

COMUNICATO STAMPA

IL 6 marzo 2010 è la Giornata Europea della Logopedia. Le iniziative italiane "A VOCE ALTA", SOLO UN SOGNO PER IL 10% DEGLI ITALIANI UN DECALOGO DEI LOGOPEDISTI PER NON CORRERE RISCHI

*Un sito (www.fli.it) e opuscoli informativi a disposizione dei cittadini. Tiziana Rossetto (FLI):
"A volte la disfonia è il primo segnale d'allarme per un carcinoma della laringe"*

Milano - Rauca, soffiata, debole, incostante, nulla. Sono questi i cosiddetti disturbi della voce cui è dedicata quest'anno la giornata europea della logopedia del 6 marzo. Detti anche Disfonie, sono caratterizzati da una cattiva qualità della voce e colpiscono tra il 5 e il 10% della popolazione attiva, in particolare coloro che usano la voce in modo intensivo e per motivi professionali. Per questo la Federazione Logopedisti Italiani – professionisti qualificati e certificati ad effettuare prevenzione, valutazione, riabilitazione e counselling in questo ambito – è impegnata a fornire le giuste e corrette informazioni al pubblico. In occasione della Giornata Europea della Logopedia, promossa dal Comité Permanent de Liaison des Orthophonistes-Logopèdes de l'Union Européenne (CPLOL) sarà dunque possibile consultare e scaricare dal sito www.fli.it articoli e documenti che illustrano le regole per prevenire i disturbi della voce e mantenerla sana. Sarà anche possibile ottenere i numeri di telefono dei centri specializzati e delle federazioni provinciali cui poter chiedere ogni informazione.

“Lo slogan del 2010, ‘A Voce Alta’ – spiega la presidente FLI, **Tiziana Rossetto** – vuole essere soprattutto un augurio per tutti coloro che presentano gravi disturbi della voce, un reale handicap nella vita quotidiana. E soprattutto un appello a prestare attenzione: prima che il disturbo si consolidi e per prevenirne l’aggravamento, infatti, è necessario tenere d’occhio i cambiamenti della propria voce. Se la disfonia si prolunga oltre le 2 settimane bisogna rivolgersi al foniatra o all’otorinolaringoiatra che effettuerà una laringoscopia ed eventualmente invierà dal logopedista per l’opportuno trattamento rieducativo o semplicemente per un counselling di igiene vocale. A volte, inoltre, la disfonia è il primo segnale d’allarme per un carcinoma della laringe che, se non diagnosticato precocemente, può rendere necessaria la laringectomia totale, cioè la completa asportazione della laringe. Anche in questo caso estremo si può recuperare una voce funzionale, sia con la terapia logopedica per imparare ad usare la voce esofagea sia applicando chirurgicamente una protesi tracheo-esofagea. Tuttavia è bene cercare di evitare che ciò avvenga”.

Cosa fare dunque per mantenere una voce sana? Soprattutto se si fa un uso estensivo della voce per motivi professionali o per abitudine personale, occorre seguire alcune semplici regole di igiene vocale e prevenzione:

1. astenersi dal fumare,
2. non urlare,
3. mantenere una buona idratazione delle mucose bevendo almeno un litro e mezzo di acqua al giorno
4. umidificare correttamente l’ambiente,
5. evitare di parlare in ambiente rumoroso
6. evitare di parlare lontani dall’interlocutore
7. usare se possibile i sistemi di amplificazione quando si parla in pubblico
8. limitare l’uso della voce in caso di raffreddamento
9. evitare i fenomeni di acidità digestiva poiché anche questi irritano le corde vocali.
10. evitare cambi repentini di temperatura