento preventivo.* Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo. <https://www.insst.es/documents/94886/566858/NTP+1149+Voz+y+trabajo+procedimiento+preventivo++A%C3%B1o+2021.pdf/faf847de-5b8c-5ea7-aab0-4805cb494cb9?version=1.0&t=1621435179383>
17. Pico Pinos, J. C., y Muñoz Vélez, T. S. (2018). *Incidencia de problemas de la voz en profesores de educación inicial, zona 6 de educación distrito 01d01.* [Tesis de pregrado, Universidad de Cuenca]. <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/31555>
18. Ribeiro, V. V., Dassie-Leite, A. P., Pereira, E. C., Santos, A., Martins, P., & Irineu, R. A. (2020). Effect of Wearing a Face Mask on Vocal Self-Perception during a Pandemic. *Journal of voice : official journal of the Voice Foundation,* S0892-1997(20)30356-8. Advance online publication. <https://doi.org/10.1016/j.jvoice.2020.09.006>