

Hidratación combinada y efectos en la salud vocal en estudiantes de logopedia

Teresa Juana García Real⁽¹⁾, Tomás Miguel Díaz Román⁽²⁾, Luisa Losada Puente⁽³⁾

¹Profesora Titular de Universidad. Facultade Ciencias da Educación. Universidade da Coruña (A Coruña).

²Facultativo Especialista de Área en Radiología. Servicio de Radiodiagnóstico. Hospital Universitario Lugo Augusti (Lugo).

³Profesora Ayudante Doctor. Facultade Ciencias da Educación. Universidade da Coruña (A Coruña).

Correspondencia:

Teresa Juana García Real

Dirección: Departamento de Didácticas Específicas y Métodos de Investigación en Educación. Facultade Ciencias da Educación. Campus de Elviña s/n. 15071. A Coruña.

Correo electrónico: teresa.greal@udc.es

La cita de este artículo es: Teresa Juana García Real et al. Hidratación combinada y efectos en la salud vocal en estudiantes de logopedia. Rev Asoc Esp Espec Med Trab 2023; 32(2): 99-109

RESUMEN.

Objetivo: Evaluar si la hidratación combinada (sistémico y superficial) disminuye síntomas vocales y mejora la eficiencia glótica en una muestra de estudiantes de Logopedia.

Material y Métodos: Estudio cuasi-experimental con grupo Hidratación (N=20) y grupo Control (N=19) con valoración pre y post-hidratación (ingesta de agua 1.500 ml/día e inhalaciones dos veces/día durante una semana). Se analizaron factores deshidratantes relacionados con la voz (uso vocal, tabaco, alcohol, café, respiración bucal), síntomas vocales y eficiencia glótica a través del Tiempo Máximo Fonación, Fo, Jitter % y Shimmer %, usando Multi-Dimensional Voice Program (MDVP).

Resultados: Grupo Hidratación disminuyó significativamente sequedad ($p = 0,013$), carraspeo ($p = 0,005$), fatiga vocal ($p = 0,015$), dolor faríngeo ($p = 0,009$), Shimmer % ($p = 0,048$) frente al grupo Control que sólo disminuyó el carraspeo ($p = 0,02$).

COMBINED HYDRATION AND EFFECTS ON THE VOCAL HEALTH IN SPEECH LANGUAGE PATHOLOGY STUDENTS

ABSTRACT

Objective: To evaluate if a combined hydration (systemic and superficial) decreases the vocal symptoms and improves the glottic efficiency in a sample of university students of Speech therapist.

Material and Methods: Quasi-experimental study with Hydration group (N=20) and Control group (N=19) with pre and post-hydration assessment (water intake 1.500 ml/day and steam twice/day for a week). Voice-related dehydrating factors (vocal use, tobacco, alcohol, coffee, oral breathing), vocal symptoms and glottic efficiency through Maximum Phonation Time, Fo, Jitter % and Shimmer %, using Multi-Dimensional Voice Program (MDVP) were analyzed.

Results: Hydration group significantly decreased dryness ($p = .013$), throat clearing ($p = .005$), vocal fatigue ($p = .015$), pain throat

Conclusiones: La hidratación combinada puede ser una medida útil para mejorar la salud vocal de los futuros logopedas.

Palabras claves: Hidratación, Salud vocal; Profesional de la voz; Trastornos vocales.

($p = .009$) and Shimmer % ($p = .048$) compared to the Control group, which only decreased throat clearing ($p = .02$).

Discussion: The combined hydration may be a useful measure to improve vocal health for future speech-language-pathologists.

Key words: Hydration;Vocal health,Professional voice;Voice disorders.

Fecha de recepción: 8 de febrero de 2023

Fecha de aceptación: 27 de junio de 2023
