

Disartria: cómo mejorar el habla

La disartria es un trastorno del habla causado por la falta de control sobre los músculos de la cara y de la boca. El objetivo de la rehabilitación es lograr que el habla sea más clara y más fluida. Un fonoaudiólogo (especialista capacitado en la rehabilitación del habla) trabajará con usted para ayudarlo a recuperar el control de la voz.

How to say it

dihs-AR-three-uh

Fonoaudiología

El objetivo principal de esta terapia es que sea más fácil comprender a su ser querido. Probablemente le enseñarán a controlar y a fortalecer los músculos de la cara y de la boca para mejorar el habla. Estos ejercicios suelen hacerse frente al espejo. También es posible que le enseñen nuevas maneras de separar las palabras o producir sonidos. Por ejemplo, quizás hagan actividades que los ayuden con lo siguiente:

- Mejorar la pronunciación de sonidos por medio de ejercicios orales.
- Concentrarse en una palabra por vez en lugar de una oración completa.
- Controlar y reducir la velocidad del habla durante una conversación.
- Controlar la respiración mientras habla.
- Mejorar y aumentar el rango de movimiento con los músculos de la boca, la lengua y el sistema respiratorio.

Usted puede ayudar



El habla, al igual que cualquier tipo de habilidad, mejora con la práctica. Hable con la persona normalmente. Diga lo que necesita y luego espere la respuesta. Pruebe estos consejos:

- Practique la pronunciación de palabras y sonidos con su ser querido. El fonoaudiólogo le puede dar listas de palabras.

- Recuerde a la persona que debe hablar despacio. Esto le da tiempo de producir todos los sonidos que forman cada palabra.
- Pídale que repita las palabras que usted no entienda. O pídale que diga lo mismo de otra manera.
- No hable por su ser querido, a menos que sea necesario.
- Aliente los esfuerzos que hace la persona para mejorar el habla.
- Pruebe reducir el ruido del ambiente.
- Tenga a mano otras formas de comunicarse, por ejemplo, lápiz y papel.