

¿Tienes la voz ronca o andas afónico? ¡Ojo! Puede ser COVID



Algunos de las personas [contagiadas en la quinta ola](#) de **COVID-19** en México han manifestado tener la **voz ronca** o quedarse sin voz (**afónicas**). ¿Qué significa esto?

El Dr. Michel Martínez, epidemiólogo y líder COVID de TecSalud, y la **Dra. Gloria Aguirre**, infectóloga de TecSalud, explican más sobre este síntoma en particular.

El Dr. Martínez señaló que lo que la comunidad médica está viendo con la **variante Ómicron** y sus subvariantes es que tienen mayor afinidad por **receptores** del **tracto respiratorio superior**.

*"Esto **conlleva a un estado inflamatorio** y, por ende, hay una **hinchazón de los tejidos** que condiciona la **presencia de disfonía o dolor faríngeo**",* explica e

Los especialistas compartieron a **CONNECTA** detalles sobre este **síntoma** y las **acciones** que debes tomar si lo tienes.

Voz ronca o dolor de garganta puede ser un síntoma de COVID width="676" loading="lazy">

¿Qué es la disfonía y por qué puede ser un síntoma?

De acuerdo con [expertos de la salud](#), la **disfonía**, conocida comúnmente como "**voz ronca**", es una **dificultad para producir sonidos al hablar** o un cambio en el tono o calidad de la voz.

Cuando presentamos **disfonía**, la voz puede sonar débil, chillona o con ronquera, incluso llegando al punto de la **pérdida temporal de la voz** algo que conocemos como la **afonía**.

La Dra. Aguirre señaló que las nuevas variantes afectan particularmente a **la faringe, la laringe y la orofaringe**, explicó a CONECTA.

*"Los pacientes se quejan mucho del **dolor de garganta**, que es difícil controlar con analgésicos, y por consecuencia, las personas pueden **presentar afonía o disfonía**",* añadió la doctora.

"Los pacientes se quejan mucho del dolor de garganta, que es difícil controlar con analgésicos, y por consecuencia, las personas pueden presentar afonía o disfonía".

De acuerdo con la especialista, los casos más recientes han mostrado **síntomas aparentemente leves**, que se pueden confundir con los de un **catarro común**, como lo es el [dolor en la garganta](#).

El estudio publicado en [The Lancet](#), también encontró que los pacientes infectados con la **variante Ómicron** informaron una pérdida del olfato con menos frecuencia y que tenían **más probabilidades de tener dolor de garganta y voz ronca** que los infectados con la Delta.

Dado que el **mayor riesgo de contagio** de COVID es [vía aérea](#), el **dolor de garganta** puede ser uno de los **primeros signos** en presentarse de manera "leve" y de forma gradual.

*"Esto explicaría la razón de que una **persona (con Ómicron) es mucho más contagiosa** que una que desarrolla neumonía (con Delta o el virus original de Wuhan)",* agregó el Dr. Martínez.

Síntomas de disfonía pueden confundirse con catarro común width="706" loading="lazy">

¿Cómo puedo saber si tengo disfonía?

Los **signos de la disfonía** son:

- *Ronquera*
- *Voz monótona*
- *Voz temblorosa*
- *Afonía temporal*
- *Variaciones en la intensidad de la voz*
- *Sensación de falta de aire al hablar*

Asimismo, una **persona con disfonía** también puede presentar **síntomas que no se relacionan directamente con la voz** como:

- *Tos*

- *Cosquillas en la garganta*
- *Comezón en la garganta*
- *Sensación incómoda en el cuerpo al tragar*
- *Dolor leve o moderado de garganta al hablar*

Estas **señales de disfonía** pueden indicar que una persona ya podría estar contagiada con la **variante Ómicron**.

Ante esto, los especialistas coincidieron en **aislarse de inmediato**, y realizarse una [prueba de detección](#).

Estos síntomas como el dolor de garganta o disfonía pueden durar de **2-3 días a una semana**, explicaron los especialistas.

*"Otros **síntomas** que se están presentando en esta **nueva ola de COVID** es la **cantidad aumentada de secreción** o rinorrea, que causa la **congestión nasal**.*

*"(También) la sensación de **pesantez facial** por la acumulación de secreciones en senos paranasales, así como **cefalea (dolor de cabeza)**", añadió la experta.*

Tips para recuperarse de disfonía width="724" loading="lazy">

¿Qué medidas debo tomar si tengo voz ronca o estoy afónico?

Dado que los **síntomas de la disfonía** se pueden confundir con un **resfriado común**, los expertos hacen hincapié en tratar [cualquier sospecha como señal de contagio](#).

En caso de **presentar disfonía o hasta afonía**, revisa si has tenido **contacto con posibles contagiados**, acude con tu médico y busca **hacerte una prueba**, de preferencia una PCR.

Trata **tu caso como posible contagio** e intenta permanecer en **aislamiento durante al menos los 10 días** de contagio.

Adicionalmente, para **tratar la disfonía durante el aislamiento**, algunas medidas que pueden ayudarte a [recuperar la voz](#) son:

- **Beber líquidos** a sorbos y con frecuencia
- **Evitar bebidas** muy frías o muy **calientes** y comidas **picantes**
- Tratar de **no consumir alcohol**
- **No fumar** y alejarse de ambientes con gases irritantes
- Estar en un **ambiente húmedo** (puedes ayudarte con un vaporizador)
- Hablar pausadamente y **utilizar poco la voz**
- Hablar con un tono moderado

- Evitar gritar, cantar o reír fuerte
- **No toser** para aclarar la voz
- Evitar hablar al hacer esfuerzo físico
- **Reposar la voz** y optar por el lenguaje corporal para facilitar la comunicación
- Reducir en lo posibles situaciones de agotamiento, estrés, etc.

¿Cuándo necesito buscar ayuda médica?

En el caso de síntomas persistentes **no se debe de minimizar** o asumir que es algo leve, dijo la Dra. Aguirre.

"Tal vez algunos síntomas los consideramos leves y no lo son. Entonces vale la pena buscar atención médica para identificar si estos síntomas son consecuencia del COVID o se deban a alguna otra causa", recomendó.

Esta especialista recomendó buscar ayuda médica si las molestias **afectan la calidad de vida** de la persona, o si ya existe la necesidad de automedicarse o de buscar un remedio para controlar estos síntomas.

*"Buscar atención significa que ya es algo que está interfiriendo con la vida diaria de la persona con sus actividades del día. Y pues también la idea es **evitar la automedicación**",* finalizó.

TAMBIÉN TE PUEDE INTERESAR:

VE EL ESPECIAL DE COVID-19: