



Universidad de Valparaíso  
Facultad de medicina  
Carrera de Fonoaudiología  
Laboratorio de Lenguaje y Habla

# Carpeta de Tartamudez

---

**Flga Supervisora: Daniela Moya Olave**

**Alumna en práctica: Katherinne Lobos**

**Valparaíso, 2011**

## MODALIDAD DE TRATAMIENTO

1. INTERVENCIÓN TARTAMUDEZ PRIMARIA (SIN CONCIENCIA DE SU TARTAMUDEZ): GRUPO ETARIO 2-5 AÑOS

### Objetivos de la terapia

1. Intervención socio familiar: disminuir el impacto socioemocional en el paciente.
2. Mayor control del habla: intervención indirecta

1. Intervención socio familiar

Se realiza una *orientación preventiva* a la familia, con la finalidad de facilitar la fluidez del habla del menor.

### Contenidos de la orientación preventiva:

1. Informar sobre el desarrollo del habla, lenguaje y tartamudez, para que logren entender porqué su hijo habla de esa manera.
2. Analizar los pensamientos, sentimientos y actitudes de la familia, para así tranquilizar y eliminar el sentimientos de culpa ,
3. identificar las posibles presiones que están afectando la fluidez del habla.
4. orientar acerca de cómo reaccionar ante las difluencias y cómo crear las condiciones que favorezcan la fluidez.

### Estrategias de asesoramiento:

1. Las orientaciones deben adecuarse a los datos individuales del niño.
2. Indicar un tiempo de 20 minutos como mínimo, para que los padres hablen con el niño, a través de contar cuentos, juegos y/o comentar sucesos o experiencias.
3. Entregar información escrita a la familia.

#### 4. Control indirecto del habla.

##### 1. Alargar vocales

###### Ejercicio

Se le presentará una caja que contiene papeles escritos con palabras, que irán aumentando en metría según el avance de la terapia. Se le dirá al menor la siguiente consigna: "Hoy vamos a jugar a leer lo secretos que tiene la Princesa o rey en su caja mágica, luego tu los repetirás". La terapeuta será la princesa o rey, abrirá la caja, con mucho suspenso sacará el papel y leerá la palabra alargando la vocal, pidiéndole a la menor que la repita.

Posteriormente, el ejercicio deberá realizar en frases de diferente metría, siguiendo el mismo patrón de presentación.

##### 2. Hablar silabeando.

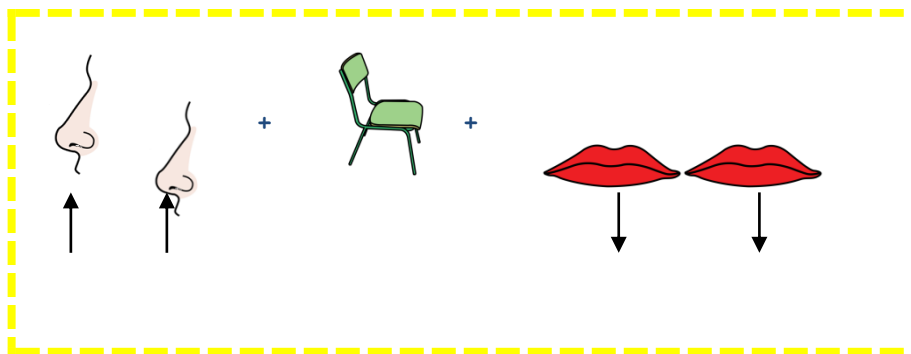
###### Ejercicio

Se le presentarán cartas que atrás tendrán escrita una palabra, se le pedirá a la menor que elija una y luego la repita. La consigna a utilizar : " Yo soy la bruja (terapeuta) y hoy te convertiré en tortuga ( con la barita mágica le toca la cabeza) , por lo que hablaras leeeenttoooo. Deberás, indicar una carta y que te leeré, luego tu repetirás". La finalidad, es que la menor hable silabeando, si no consigue entender la idea, la terapeuta dirá que ambas se convertirán en tortugas y de esta manera, le dará el modelaje. Finalmente, este ejercicio irá aumentando en complejidad de acuerdo a la metría de las palabras y frases que son presentadas.

##### 3. Respiración-Relajación (CFR)

Relajación: Se le dirá a la menor que jugarán al muñeco de trapo y al muñeco de nieve, para que sienta la diferencia, se realizará la siguiente consigna, "hoy vamos a ser muñecos de trapo, así que a soltar los brazos, las piernas, las manos... etc." O " Hoy seremos muñecos de nieve, que está más rígido "

Respiración: se le presentará un esquema que tiene dos narices + una palabra + dos bocas y se le dirá: "vamos a tomar dos veces aire, luego debes decir cómo se llama el dibujo y luego botar el aire en dos tiempos". Este propuesta, se irá complejizando en la medida que se vaya aumentando y/o disminuyendo los tiempos de inspiración y espiración.



#### 4. TARTAMUDEZ SECUNDARIA PACIENTES (CON CONSCIENICA DE SU TRASTORNO): 6 AÑOS -12 AÑOS.

##### Objetivo de la terapia

1. Auto control de sintomatología → mayor fluencia
2. Disminuir el impacto socio-emocional → bajar el sufrimiento del paciente

##### Contenidos

1. **Intervención socio-familiar:** Entrega de un texto "consejos para padres : ANEXO". Además, se debe realizar una orientación al profesor del menor, en que se le explique:

1. qué es la tartamudez y su desarrollo
2. Criterios de normalidad
3. Pautas de intervención en el aula
4. Firma de compromiso a continuar la terapia en el aula. (ANEXO).

5. **Terapia Global**

Debe abarcar 5 aspectos

1. Relajación
2. Respiración
3. Ritmo y control de flujo
4. Asociación

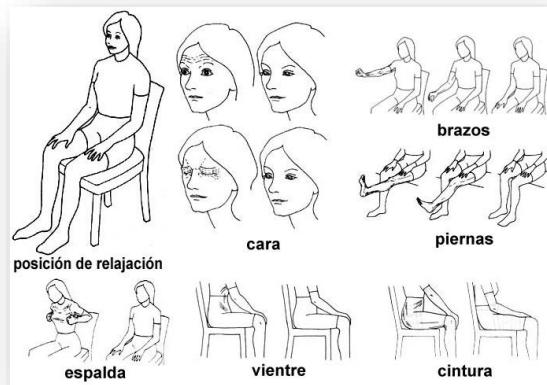
**Técnica de relajación**

El trabajo se realizará en base a la relajación general y segmentaria

1. **Relajación general de Jacobson**

Consiste en tensar deliberadamente los músculos que se contraen en una situación de ansiedad o temor para posteriormente relajarlos conscientemente.

. **Postura de relajación**



. Seguir la secuencia siguiente:

1. 1º tensar los músculos lo más que pueda.
2. 2º notar la sensación de tensión.
3. 3º relajar aquellos músculos.
4. 4º sentir la sensación que se percibe al relajar esos músculos. Por último, cuando tense una zona, debe mantener el resto del cuerpo relajado.

