

Nota de Imprensa

HESE assinala dia mundial da voz e realça a importância da consulta de patologia vocal, a única no Alentejo

No Dia Mundial da Voz, o Serviço de Otorrinolaringologia do Hospital do Espírito Santo de Évora realça a importância da voz e da existência da consulta direcionada para os problemas relacionados com a voz, a Consulta de Patologia Vocal.

Esta consulta é única no Alentejo e tem como principal missão diagnosticar as perturbações da voz e definir o tratamento mais adequado para cada doente.

Uma das nossas formas fundamentais de comunicar é através da voz. Nesta fase de pandemia e de distância entre as pessoas, a voz assumiu uma relevância ainda maior. A voz aproxima as pessoas que estão distantes, expressa sentimentos e é também uma importante ferramenta de trabalho para cada vez mais pessoas.

Um dos principais grupos alvo desta consulta são todos aqueles que têm uma voz profissional, ou seja, todos aqueles que utilizam a voz como instrumento de trabalho, nomeadamente, professores, atores, cantores, operadores de call center, comerciais, etc. “Para mim, esta consulta foi muito importante porque a voz é o meu instrumento de trabalho, se eu não cuidar da voz vou ter consequências mais graves mais tarde, por isso foi muito importante perceber o que está mal para poder corrigir”, disse Maria Manuel Correia, professora e utente da consulta de Patologia Vocal desde há dois anos. “Nunca dei importância à voz, eu achava que era rouca porque gritava e ficava rouca por isso, ou falava alto. Tenho duas filhas pequenas e esforçamos a voz constantemente e achava que era por isso. Só quando houve um convite para vir a um rastreio é que realmente me despertou a atenção que ‘se calhar é mais do que isto, se calhar tenho que dar mais valor à minha voz”, acrescenta.

A consulta de Patologia Vocal é dada por uma médica otorrinolaringologista em articulação com uma terapeuta da fala. Sempre que sentir sintomas como rouquidão persistente por mais de 3 semanas sem melhoria, sensação de irritação ou muco na garganta, tosse, ou catarro recorrente, que afetam a sua saúde vocal, deverá solicitar uma consulta de patologia da voz junto do seu Médico de Família. Os pedidos de consulta são triados de acordo com a prioridade e dirigidos para a respetiva consulta consoante a gravidade. “A consulta decorre sempre com todas as condições de segurança, tanto ao nível dos equipamentos, que são todos esterilizados e higienizados, como no que se refere ao cumprimento de todas as normas de segurança e uso de equipamentos de proteção individual, por parte dos profissionais. Por isso, é uma consulta em que o utente deve sentir-se seguro e não ter qualquer receio de comparecer”, explica Dulce Nunes, Diretora do Serviço de Otorrinolaringologia.

Hoje, dia 16 de abril, comemora-se o Dia Mundial da Voz, que tem como objetivo consciencializar a população e os profissionais de saúde para os problemas relacionados com a voz. Para ter uma voz saudável lembre-se de manter uma intensidade adequada da voz, não fumar e evitar ambientes com fumo, evitar ambientes com muito barulho, beber muita água, evitar locais com ar condicionado, evitar mudanças de temperatura bruscas, evitar o consumo de bebidas com cafeína, alcoólicas e gaseificadas, promover a ingestão de alimentos e bebidas à temperatura ambiente, efetuar uma limpeza nasal e da orofaringe eficaz, falar devagar, pausadamente e com ritmo e manter uma postura corporal adequada, melhorando a respiração e, desse modo, a sua voz

Évora, 16 de abril de 2021