

JORNADA TÉCNICA  
**VOZ Y TRABAJO: HERRAMIENTAS PARA LA PREVENCIÓN**  
03 de noviembre de 2022  
CNCT – BARCELONA



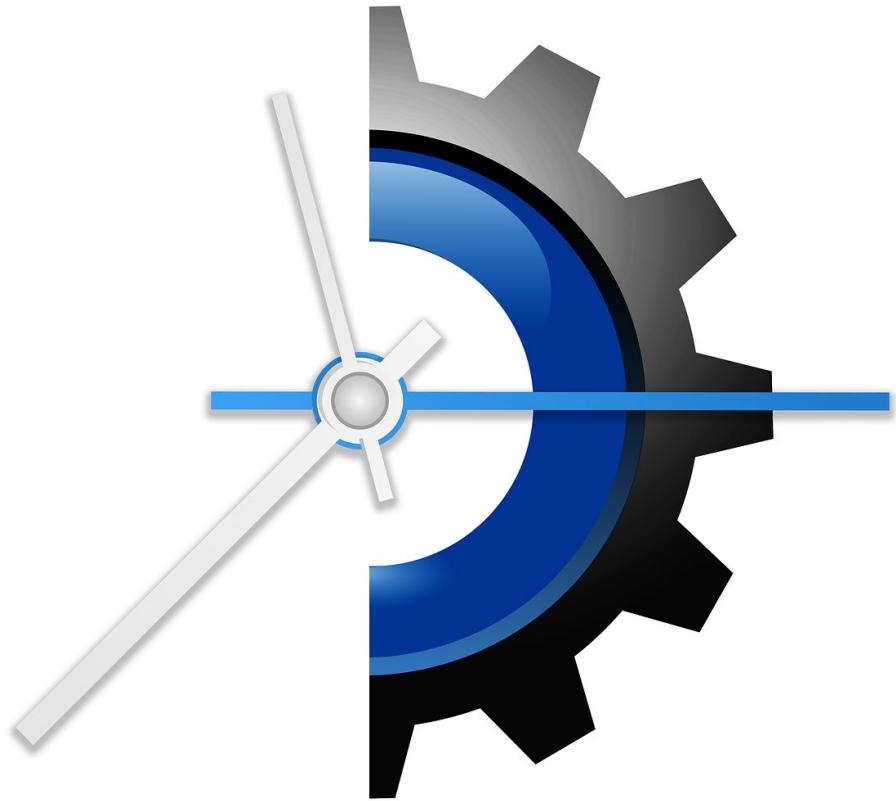
GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE TRABAJO  
Y ECONOMÍA SOCIAL



Instituto Nacional de  
Seguridad y Salud en el Trabajo

| HORARIO       | TEMA  | PONENTES   |
|---------------|---|--|
| 10:00 – 10:15 | Inauguración  | Montserrat Solórzano   |
| 10:15-10:45   | Introducción y Constitución, logros y futuro del grupo Voz. | Dolors Solé  |
| 10:45-11:15   | Disfonías: experiencias en primera persona                  | Meritxell Riu<br>Ingrid Homs<br><br>Modera: Lluís Sarró  |
| 11:15-11:45   | Disfonías: contribución de la logopedia                     | J.Maria Vila-Rovira  |
| 11:45-12:00   | Pausa   |  <b>MUÉVETE</b> |
| 12:00-12:40   | Voz profesional: recomendaciones y recursos                 | Laura González<br>Mariona escoda   |
| 12:40-13:00   | Coloquio  |  |





Constitución  
Logros  
Futuro



- 
- En nuestro entorno se estima que el 30% de la población laboral utiliza la voz a diario como principal herramienta de trabajo.
  - Múltiples profesiones afectadas.
  - 298 partes EEPP Nódulos.



## PUNTO DE INFLEXIÓN

- Por primera vez en el Real Decreto 1299/2006, de 10 de noviembre, de EEPP se reconocieron **los nódulos de cuerdas vocales** como consecuencia de esfuerzos sostenidos de la voz por motivos profesionales.



