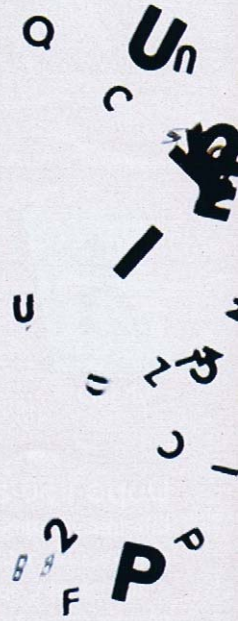
IL FEMMINILE DEL *CORRIERE DELLA SERA*

io donna

.doc
NOTIZIE, RISPOSTE
APPROFONDIMENTI

Alle **CORDE**

Logopedia *Circa 300mila italiani perdono ogni anno la* voce per disturbi funzionali provocati da fattori infiammatori (allergie, noduli, polipi alla laringe), da traumi o patologie più gravi, anche di tipo oncologico. **Le donne sono più vulnerabili** degli uomini perché dotate di corde vocali più sottili e fragili. Fra i più colpiti, senza distinzioni di sesso, i professionisti che usano molto la voce: insegnanti, politici, sindacalisti. Ma anche i cantanti lirici: spesso l'"ansia da prima" li rende **afoni**. In tutti i casi, è indispensabile la diagnosi del logopedista: a lui toccherà tracciare un profilo vocale in base al quale stabilire le tappe della riabilitazione. «Il programma di recupero, sempre individualizzato, verte sul controllo e la coordinazione degli organi predisposti all'emissione della voce» precisa Tiziana Rossetto, presidente della Federazione logopedisti italiani (oggi, 6 marzo, si celebra la Giornata europea della logopedia, info: *fli.it*). «Prevede esercizi per allentare le tensioni, gestire lo stress nella zona di collo e spalle e migliorare la respirazione. Talvolta basta imparare a emettere i suoni in modo corretto per evitare attriti che potrebbero provocare **usura delle corde vocali**». Sono utili anche piccoli accorgimenti pratici come mantenere l'ambiente umidificato, evitare colpi d'aria e bruschi movimenti della testa. *Paola Trombetta*