

# Tartamudez infantil

## Consejos prácticos

Dirigido a familiares de menores con tartamudez

Escrito por: Adriano Vega



Escuela de comunicación  
para personas con tartamudez

© 2023 Escuela Con Confianza - Tartamudez

Todos los derechos reservados.

Esta guía puede ser compartida y distribuida libremente, siempre y cuando se otorgue el debido crédito al autor original.

# Contenidos



|                                                                                            |    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| • Introducción                                                                             | 4  |
| • ¿Es normal que mi hijo tartamudee por ser parte de su desarrollo?                        | 5  |
| • ¿Cómo identificar si las dificultades del habla de mi hijo son propias de la tartamudez? | 5  |
| • ¿Por qué mi hijo tartamudea si antes no lo hacía?                                        | 8  |
| • ¿A qué se debe la tartamudez, cuál es la causa?                                          | 8  |
| • ¿Por qué hay días en los que tartamudea y días en los que no?                            | 11 |
| • ¿La tartamudez se puede eliminar?                                                        | 11 |
| • ¿Qué debo hacer cuando mi hijo está tartamudeando?                                       | 12 |
| • ¿Qué puedo hacer para ayudarlo?                                                          | 13 |
| • Comentarios finales                                                                      | 20 |

# Tartamudez infantil

## Consejos Prácticos

Escrito por: Adriano Vega

### Introducción

"Mi hijo empezó a tener dificultades para hablar desde los 4 años. Antes hablaba como cualquier otro niño de su edad, pero de repente comenzó a mostrar dificultades al hablar. Poco a poco se le está complicando más. Antes repetía la primera sílaba de la palabra; ahora veo que se queda atascado al intentar decirla o la articula con gran esfuerzo. Me siento triste porque veo que se frustra. Me dice "mami, no me sale", se tapa la boquita o simplemente deja de intentar seguir hablando. Creo que eso le está afectando en su autoestima porque prefiere quedarse callado y antes no era así. Además, algunos niños en la escuela ya han empezado a preguntarle: "¿Por qué hablas así?" Temo que se burlen de él y que no quiera socializar como los demás. Algo que también he notado es que hay días en los que no tiene dificultades para hablar o le sucede muy poco y después de un tiempo nuevamente regresan las dificultades. Quisiera saber cómo ayudarlo."

¿Has tenido una experiencia similar a este caso con tu hijo? Tal vez ya has visitado a uno o más profesionales y te dijeron que "es normal que algunos niños tartamudeen", que "ya se le va a pasar" o que de repente "tartamudea porque se pone nervioso y que solo debe ir ganando confianza". ¿Es esto cierto? ¿La tartamudez es parte del desarrollo de los niños? ¿La tartamudez ocurre porque las personas son nerviosas o tímidas? A continuación, te daremos respuestas a estas preguntas, desde lo que se sabe según las investigaciones, y te daremos consejos para ayudar a tu hijo.

Existe una mayoría estadística de niños frente a niñas con tartamudez, con una tasa que va de 3-1 o 4-1 (Bloodstein & Bernstein Ratner, 2008). En consecuencia, en esta guía usaremos el término "hijo" o "niño" para hacer referencia a la persona que tartamudea dentro de la etapa infantil y facilitar la lectura del siguiente texto.

Nosotros somos los tutores de la Escuela Con Confianza y también somos personas con tartamudez, así que además les podremos dar nuestra experiencia personal para ayudarte a entender a tu hijo ya que posiblemente está atravesando una situación difícil con la tartamudez, como también nosotros la pasamos en algún momento.

## ¿Es normal que mi hijo tartamudee por ser parte de su desarrollo?

No, la tartamudez no es considerada normal en ninguna etapa de desarrollo. Algunos pueden confundirla con las dificultades de comunicación que todos los niños enfrentan durante su desarrollo lingüístico y creen erróneamente que desaparecerá con el tiempo, pero estas dificultades son distintas de la tartamudez. La tartamudez no es parte del desarrollo y debe ser atendida en cuanto aparezcan los primeros signos.

## ¿Cómo identificar si las dificultades del habla de mi hijo son propias de la tartamudez?

Como mencionamos, es de esperar que todos los niños enfrenten desafíos durante el desarrollo del habla y lenguaje a temprana edad. Ya que ellos están aprendiendo nuevas palabras cada día y deben aplicar reglas para estructurar esas palabras en oraciones, es natural que durante su habla algunos se queden en silencio un momento mientras recuerdan la palabra que quieren decir. O podrían quedarse repitiendo algunas palabras mientras intentan recordar la siguiente. Por ejemplo, podrían decir: "mamá, mamá, mira eso" o "quiero, quiero un juguete". Algunos pueden utilizar palabras de relleno como "uh", "um", "este" o "bueno" mientras piensan en lo que quieren decir. Por ejemplo, "Quiero ir al... uh... parque". En ocasiones también, los niños pueden comenzar una oración y luego dejarla inconclusa, especialmente si están ansiosos o emocionados. Por ejemplo, "Quiero ir al... uh..." sin terminar la oración.

Estas características son consideradas típicas en el desarrollo del lenguaje de los niños pequeños (disfluencias comunes propias de la edad) y suelen desaparecer a medida que los niños adquieren más experiencia y fluidez en su habla. De hecho, muchos de estos errores del habla también son comunes en personas adultas (disfluencias comunes) aunque con mucha menos frecuencia y suelen presentarse cuando el hablante está organizando lo que quiere decir o está reformulando su enunciado. Por ejemplo, "Bueno, estaba pensando en... digo, quería decir que... vamos a la tienda después."