1. **Orden de realización de ejercicios**

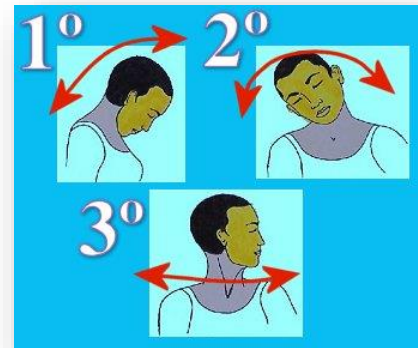
1. Frente.
2. Ojos (párpados)
3. Nariz y labios.
4. Cuello
5. Brazo
6. Piernas.
7. Espalda.

8. Abdomen
9. Glúteos
10. Muslos

DATOS: en ANEXO se adjunta pauta de relajación general para realizar en la sesión y luego entregar al paciente, para que éste los realice en su casa.

### 11. Relajación segmentaria

Los ejercicios se realizan en posición sentado en una silla con respaldo. Los pies apoyados completamente en el suelo, la espalda apoyada en el respaldo de la silla, los brazos colgando relajadamente al lado del cuerpo y los ojos cerrados. Cada ejercicio realiza como mínimo 5 repeticiones.



#### Movimientos de cabeza y cuello

1. Arriba - abajo:
  1. Flexión cervical
  2. Extensión cervical
3. Lado - lado:
  1. Rotación de cabeza, central a izquierda
  2. Rotación de cabeza, central a derecha
3. Central -lado
  1. Flexión de cabeza central- izquierda

2. Flexión de cabeza central- derecha:

3. Rotación de cabeza y cuello

#### HOMBROS:

1. Subir y bajar los hombros lentamente

2. Rotar ambos hombros hacia adelante

3. Rotar ambos hombros hacia atrás

DATOS: en ANEXO se adjunta pauta de relajación segmentaria para realizar en la sesión y luego entregar al paciente, para que éste los realice en su casa.

#### Técnica de respiración

Trabajar el modo respiratorio, el tipo respiratorio y la coordinación fonorespiratoria.

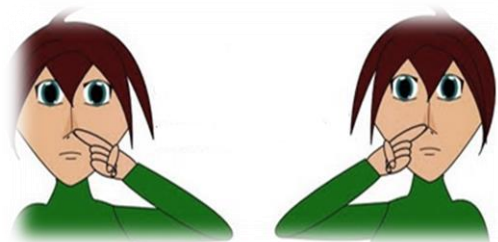
#### 1. **Modo respiratorio**

##### 1. Inspiración de Aromas

El paciente deberá estar sentado, con sus rodillas en 90 grados, los pies apoyados en el suelo y columna erguida, sin respaldo de apoyo. Se le presentará un aroma a la vez, pidiéndole que inspire por la nariz e identifique el estímulo. Lo ideal, es que sean presentados varios aromas.

##### 2. Técnica Yin Yang

El paciente en sedestación manteniendo sello labial, deberá ocluir con el dedo pulgar una de las narinas e inspirar por el





lado contrario, mantener apnea por unos segundos (ocluyendo ambas narinas) y luego, espirar por el lado ocluido inicialmente (tiempos de inicio 3:2:3). Se deben ir variando los tiempos, es decir, aumentando en 2 segundo el tiempo de inspiración y espiración y, mientras que el de apnea aumenta en 1 Es importante que al realizar esta técnica se ocluya la narina desde abajo, con el propósito de no generar presión innecesaria

### 3. Tipo respiratorio costodiafragmático

#### Técnica del Globo

Se le pide al paciente inflar un globo con el aire de una espiración, retener y luego aspirar rápidamente el aire contenido en éste por la boca. Cabe recalcar la importancia de no inflar las mejillas al momento de hacerlo.

#### Técnica del elástico

El paciente deberá estar en bipedestación y con las piernas separadas al ancho de las caderas, frente a un espejo de cuerpo completo. El terapeuta colocará una cincha elástica alrededor de las costillas flotantes, con el propósito que el paciente visualice el movimiento de expansión torácica en su base. La consigna será: "inspirar lenta y profundamente por las fosas nasales, sin elevar los hombros, fijando la atención en el movimiento abdominal, y luego espirar por la boca."



#### Instauración en Posición Inclinada

Estando el paciente en bipedestación, se le indicará que ubique sus manos en la espalda, a nivel de la zona abdominal. Luego deberá inclinar el tronco en flexión anterior de 45°. En esta posición, se le señala que inspire y



espire, percibiendo cómo las manos se movilizan de acuerdo a la expansión torácica. La variación de los tiempos de inspiración y espiración lo señalará el terapeuta, de acuerdo a las necesidades o capacidades del paciente.

#### **4. Coordinación fonorespiratoria:**

Se comenzará el trabajo sobre la coordinación de los tiempos de inspiración-pausa y espiración. Luego en el tiempo de espiración se emitirán palabras, después frases que irán aumentando en metría y finalmente, lectura de textos de complejidad creciente.

#### **Ejercicios:**

1. Tomar aire por nariz en un tiempo de 2 segundos (no olvidándose mantener una respiración costodiafragmática, en este momento se eleva el sector costal). Luego realizar una pausa de 4 segundos (mantenemos elevado el sector costal por este tiempo) y después botamos el aire lenta y paulatinamente en 8 segundos, (en este momento comienza a descender el sector costodiafragmático).
2. Tomar aire por nariz en un tiempo de 4 segundos, realizar una pausa de 4 segundos y botar el aire en 10 segundos.
3. Tomar aire por nariz en un tiempo de 4 segundos, realizar una pausa de 4 segundos y botar el aire en 10 segundos.
4. Tomar aire en un tiempo de 6 segundos, realizar una pausa de 5 segundos y botar el aire en 10 segundos.
5. Tomar aire en 8 tiempos, pausa de 4 segundos y botar el aire en 10 segundos, direccionando el aire a una vela.
6. Mismo ejercicio anterior direccionando una pelota de plumavit.

#### **4. Técnica control del ritmo y de la velocidad**

##### **Ritmo**

1. **Emisión de series automáticas:** repetir cada serie de manera independiente, luego asociando y finalmente alternadamente. La terapeuta deberá indicar al comienzo el pulso y luego el ritmo, que deberá seguir el menor.

Independiente

### Actividades

1. Instrucciones : el menor deberá repetir la siguiente:

Palabras

Números

Días de la semana : lunes - martes-miércoles-1-2-3-4-5-6-7-8-9-10...

jueves-viernes-sábado-domingo

10-20-30-40-50-60-70-80-90-100.

Días del año: enero-febrero-marzo-abril-mayo-

junio-julio-agosto-septiembre-octubre-

noviembre-diciembre.

Primero -segundo-tercero-cuarto-quinto-

sexto-séptimo, etc.