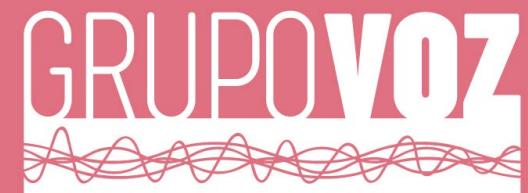


## ANTES DEL GRUPO VOZ

- Primer taller sobre Voz y Trabajo (20??)
- Guía clínica para el abordaje de la disfonía crónica (2016).
- Curso para la aplicación de la guía (2016).
- Jornada técnica “La voz como instrumento de trabajo” (2016)

*Colaboración con el grupo EVES-UAB:  
Educación para una voz eficiente y sana*

# El GrupoVoz: grupo de trabajo en el INSST



Mejorar la prevención, la práctica, el diagnóstico y el reconocimiento de los problemas de la voz de origen laboral



<https://www.linkedin.com/company/grupovoz-insst/>

[https://twitter.com/Grupovoz\\_](https://twitter.com/Grupovoz_)

# El GrupoVoz



¿Quién forma parte del grupo?

medicina

prevención de riesgos  
laborales

educación

sindicatos

instituciones  
públicas y privadas

académico

mutuas  
colaboradoras con  
la Seguridad Social



# El GrupoVoz: cómo funcionamos

Planificación anual: necesidades de los miembros.

Reuniones cuatrimestrales plenarias: prioridades y seguimiento de los objetivos y tareas programadas.

Reuniones aperiódicas, según necesidad, de los grupos de trabajo con una acción asignada:

- Elaboración de Notas Técnicas de prevención.
- Desarrollo y prueba de materiales sensibilización/ formación.
- Mantenimiento y actualización de las redes sociales.

# El GrupoVoz: Linkedin

<https://www.linkedin.com/company/grupovoz-insst/>



GrupoVoz  
128 seguidores  
3 semanas •

Os presentamos un artículo muy interesante publicado en el portal de [Murcia.com](#) sobre un trabajo reciente elaborado por The Voice Foundation (organización líder y más antigua del mundo dedicada a la investigación de la voz, la medicina, la ciencia y la educación) el cual concluye que, con el tiempo, el uso de la mascarilla y el esfuerzo vocal puede incrementar el riesgo de desarrollar disfonía. 😊

Destaca, así mismo, que lo que puede perjudicarnos es el uso inadecuado de nuestra voz, no de la mascarilla 🗣️

Descubre en el artículo, un decálogo sobre consejos para cuidar tu voz. ↗  
<https://bit.ly/338IUQ5>

GrupoVoz  
128 seguidores  
2 semanas •

👉 No te pierdas la próxima Jornada Técnica online del Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo sobre la comunicación vocal con mascarilla. 🗣️

De la mano de D. Pere Godall, D. Lluc Bosque y D. Josep María Vila, esta Jornada Técnica girará en torno a cómo hablar con mascarilla y cómo esta interfiere en la comunicación vocal y gestual.

8/06 de 12 a 14 h.  
Reserva tu plaza: <https://bit.ly/3yVvPfl>



GrupoVoz  
128 seguidores  
3 semanas •

👉 Los logopedas del Colegio Profesional de Logopedas de la Comunidad de Madrid alertan a la población de que el uso de la mascarilla está produciendo casos de disfonía o afonía temporal.

Hacemos entender mejor sin forzar la voz 🗣️, respirar adecuadamente y mantener las cuerdas vocales hidratadas 💧, son algunos de los consejos que propone los laboratorios Cifra para cuidar nuestra voz durante la pandemia.

Descubre el artículo completo en el siguiente enlace ↗ <https://bit.ly/3o6hZpk>

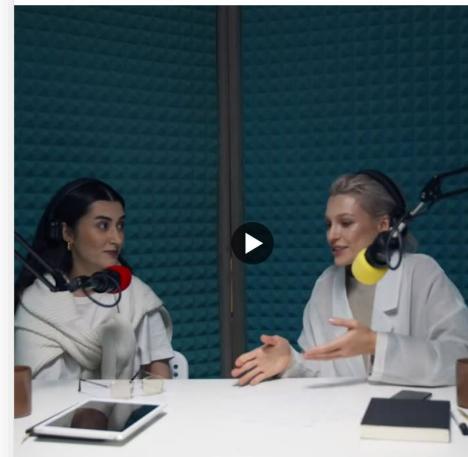


GrupoVoz  
244 seguidores  
2 meses •

👉 Hace unos meses, el Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo publicó la Nota Técnica de Prevención "Voz y trabajo: procedimiento preventivo", elaborada y revisada por los miembros de Grupo Voz.

