



Sociedad Española de  
Otorrinolaringología y  
Cirugía de Cabeza y Cuello

### **NOTA DE PRENSA**

***16 de abril, Día Mundial de la Voz***

## **LA TÉCNICA REGENERATIVA QUE UTILIZAN DEPORTISTAS DE ÉLITE COMO RAFA NADAL O LAMINE YAMAL COMIENZA A APLICARSE PARA RECUPERAR LA VOZ**

- **El uso de plasma rico en plaquetas abre nuevas posibilidades para tratar cicatrices de las cuerdas vocales, mientras los especialistas recuerdan que una ronquera que dura más de 15 días debe ser evaluada por un otorrinolaringólogo**
- **Evitar el consumo de tabaco y alcohol, no forzar la voz ni elevarla en ambientes ruidosos, realizar pausas cuando se habla durante periodos prolongados y mantener una adecuada hidratación, claves para cuidar la voz**

**Madrid, 14 de abril de 2026.-** La medicina regenerativa está empezando a abrir nuevas vías terapéuticas en el tratamiento de determinadas patologías de la voz. Con motivo del Día Mundial de la Voz, especialistas en otorrinolaringología destacan el creciente interés clínico del plasma rico en plaquetas (PRP) como herramienta para favorecer la regeneración de las cuerdas vocales cuando estas han sufrido lesiones o cicatrices que alteran su capacidad vibratoria.

Este procedimiento, basado en la utilización de componentes obtenidos de la propia sangre del paciente, se ha popularizado en los últimos años en el ámbito de la medicina deportiva por su capacidad para acelerar los procesos de reparación tisular en lesiones musculares o tendinosas. De hecho, su uso ha sido ampliamente conocido en la recuperación de deportistas de alto nivel como el tenista Rafa Nadal o el futbolista Lamine Yamal. En el campo de la otorrinolaringología, esta estrategia terapéutica se está incorporando progresivamente como opción para mejorar la calidad del tejido vocal en determinadas lesiones que afectan a la estructura de las cuerdas vocales.

Según explica el doctor Juan Carlos Casado, presidente de la Comisión de Laringología de la Sociedad Española de Otorrinolaringología y Cirugía de Cabeza y Cuello (SEORL-CCC), el objetivo de esta técnica consiste en infiltrar factores de crecimiento derivados de las plaquetas del propio paciente en la cuerda vocal, con el fin de estimular los procesos naturales de regeneración del tejido.

“Las cuerdas vocales tienen una estructura muy compleja, formada por diferentes capas de mucosa y tejido muscular, cuya integridad es fundamental para que la vibración sea adecuada. Cuando aparece una cicatriz en esta zona, recuperar esa arquitectura original es muy difícil, por lo que las terapias regenerativas como el PRP representan una línea de trabajo muy prometedora”, señala el Dr. Casado.

La relevancia de estos avances se entiende mejor si se tiene en cuenta la complejidad funcional de la laringe, el órgano responsable de la producción de la voz. Las cuerdas vocales funcionan como una estructura vibratoria extremadamente precisa que, al ponerse en movimiento con el paso del aire durante la respiración, permite generar los distintos sonidos que conforman la voz humana.

En condiciones normales, estas estructuras vibran aproximadamente 120 veces por segundo en el hombre, alrededor de 170 veces por segundo en la mujer y hasta 250 veces por segundo en los niños, lo que refleja el elevado grado de coordinación biomecánica que requiere la fonación. Cualquier alteración en la superficie o en la elasticidad de las cuerdas vocales puede modificar este patrón vibratorio y provocar trastornos de la voz que afectan tanto a la calidad como a la intensidad del sonido.

### **Ronquera persistente: el principal signo de alarma**

Entre los síntomas que pueden alertar de la presencia de una patología de la voz, los especialistas señalan la disfonía o ronquera persistente como el signo clínico más relevante. En este sentido, recuerdan que cualquier alteración de la voz que se prolongue más de 15 días debe ser evaluada por un especialista en otorrinolaringología. En el caso de las personas fumadoras, este periodo de alerta se reduce incluso a 10 días, debido al mayor riesgo de desarrollar lesiones en la laringe.