2. instrucciones: La bruja Carlota tiene en su bolsa palabras y números desordenados. Debes ordenarlos según corresponda y luego repetir la asociación



Primero	1	décimo
4	octavo	2 9
Segundo	8	tercero
10	sexto	5
3	Séptimo	6
quinto	noveno	cuarto
	7	

3. instrucciones : Leer lo que está pensando Pedrito

Lunes 1      2      primero      10  
 Martes      tercero      quinto      6  
 7      sexto      4      jueves      5      8  
 Viernes 9      segundo      sábado      3

4. **Emisión de palabras de diferente metría:** la terapeuta emitirá una lista de palabras, que el paciente deberá repetir simultáneamente. Ésta a la vez, irá marcando el pulso y luego el ritmo, a través, del metrónomo, golpe con un lápiz, aplausos, etc Después, el paciente deberá realizarlo con el ritmo que él estipule adecuado.

5. **Alargar vocales:** se comenzará en oraciones y luego en textos de complejidad creciente. Primero se marcará las vocales en la oración, luego se le pedirá al menor que las lea, alargando las vocales marcadas. En el caso, que el menor no sepa leer el terapeuta leerá la oración y el menor la repetirá.

1. Oraciones

1. El domingo jugué cartas → eeeel dooomiiingooo juuuguuuueee caaartaaas
2. La niña come galletas → laa niiañaaa coomeee gaaalleetaaas
3. El perro vive en la calle → eeel peerrooo viiveee een laa caaalleee
4. La abuela teje un chaleco para su nieta → laa abuuueelaaa teeejee uuun chaaaleeecoaa paaaraaa suu niieetaaa.

1. Propuesta de Texto : ANEXO

2. **Lectura de palabras con entonación interrogativa y exclamativa:** se partirá con palabras, luego oraciones y finalmente lectura de textos. La consigna será:

### Actividad :

Instrucciones: "vamos a hablar realizando la entonación de pregunta, así ¿hola? ¿yo me llamo Katherinne?, ves... ahora tú "

\*Cuando haya comprendido la actividad se procederá a la nominación de imágenes con entonación interrogativa. Posteriormente, se le presentarán oraciones de diferente metría (si el menor no sabe leer, éstas oraciones deberán ser en pictogramas) y finalmente la lectura de textos.

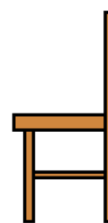
### 1.- Palabras



¿FUEGO?



¿FUEGO?



¿SILLA?



¿CORO?

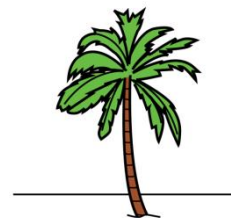
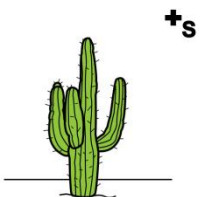


¿TAZA?



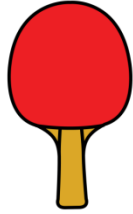
¿TELA?

¿CACTUS?

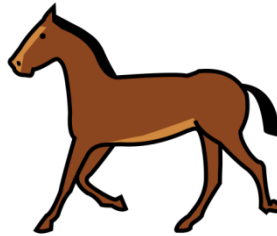


¿PALMERA?

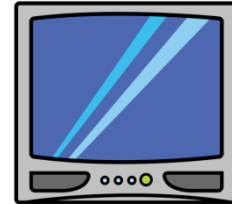
¿CAJA?



¿PALETA?



¿CABALLO?



¿TELEVISOR?



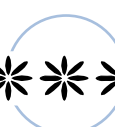
¿CALCETINES?



¿TELÉFONO?



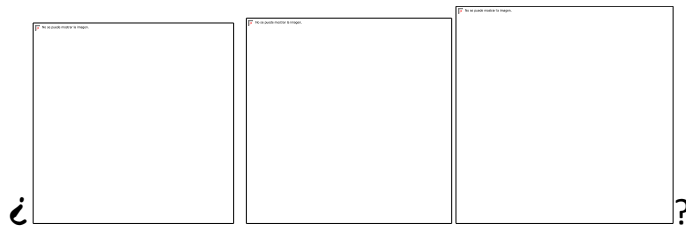
¿CAJONERA?



2.- Oraciones



¿El niño come manzana?

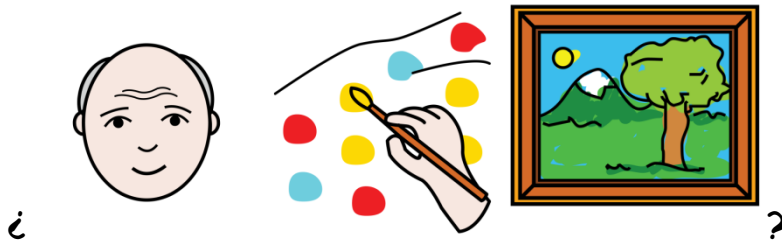


¿ La abuela teje un chaleco?



¿La niña nada en la piscina?

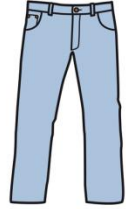
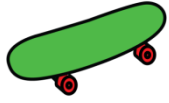




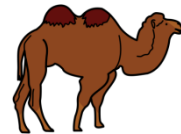
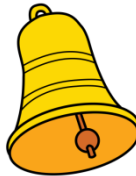
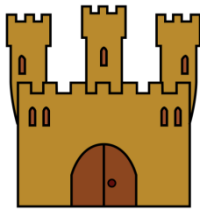
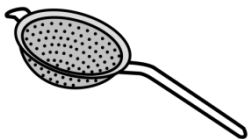
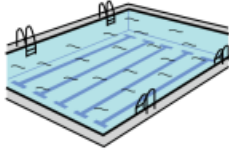
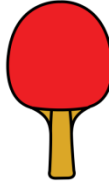
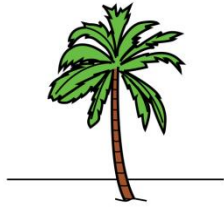
¿El abuelo pinta un cuadro?

3. Se realizará la misma actividad, con la entonación de exclamación.
1. **Marcar la sílaba tónica de palabras con fonemas oclusivos en todas sus posiciones:** entregar ficha de trabajo que contenga palabras con fonemas oclusivos, y explicar que , deberá decir más fuerte la sílaba que está marcada con el signo de explosión. En el presente trabajo se realizará pintando la sílaba, ya que, por motivos de diseño de Word no se logra realizar digitalmente; lo ideal es que cuando se lleve a la práctica la terapeuta dibuje un signo de explosión en las respectivas sílabas. Si el menor no sabe leer, la actividad se modificará a la nominación de imágenes, haciendo énfasis al momento de emitir en la sílaba tónica.

