



L'ús continuat de la veu és un risc laboral quan es treballa en condicions ambientals i organitzatives poc adients que poden ocasionar trastorns vocals. El professorat, els professionals dels centres d'atenció multicanal (contact center), de la cançó i la locució, i qualssevol altres que utilitzin la veu com a eina principal de treball constitueixen els col·lectius amb major risc a l'hora de desenvolupar patologies vocals.

FACTORS DE RISC:



- **Condicions ambientals:** soroll, temperatura, humitat relativa, corrents d'aire o poca ventilació, productes irritants o altres contaminants, etc.
- **Condicions materials:** manca de sistemes d'amplificació de la veu, no disposar d'aigua potable per hidratar les cordes vocals, etc.
- **Ergonòmics:** adoptar postures inadequades, combinar l'exercici físic amb l'ús de la veu, etc.
- **Organitzatius:** ritme de treball elevat, pauses insuficients, absència de formació, situacions de tensió emocional, etc.

SÍMPTOMES D'ALERTA



Dolor i tensió al coll, veu ronca o trencada, necessitat d'aclarir la veu (tossir), fatiga vocal o feblesa de la veu, rasquera, dificultat per mantenir la veu en finalitzar la jornada, etc.

EFFECTES SOBRE LA SALUT

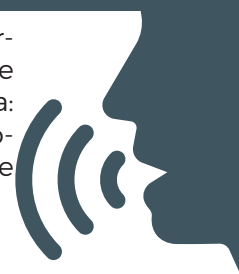


Afonia, disfonia i nòduls de les cordes vocal.

Les disfonies són més freqüents en les dones a causa del deteriorament del col·lagen i de l'àcid hialurònic present a les cordes vocals derivat de l'envelliment i les modificacions hormonals del sexe femení.

QUAN TREBALLES TENS DRET QUE NO ES POSI EN RISC LA TEVA VEU. PER AIXÒ LA TEVA EMPRESA T'HA DE GARANTIR:

- **Condicions de treball i espais adequats.**
- **L'adaptació del treball en funció de la teva edat, sexe i altres condicions de salut (asma, laringitis, etc.).**
- **Una vigilància de la salut amb reconeixements mèdics específics per a la detecció precoç de possibles danys a la veu.**
- **Una informació i una formació adequades sobre la veu i com protegir-la: tècniques d'higiene vocal i d'ús professional de la veu.**



Revisa el teu conveni col·lectiu: pot recollir drets específics per a la protecció de la veu.



RECORDA: si tens un trastorn vocal produït per la teva feina ha de ser reconegut com a accident laboral o com a malaltia professional, en el cas dels nòduls.