

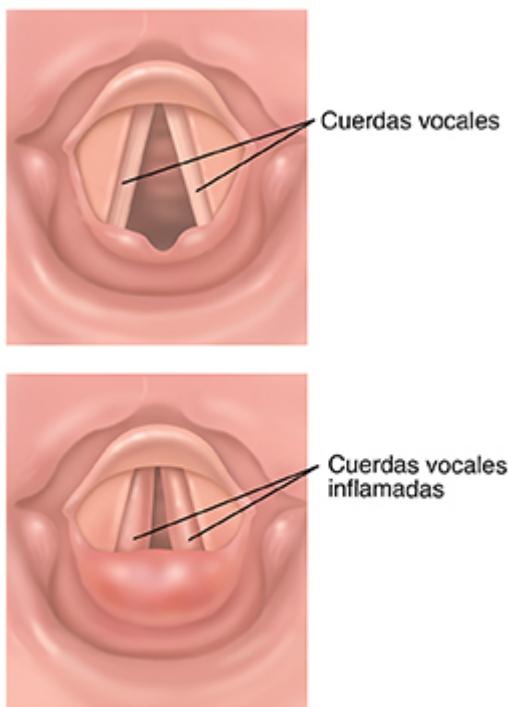
# Disfunción de las cuerdas vocales

Le han diagnosticado una posible disfunción de las cuerdas vocales (VCD, por su sigla en inglés).

## ¿Qué es una VCD?

Las cuerdas vocales son 2 bandas de músculo y tejido conectivo que están dentro de la laringe. La laringe está en la parte superior de la tráquea. Esta se encuentra en la garganta. Normalmente, cuando una persona inhala y exhala, el aire pasa a través de las cuerdas vocales y por los pulmones, y esto le permite respirar con facilidad. Pero si la persona tiene disfunción de las cuerdas vocales, estas se cierran en lugar de abrirse. Cuando inhala, las cuerdas vocales no se abren como deberían, sino que se cierran y cortan el suministro de aire.

A veces, otra parte de la laringe, por encima o alrededor de las cuerdas vocales, es lo que provoca el bloqueo de la respiración. En ese caso, el problema se llama obstrucción láríngea durante la inspiración. Ambas afecciones suelen tener los mismos desencadenantes y los mismos síntomas. También se las suele diagnosticar y tratar de la misma manera.



## ¿Cuáles son las causas de la disfunción de las cuerdas vocales?

La causa de la VCD no siempre es clara. Sin embargo, las siguientes afecciones o desencadenantes pueden provocarla:

- Goteo posnasal
- Enfermedad por reflujo gastroesofágico (ERGE)
- Infecciones de las vías respiratorias superiores provocadas por un virus o a una bacteria
- Ejercicio

- Emociones fuertes, como el estrés
- Olores fuertes (vapores)
- Humo de cigarrillo

## Síntomas de la VCD

Los síntomas de la disfunción de las cuerdas vocales son similares a los que provoca el asma. En ocasiones se cree que algunas personas tienen asma cuando en realidad es una disfunción de las cuerdas vocales. Pero los síntomas de la disfunción de las cuerdas vocales no se alivian con los medicamentos para el asma que se usan para despejar las vías respiratorias en los pulmones, como los broncodilatadores. Además, los síntomas de la disfunción de las cuerdas vocales no se presentan mientras duerme.

Los posibles síntomas de la disfunción de las cuerdas vocales son los siguientes:

- Dificultades para respirar o falta de aire. En el caso de la disfunción de las cuerdas vocales, la persona tiene más dificultades para inhalar que para exhalar.
- Respiración ruidosa (jadeo, sibilancias o sonidos roncos)
- Ronquera
- Cambios en la voz
- Tos o carraspeo constante
- Opresión en el pecho o en la garganta

## Diagnóstico de la VCD

Es posible que tenga que realizarse pruebas de respiración para evaluar si el aire circula correctamente por los pulmones. También podría realizarse una laringoscopia. Esta prueba les permite a los proveedores de atención médica revisar las cuerdas vocales con un laringoscopio, que es un endoscopio delgado y a menudo flexible. Tal vez se lleven a cabo pruebas para el asma, ya que los síntomas de la disfunción de las cuerdas vocales son parecidos a los de dicha enfermedad. Algunas personas pueden tener tanto asma como disfunción de las cuerdas vocales.

## Tratamiento de la VCD

El principal tratamiento para la VCD es aprender a manejar y controlar los síntomas en el momento en que ocurren. El proveedor de atención médica puede recomendarle lo siguiente:

- **Fonoaudiología.** En este tratamiento se le enseña a controlar las cuerdas vocales. Un fonoaudiólogo u otro especialista le enseñan cómo relajar los músculos de la garganta.
- **Técnicas de relajación.** La respiración profunda, la meditación y las actividades tales como el yoga pueden ayudar a reducir el estrés.
- **Biorretroalimentación.** Se le enseña a controlar determinadas funciones y reacciones físicas. También puede aprender a reducir la tensión muscular.

- **Psicoterapia.** Este tratamiento consiste en tratar de resolver sus problemas con un profesional de la salud mental especialmente capacitado. Este profesional puede ayudarlo a combatir mejor el estrés.

Tal vez haya otros tipos de tratamientos disponibles. Si es necesario, su proveedor de atención médica le brindará más información al respecto.

## Prevención de la VCD

Cambie algunos aspectos de su vida para reducir y controlar los desencadenantes de la VCD y así ayudar a prevenir los episodios de dicha afección. Si la causa de su disfunción de las cuerdas vocales es una afección médica, como el reflujo de ácido, tal vez necesite tomar medicamentos y cambiar algunos hábitos alimenticios. Si fuma, dejar de hacerlo puede ayudarlo a controlar la VCD. También manténgase alejado del humo de cigarrillos de otras personas. No permita que nadie fume en su automóvil ni en su casa. El proveedor de atención médica puede darle más información al respecto.

## Cuándo debe llamar al 911

Llame al 911 de inmediato si tiene dificultad grave para respirar.