

SI TENÉS SALTITOS AL HABLAR NO ESTÁS SOLO

¿QUÉ ES LA TARTAMUDEZ?

Esta dificultad al hablar se llama también disfluencia, que quiere decir "pérdida de la capacidad de hablar fácil".

Todas las personas repetimos palabras y frases, hacemos pausas y vacilamos al hablar. Estas son las disfluencias típicas y ocurren porque nadie habla perfectamente. Pero también hay disfluencias atípicas, que son esos saltitos que vienen con mucho esfuerzo, que provocan tensión en los labios, la lengua, la mandíbula y la panza, que a veces te hacen sentir tristeza y miedo, aunque sabés que no siempre aparecen.

HABLÁ Y COMPARTÍ
CON TUS PAPÁS LO QUE SENTÍS
Y PENSÁS ACERCA DE TUS
SALTITOS.

SI ESTÁS TRISTE
O PREOCUPADO PORQUE
HACÉS SALTITOS CUANDO HABLÁS,
NO TE ALARMES:
HAY MUCHÍSIMOS CHICOS
Y CHICAS COMO VOS
QUE A VECES SE TRABAN
AL HABLAR.

PEDILE A TUS AMIGOS
QUE TE DEN MÁS TIEMPO
PARA HABLAR.

LEÉ EN VOZ ALTA
DE FORMA LENTA
Y CON UNA VELOCIDAD
ADECUADA.

PODÉS HACER
UN TRATAMIENTO
CON UN FONOAUDIÓLOGO
ESPECIALIZADO
EN ESTE TEMA.

CONTÁLE A LA MAESTRA
LO QUE TE SUCEDE
SI ALGÚN COMPAÑERO
TE HACE BURLA.

CONTACTATE CON OTROS
CHICOS QUE TIENEN LA MISMA DIFICULTAD
QUE VOS, A TRAVÉS DE LA ASOCIACIÓN
ARGENTINA DE TARTAMUDEZ. CON ELLOS
PODRÁS COMPARTIR TUS EXPERIENCIAS.

ALGUNAS PREGUNTAS PARA CONOCER QUÉ TE SUCEDE

- ¿Alguna vez evitaste hablar con amigos o atender el teléfono por miedo a tartamudear?
- ¿Cambias palabras "difíciles" por otras que creés que te resultan más "fáciles" de decir?
- ¿Alguna vez le pediste a un amigo que vaya al kiosco para que compre por vos?
- ¿Dejás de participar en clase, perdiendo la oportunidad de demostrar que estudiaste?
- ¿Crees que nunca vas a poder hablar sin tartamudear?
- ¿Alguna vez intentaste hablar de tus saltitos con alguien?

Si descubriste que estás evitando hablar o situaciones por miedo o vergüenza, tu vida está girando en torno a tus saltitos y esto es comprensible y le sucede a muchos chicos como vos. Enfrentar estas situaciones no te va a dar el poder para que los saltitos desaparezcan, pero te va a ayudar a ver mejor cuál es tu problema y a convivir mejor con él.



Presidencia
de la Nación

Ministerio de
Educación



tenemos
patria



Asociación
Argentina de
Tartamudez
www.facebook.com/www.aat.org.ar
E-mail: info@aat.org.ar
www.aat.org.ar

SI TENÉS SALTOS AL HABLAR NO ESTÁS SOLO

El origen de la disfluencia es biológico y no es una enfermedad sino una alteración en la continuidad del habla.

Hay diferentes grados de disfluencia. El control sobre la fluidez puede variar según la situación, por presión del medio.

La disfluencia es inestable: a períodos de fluidez sobrevienen otros de discontinuidad.

La fluidez depende de la continuidad, la velocidad y la comodidad.

Con tratamiento con fonoaudiólogos especializados es posible la recuperación.