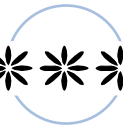


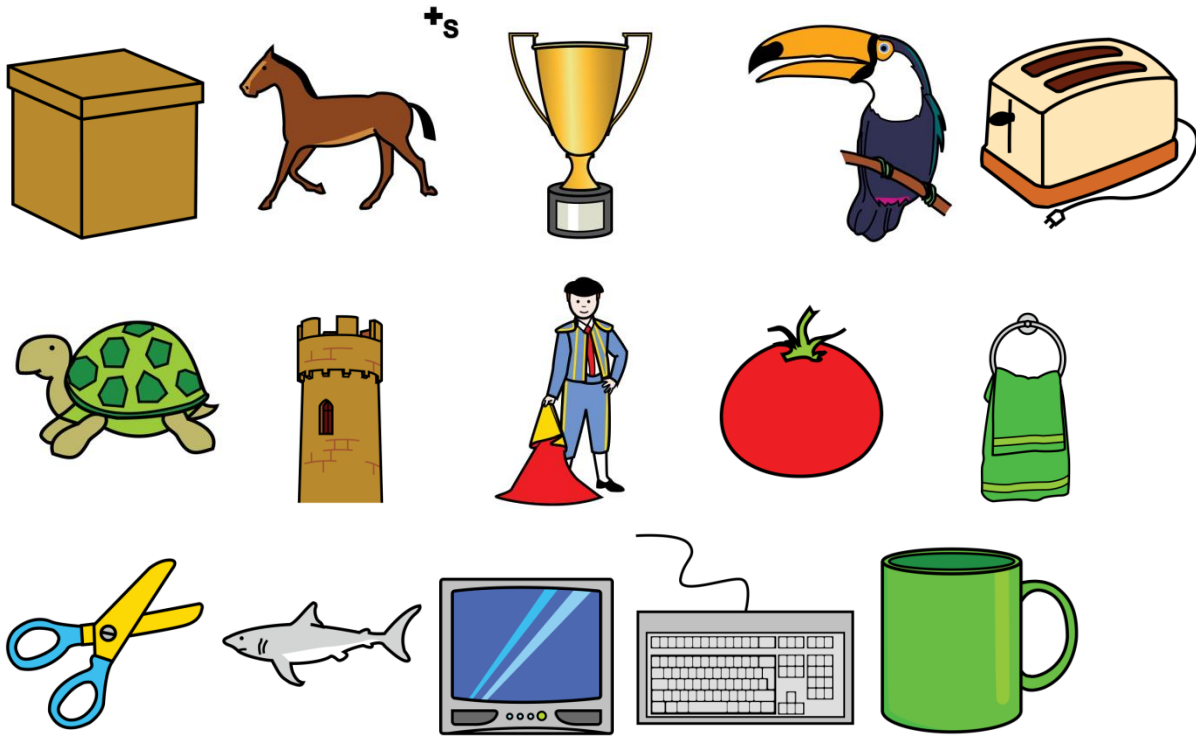


+s



+s





### Lista de palabras

Paso	pato	pared	tapa	atún	casa
Pato	perro	apto	túnel	bota	coma
Piso	cupído	apoyo	tela	caja	tocata
Pala	pescado	apuro	techo	pito	queso
Capa	paleta	tomar	talón	petiso	camelia
Sapo	patineta	taza	tijera	camello	carpeta
Tapina	palmera	torre	tienda	límite	cometa
Zapato	pantufla	tose	gato	cocina	vicuña

2. **Lectura en sombra:** Terapeuta leerá una oración y el paciente repetirá al unísono lo dicho. Éste último debe imitar el ritmo, velocidad y prosodia. La complejidad radica en la metría de las oraciones, con las que son presentadas. Luego de las oraciones, se deberá realizar en textos de complejidad creciente.

### Actividad

#### "La autopista de las oraciones"

Instrucciones: el paciente y la terapeuta jugarán a la autopista de las oraciones. Para realizarlo, se dispondrá de una autopista, que se encuentra dividida por colores y cada uno de éstos tiene a una oración correspondiente. El juego comenzará tirando el dado (sus caras tienen los colores que posee la autopista) y según el color que salga, será lo que avanzará hasta llegar a la meta. El terapeuta leerá la oración que corresponde al color, junto con el menor. En paciente mayores, a actividad se modificará a lectura de párrafos, pero siguiendo el esquema planteado.

**INICIO**

#### ORACIONES

Patricio toca el piano en el teatro

Pablo compro tomates en la feria

Los escolares salieron a vacaciones

Nicolas compró un pero café

Carlos toma el trole para llegar al colegio

Catalina juega con las tasitas en su casa

Los profesores tomaron los exámenes ayer

Tomás actuó en la obra de "platero y yo".

Ellos cantaron y actuaron en clases de expresión.

Ellos corren al paradero para tomar el colectivo

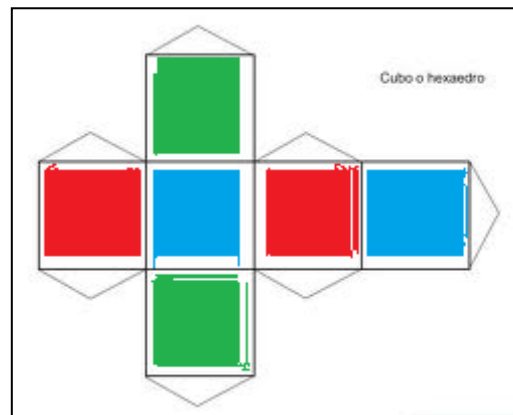
Catalina y Pedro juegan a las escondidas en la casa de Kathy

Camila escribe un cuento y Antonio juega a la pelota.

En las noticias informaron de paro de estudiantes



**META**  
**¡Felicitaciones!**



CUBO A UTILIZAR

3. **Lectura en sílabas y palabras:** Se le entregará un texto, el cual el menor deberá leer siguiendo el ritmo dado por la terapeuta. Al comienzo, se hará marcando cada sílaba y luego cada palabra. Ejemplo: párrafo extraído del cuento el "pirata malapata", las separaciones que están graficadas, son las dadas por el terapeuta con un lápiz sobre el texto.

#### Sílabas



El ma/la/pa/ta/, /te/nía /muy/ ma/la/ suer/te/, y /to/do/ le/ sa/lía/ mal.



/Un/ día/ se/cues/tró/ a/ una / , /pe/ro/ cuan/do/ se/ dis/po/nía/ a/ huir,/ le/



/dis/pa/ra/ron/ con/ un/ ,/

hun/die/ron/



/su/ / y /la/ /pu/do/ es/ca/par/.



#### Palabras

El /Millalobo /habita/ en /lo/ más /profundo/ del/ mar/y /fue/ concebido /bajo/ el/  
/mandato/ y/ protección /del/ espíritu /de/ las/ aguas /Coicoi/-vilu,/ por/ una/  
hermosa/ /mujer/ en /amores/ con/ un /lobo /marino /durante/ el /período /en /que/  
las /aguas/ /del/ mar /invadieron /la/tierra/.

