



## **LA FONACION**

La fonación se efectúa por las acciones de los músculos intrínsecos de la laringe. Estos músculos mueven los diferentes cartílagos laríngeos cambiando así las posiciones. Estos movimientos de los cartílagos laríngeos hacen que los pliegues vocales que son dos labios horizontales que se ubican en la parte superior de la tráquea y en la pared interior de la laringe, que se insertan por delante en la cara interna del cartílago tiroideo (posición fija) y por detrás en la apófisis vocales de los cartílagos aritenoides (posición móvil). Se aproximan en abducción o se separen entre sí, en una amplia posición abierta (abducción).

El movimiento de los cartílagos, cuyo movimiento es la resultante de la contracción de los músculos laríngeos intrínsecos producen así las características de masa, longitud y tensión que alteran los pliegues vocales.

La producción de la voz depende finalmente de la relación equilibrada entre las fuerzas ejercidas por los músculos intrínsecos de la laringe, el movimiento de los pliegues vocales y la fuerza ejercida por el aire. Presión de aire) al ser espirado desde los pulmones.

Las más pequeñas desviaciones de este equilibrio precario producen una notable alteración en el tono, potencia o calidad de la voz producida.

## **FONACIÓN INADECUADA**

La fonación inadecuada es provocada por diferentes causas, entre las que podemos mencionar los altos niveles de ruido ambiental, y la necesidad de forzar la voz, la insuficiente técnica vocal, y las condiciones ambientales inadecuadas entre muchas otras. Esto aumenta la fatiga vocal. Se producen aumento del tono muscular de los órganos que intervienen en la fonación. La sobrecarga se localiza especialmente en: Músculos faciales, velo del paladar, lengua, faringe, laringe y músculos cervicales, pectorales y abdominales. Se observa ingurgitación de la vena yugular. El uso de una intensidad inadecuada lleva a una hipertensión muscular, localizada especialmente en la laringe. Con fuerte contracción del vestíbulo laríngeo. Fijación en un plano superior. La respiración, Pierde la coordinación con la fonación. Las cuerdas vocales, Se adaptan con golpes glóticos. La emisión resulta constreñida, áspera.

Recordemos que por su función esfinteriana el órgano emisor está más predispuesto a la contracción que a la relajación. Al romperse el equilibrio fonatorio aparecen conductas compensatorias que pueden producir diversas patologías cuya causa no es más que el mal uso de la voz.

Al alterarse el uso adecuado de los órganos aparatos y sistemas que intervienen en la producción de la voz se está en presencia de una disfonía, la cual altera una o varias de las características acústicas de la voz.

El uso adecuado de la voz es en sí un aprendizaje y como todo aprendizaje debe pasar por diferentes etapas, que van desde la concienciación de una técnica fonatoria hasta llegar al empleo de la misma en forma inconsciente y automática.

La finalidad de adquirir una técnica adecuada de fonación adaptada a la situación socio-profesional a realizar es la de prevenir tanto patologías de origen funcional como orgánicas que puedan lesionar la salud del aparato vocal.

El aprendizaje de la técnica vocal debe tener como punto de partida el conocimiento del mecanismo fonatorio, es decir de los órganos que participan en la función fonatoria, de su

funcionamiento y como sacar el mayor rendimiento sin que se alteren o enfermen los pliegues vocales. Una eficiente técnica vocal se basa en actos fisiológicos adecuados como respiración, grado óptimo de tensión muscular y el trabajo vocálico mediante ejercicios específicos acompañando esto la articulación precisa del sonido a emitir.

Postura y fonación se asocian de modo inseparables en el uso adecuado de la voz.

Las necesidades laborales o interpretativas exigen que quien emita la voz en su rol profesional, sepa valerse de su aparato vocal, sabiendo hablar, sabiendo cantar, graduar la intensidad o volumen tonal. Todo esto constituye de por sí una situación de esfuerzo y adaptación continua del aparato fonador.

Al no poseer una técnica adecuada para la función vocal que se va a realizar aparecen síntomas claros de una disfunción o alteración en la emisión vocálica. Los síntomas más frecuentes de cansancio o fatiga vocal son:

- Pérdida de intensidad o potencia en la emisión.
- Quiebres de voz.
- Ensombrecimiento del timbre.

Situaciones éstas que se intentan modificar o encubrir provocando una hiperfunción compensatoria de la musculatura de adentro (endo) y de afuera (peri) laríngea. Esto provoca un mecanismo de alarma física, que sumado al factor psicológico y sugestivo acrecienta más el problema fonatorio. Con la pérdida de las propiedades fonoacústicas de la voz.

Cuando se llega a este nivel es frecuente que aparezcan o hayan aparecido claros signos disfuncionales que con el transcurrir del tiempo y con la persistencia de la disfunción se conviertan en alteraciones orgánicas como nódulos, pólipos, edemas etc. etc.

¿Cuáles son los factores más influyentes en el origen de una alteración de la voz?

- a) El abuso vocal. Gritos excesivos, imitar ruidos, Hablar fuerte
- b) Imitación de modelo vocal deficiente.
- c) Problemas emocionales
- d) Estado físico deficitario.
- e) Usar extensión tonal más amplia de la que se posee
- f) Mal uso vocal.
- g) Hipoacusia
- h) Predisposición constitucional
- i) Enfermedades infecciosas
- j) Predisposición psíquica
- k) Causas ambientales

Del conocimiento del mecanismo de la fonación y su alteración se podrá inferir claramente la entidad clínica de la cual la disfonía es el síntoma evidente.

Copyright © Prof. Ana Rosa Scivetti, 2000 Todos los derechos reservados. Se permite redistribuir, reenviar, copiar o citar este documento siempre que no se modifique y no se use con fines comerciales. En todos los casos debe incluir esta nota de copyright, así como el nombre Prof. Ana Rosa Scivetti, el correo [scivetti@unsl.edu.ar](mailto:scivetti@unsl.edu.ar) y la dirección [www.logopedia.net](http://www.logopedia.net).