Cuando alguien está hablando con otra persona y empieza a tener dificultades para hablar fluido, lo más probable es que tenga un problema de tartamudez. La tartamudez o disfluencia a veces no es comprendida y el que la escucha puede sentirse ansioso o incómodo. Si se tienen en cuenta algunas recomendaciones, la experiencia de habla será más cómoda para todos.

CÓMO REACCIONAR ANTE UNA PERSONA QUE TARTAMUDEA

- No completar la frase o la palabra que aún no fue dicha. Esto no ayuda, a menos que se conozca muy bien a la persona y se tenga su autorización. Aportar una palabra que no es la correcta puede hacer más complicada la situación.
- Evitar consejos del estilo "decímelo despacio", "tomá aire", "tranquilizate". Estas advertencias simplistas pueden ser sentidas como imposiciones y eso no es constructivo para comunicarse.
- Mantener un contacto natural con la mirada, sin signos de incomodidad o alarma. Esperar paciente y naturalmente hasta que la persona termine su frase.
- Ser especialmente paciente al hablar por teléfono, ya que la persona con disfluencias frecuentemente tiene más dificultades para controlar el habla en esta situación.
- Si uno desea saber sobre la tartamudez, preguntarle naturalmente a la persona qué le sucede, ya que este no debe ser un tema tabú. Algunas personas que tartamudean son sensibles para hablar de lo que les pasa. Pero si se siguen ciertas reglas de mutua cortesía no habrá problemas.
- A veces es difícil comprender lo que dice una persona con disfluencias. No hay que tener miedo de decir "perdón, no entendí lo que me dijiste". No importa lo difícil del bloqueo en ese momento. Es peor hacer como si se hubiera comprendido.
- Lo importante es lo que se dice y no cómo se dice. Ser un buen escucha es fundamental, así como hablar relajado y usar velocidad relajada de lenguaje.



Presidencia
de la Nación

Ministerio de
Educación



tenemos
patria



Asociación
Argentina de
Tartamudez
www.facebook.com/www.aat.org.ar
E-mail: info@aat.org.ar
www.aat.org.ar

SI TENÉS SALTOS AL HABLAR NO ESTÁS SOLO

Buscá el momento y expresá tus sentimientos con tu familia. Es posible que ellos no sepan cómo abordar el tema con vos.

Pediles a tus amigos y compañeros que te den más tiempo para hablar.

Si ocultás lo que sentís por miedo a trabarte, la tensión aumentará más.

Comentá con tus profesores que –a veces– dar exposiciones en clases te da miedo, te hace sentir incómodo. Algunos chicos practican varias veces solos, y eso les ayuda frente a todos.

Cuando tengas que leer en voz alta, la velocidad lenta puede favorecer la fluidez.

ALGUNOS MITOS

Tartamudean porque son nerviosos.

Las personas que tartamudean no poseen, en general, problemas psicológicos ni emocionales. Por el contrario, es una reacción normal. En realidad, los que se ponen más nerviosos son los otros. Por eso es frecuente que muchas personas al escucharte tartamudear, te digan que te relajés, cuando en realidad quienes deben relajarse son ellas.

La tartamudez es contagiosa.

El mito está muy arraigado porque está muy relacionado con la creencia de que los chicos copian exactamente los hábitos de sus mayores. Sin embargo, la mayoría de los padres de los chicos con disfluencia no tartamudean.

El estrés influye en la tartamudez.

El estrés no es bueno para nadie. Cuando estamos cansados mental, emocional y físicamente, a todos nos resulta más difícil hablar con fluidez.

LO QUE A VECES DEJÁS DE HACER POR TRABARTE

- Dejar que otro atienda el teléfono, aunque estés cerca.
- En un restaurante, pedir el plato que más fácil puedas pronunciar, en lugar de el que más te gusta.
- Dejar que un profesor piense que no estudiaste, antes de exponerte a hablar frente a todos.
- Simular estar de acuerdo para no tener que explicar lo que pensás.