1. Lecturas prosódicas de logotomas con fonemas oclusivos /p/, /t/ /k/.

Se le exhibirá una lista de palabras, las cuales poseen diferente acentuación y métrica. El menor deberá repetir las, dando la entonación de acuerdo a lo graficado.

Actividad

¿Qué hay dentro de los globos de arenita?

Instrucciones "repetir lo que está escrito en los globos de arenita (mujer) o bob esponja (hombre) pero diciendo más fuerte la sílaba pintada y cuando termines.... lo vas a pintar de los colores que tú quieras." En niños más grandes, se modificará la actividad a sólo la repetición..

PAPÁ-PÁPA-PAPÁPA-PAPAPÁ

POPÓ-POPÓ-POPÓPO-POPOPÓ

PEPÉ-PÉPE-PEPÉPE-PEPEPÉ

PIPI-PÍPI-PIPIPI-PIPIPI

TUTÚ-TÚTU-TUTÚTU-TUTUTÚ

KAKÁ-KÁKA-KAKÁKA-KAKAKÁ

KOKÓ-KÓKO-KOKÓKO-KOKOKÓ

KEKÉ-KÉKE-KEKÉKE-KEKEKÉ

KIKÍ-KÍKI-KIKÍKI-KIKIKÍ

KUKÚ-KÚKU-KUKÚKU-KUKUKÚ

TATÁ-TATÁ-TATÁTA-TATATÁ

TOTÓ-TÓTO-TOTÓTO-TOTOTÓ

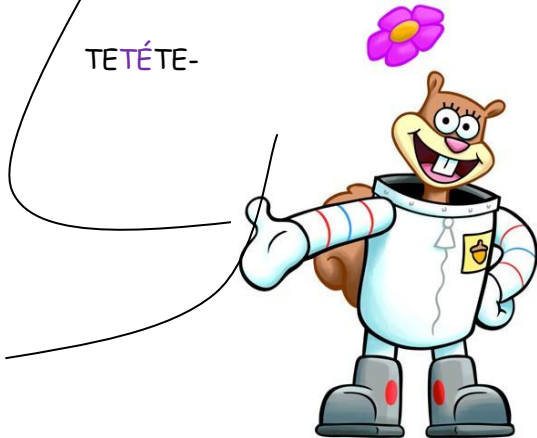
TETÉ-TÉTE-

TETÉTE-

TETETÉ

TITÍ-TÍTI-TITÍTI-TITITÍ

TUTÚ-TÚTU-TUTÚTU-TUTUTÚ



Disminuir la velocidad

- Lectura pausada:** Entregar texto con pausas graficadas. Éstas se irán agregando cada 4 o 5 palabras manteniendo la coherencia. Luego, para aumentar la complejidad, se realizarán en cada punto aparte y final.

### Actividad

"El disco pare de la lectura"

Instrucciones": Leer el texto en voz alta , cuando llegues a la estrella ★ debes parar y luego continuar. Esto lo debes hacer en todas las estrellas."

#### EL ESPEJO ESTROPEADO

Había una vez un niño listo y rico ★ que tenía prácticamente de todo ★ por lo que, sólo le llamaba la atención  
★ los objetos más raros y curiosos. ★ Fue así como se interesó ★ con un antiguo espejo, ★ convenció a sus padres  
★ para que se lo compraran ★ a un misterioso anciano. ★ Cuando llegó a casa ★ y se vio reflejado en el espejo,  
★ sintió que su cara se veía muy triste. ★ Delante del espejo ★ empezó a sonreír y a hacer muecas, ★ pero su reflejo  
seguía siendo triste. ★

Extrañado, fue a comprar golosinas ★ y volvió todo contento a verse en el espejo, ★ pero su reflejo seguía triste. ★

Consiguió todo tipo de juguetes ★ y cachivaches, pero aún así ★ no dejó de verse triste en el espejo, ★ así que,

decepcionado, ★ lo abandonó en una esquina. ★ "¡Vaya el espejo mentiroso! ★ ¡es la primera vez ★ que veo un espejo  
estropeado!"

esa misma tarde ★ salió a la calle para jugar ★ y comprar unos juguetes, ★ pero cuando nació el parque, ★ se

encontró con un niño pequeño ★ que lloraba entristecido. ★ Lloraba tanto que fue ★ a ayudarle para ver qué le pasaba.



## 2. Habla sobrearticulada

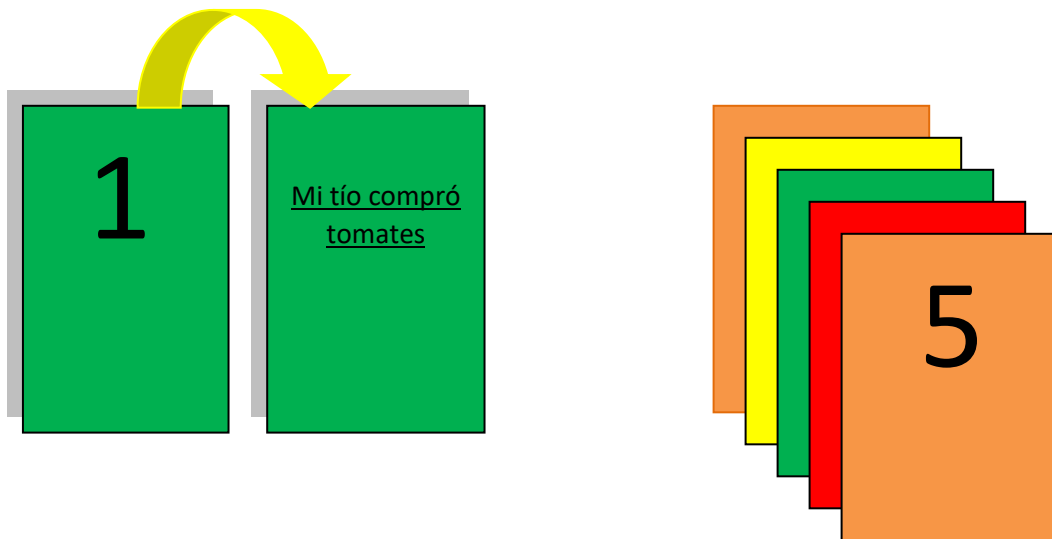
Esta técnica debe iniciarse con la sobrearticulación de las vocales y luego de la palabra. Se realizará mediante la lectura de oraciones, y luego de textos.

### Actividad

"Las cartas de la articulación"

Contexto: se le presentaran cartas que contienen números del 1 al 10 por delante, y oraciones escritas, por detrás. El mazo consta de 20 cartas

Instrucciones: el juego comenzará con una carta base con el número hacia arriba. Luego, el terapeuta sacará una carta del mazo y le preguntará al menor: "la carta que sigue es mayor o menor que la base" si acierta no deberá leer la oración que está escrita en la carta ,pero en el caso que pierda, la consiga será: "perdiste, por lo que deberás leer la oración escrita pero sobrearticulando la vocal, así hOIA". Lo anterior se realizará con la totalidad del mazo.



