Nodulo alla gola, quali sono le cause più comuni?

Autore: Alice Marchese

Data: 23 Agosto 2022

Il **nodulo alla gola** è una patologia che compromette notevolmente la vita di chi presenta questa anomalia. Si tratta di escrescenze benigne che si vengono a formare sulle corde vocali (tecnicamente chiamate pliche vocali). Li definiamo noduli quando sono presenti su entrambi i lati delle corde vocali, mentre polipi quando sono presenti solo su un unico lato. Non in tutti i casi è necessario un intervento chirurgico. Qualora si presentino i sintomi spiegati successivamente, è opportuno rivolgersi al proprio medico.

Nodulo alla gola: anomalie

Quando si presenta un nodulo alla gola, vi sono delle anomalie sulla qualità, sul timbro e sull'intensità della voce, che è il principale sintomo associato a questa condizione. Altri sintomi che si possono verificare sono:

- voce rauca (raucedine),
- maggiore sforzo nella produzione della voce,
- sensazione di mancanza del respiro,
- difficoltà a produrre toni vocali più alti.

Leggi anche: “Come smettere di fumare”

Le cause

Se le corde vocali vengono messe sotto stress o vi è un uso eccessivo o scorretto della voce, questo può generare un problema simile. Può esserci una conseguente formazione di ferite sulle quali possono poi innescarsi dei fenomeni di rimodellamento del tessuto, che si traducono nella formazione di lesioni benigne delle corde vocali come i polipi.

Sia l’abuso vocale sul lungo periodo che un unico episodio di sforzo (come urlare in discoteca) può essere causa della formazione di polipi; ne sono considerate cause anche

- fumo,
- disturbi della tiroide,
- reflusso gastroesofageo.

Altri fattori di rischio

- fumo,
- disturbi della tiroide,
- reflusso gastroesofageo,
- allergie,
- abuso di caffeina,
- abuso di alcool,
- uso di droghe ricreative,
- infezioni delle vie respiratorie.

Sintomi

I sintomi dei polipi delle corde vocali sono:

- disfonia (il segno più caratteristico, un disordine caratterizzato da alterazioni della qualità, del timbro e dell’intensità della voce),
- voce rauca e/o affannosa,
- aumentato sforzo nella produzione della voce,
- sensazione di mancanza del respiro,
- difficoltà a produrre toni vocali più alti,
- fastidio o dolore al collo,
- sensazione di nodo alla gola,
- tosse.

Come prevenire?

La prevenzione può essere effettuata adottando una serie di accorgimenti che riducano la possibilità di insorgenza dei polipi:

- **Controllo dell’uso della voce.** Per i soggetti che lavorano con la voce come cantanti, attori, insegnanti, speaker. Si consiglia un allenamento della voce con specifici esercizi fonatori per allenare la voce ed evitare di sforzarla
- Si consiglia di **evitare pratiche vocali non convenzionali**. Ad esempio gridare, urlare o cambiare il proprio timbro vocale
- **Restare idratati (bere adeguatamente)** diminuisce la pressione che le corde vocali esercitano l’una sull’altra. Inoltre garantisce una loro adeguata lubrificazione e aumenta l’efficienza della vibrazione durante il parlato. Questo porta ad una ridotta possibilità di traumatismi meccanici delle corde vocali, che a loro volta inducono l’insorgenza di polipi.
- **L’abuso di tabacco, alcol, caffeina e l’uso di droghe** sono fattori di rischio implicati nell’insorgenza dei polipi delle corde vocali. Diminuire l’utilizzo di queste sostanze ha dimostrato una riduzione della possibilità della loro comparsa.

Leggi anche: “Voce rauca: i migliori rimedi naturali per combatterla”

Riferimento articolo: https://www.donnaclick.it/salute-donna/nodulo-alla-gola-cause/

Generato il 07/11/2026