

Cuidados com a voz

5% a 8% da população tem algum problema nas cordas vocais

Elias Ressude 24 -05 -13



O programa Você em Foco do dia 24 de maio de 2013 contou com a participação da fonoaudióloga do Departamento de Saúde do Servidor da Prefeitura do município de São Paulo, Thelma Mello Thomé de Souza, para falar sobre cuidados com a voz.

Estima-se que 5% a 8% da *população* apresenta *alguma dificuldade* em relação à voz, como voz rouca, esforço ou cansaço ao falar. As maiores ocorrências são em profissionais que utilizam a voz no trabalho, por exemplo, os professores, operadores de telemarketing, cantores, jornalistas, etc, atingindo cerca de 30% das pessoas. Thelma ressalta que a voz é produzida pela vibração das pregas vocais, mais conhecida como cordas vocais, na parte anterior do pescoço.

Em sua apresentação, Thelma cita um exame importante: a laringoscopia. “Este exame serve para que possamos visualizar a prega vocal. Ele é realizado tanto pela via nasal, como pela via oral, nele podemos visualizar epiglote, faringe e também é possível observar se há uma patologia, nódulos, pólipos, cistos, sulcos e outras patologias que podem aparecer”.

Beber bastante água, inalação a vapor e uma alimentação saudável: são cuidados para manter uma boa saúde vocal.