### 3. Estrategias modeladoras de la fluidez

## **Estrategias modeladoras**

1. **Inicio suave** : preparar los órganos articuladores para realizar la emisión del primer sonido, de la manera más suave y controlada posible
2. **Habla continuada/ Prolongada o Fonación Continuada** producir de manera continuada todos los sonidos de la emisión, ligándolos entre si y favoreciendo las transiciones de sonido a sonido.

## **1. TARTAMUDEZ ADOLESCENTES Y ADULTOS**

Esta etapa de la intervención, busca la transferencia de lo aprendido a situaciones de habla real y así, logre la modificación de las conductas de manera duradera e inmediata. Se trabajará de igual manera los ejercicios anteriormente presentados, pero con mayor complejidad en la presentación. A continuación se expondrán las estrategias preparatorias y de modificación

### **1. Estrategias preparatorias**

#### **Congelamiento.**

1. Procedimientos: se le pedirá al paciente que hable, sentado frente al espejo y se le indicará "congelar" justo cuando está ocurriendo el bloqueo.

#### **Tallyng.**

2. Procedimiento: ante cada instancia de disfluencia, se le indicará al paciente que debe detenerse, hacer una marca en la hoja, retomar el contacto visual y continuar hablando

#### **Práctica negativa.**

3. Procedimiento: reproducir voluntariamente el patrón reflejo de tartamudez y modificarlo en pasos sucesivos.

4. **Estrategias de modificación**

**Contacto Visual**

5. Ayuda al desarrollo de una actitud positiva en relación a la tartamudez y a la comunicación en general; y también , a experimentar mayor sensación de control durante el habla y los bloqueos

1. **Tartamudez voluntaria.**

El paciente debe identificar los bloqueos y realizar voluntariamente, en su lugar, disfluencias para inhibir las conductas involuntarias

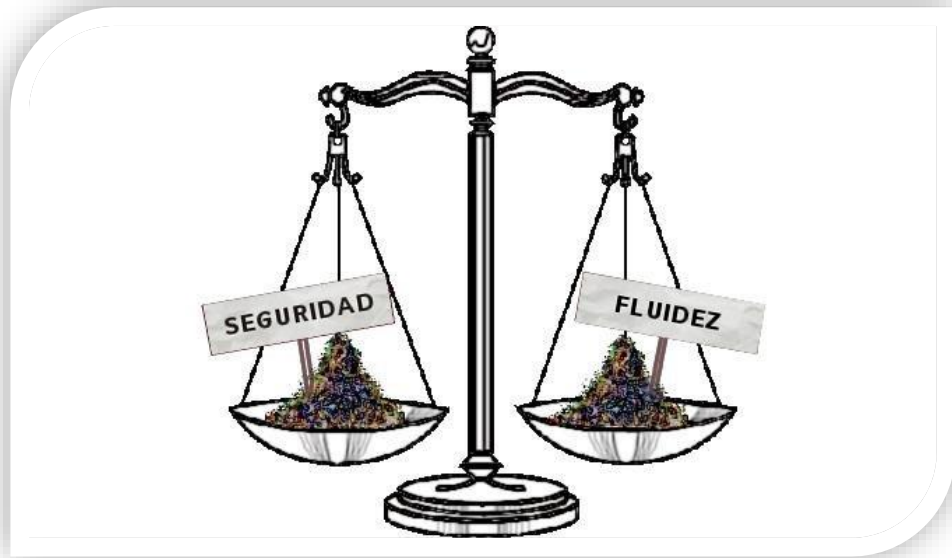
2. **Cancelación.**

3. Procedimiento: el paciente debe identificar tempranamente los bloqueos, detenerse, hacer una pausa y re-iniciar la emisión de manera controlada

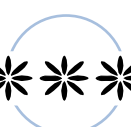
4. **Pull-out.**

5. Procedimiento: identificar tempranamente el bloqueo y, sin detener la emisión, inhibir el reflejo desencadenado para retomar el control voluntario

*"El objetivo final de todos estos ejercicios, es que el menor logre controlar la fluidez en habla espontánea. Es por esto, que el paso final es generalizar o extrapolar los ejercicios a los diferentes contextos comunicativos, a través de roll-playing de disertaciones, análisis de videos, explicación de resúmenes de textos, entrevistas, comprar, etc. Finalmente, es importante que el menor cuente con el apoyo familiar y educacional, para así lograr poner en práctica lo aprendido en las sesiones.*



# Anexo



1. Sugerencias para la familia de un niño pequeño que en ocasiones tartamudea.

1. Ignore el tartamudeo temprano del niño, pues cuanta más conciencia tenga él de su tartamudez, es más fácil que el problema empeore.
2. Al hablar, emplee un ritmo lento y relajado, pero sin exagerar ya que puede resultar artificial.
3. Oiga con atención e interés lo que el niño quiere decirle y déjelo hablar sin interrumpirlo. Responda a eso y no a la forma cómo lo dice.
4. Actúe con naturalidad, pero sintiéndose verdaderamente tranquilo; recuerde que los niños son extremadamente sensitivos y perciben lo que no se les quiere decir.

5. Conceda espacio y tiempo para hablar. No corrija ni dé indicaciones para que trate de "hablar mejor".
6. Suprima los excesos; ni demasiado "no hagas eso", ni demasiado "precioso, amor, tesoro".
7. Conserve un contacto visual natural cuando el niño esté hablando.
8. No apresure al niño interrumpiéndolo o terminando las palabras por él.
9. No lo "ayude" completando las frases que tarda en terminar.
10. Haga pausas mientras se habla.
11. No esté pendiente de cómo está hablando.
12. Léale a menudo con voz calma y sin apuro, enunciando correctamente, pero sin exageraciones.
13. Cuando salga del bloqueo o hable fluidamente, no le diga frases como "lo hiciste bien", "te felicito, estás hablando mucho mejor". Esto hace que se sienta evaluado cada vez que habla.
14. Cuando el niño deba pasar por una experiencia nueva, explíquele con anticipación en qué consistirá (por ejemplo: ir de vacaciones, visitas en la casa, etc.).
15. No lo obligue de ninguna manera a actuar en público, decir "versitos" o conversar con adultos a los que no tiene confianza.

En general, trate de prevenir o suprimir cualquier situación que pudiera frustrarlo, excitarlo y asustarlo, o también cansarlo en exceso. Es importante recordar que todos, hasta el más brillante orador, tienen períodos de vacilaciones, que son completamente normales.

