



A VOCE ALTA
6 marzo 2010: Giornata Europea della Logopedia

Il 6 marzo l'Europa aprirà una finestra sul mondo della riabilitazione: questa è infatti la data in cui ogni anno viene celebrata la Giornata Europea della Logopedia.

L'evento indetto dal Comité Permanent de Liaison des Orthophonistes-Logopèdes de l'Union Européenne (CPLOL) e coordinato in Italia dalla Federazione Logopedisti Italiani (FLI) e in Piemonte dall'Associazione Logopedisti Piemontesi ha lo scopo di diffondere tra i cittadini conoscenze ed informazioni sui disturbi della comunicazione e della deglutizione e sulla possibile prevenzione.

Il tema celebrato nel 2010 con lo slogan "A voce alta" è proprio la Voce, strumento fondamentale per tessere relazioni sociali, veicolo efficace ed efficiente del pensiero e spesso essenziale strumento di lavoro: tra il 5 e il 10% della popolazione attiva usa la voce in modo intensivo per motivi professionali ed ha sperimentato, occasionalmente o regolarmente, disturbi di voce. Lo testimoniano i cantanti e gli attori, gli insegnanti e i venditori e i sempre più numerosi operatori ai servizi dei call center.

I problemi di voce (disfonia) interessano tutte le fasce d'età: bambini "urlatori" che restano senza voce, adulti che parlano male o troppo, anziani che devono fare i conti anche con la stanchezza del parlare. I disturbi che caratterizzano la disfonia possono essere di tipo quantitativo, quando la voce diminuisce progressivamente fino ad arrivare all'afonia completa, o di tipo qualitativo, con la voce che cambia timbro, diventa più grave e sporca (roca) oppure più tenue e quasi soffiata.

Prima che il disturbo si consolidi e per prevenirne l'aggravamento è necessario prestare attenzione ai cambiamenti della propria voce. Se la disfonia si prolunga oltre le 2 settimane bisogna rivolgersi al foniatra o all'otorinolaringoiatra che effettuerà esami clinici quali la laringoscopia e nella maggior parte dei casi invierà dal logopedista per l'opportuno trattamento rieducativo o semplicemente per un counselling di igiene vocale.

Le patologie legate alla voce derivano da fattori funzionali, come ad esempio un uso eccessivo e non corretto della voce, ed anche da fattori organici come la presenza di noduli, polipi, ed altre condizioni che impediscono un corretto funzionamento della laringe, organo deputato alla produzione di voce.

Casi particolari sono invece i danni alla voce causati da interventi chirurgici: interventi al collo possono infatti determinare un danno alle strutture o ai nervi che intervengono nella produzione della voce, così come interventi sulla laringe in seguito a tumori (ad esempio nelle laringectomie totali) determinano una alterazione nella produzione fisiologica della voce.

Il logopedista, professionista sanitario che a seguito di un percorso formativo universitario acquisisce le competenze necessarie a gestire le patologie del Linguaggio, della Comunicazione e della Deglutizione in età evolutiva, adulta e geriatrica, è qualificato e certificato ad effettuare prevenzione, valutazione, riabilitazione e counselling dei disturbi di voce.

Nella disfonia il logopedista interviene seguendo protocolli operativi specifici e linee guida internazionali, che lo guidano nella valutazione del disturbo (disagio sentito dal paziente e disturbo oggettivo rilevato dal professionista), nella programmazione di un intervento (con obiettivi specifici per il soggetto e la patologia), nel monitoraggio degli esiti.

Il logopedista non opera solo in presenza del disturbo, ma può attuare programmi di prevenzione dei disturbi della voce presso le strutture più a rischio: i casi più frequenti sono i corsi rivolti nelle

Giornata Europea della Logopedia, 6 Marzo 2010 "A Voce alta"

Documento a cura di Cattaneo A, Raimondo S, Muò R.

Citazioni tratte dal comunicato nazionale della Federazione Logopedisti Italiani

scuole a insegnanti o alunni. Collabora, inoltre, con strutture di formazione artistica per prevenire atteggiamenti di mal utilizzo dello strumento vocale

In occasione della Giornata Europea della Logopedia, sarà possibile consultare e scaricare dal portale della Federazione Logopedisti Italiani www.fli.it e dal sito dell'Associazione Logopedisti Piemontesi www.alplogopedia.it articoli e depliantes che illustrano le regole per prevenire i Disturbi della Voce e mantenere una voce sana, elemento chiave per una buona Comunicazione.

L'Associazione Logopedisti Piemontesi è inoltre lieta di mettere a disposizione di professionisti, utenti e pazienti alcune raccomandazioni internazionali sulla corretta gestione della disfonia tratte dalle Linee Guida dell'American Academy of Otolaryngology Head and Neck Surgery adattate all'Italiano da Oskar Schindler, Professore Ordinario di Audiologia e Foniatria dell'Università degli Studi di Torino.

Queste e altre informazioni saranno disponibili agli utenti che nella giornata del 6 marzo ricercheranno un filo diretto con i Logopedisti dell'associazione piemontese telefonando al numero a pagamento **3661799065** o scrivendo all'indirizzo e-mail alplogo@libero.it

Alcuni numeri

- ✗ Tra il 5 e il 10% della popolazione attiva usa la voce in modo intensivo per motivi professionali ed ha sperimentato, occasionalmente o regolarmente, disturbi di voce*
- ✗ La prevalenza di un disturbo di voce nell'arco della vita è pari a circa il 30%*
- ✗ 28.000.000 di lavoratori sperimentano problemi di voce (USA, 2003)*
- ✗ Il costo per la società dei disturbi di voce solo negli insegnanti può essere approssimativamente di 2500.000 di dollari(USA, 2003)*
- ✗ Il rischio di disfonia nelle donne è maggiore rispetto a quello degli uomini (il 46,3% delle donne intervistate contro il 36,9% degli uomini)*
- ✗ In Italia sono circa 5000 i nuovi casi di tumore alla laringe negli uomini e 500 nelle donne. Il fumo aumenta il rischio di 6 volte. Il rischio di forti bevitori è da 10 a 100 volte maggiore che nei non bevitori.*

Cosa fare per mantenere una voce sana? Alcune semplici regole di igiene vocale

- ✗ Astenersi dal fumo*
- ✗ Mantenere una buona idratazione delle mucose bevendo almeno un litro e mezzo di acqua al giorno e umidificando l'ambiente*
- ✗ Evitare di parlare in ambiente rumoroso, avvicinarsi all'interlocutore, usare se possibile sistemi di amplificazione*
- ✗ Limitare l'uso della voce in caso di raffreddamento*
- ✗ Evitare fenomeni di acidità digestiva.*

Giornata Europea della Logopedia, 6 Marzo 2010 "A Voce alta"

Documento a cura di Cattaneo A, Raimondo S, Muò R.

Citazioni tratte dal comunicato nazionale della Federazione Logopedisti Italiani