

**“La voce umana è il più bello strumento che esista,
ma è anche il più difficile da suonare.”**

(Richard Strauss)

Cos'è la Disfonia? è una alterazione qualitativa e/o quantitativa della voce parlata, cantata o gridata che si instaura a causa di modificazioni di tipo strutturale e/o funzionale degli organi dell'apparato fonatorio.

Quali sono i campanelli d'allarme:

- ✓ Fatica vocale a fine giornata o dopo una conversazione
- ✓ Ricorrenti patologie alle alte vie respiratorie (sinusiti, tracheiti,...)
- ✓ Necessità di “raschiare la gola” (raclage)
- ✓ Cali improvvisi di voce
- ✓ Difficoltà a parlare a lungo al telefono
- ✓ Abitudine ad urlare
- ✓ Difficoltà a svolgere la Professione, in quanto richiestiva di alte performance vocali (insegnanti, centralinisti, manager, etc...)

Quali possono essere alcune tra le cause:

- ✓ Una scorretta respirazione (non adeguato utilizzo del diaframma)
- ✓ La presenza di lesioni sulle Corde Vocali (noduli, polipi, etc..)
- ✓ Una scorretta Igiene Vocale (presenza di abitudini e/o comportamenti vocali scorretti)
- ✓ La presenza di RGE (Reflusso Gastro Esofageo)

che cosa fare?

In presenza di una problematica a livello vocale sarebbe consigliabile rivolgersi ad un logopedista che potrà effettuare una valutazione completa e consigliarvi sull'eventuale necessità di intraprendere un trattamento mirato.