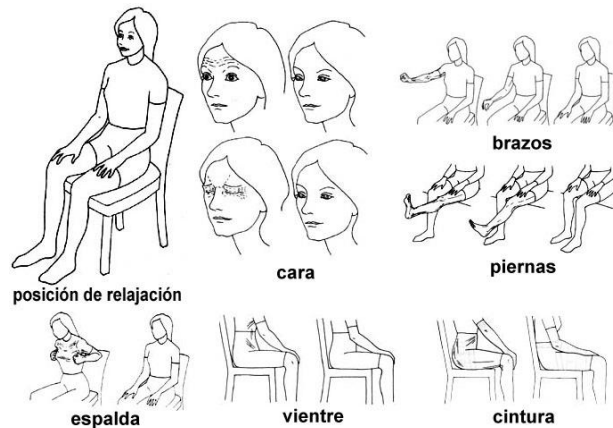


16. Pauta de Relajación de Jacobson

Esta técnica consiste en tensar deliberadamente los músculos que se tensan en una situación de ansiedad o temor para posteriormente relajarlos conscientemente. Es muy buena para que con el tiempo y mucho entrenamiento llegemos a estar completamente seguros de que podemos relajarnos cuando queramos, incluso en situaciones que ahora consideremos imposibles o a evitar a toda costa.

Practicar este ejercicio dos veces al día o antes de enfrentarnos a una situación estresante nos ayudará a mantener un nivel bajo de ansiedad y a perder el miedo a ciertas situaciones.

### Postura de relajación



Siéntese tal y como aparece en la figura "posición de relajación". Cuando se encuentre cómodo, tense un grupo de músculos, trate de identificar donde siente mayor tensión. Siga la secuencia siguiente:

17. 1º tensar los músculos lo más que pueda.
18. 2º note la sensación de tensión.
19. 3º relaje esos músculos.
20. 4º sienta la agradable sensación que percibe al relajar esos músculos. Por último, cuando tense una zona, debe mantener el resto del cuerpo relajado.

### Pasos a seguir

1. Empecemos por la **frente**. Arrugue la frente todo lo que pueda. Note durante unos cinco segundos la tensión que se produce en la misma. Comience a relajarla despacio, notando como los músculos se van relajando y comience a sentir la agradable sensación de falta de tensión en esos músculos. Relájelos por

completo y recréese en la sensación de relajación total durante unos diez segundos como mínimo.

2. Seguidamente, cierre los **ojos** apretándolos fuertemente. Debe sentir la tensión en cada parpado, en los bordes interior y exterior de cada ojo. Poco a poco relaje sus ojos tanto como pueda hasta dejarlos entreabiertos. Note la diferencia entre las sensaciones.
3. Siga con la **nariz** y **labios**. Arrugue la nariz, relájela. Arrugue los labios, relájelos. Procure que la tensión se mantenga durante unos cinco segundos y la relajación no menos de diez.
1. Con el **cuello** haga lo mismo. Apriete su cuello tanto como pueda y manténgalo tenso. Con los hombros rectos y relajados, doblar la cabeza lentamente a la derecha hasta donde se pueda, después relajar. Hacer lo mismo a la izquierda. Vaya relajando los músculos lentamente, concentrándose en la diferencia entre tensión y relajación y deléitese en esta última.
2. Seguidamente, ponga su **brazo** tal y como aparece en el gráfico. Levántelo, cierre el puño cuanto pueda y ponga todo el conjunto del brazo lo más rígido posible. Gradualmente vaya bajando el brazo destensándolo. Abra lentamente la mano y deje todo el brazo descansando sobre el muslo. Repítalo con el otro brazo.

3. Haga exactamente lo mismo con las **piernas**. Levántela, y ténsela por completo . Gradualmente vaya bajando la pierna destensándolo. Repítalo con la otra pierna.
  
4. Después incline su **espalda** hacia adelante notando la tensión que se produce en la mitad de la espalda. Lleve los codos hacia atrás y tense todos los músculos que pueda. Vuelva a llevar la espalda a su posición original y relaje los brazos sobre los muslos. Vuelva a recrearse en la sensación de relajación durante un tiempo.
  
5. Tense fuertemente los **músculos del estómago** (los abdominales) y repita las sensaciones de tensión y relajación al distender los músculos.
  
6. Proceda de igual forma con los **glúteos** y los **muslos**.

#### **Relajación estando de pie:**

Póngase de pie y mantenga la cabeza recta sobre los hombros. Tense todo su cuerpo, apriete las manos a ambos lados del cuerpo, meta el estómago hacia dentro y tense los muslos, nalgas, rodillas, etc. Después comience a relajar los músculos desde la cabeza a los pies. De nuevo note la diferencia entre tensión y relajación.

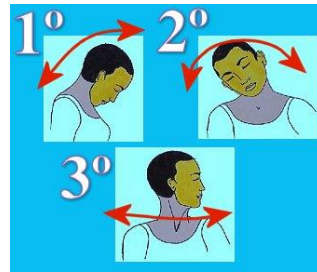
## RELAJACION SEGMENTARIA

Los ejercicios se realizan en posición sentado en una silla con respaldo y sin apoyar los brazos. Los pies apoyados completamente en el suelo, la espalda apoyada en el respaldo de la silla, los brazos colgando relajadamente al lado del cuerpo y los ojos cerrados. Cada ejercicio realiza como mínimo 5 repeticiones.

### MOVIMIENTOS DE CABEZA Y CUELLO

7. Arriba - abajo:

8. Flexión cervical: Con la cabeza en posición recta, se va bajando el mentón hacia adelante, de manera paulatina y relajada, casi tocando el pecho. Luego se vuelve lentamente a la posición inicial.



