

L'ÚS PROFESSIONAL DE LA VEU

La veu és el so que produeix la vibració de les cordes vocals per l'aire que prové de la caixa toràcica.

Els professionals de la veu són els que fan servir la veu com a eina de treball.

FACTORS DE RISC

Les causes que es troben en l'origen dels trastorns de la veu són múltiples:

1- Factors laborals:

(a) Ambientals:

- Grau d'humitat.
- Excés de fred o calor
- Ventilació
- Exposició a productes irritants o contaminants ambientals.
- Qualitat acústica del local
- Soroll ambiental

(b) Organitzatius:

- Sobrecàrrega de treball
- Possibilitat de fer pauses
- Falta de formació en l'ús de la veu

2- Factors personals:

- (a) De constitució física i salut
- (b) Hàbits tòxics: Alcohol, tabac, etc.
- (c) Alimentació
- (d) Medicaments
- (e) Estrès

PATOLOGIA DE LA VEU

- 1- Afonia: Absència total de la veu.
- 2- Disfonia: Alteració de les qualitats acústiques de la veu (timbre, altura, intensitat) que afecta la comunicació. Les disfonies poden ser funcionals, orgàniques i mixtes.
- 3- Nòduls vocals: Lesions nodulars a la vora lliure d'una corda vocal. Han estat considerats com una malaltia professional.

SÍMPTOMES D'ALERTA:

- 1) Raspera, secrecions abundants, necessitat d'aclarir la veu.
- 2) Sensació de tenir un cos estrany a la gola o de formigueig.
- 3) Sensació que la veu no ix o que s'ha de fer un esforç per aconseguir-ho.
- 4) Falta de control en la intensitat o en el to de la veu.
- 5) Dolor i tensió al coll i a la part alta de l'esquena.
- 6) Fatiga molt ràpida de la veu en parlar.
- 7) Veu trencada, veu ronca.
- 8) Dificultat de mantenir la veu al final de la jornada.

MESURES DE PREVENCIÓ

1) AMBIENTALS:

- a. Controlar el nivell d'humitat i els corrents d'aire.
- b. Controlar la ventilació i la renovació de l'aire.
- c. Reduir la quantitat de pols i el soroll ambiental.
- d. Reduir al màxim l'ús de productes químics.

2) CONDICIONS ORGANITZATIVES:

- a. Distribuir correctament el treball
- b. Disminuir la utilització de la funció vocal
- c. Disposar de fonts o altres sistemes d'aigua potable

3) ALTRES CONDICIONS:

- a. Garantir la vigilància de la salut
- b. Formació i informació específiques

4) CONDICIONS INDIVIDUALS:

- a. Tenir un estil de vida saludable: No prendre alcohol, cafè, xiclets, caramels mentolats ni productes de farmàcia que faciliten una salivació artificial abans d'usar professionalment la veu. Beure aigua sovint. Evitar la fatiga, l'estrès i les tensions emocionals.
- b. Protegir la funció vocal: Evitar parlar per damunt del soroll ambiental. Evitar parlar de manera prolongada, a llarga distància i a l'exterior. Trobar formes no verbals de mantenir l'atenció. Escurçar les distàncies entre els qui s'han de comunicar. Utilitzar els mitjans d'amplificació disponibles. Aprendre tècniques respiratòries i tècniques per a evitar la fatiga vocal. Adoptar postures adequades. Limitar l'ús de la veu en el treball i intercalar-lo amb períodes de repòs vocal.