

No Dia da Voz, um grito de alerta

Sintomas aparentemente inofensivos como rouquidão, pigarro e tosse podem ser indício da formação de um tumor

Daniela Guima
Especial para o **Correio**

A paixão pela música começou cedo — aos cinco anos de idade. Cilene Carvalho, 32 anos, tem um dom e construiu toda a sua vida sobre ele. Professora de canto há dez anos, treinou centenas de alunos e pôde fazer de sua paixão o seu ofício. Em 1993, tornou-se regente de um coro de 60 vozes. "Eles eram um tanto inexperientes e eu era obrigada a controlá-los, muitas vezes com gritos", lembra.

Dos gritos à rouquidão foi um pulo. Cilene acreditava que a disfonia iria passar naturalmente e não deu a importância devida. Só procurou o médico dois meses depois, e logo no primeiro exame constatou um cisto na parte interna das cordas vocais. Cilene passou mais de dois anos fazendo tratamentos com fonoaudiólogos e médicos. Hoje em dia, continua ensinando canto e participa de corais, mas nunca recuperou toda a capacidade de sua voz. "Se eu tivesse procurado os médicos antes, poderia ter me recuperado totalmente", lamenta.

É para evitar casos como o de Cilene que especialistas de todo o país estão mobilizados, hoje, no Dia Nacional da Voz. Longe de comemorações, os especialistas querem fazer da data uma oportunidade de alerta. No último relatório divulgado pela Organização Mundial de Saúde (OMS), os números assustam: cerca de oito mil brasileiros morrem de câncer de laringe, e outros 15 mil contraem a doença, a cada ano. "Esse quadro pode ser facilmente revertido com o diagnóstico precoce", afirma o otorrinolaringologista, Francisco de Paula Lima.

O fato é que grande parte da população subestima os sintomas que surgem com esse câncer — rouquidão, pigarro e tos-

se, entre outros. "As pessoas acham que é um quadro normal de uma gripe passageira. Mas isso pode ser um forte indício da formação de um tumor", alerta o especialista. No caso de fumantes, a situação se agrava ainda mais. "Estatísticas demonstram que a cada dez casos de câncer das pregas vocais (laringe) diagnosticados no Brasil, nove são de homens fumantes", relata a fonoaudióloga e especialista em voz, Mônica Krieger.

Mas as mulheres não devem se animar muito. Os médicos chamam atenção para o fato de que o número de pacientes femininos com esse problema tem aumentado gradativamente. "Em função de mudanças culturais, as mulheres fumam, bebem e se estressam cada vez mais. E é esse tipo de conduta que leva ao câncer de laringe", explica Mônica.

Os números impressionantes são reflexo da má informação, pois o câncer das laringe é de fácil diagnóstico e o tratamento é muito eficaz quando a doença é constatada precocemente. "Se o câncer é detectado em sua fase inicial, o paciente não precisa operar na maioria dos casos. Ele usa algumas medicações e, então, é encaminhado para um fonoaudiólogo", diz Francisco de Paula.

IMPLICAÇÕES

Para o médico, a população desconhece os hábitos de higiene vocal e não valoriza a voz como instrumento de trabalho. Além da ignorância do povo frente aos perigos do câncer de laringe, está a desinformação da própria classe médica. De acordo com Francisco de Paula, muitos profissionais de saúde acham que a rouquidão é algo simples, que passa com o tempo.

Mas, se o paciente continua rouco por mais de três semanas, está arriscado a desenvolver a



Depois de um cisto nas cordas vocais, Cilene Carvalho nunca mais recuperou toda a capacidade de sua voz

doença. "Os médicos não especializados desvalorizam os distúrbios da voz e suas implicações sociais. Eles precisam ter a iniciativa de encaminhá-los para os especialistas, uma vez que esses sintomas são constatados", argumenta Francisco de Paula.

A Sociedade Brasileira de Laringologia e Voz e a Sociedade Brasileira de Otorrinolaringologia promovem hoje, em todo o

país, palestras e cursos com a intenção de despertar o interesse e conscientizar a população da prevenção de doenças relacionadas à voz. Vários profissionais também estarão orientando sobre o diagnóstico e o tratamento de outras doenças nas cordas vocais. A campanha que teve início há um ano pretende, ainda, mobilizar o Ministério da Saúde e suas secretarias para

implementar nos postos de atendimento uma postura de conscientização e esclarecimento do público.

MÔNIKA SCHMIDT KRIEGER
Fonoaudióloga
Fone: 213-3143 / 517-4877

FRANCISCO DE PAULA LIMA
otorrinolaringologista
Fone: 243-1222 / 245-2247

MALES

ALCOOL

irrita o aparelho fonador

CHOCOLATE E DERIVADOS DO LEITE

afetam a mucosa da laringe

DROGAS

inalatórias ou injetáveis, ressecam a laringe e prejudicam a voz

PIGARRO

pigarrear ou tossir com esforço resseca a laringe

FUMO

a fumaça quente irrita e agride a mucosa da laringe. Provoca tosse crônica e pigarro

POLUIÇÃO DO AR

a fumaça e os tóxicos também afetam a laringe

ALERGIAS

pó, poeira e o pólen das flores afetam a voz temporariamente

AR CONDICIONADO

o resfriamento do ambiente reduz a umidade do ar e resseca a laringe

CUIDADOS

■ Evite álcool e fumo

■ Modere o uso de cafeína

■ Não se automedique

■ Tome pelo menos oito copos d'água por dia

■ Evite a exposição excessiva à fumaça de cigarros e de poluição

■ Evite gritar e sussurrar (ambos exigem muito esforço das cordas vocais)

■ Não abuse de pastilhas ou balinhas que contêm mentol em suas fórmulas pois, em excesso, irritam a mucosa da laringe

■ Chás e gargarejos caseiros podem ser eficazes, mas sob orientação médica. Se feitos de forma incorreta, podem prejudicar ainda mais a voz

■ A utilização em excesso dos sprays pode causar edemas e irritações na laringe