Muchas personas se traban al hablar. Este fenómeno se llama disfluencia, que quiere decir "pérdida de la capacidad de hablar fácil". Todas las personas repetimos palabras y frases, hacemos pausas y vaciamos al hablar. Estas son disfluencias típicas y muestran que el uso del lenguaje no es perfecto. Pero también existen las disfluencias atípicas, cuando los saltos al hablar vienen con mucho esfuerzo y se siente tensión en los labios, la lengua, la mandíbula o la panza, provocando vergüenza, tristeza y miedo.

Podés contactarte con otros chicos que tienen la misma dificultad que vos a través de la Asociación Argentina de Tartamudez. Con ellos podrás compartir tus experiencias. Una forma de tener cada vez menos miedo de hablar en público es hacer un tratamiento que te ayude a hablar más fluido.



Presidencia
de la Nación

Ministerio de
Educación



tenemos
patria



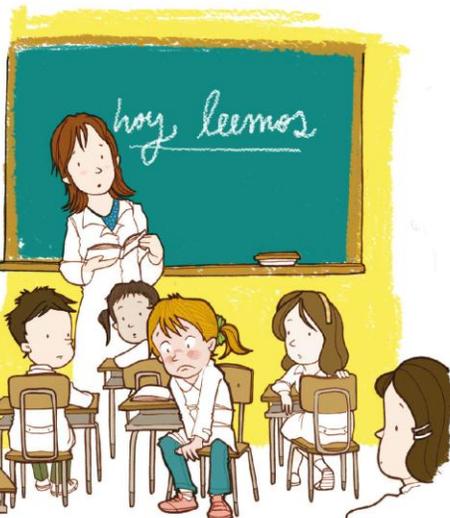
Asociación
Argentina de
Tartamudez
www.facebook.com/www.aat.org.ar
E-mail: info@aat.org.ar
www.aat.org.ar

¿Cómo enfrentan los niños la tartamudez?

Los chicos con disfluencia no sólo repiten, prolongan sonidos marcadamente o se tensan al hablar, sino que además desarrollan toda una serie de estrategias para evitar los "bloques" que padecen, para evitar situaciones de lenguaje temidas. Por ejemplo si el niño sabe que se va a hablar al leer, evita leer en voz alta; si va a comprar a un negocio, deja que otro pida por él; si sabe que determinada persona de su familia o la escuela le hace aumentar sus bloques, evita hablar con esa persona, etc.

El peligro del estigma escolar

Diversos estudios realizados en distintas épocas han demostrado que el estigma escolar es la causa más frecuente para la fijación de la tartamudez y para aumentar sus distintas y complejas manifestaciones. Es común escuchar a adultos con tartamudez narrar, con dolor, las experiencias negativas que vivieron en la escuela vinculadas con su disfluencia, burlas de los compañeros, incompreensión por parte de algún docente, momentos de vergüenza o humillación vividos frente a sus compañeros. Sin duda, de entre estas experiencias, las que interpeleen directamente a los docentes son las vinculadas con la incompreensión mostrada por los maestros de estos ahora adultos con disfluencia. El dolor o el perjuicio que puede provocar a un niño un docente que no muestre ningún tipo de comprensión ante su tartamudez es algo que no se puede minimizar. De hecho, entre los recuerdos de adultos disfluientes, son frecuentes las bajas notas recibidas en lectura por el hecho de tartamudear o la situación de no haber contado con el tiempo suficiente para decir la lección.



Lo que se debe hacer y lo que se debe evitar en el aula en relación con la tartamudez

En primer término, los docentes deben tener en claro que la tartamudez no afecta la capacidad intelectual de los niños. Que un chico sea disfluente no significa que no esté capacitado para aprender. Partiendo de esta premisa, se deberá trabajar con el niño para que, en primer lugar, no evite tartamudear. Para ello, habrá que convencerlo de que tartamudear no es un problema, que lo haga con naturalidad y comodidad y con la mínima tensión. Esto será fundamental porque si el niño afectado evita tartamudear su autoestima se verá afectada por la disfluencia y esto podría provocar actitudes que podrían denominarse vísceras.

