

Editorial

La voz y su importancia

Entre los muchos privilegios de los que gozamos los seres humanos por el simple hecho de pertenecer a la especie, el de la voz es —sin duda— uno de los más importantes y conmovedores, puesto que no sólo hace factible la comunicación con aquellos con quienes convivimos a diario, sino que ha alcanzado un grado de plenitud espiritual y de expresividad privativa de la especie humana.

A diario asistimos al milagro de la voz; mediante ella expresamos nuestro amor y nuestro afecto a quienes queremos, a quienes nos son más cercanos en los ámbitos familiar y amistoso. También mediante la voz nos comunicamos con pacientes y con colegas utilizando el sonido como un medio sin cuya ayuda toda forma de ciencia y de trabajo serían imposibles. Año tras año, la prevalencia de las patologías de la voz continúa aumentando en una civilización cada vez más ruidosa y estresante, en la que la voz se ha convertido en una herramienta esencial de trabajo para actores y cantantes, conferencistas y locutores, profesores, teleoperadores, vendedores, etc. A través de la voz no sólo podemos descubrir cuándo una persona está deprimida, alegre, triste o emocionada, sino que también podemos saber si padece ciertas enfermedades o alteraciones orgánicas.

La voz se define estrictamente como la producción de sonidos por las cuerdas vocales, por un proceso de conversión de energía aerodinámica, la cual es generada en el tórax, el diafragma y la musculatura abdominal, a una energía acústica originada en la glotis. El principio fundamental en la producción de la voz es la vibración de las cuerdas vocales, debido a un acoplamiento y una modulación del flujo de aire que pasa a través de ellas generando su movimiento. La eficacia en la transformación de energía está dada por la tensión y la configuración glótica. Hablar se definiría como el resultado del sonido generado en la laringe y modificado por la resonancia de las estructuras supraglóticas.

Se calcula que hasta 5% de la población mundial sufre de algún trastorno de la voz y que necesita de la atención inmediata del médico otorrinolaringólogo. Se sabe que 20 a 25% de las incapacidades laborales que ocurren entre los profesores de colegios se deben justamente a este tipo de trastorno; que la mayor prevalencia de alteraciones de la voz se registra entre personas de 25 a 45 años de edad, y que una de las patologías benignas más frecuentes en las cuerdas vocales son los nódulos con una presentación, sobre todo en mujeres de 20 a 50 años, de 17 a 24%. Asimismo, está comprobado que, en las series quirúrgicas, el trastorno benigno más usual son los pólipos. También se sabe que 30 a 40% de los niños en edad escolar padece de disfonía, y que un porcentaje considerable de trastornos vocales se debe a disfunciones anatómicas de la laringe, aunque tampoco hay que minimizar que dichos trastornos puedan ser secundarios a disfunciones en cualquier otro de los aparatos y órganos que constituyen el órgano de la voz: el aparato respiratorio (en el que se almacena el aire y donde también circula), el aparato de fonación propiamente dicho (es decir, el aparato laríngeo, en el que el aire, al pasar por las cuerdas vocales, las hace vibrar para transformarse en sonido), y el aparato resonador (en el que las vibraciones de las cuerdas vocales adquieren su plena potencia para convertirse finalmente en aquello que denominamos voz).

A este respecto, el Día Mundial de la Voz fue instituido el 16 de abril de 2003 por las academias de Otorrinolaringología de Estados Unidos y sus similares de Europa, además de las entidades intermedias como la Sociedad Panamericana de Otorrinolaringología, y se optó por esa fecha para recordar la importancia de la voz y se dio especial énfasis en resaltar —en las propias palabras de los promotores del Día Mundial de la Voz— que “la voz es la emoción con sonido y es la expresión del alma”.

Los otorrinolaringólogos ofrecen normas para cuidar la voz, como son: evitar el ruido del medio ambiente, porque obliga a elevar la voz, evitar siempre los tóxicos como el tabaco, que además es el principal responsable de los procesos cancerosos de la laringe y las cuerdas vocales, mantener una buena hidratación, evitar el aclarado de garganta, y toser y hablar poco en caso de laringitis. Otros consejos son dormir lo suficiente, no gritar y procurar mantener alejadas las tensiones psicológicas que aumentan el grado de contracción de las cuerdas y predisponen a las lesiones.

Aunque en México aún no ha sido aprobada por el gobierno la conmemoración del Día Mundial de la Voz, la Fundación Mexicana de la Voz se ha preocupado porque la investigación, la enseñanza y la asistencia a profesionales de la voz, así como el establecimiento de relaciones científicas con organismos similares en todo el mundo, cada año se actualice para así dar difusión y promoción al estudio y cuidados de la misma.

Sería conveniente organizáramos una campaña intensiva a través de los medios masivos de comunicación y las autoridades, para educar al público en general acerca de los cuidados y recomendaciones para su cuidado y corrección, así como orientarle sobre cuándo debe acudir a buscar ayuda del otorrinolaringólogo, con el fin de evitar el avance de la patología que no mejorara espontáneamente.

DR. MARCOS A. RODRIGUEZ PERALES
DIRECTOR – EDITOR