Además de la disfonía, otros síntomas que pueden indicar la presencia de una patología laríngea incluyen la sensación de cuerpo extraño en la garganta, dificultades respiratorias o la aparición de un bulto en el cuello. La valoración precoz por parte del especialista permite realizar un diagnóstico temprano y aplicar tratamientos menos invasivos que favorezcan la conservación de la función vocal.

Las patologías más frecuentes que afectan a la voz en la práctica clínica diaria son los nódulos vocales y los pólipos, lesiones benignas que suelen aparecer como consecuencia del uso excesivo o inadecuado de la voz. Este tipo de alteraciones se observa con especial frecuencia en personas cuya actividad profesional exige una utilización intensiva de la voz, como docentes, cantantes, actores o profesionales de la comunicación.

En este contexto, los especialistas destacan que no todos los pacientes presentan el mismo nivel de exigencia vocal. Mientras que en una persona cuya actividad laboral no depende de la voz una alteración vocal puede tener un impacto limitado, en profesionales de la voz —especialmente en cantantes o intérpretes— incluso pequeñas lesiones pueden suponer una limitación importante para el desarrollo de su actividad.

Entre los factores externos que más influyen en la aparición de patologías de la laringe, el tabaco continúa siendo uno de los más relevantes. Su consumo se asocia a diferentes alteraciones inflamatorias y estructurales de las cuerdas vocales, como el edema de Reinke, y constituye además el principal factor de riesgo para el desarrollo del cáncer de laringe, una enfermedad que, aunque menos frecuente que en décadas anteriores gracias a los avances en diagnóstico y prevención, sigue teniendo un impacto significativo en la función vocal cuando se detecta en fases avanzadas.

### **El reto del diagnóstico precoz**

Uno de los principales desafíos actuales en la patología de la voz es lograr un diagnóstico precoz del cáncer de laringe, ya que detectar la enfermedad en fases iniciales permite aplicar tratamientos más conservadores que preserven en mayor medida la función vocal.

En los casos más avanzados, esta enfermedad puede requerir la laringectomía, una intervención quirúrgica que consiste en la extirpación completa de la laringe y que implica la pérdida de la voz natural del paciente. Por el contrario, cuando el tumor se detecta en estadios iniciales, es posible realizar intervenciones más limitadas que afectan únicamente a una cuerda vocal, lo que permite preservar en parte la capacidad fonatoria.

El avance de la tecnología ha permitido mejorar significativamente el diagnóstico de las enfermedades de la voz. En la actualidad, técnicas como la laringoscopia con estroboscopia se han convertido en herramientas fundamentales para estudiar el movimiento de las cuerdas vocales con gran precisión, permitiendo detectar alteraciones vibratorias que pueden pasar desapercibidas en una exploración convencional.

Otra herramienta de gran utilidad es la electromiografía laríngea, que permite evaluar el funcionamiento de los músculos de la laringe y resulta especialmente útil en el diagnóstico de trastornos del movimiento, como las parálisis de las cuerdas vocales.

### **Claves para cuidar la voz**

Con motivo del Día Mundial de la Voz, los especialistas recuerdan la importancia de adoptar hábitos que favorezcan una adecuada higiene vocal. Entre las principales recomendaciones se encuentran evitar el consumo de tabaco y alcohol, no forzar la voz ni elevarla en ambientes ruidosos, realizar pausas cuando se habla durante periodos prolongados y mantener una adecuada hidratación.

También es aconsejable evitar el carraspeo frecuente, dormir al menos siete horas y tratar adecuadamente el reflujo gastroesofágico, una alteración cada vez más frecuente que puede provocar irritación crónica de las cuerdas vocales.

En cualquier caso, los expertos insisten en que prestar atención a los cambios persistentes en la voz es la mejor estrategia de prevención, ya que una disfonía mantenida en el tiempo puede ser el primer síntoma de una enfermedad de la laringe que requiere valoración especializada.

**Para más información:**

**Gabinete de comunicación de la Sociedad Española de Otorrinolaringología y Cirugía de Cabeza y Cuello (SEORL-CCC): Tomás Muriel (605 603 382) / Javier Barrera (619 102 554)**