Del mismo modo, será importante no estimularlo para que realice ningún artificio para evitar los bloques, como golpear con los pies, chasquear los dedos, respirar profundo, etc. Este tipo de actitudes sólo lleva a "nutrir" los bloques. A continuación, le brindamos una serie de consejos sobre qué hacer ante la disfluencia de un alumno o una alumna.

- Háblele con frases cortas y con un lenguaje fácil, adecuado para su edad.
- Comuníquese con el niño disfluente no sólo verbalmente sino mediante manifestaciones afectivas, como acariciarlo, mirarlo, tocarlo, participando de juegos no verbales.
- No interrumpa su mensaje. No le pida que vuelva a empezar o que hable más despacio. No complete lo que dice si le termine la frase.
- No evalúe todo el tiempo su comportamiento verbal. No le demuestre que está pendiente de sus bloques.
- Valorice el contenido sobre la forma, demostrando mucho interés en lo que dice y no en cómo lo dice.
- Háglele notar todo lo que hace bien.
- Favorezca los juegos teatrales o ínstale para que adopte distintos roles.
- No lo obligue a actuar en las fiestas escolares, pero sí estimúlelo para que lo haga. Alíentelo para que participe en discusiones y tareas grupales. Propicie la cooperación.
- El niño que tartamudea se vuelve más sensible a lo que "lea" en la cara de quien lo escucha.
- Por ello, tenga mucho cuidado con este aspecto y evite poner caras extrañas o mostrar ansiedad.
- Trate de modificar su propia forma de hablar para no acelerarse y así evitar ritmos vertiginosos en la sala.

Abordar el tema con el grupo de alumnos: una forma de ayudar al niño disfluente

Para que la disfluencia de los niños en el aula sea tomada como algo natural por el resto de los compañeros es conveniente que el docente aborde directamente el tema con toda la clase. Esto, sin dudas, ayudará al niño afectado y evitará o reducirá en gran medida las burlas por parte de los otros chicos.

Será necesario, para ello, explicar a los niños, en términos sencillos, qué es la disfluencia, hacer hincapié en el hecho de que es algo que afecta a muchas personas, que es absolutamente normal y que por ello no existen motivos para que se burlen de sus compañeros disfluientes. Será positivo tratar de alentar la aceptación y el respeto por el otro. Castigar a los chicos por sus burlas no ayuda.



Algunos comentarios finales

Uno de los objetivos que persigue la Asociación Argentina de Tartamudez es el de aumentar la información sobre este tema en la población argentina en general. Este folleto está dirigido a los docentes, quienes tienen sin duda un rol muy importante en la vida de todos los niños y desde su rol pueden ayudar a los alumnos disfluientes.

La Asociación Argentina de Tartamudez considera que "la tartamudez es una dificultad que compartamos entre todos". Por eso será muy valioso que podamos trabajar todos juntos para ayudar a los niños disfluientes: profesionales, docentes, personas que tartamudean y padres de niños que tartamudean. Por último, es recomendable hacer la derivación a un fonosilólogo -preferentemente especializado en disfluencia- para un diagnóstico diferencial.

¿Qué es la tartamudez?

La fluidez es una función propia del lenguaje que tiene su máximo desarrollo entre los 2 y 5 años. La tartamudez es una alteración de la fluidez normal del lenguaje. El niño involuntariamente hace "saltitos" al hablar y repite sílabas, partes de palabras, palabras, frases. Cuando un niño realiza estos "saltos" se dice que presenta una disfluencia del habla. Pero la disfluencia no es solamente repetir. A veces, hay chicos que hacen esfuerzos para hablar, se ponen colorados, les sale la voz finita o distónica, hacen gestos o movimientos con la cabeza y/o el cuerpo acompañando lo que dicen, cierran los ojos o fruncen las cejas cuando hablan, presentan evidente incomodidad al hablar, hacen prolongaciones de sonidos (por ejemplo: "yoocoo fui a jugar a la plaza"), muestran tensión en la cara o en el cuerpo, hacen bloques fonetotónicos o toman aire antes de empezar a hablar.

