

Disfonías: Contribución de la logopedia

Jornada Voz y trabajo: herramientas para la prevención

INSST Barcelona 3 de noviembre de 2022

Dr. Josep M. Vila-Rovira

Universitat Ramon Llull

Barcelona

Logo...qué????

¿Qué dicen los pacientes?

- Hago ejercicios de canto
- Me enseñan a respirar
- Voy a relajarme
- Hago posturas y movimientos
- Ejercicios en el ordenador
- Ejercicios de voz, “gimnasia vocal”
- “La pajita y la botella de agua”
- No lo sé, pero me gusta ir...

Pero antes de nada... ¿Por qué tenemos la voz que tenemos?

Factores que determinan una voz

- **Configuración orgánica:** genética, malformaciones, reacciones,...
- **Configuración funcional:** tono muscular, resistencia, coordinación entre sistemas
- **Ambiente:** modelos vocales, entornos ruidosos, agentes irritantes,...
- **Funciones de conservación:** equilibrio, marcha, succión, masticación, deglución, respiración
- **Funciones de entrada de información:** oído, visión, propiocepción,...
- **Perfil psicológico:** identidad, estilo comunicativo, relación con el entorno,...
- **Uso de la voz:** laboral, lúdico, abuso,...

Abordajes para el cambio de voz

- **Configuración orgánica:** acción médica (ORL, fonocirujano, logopeda)
- **Configuración funcional:** ejercitación logopédica
- **Ambiente:** medidas de higiene vocal (información y conductas)
- **Funciones de conservación:** ejercitación logopédica
- **Funciones de entrada de información:** ejercitación logopédica, corrección auditiva
- **Perfil psicológico:** acomodación a la imagen vocal, abordaje psicológico
- **Uso de la voz:** medidas de higiene vocal (información y conductas); dosimetrías

Acción del logopeda

- Prevención: información y formación
- Tratamientos funcionales : modificación del gesto vocal
- Tratamientos pre y postoperatorios: modificación del gesto vocal

Acciones del logopeda

Actuación indirecta:

- **Instrucción**
 - Conocimientos sobre la voz
 - Higiene vocal
- **Orientación**
 - Gestión del estrés
 - Estrategias de afrontamiento
 - Interacción terapéutica

Actuación directa:

- **Músculo-esquelético**
- **Respiratorio**
- **Vocal**
- **Auditivo**
- **Somatosensorial**

Trabajo músculo-esquelético

- **Alineamiento postural**
 - Posición de cabeza y nuca
 - Posición de hombros
 - Rotación pélvica
 - Flexión de rodillas
- **Estiramientos**
 - Ejes corporales
 - De cabeza y nuca
- **Modificación del cuello**
 - Anterior, posterior y lateral
 - Manipulación digital
 - Liberación miofascial
- **Modificación orofacial**
 - Cambios en lengua, labios, mejillas, cejas, orofaringe
 - Masaje orofacial
 - Liberación miofascial
 - Masticación
 - Abertura de boca

Trabajo respiratorio

- **Soporte respiratorio**

- Respiración costo-abdominal
- Entrenamiento de musculatura espiratoria

- **Modificación de la intensidad**

- Cambios de intensidad
- TMF a diversas intensidades
- *Messa di voce*

- **Coordinación respiratoria**

- Voz sostenida (TMF)
- Vibrantes múltiples sostenidas
- Trinos labiales y lingualess
- Consonantes fricativas sordas sostenidas
- Ataques diversos
- *Stacatto*

Trabajo vocal

- Cambios de tono

- Rango tonal en escala y en *glissandos*
- Flexibilidad
- Actividad isométrica e isotónica

- Contacto glótico

- *Push and pull*
- Frito vocal
- *Soft phonation*
- Ataques diversos

- Vocalización vegetativa

- Tos
- Aclarar la garganta
- Llanto
- Grito
- Risa
- Humming

Somatosensorial

- **Feedback visual**

- Espejo
- Gesto del logopeda
- Modelos físicos
- Dibujos
- Video
- Visualizadores acústicos

- **Nocicepción**

- Toma de conciencia del desconfort

- **Discriminación**

- Colocación
- Esfuerzo
- Vibración
- Semioclusión del tracto fonador
- Trino lingual y labial

- **Conducción**

- Enmascaramiento
- Obturación del CAE
- Audición diferida
- Cambios de pabellón

- **Cambios de tono e intensidad**

- Sonidos prolongados con cambio de intensidad
- Intensidad y tono máximos y mínimos

- **Sensorioneural**

- Feedback del tono e intensidad
- Efectos digitales de filtro y fuente

Los pacientes tienen razón

- Hago ejercicios de canto
- Me enseñan a respirar
- Voy a relajarme
- Hago posturas y movimientos
- Ejercicios en el ordenador
- Ejercicios de voz, “gimnasia vocal”
- “La pajita y la botella de agua”
- No lo sé, pero me gusta ir...

**Muchas gracias
Buenas tardes y buenas noches**

josepmvila@blanquerna.url.edu