Esta incluye un procedimiento preventivo y de gestión de los casos de disfonía en el entorno laboral con el objetivo de evitarlo o minimizar su aparición. 🗣️

A continuación, la recuperamos a modo de resumen en el siguiente vídeo, pero si quieras ampliar información, puedes consultar la Nota Técnica de Prevención 1.149 aquí: <https://loom.ly/s8H5x0>



Ruth López Román y 14 personas más  
1 comentario

Recomendar Comentar

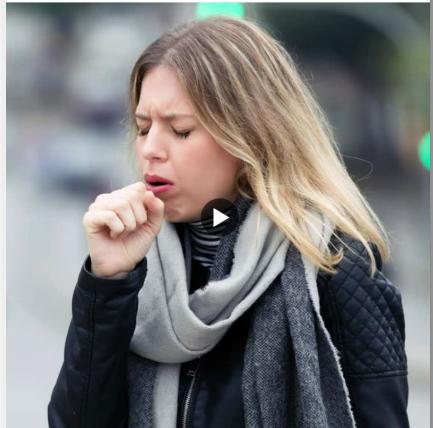
Visualizaciones de video: 313 en total Mostrar estadísticas

GrupoVoz  
244 seguidores  
1 semana •

La necesidad de hablar durante mucho tiempo, con mucha intensidad y tensión muscular provoca cansancio y desgaste de la voz. Todo ello puede desencadenar en diversos trastornos fonáticos, como por ejemplo laringitis o afonía.

Describe en el siguiente video cuál es la sintomatología más frecuente. Si detectas que puedes estar padeciendo alguno de estos síntomas, acude a tu médico de cabecera para ser diagnosticado y tratado.

Amplia información a través de este webinar de Mutua Intercomarcal:  
<https://bit.ly/3K4fJOH>



Tú y 19 personas más  
1 comentario

Reacciones

Recomendar Comentar Compartir Enviar

357 visualizaciones de tu video

# El GrupoVoz: twitter



**Grupo Voz @grupovoz\_ · 17 de maig**

La situación de los **#docentes**, debido a la **#Covid19**, se ha convertido en un desafío.

**#JournalOfVoice** presenta algunas ideas para involucrar a los estudiantes en la clase, mientras se combaten las limitaciones de la **#educación** virtual. 📲

[bit.ly/3o4DYg0](https://bit.ly/3o4DYg0) **#SaludLaboral**

[https://twitter.com/Grupovoz\\_](https://twitter.com/Grupovoz_)

**Grupo Voz @grupovoz\_ · 16 d'abr.**

En el **#DíaMundialDeLaVoz** queremos recordar a los profesionales que utilizáis la **#voz** como instrumento de trabajo la importancia de ser conscientes sobre su cuidado para evitar trastornos vocales. 🎤😊

Infórmate sobre algunos hábitos saludables para prevenir trastornos. 👇

**Grupo Voz @grupovoz\_ · 14 d'abr.**

Núria Carmona, **#logopeda** de la Clínica Universitaria de la **@UManresa**, ens fa una serie de recomanacions i ens dona consells per intentar evitar lesions **#vocals** atès que no sempre fem cas als senyals d'alerta. 🚨

Descobreix-los aquí 👉 [bit.ly/2RAFGdf](https://bit.ly/2RAFGdf) **#SaludLaboral**

**clinicauniversitaria.cat**  
Com cuidar la veu per evitar lesions - Clínica Universitaria de Manresa

**Grupo Voz @grupovoz\_ · 10 de març**

Avui volem compartir un **#vídeo** d'**@educaciocat** molt interessant que parla sobre la fatiga vocal que pateix el personal docent, arran de l'ús de la **#mascareta**. 📺😊

Dóna-li una ullada i explica'nst! 🧑💻💡

Com a docent, has patit aquests efectes a la teva **#veu**? 🙋

**edu cacio** **Educació** **@edu...** · 04 de març

La **#veu** és un instrument molt valuós, especialment per al personal docent! 🧑🧑

