



A VOZ MERECE ATENÇÃO

Cláudia Fier, cantora, professora de canto e fonoaudióloga

O Dia Mundial da Voz é comemorado em 16 de abril. A data tem como objetivo conscientizar a população para os cuidados de preservação da voz e também alertar para as alterações, que podem indicar a presença de doenças.

Profissionais que utilizam a voz diariamente – professores, palestrantes, jornalistas, cantores, atores, entre outros – devem redobrar a atenção com a saúde vocal.

Cláudia Fier, cantora, professora de canto e fonoaudióloga do Cefac Saúde e Educação, afirma que atitudes simples podem prevenir problemas com a voz. “É importante beber bastante água para manter a

hidratação e evitar fazer refeições muito tarde”.

Segundo a especialista, nódulos, cistos e pólipos são as causas mais comuns tratadas nas sessões de fonoaudiologia.

Rouquidão, pigarro, coceira na garganta e cansaço ao falar também podem indicar que algo não vai bem. Em caso de dúvidas, deve-se buscar a avaliação do médico otorrinolaringologista.

Serviço:

Cefac- Saúde e Educação
Rua Cayowaá, 664, Perdizes.
Fone 3868-0818

Segunda a sexta das 8h às 19h.

www.cefac.br