

COLUMNA**Mg. Flga. Amanda Peñailillo**Académica fonoaudiología
Universidad Andrés Bello

El paso del tiempo y su huella en nuestra voz

La voz, herramienta de comunicación esencial para los seres humanos, experimenta cambios a lo largo de la vida, reflejando el proceso de envejecimiento y otros factores físicos, fisiológicos y ambientales. Desde las primeras etapas de la vida a la vejez, la voz atraviesa un viaje de cambios y adaptaciones que están estrechamente ligados al proceso de envejecimiento y a diversos factores físicos, fisiológicos y ambientales.

Durante la infancia, la voz experimenta una evolución notable. Los bebés comienzan con sonidos agudos y expresivos, que van desarrollándose a medida que crecen y exploran el mundo que los rodea. La adolescencia, en tanto, marca un punto crítico en este viaje vocal, especialmente para los hombres, cuyas voces se vuelven más graves debido a los cambios hormonales asociados con la pubertad. Las conocidas "gallitos" son un indicador de esta transición en la voz masculina, mientras que, en las mujeres, estos cambios suelen ser menos dramáticos, pero igualmente significativos.

Con el pasar de los años pueden surgir una serie de cambios en la voz que afectan su calidad y su funcionalidad. Las condiciones médicas comunes relacionadas con el envejecimiento, como la artritis, la osteoporosis y la enfermedad de

Parkinson, pueden afectar la voz de diferentes maneras. La artritis puede causar inflamación en las articulaciones de los cartílagos laríngeos, lo que puede resultar en ronquera y cambios en la frecuencia y la intensidad de la voz. La osteoporosis, al disminuir la densidad ósea, puede afectar el soporte estructural de los sistemas implicados en la fonación, como el respiratorio y el hiolaríngeo. La enfermedad de Parkinson, por su parte, puede provocar una voz de baja intensidad (hipofonía), alteraciones en el habla (disartria), pérdida de la expresión facial (hipomimia) e incoordinación fonorespiratoria. El estilo de vida también juega un papel crucial en la salud vocal a lo largo de la vida. El tabaquismo y el consumo excesivo de alcohol, por ejemplo, pueden causar daños irreparables en las cuerdas vocales y aumentar el riesgo de enfermedades graves como el cáncer de laringe. Además, el uso excesivo o incorrecto de la voz, especialmente en profesiones que demandan un uso intensivo de la misma, puede contribuir a la fatiga vocal y a la aparición de trastornos como la disfonía.

Los cambios vocales relacionados con la edad pueden afectar significativamente la comunicación y la calidad de vida de las personas mayores.