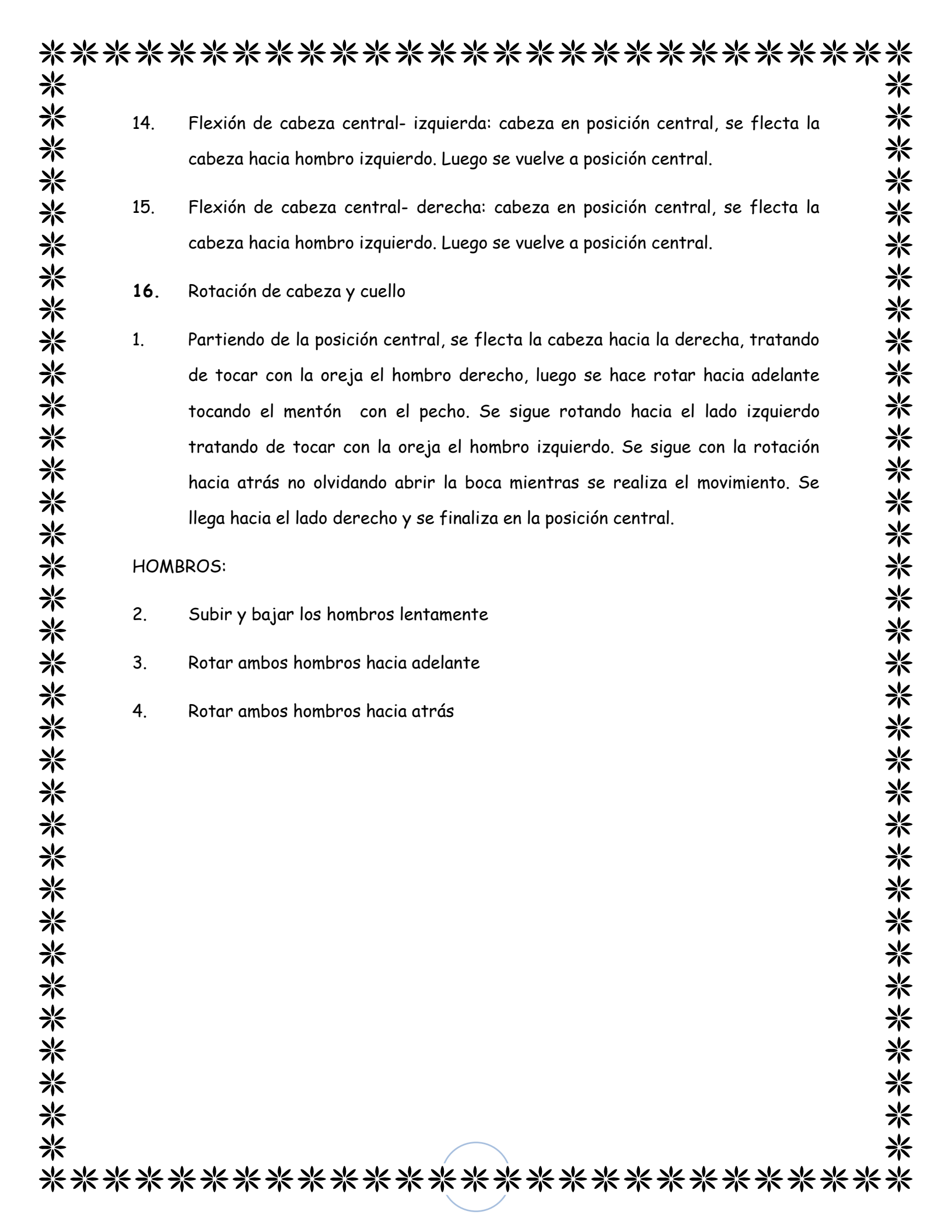
9. Extensión cervical: Se lleva la cabeza lenta y progresivamente hacia atrás hasta lograr la máxima extensión. A medida que se va extendiendo vamos abriendo la boca lentamente, luego la cabeza se vuelve a su posición inicial de manera lenta y cerrando la boca en conjunto.

10. Lado - lado:

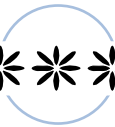
11. Rotación de cabeza, central a izquierda: se gira la cabeza lentamente desde la posición central hasta el hombro izquierdo.

12. Rotación de cabeza, central a derecha: se gira la cabeza lentamente desde la posición central hasta el hombro derecho.

13. Central -lado

- 
14. Flexión de cabeza central- izquierda: cabeza en posición central, se flexa la cabeza hacia hombro izquierdo. Luego se vuelve a posición central.
  15. Flexión de cabeza central- derecha: cabeza en posición central, se flexa la cabeza hacia hombro izquierdo. Luego se vuelve a posición central.
  16. Rotación de cabeza y cuello
    1. Partiendo de la posición central, se flexa la cabeza hacia la derecha, tratando de tocar con la oreja el hombro derecho, luego se hace rotar hacia adelante tocando el mentón con el pecho. Se sigue rotando hacia el lado izquierdo tratando de tocar con la oreja el hombro izquierdo. Se sigue con la rotación hacia atrás no olvidando abrir la boca mientras se realiza el movimiento. Se llega hacia el lado derecho y se finaliza en la posición central.

HOMBROS:

2. Subir y bajar los hombros lentamente
  3. Rotar ambos hombros hacia adelante
  4. Rotar ambos hombros hacia atrás
- 

Valparaíso, Noviembre 2010

## CONTRATO DE PARTICIPACIÓN

Mediante este contrato el alumno \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ y \_\_\_\_\_, su profesor, determinan las condiciones en las que el alumno hablará durante la clase. Estas condiciones han sido previamente conversadas y son en beneficio al alumno en su tratamiento de tartamudez.

1° Queda prohibido que el profesor u otro alumno termine las palabras u oraciones que Samuel quiera expresar. Debe dársele todo el tiempo necesario para expresarse.

2° Queda prohibido que otros alumnos se burlen de Samuel por sus bloqueos. Es responsabilidad del profesor controlar esta situación.

3° Es obligación del profesor y de los otros alumnos respetar a Samuel, aceptando su tartamudez y respetando su forma de expresión.

4° Samuel debe ser aceptado tal como es, sin pedirle cambios en su forma de expresión.

5° Queda prohibido solicitar a Samuel que se esfuerce en relación a su forma de expresión. Él no debe esforzarse por no tartamudear, ya que esa situación aumenta el nerviosismo y asimismo los bloqueos.

6° Queda prohibido obligar a Samuel a hablar frente a su grupo curso. Debe preguntársele con anterioridad si desea participar en actividades que involucren hablar en voz alta frente a otras personas, y en caso que no lo desee no obligarlo hasta que se sienta preparado. Lo mismo para situaciones de lecturas y pruebas orales, disertaciones y actos escolares.

7° A Samuel se le harán preguntas directamente con respuesta de sí, no o preguntas de dos opciones cuando el profesor pregunte a toda la clase. No se le deben hacer preguntas que requieran respuestas largas.

8° Queda prohibido evaluar con baja calificación a Samuel por no atreverse a hablar en voz alta o por no querer responder frente a su grupo curso. Debe respetarse su tartamudez y ofrecer formas diferenciadas de evaluación frente a estas tareas.

9° Queda prohibido correr la mirada al comunicarse con Samuel. Siempre se le debe mirar a los ojos cuando nos comuniquemos con él, mostrándole respeto y aceptación.

10° Queda prohibido corregir la forma de hablar de Samuel y de cualquier niño con tartamudez. No debemos pedirle que hable más lento, ni pedirle que respire o que piense antes de hablar. Él no puede controlar la forma de su habla, por lo que debemos aceptarla y respetarla.



11° Es obligación de quien se comunica con Samuel poner atención al contenido de lo que desea transmitir y no a la forma como lo dice.

12° Queda prohibida, para hablar o leer, la participación siguiendo el orden de lista o de puestos en la sala de clases, ya que esto aumenta el nerviosismo de Samuel. Su participación será siempre voluntaria, leerá y hablará cuando él lo desee.

13° Una vez cada 15 días Samuel y el profesor se juntarán y revisarán el contrato para comentar los aspectos referidos a la participación del alumno en clases. Podrán hablar de los cambios ocurridos y modificar el contrato si fuese necesario.

Este contrato podrá ser modificado cuando Samuel y el profesor estén de acuerdo en hacerlo.

Firma:

---

Alumno

---

Profesor

Valparaíso, Noviembre 2010

