

# logopèdia:

## La veu, suport de la comunicació i expressió de la identitat

La nostra vida està emmarcada per la veu. Naixem amb un plor i morim en un sospir. En la comunicació oral, la veu és el suport físic que transmet els nostres missatges. Sense la veu, o amb una veu que no tingui la potència i la claredat necessàries, la comunicació es fa difícil o, a vegades, impossible.

Però la veu també és un senyal d'identitat. Ens reconeixen en la veu; els altres saben qui som i també com estem. La veu diu moltes coses de nosaltres. Ens sentim molt més que no pas ens veiem. La nostra veu ens acompanya sempre i malgrat que no sempre la reconeixem quan la sentim enregistrada, ella és una de les nostres marques d'identitat.

## La veu evoluciona amb l'edat

La veu que avui tenim no sempre ha estat la mateixa. La veu evoluciona amb l'edat. El plor del nadó és molt agut; oscil·la entre 440 i 500 Hz; presenta un timbre molt sonor, amb un reforç harmònic sobre els 3.000 Hz i una forta intensitat, uns 90 dB. Tot plegat permet que el plor del nadó sigui un magnífic sistema d'avís per a la mare, que el sent malgrat que hi hagi soroll ambiental o que l'habitació del petit estigui a força metres d'on ella es troba.

Fins als cinc o sis anys, la veu dels infants va fent-se una mica més greu i té la mateixa alçada. Serà cap el set anys que la veu dels nens es fa més greu que la de les nenes. Aquesta diferència es fa del tot manifesta en la pubertat. En aquell moment de canvi hormonal, físic i psicològic, la veu també fa un tomb espectacular. Els nois baixen la seva veu una octava, passen de parlar en la zona del La de la segona octava a

fer-ho en el La de la primera. Les noies també agreugen la seva veu però només en un interval de tercera. Aquest moment del canvi de veu té una durada molt variable i en alguns nois és viscut de manera una mica angoixant. La por a que surtin "galls" o a no saber si sortirà veu d'home o de nen, pot fer que alguns nois evitin la conversa en les situacions més compromeses.

**"Podem néixer amb petites alteracions de les cordes vocals o bé generar lesions per l'ús poc adequat de la veu"**



## La veu és fràgil

A vegades sentim persones que tenen la veu sempre enrogallada o que parlen molt fluix, amb molt d'aire en la veu, com xiuxiuejant. O mestres que ens diuen que al final de la setmana laboral no tenen veu o que els han operat d'una o altra lesió de les cordes vocals. També hi ha nens i nenes que tenen la

veu peculiar. Veus que rasquen, que sembla que s'escanyin, que no les sentim, ... La veu emmalalteix, s'espantia.

La veu es produeix per la coordinació de diferents estructures del nostre cos. Aquesta coordinació no sempre funciona eficaçment i

# La veu dels infants

el producte sonor, la veu, no té les característiques que ens agradaria tenir. La veu pot espatllar-se pel mal ús o l'abús i també per certes anomalies en la conformació de les cordes vocals. Podem néixer amb petites alteracions de les cordes vocals o bé generar lesions per l'ús poc adequat de la veu.

Els nens i nenes també poden patir alteracions de la veu. Malgrat que la laringe dels nens té unes característiques diferents i que la majoria de nens i nenes criden força en les seves estones d'esbarjo, alguns infants presenten veus diferents i en alguns casos tenen lesions als plec vocals.

## Guia per guarir la veu

Quan la veu emmalalteix cal fer-hi alguna cosa. La veu és eina de comunicació i manifestació del ser, no podem deixar que es malmeti i que no pugui acomplir les seves funcions satisfactòriament. Si observem que un nen presenta una veu diferent cal que demanem ajuda als professionals sanitaris especialitzats. Hem de demanar una valoració mèdica del otorinolaringòleg o del metge foniatre i si cal el treball reeducador del logopeda especialitzat en trastorns de la veu. El diagnòstic mèdic prendrà en compte l'evolució del nen, valorarà la qualitat i característiques de la seva veu i explorarà la seva laringe mitjançant diversos aparells. Es tracta, normalment, d'una exploració poc molesta però que, en alguns

casos de nens més petits de sis o set anys, pot ser difícil. Amb la informació del metge, la família pot demanar la participació del logopeda que, mitjançant exercicis de consciència i domini del cos i de la veu, donarà més recursos expressius al nen i afavorirà la millora de la veu i la desaparició, si és possible, de les lesions. En alguns casos, la indicació terapèutica pot ser la cirurgia. Si aquest fos el cas, caldrà estar ben convençuts que el nen podrà seguir les indicacions dels professionals respecte al procés postoperatori i a la recuperació posterior. Cal sempre una comunicació franca i eficaç entre els professionals i amb la família.

## Pistes per mantenir una bona salut vocal

Podem tenir cura de la veu. Hi ha algunes precaucions que ens poden ajudar a conservar-la. Mantenir un bon ritme de descans, una alimentació i digestions lleugeres, un ús prudent dels aparells de música i un control sobre els nivells de soroll ambiental, una vigilància de la intensitat habitual de la veu, la promoció d'activitats artístiques com el cant o el teatre, on hem de procurar una bona qualitat de la veu, mantenir una bona hidratació,... Són moltes les coses que podem fer per conservar la veu.

La cura de la veu també passa per tenir cura de les nostres relacions emocionals. La veu ens permet la relació i pateix les seves dificultats. Hem de vetllar per què les nostres

relacions humanes siguin sanes i que les angúnies i malestans no afectin al nostre cos. La veu és una de les funcions més sensibles al malestar. Amb els infants, a casa i a l'escola podem promoure la salut vocal si afavorim al màxim una bona comunicació.



Josep M<sup>a</sup> Vila  
Universitat Ramon Llull. FPCEE Blanquerna  
josepmvila@blanquerna.url.edu