

Departamento de
Personalidad,
Evaluación y
Tratamiento

La profesora Juani Muñoz alerta sobre los riesgos del carraspeo para la salud vocal

30/05/2026

La Dra. Juani Muñoz, experta en trastornos del lenguaje, habla y voz, desmonta uno de los mitos más extendidos sobre el carraspeo.

La profesora e investigadora protagoniza una nueva divulgación científica, una iniciativa de la Universidad de Granada para combatir la desinformación en salud. En esta ocasión, aborda la conducta cotidiana del carraspeo.

Según explica la profesora, que carraspear ayuda a aclarar la voz constituye un error muy extendido. Lejos de mejorar la calidad vocal, este hábito provoca un impacto brusco entre las cuerdas vocales que puede favorecer su irritación y deterioro cuando se repite de forma frecuente. Además, el carraspeo genera un círculo vicioso: la irritación resultante incrementa la sensación de mucosidad o molestia en la garganta, lo que lleva a repetir la conducta una y otra vez.



La investigadora destaca que las cuerdas vocales soportan una intensa actividad diaria y requieren hábitos de cuidado adecuados para mantener su correcto funcionamiento. Frente al carraspeo, recomienda estrategias más saludables, como una correcta hidratación y la ingesta de pequeños sorbos de agua cuando aparece la sensación de sequedad o esfuerzo vocal.

La participación de la Dra. Juani Muñoz pone de manifiesto la relevancia de la logopedia y de la investigación en salud vocal desarrolladas desde la Universidad de Granada. Asimismo, contribuye a sensibilizar sobre la importancia de prevenir conductas que, aunque normalizadas en la vida cotidiana, pueden afectar a la calidad de la voz y al bienestar comunicativo de las personas, especialmente en colectivos con alta demanda vocal como docentes, profesionales de la comunicación, cantantes o conferenciantes.

Con iniciativas de divulgación como esta, el Departamento continúa colaborando con la Universidad de Granada, reafirmando su compromiso con la transferencia de conocimiento científico a la sociedad, promoviendo hábitos saludables respaldados por la evidencia y contribuyendo a una mejor educación para la salud.

<https://canal.ugr.es/noticia/carraspeo-cuerdas-vocales/>