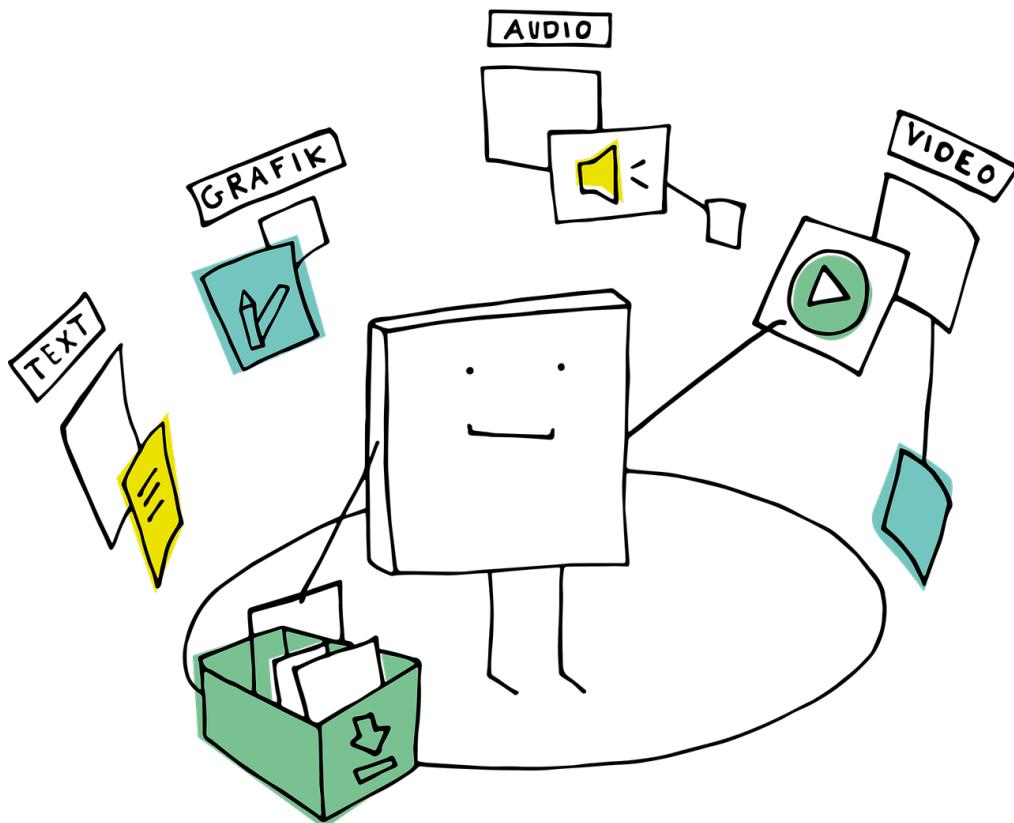
En aquest enllaç, trobareu un **#v...**

# El GrupoVoz: producto estrella

GRUPOVOZ



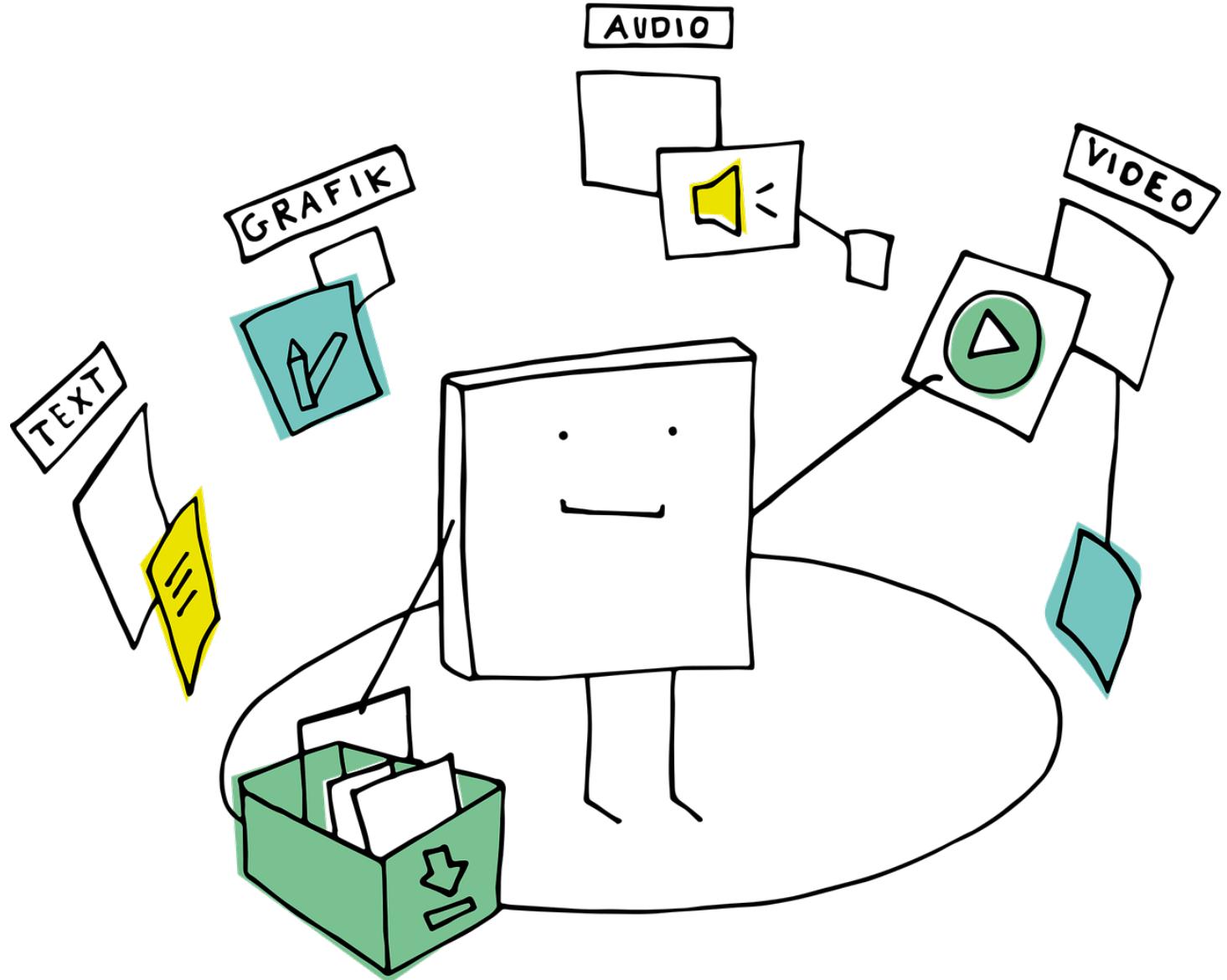
# El GrupoVoz: recursos disponibles



| DOCUMENTOS  |   |
|---|---|
|    | <a href="#">Guía clínica para el abordaje de la disfonía crónica en medicina primaria y medicina del trabajo</a>  |
|   | <a href="#">NTP 1148-2020 Voz y trabajo: formación para la prevención</a>   |
|   | <a href="#">NTP 1149-2020 Voz y trabajo: procedimiento preventivo</a>   |
| INFOGRAFÍAS Y VÍDEOS  |   |
|    | <a href="#">¡CUIDA TU VOZ!</a>  |
|   | <a href="#">¿CÓMO CUIDAR TU VOZ?</a>  |
| EVENTOS (VÍDEOS Y PONENCIAS)  |   |
|    | <a href="#">Jornada técnica: "La voz como instrumento de trabajo" - 2016</a>  |
|   | <a href="#">Jornada Técnica: "La comunicación vocal con mascarilla" - 2021</a>  |
|   | <a href="#">Jornada Técnica: "Voz y trabajo: herramientas para la prevención"</a>   |
| GRUPO VOZ   |   |
|  | <p>@grupovoz_</p> <p><a href="https://www.linkedin.com/company/grupovoz-insst/">https://www.linkedin.com/company/grupovoz-insst/</a></p> <p><a href="https://sites.google.com/view/grupovoz/publicaciones">https://sites.google.com/view/grupovoz/publicaciones</a></p> |

# El GrupoVoz: futuros productos Estrella 2023

- 
- Curso de autoaprendizaje sobre voz y trabajo.
  - NTP Voz y trabajo: Vigilancia de la salud.
  - NTP Voz y trabajo: Evaluación de riesgos.



•2023 -





TIME FOR CHANGE

Testimonio de  
personas afectadas  
por disfonías vocales

---