¿Cuál es la causa?

La tartamudez no puede sintetizarse como un problema emocional como se dice generalmente, tampoco tiene una causa psicológica. No es posible caracterizar a la tartamudez como algo orgánico, funcional, psicológico o neurológico. Son muchos los factores que, combinados, llevan a la tartamudez. Los especialistas afirman que hay factores genéticos que pueden predisponer a tartamudear y que estos interactúan con los factores del medio. Desde el punto de vista orgánico, esta dificultad en el habla se produce por una incoordinación de los músculos que intervienen en el habla ante la presencia de cierta demanda externa. Debe quedar claro, entonces, que el problema emocional que surge por convivir con la tartamudez es su consecuencia y no su causa.

¿Cuándo aparece?

El comienzo de la tartamudez ocurre, en un 80% de los casos, entre los 2 y los 5 años de edad y en general es gradual. En este periodo, el niño atraviesa un proceso difícil, ya que está desarrollando habilidades muy complejas del lenguaje. Los "saltos" o repeticiones son comunes (disfluencias típicas) si no se acompañan de esfuerzo o incomodidad al hablar (gestos, tensión).

Es común escuchar en el habla de los niños prescolares estas disfluencias típicas como: pero pero; yo yo; cuando; que que; pero cuando; el de los etc. Pero, a veces, frente a una exigencia del medio, algunos niños intentan evitar estos "saltos" y por eso se esfuerzan para hablar, con el propósito de que el mensaje sea continuo. Este esfuerzo genera tensión en los músculos vinculados con el habla y del cuerpo en general. El aumento de tensión aumenta la disfluencia. Las disfluencias acompañadas por tensión dejan de ser típicas y se convierten en disfluencias atípicas.

Ante el descubrimiento de un niño disfluente en el aula, el maestro o maestra puede y debe indicarle a los padres que realicen una consulta con un profesional especializado cuanto antes. Cuando un niño tiene disfluencias atípicas, lo peor que se puede hacer es esperar, ya que cuanto antes se interviene, desde el momento del comienzo del síntoma, mejor será el resultado del tratamiento.

Presidenta de la Nación
Dra. Cristina Fernández de Kirchner

Jefe de Gabinete de Ministros
Dr. Anibal Fernández

Ministro de Educación
Prof. Alberto E. Sileoni

Secretario de Educación
Lic. Jaime Perczyk

Jefe de Gabinete
A.S. Pablo Urquiza

Subsecretario de Equidad y Calidad Educativa
Lic. Gabriel Brener

Directora Nacional de Gestión Educativa
Prof. Della Méndez

Coordinación de Materiales Educativos:
Edición y corrección: Cecilia Piro. Revisión: Lucía Mariela Piro.
Diseño gráfico y diagramación: Paula Salazar.



GUÍA PARA DOCENTES

Cómo abordar la tartamudez en la escuela



¿Cómo debo tratarlo?

¿Qué puedo hacer para ayudarlo a comunicarse?

¿Qué debo hacer si los demás niños se burlan de él?

Estas son algunas de las preguntas que le surgen a un maestro o maestra cuando se enfrenta al desafío que implica tener en el aula a un niño o niña con tartamudez (disfluencia).

Es completamente normal que frente a un niño con disfluencia uno sienta ansiedad, incomodidad, irritación, angustia y que aflore, casi de inmediato, un deseo de sobreprotección.

La primera medida para detectar un niño disfluente en el aula es prestar atención al lenguaje de los niños en general, escucharlos hablar. A veces la disfluencia pasa inadvertida en la escuela porque el niño disfluente no habla o habla poco.

Lo más importante para ayudar al niño o niña con disfluencia es conocer su dificultad y comprenderla. Esta actitud por parte del docente será suficiente para que el niño afectado se sienta cómodo y contenido dentro del ámbito escolar.