

Día Mundial de la Voz: Romina Saracco, del Tagarelli, nos informa cómo cuidarla

16 abril, 2021



La fonoaudióloga del nosocomio sancarlino además brinda detalles sobre qué es la difonía y afonía.

Por Estefanía Tello

Cada 16 de abril se celebra el Día Mundial de la Voz con el objetivo de concientizar a la población sobre la importancia de la salud vocal para la comunicación, e incentivar la consulta temprana ante cualquier síntoma relacionado con la voz. Este año el lema escogido es “Un mundo, muchas voces”.

La conmemoración fue decretada por la Federación de Sociedades de Otorrinolaringología en la búsqueda de propiciar en la comunidad en general cuidados que se deben tener para evitar problemas relacionados con las cuerdas vocales.

Existen **varias causas que pueden ocasionar trastornos de la voz**, entre ellas se destacan los problemas nasales, faríngeos, laríngeos o respiratorios. La gran mayoría de las consultas se produce generalmente recién cuando se pierde la voz, es decir, cuando se ingresa en un estado de afonía o disfonía, que puede obedecer a problemas inflamatorios de orden agudo o crónico.

Profesionales de la voz como los docentes, cantantes, locutores, telemarketers, pueden verse afectados por este tipo de trastornos de forma crónica y en ese sentido **se recomienda no solo una consulta en el caso de presentarse estas molestias, sino la programación de una cita médica** de forma temprana para mejorar técnicas vocales, área de especialidad de la fonoaudiología.

Como las patologías de la voz pueden abarcar un espectro que contempla desde una pequeña patología inflamatoria, como son los nódulos cordales; hasta una patología oncológica como es el cáncer de laringe, **el protocolo de diagnóstico va desde una simple laringoscopia, a una videofibroscopía, o una laringoscopia directa que se realiza con el paciente dormido para detectar una extensión tumoral**. Un diagnóstico precoz hace la diferencia en estos casos porque pueden resolverse con tratamientos endoscópicos a diferencia de estadios tardíos en los que se necesita reseca toda la laringe.

Por tal motivo, *El Cuco Digital* entrevistó a la fonoaudióloga Romina Saracco del Hospital Tagarelli de San Carlos, quien nos contó para qué sirve la voz, qué es la difonía y afonía.

-Romina, primeramente ¿para qué nos sirve la voz?

La voz nos sirve para comunicarnos, pero también transmite abundante información sobre la persona; es como una tarjeta de presentación del individuo. De ahí la importancia de su cuidado y eventual tratamiento en caso de alteración de la misma.

-¿De qué forma uno puede descuidar sin darse cuenta la salud

vocal?

El fino equilibrio existente entre todas las estructuras que sirven para producir la voz, especialmente las cuerdas vocales, puede romperse y aparecen entonces las disfonías o perturbaciones en la voz de origen fundamentalmente laríngeo. Los términos coloquiales más empleados son el de ronquera y afonía, que en realidad se refiere a la ausencia de la voz, a una voz aérea soplada prácticamente inaudible.

-¿Qué es la disfonía y la afonía?

La **disfonía** o ronquera es una alteración anormal de la voz en lo que respecta al tono, y timbre que se traduce en la pérdida de su calidad tornándose más áspera u opaca, con fluctuaciones vocales, disminución del volumen y dificultad para alcanzar los agudos.

La voz **afónica** se corresponde con la ausencia total de la voz, aunque coloquialmente suele confundirse ya que solemos decir que estamos afónicos cuando lo que realmente tenemos es una disfonía.

-¿Cuáles son las causas más frecuentes de la disfonía?

La disfonía puede tener una causa orgánica o psicogénica, evitando que la persona pueda emitir sonidos o apenas un susurro.

Una de las principales causas son los procesos infecciosos de las vías respiratorias como la gripe o el resfriado. En estos casos se produce inflamación de la laringe y la ronquera aparece de forma brusca.

Otra causa muy común es la hiperfunción vocal, que se refiere al mal uso o abuso de la voz, como hablar durante periodos prolongados, gritar para comunicarse de lejos o en espacios ruidosos.

El uso o contacto con agentes irritantes que afectan la

garganta pueden desencadenar en ronquera como el consumo de alcohol, el humo del tabaco, la inhalación de agentes químicos e incluso el reflujo gastro-esofágico.

Aunque en menor incidencia, también se pueden dar casos de disfonías causadas por malos hábitos alimenticios, mala técnica vocal, alergias, desórdenes neurológicos, problemas tiroideos y traumatismos en la laringe.

-Entonces, ¿cómo podemos cuidar la voz y evitar la disfonía?

La disfonía suele ser una afección leve que dura pocos días y que se cura básicamente con reposo. Sin embargo, la irregularidad en el cumplimiento de los cuidados y la permanencia de los factores de riesgo puede hacer que los estados de ronquera recurrente o prolongada desencadenen en lesiones graves.

Una de ellas son los nódulos, una especie de callosidades en las cuerdas vocales que pueden convertirse en pólipos y tumores que requerirán extirpación quirúrgica.