La tartamudez es bastante diferente a lo que hemos descrito hasta ahora, ya que las dificultades del habla se presentan incluso si la persona sabe claramente lo que quiere decir. El problema es que, aunque sabe lo que quiere decir, siente que no puede decirlo o lo dice pero con bastante esfuerzo físico al articular.

En general, usted podría sospechar de que su hijo tiene o no tartamudez, si cuando habla a veces dice las palabras sin esfuerzo físico y otras las dice con esfuerzo. No debería presentar ningún tipo de tensión física al hablar. Uno podría estar recordando lo que quiere decir pero no por eso va a estar tensionado el cuerpo mientras lucha para decir la palabra. Esto ya es un signo de tartamudez y no es normal a ninguna edad.

Algunas manifestaciones de este esfuerzo al hablar podrían incluir:

### **1. Repeticiones de sonidos, sílabas o palabras:**

- "P-p-p-p-p-p-perro"
- "Me-me-me-me-me-me-gusta jugar"

### **2. Prolongaciones de sonidos:**

El niño parece estar atascado en una palabra o sonido. Por ejemplo:

- "Eee eeee eeee cuela"
- "Fffff fff familia"

### 3. Bloqueos silenciosos:

Se manifiestan como pausas incómodas o momentos de silencio durante el discurso, donde el niño parece estar atrapado o bloqueado en una palabra o sonido sin producir ningún sonido audible. Por ejemplo:

(El niño intenta decir "El elefante", pero experimenta un bloqueo silencioso): "El... (pausa incómoda)... elefante."

En este caso, la pausa cómoda indica un bloqueo silencioso en la palabra "elefante", donde el niño tiene dificultades para continuar hablando sin emitir ningún sonido audible.

### 4. Uso excesivo de gestos o muecas faciales para tratar de decir la palabra:

- Movimientos exagerados de la mano mientras dicen: "C-c-c-c-coche"
- Torcer la boca o parpadear repetidamente mientras dicen: "P-p-p-p-p-pelota"

### 5. Cambios en la velocidad y entonación del habla de manera significativa:

- Hablar muy rápido después de experimentar un bloqueo del habla.
- Usar un tono agudo para decir una palabra siente que no le sale fácil.

Algunos niños que desarrollan temor o vergüenza de que los vean tartamudeando, prefieren usar algunas maneras para evitar enfrentar esas "palabras difíciles" y así ocultar su tartamudez, como por ejemplo:

#### 1. Evitar hablar en público o responder en clase.

2. Cambiar la palabra que siente que no le va a salir por otra que signifique lo mismo; por ejemplo, decir "auto" en lugar de "carro" ("Nos fuimos de paseo en el c... (bloqueo)... auto de mi papá").

3. **Fingir olvidarse de lo que iba a decir.** ("Ya me olvidé de lo que quería decir.")
4. **Fingir estar recordando lo que iba a decir** ("¿Cómo se llama, cómo se llama, mmm...?").
5. **Dar una descripción de la palabra a la que quiere referirse pero siente que no puede decirla** ("Lo que usamos para tomar agua, que está allá, eso," para evitar decir la palabra "taza").
6. **Usar una muletilla antes de la palabra que siente que no le va a salir** ("¿Puedes darme un eeeesteplato, por favor?" "Me gusta comer pan con eeeeeeeepollo").

## ¿Por qué mi hijo tartamudea si antes no lo hacía?

Seguramente podrás pensar, "pero mi hijo antes hablaba fluido, ¿por qué ahora tartamudea?". Ningún niño nace tartamudeando. La naturaleza de la tartamudez es así, por lo general inicia durante el desarrollo de los primeros años, entre los 2 y 4 años, incluso luego de haber hablado fluido los primeros meses o años. También hay casos de tartamudez que inician luego de los 4 años, ya sea en la adolescencia o hasta en la adultez, sin embargo es menos frecuente. La buena noticia es que independientemente de cuántos años llevemos tartamudeando, siempre se puede aprender a manejar la tartamudez para recobrar una comunicación más fácil y cómoda.

## ¿A qué se debe la tartamudez, cuál es la causa?

Imagina que hablar es como una orquesta en la que muchas partes del cuerpo trabajan juntas, como la boca, la lengua y el cerebro. En algunos niños, estas partes pueden no estar coordinadas de manera perfecta, lo que causa tartamudez. No es culpa de nadie ni es algo que se hace a propósito. Yo podría usar lentes por tener dificultades de visión ¿De quién es la culpa de que yo tenga dificultades de visión? De nadie, simplemente es así en algunos casos.

Así como algunos tienen dificultades en la visión y usan lentes para ver más fácil, otros tienen dificultades para hablar (tartamudez) pero pueden aprender a manejarlo para hablar más fácil.

En el pasado y hasta la fecha, muchos creen que la tartamudez es causada por ansiedad, sin embargo, no es así. Los estudios han demostrado que los niveles de ansiedad en niños con tartamudez no son significativamente diferentes de los niños que no tartamudean. ¿Entonces, por qué algunos niños con tartamudez dicen que no quieren hablar y se muestran ansiosos por eso? Cualquiera se pondría ansioso al saber que podrían burlarse si tartamudea o que podrían criticarlo ¿cierto? Entonces, la ansiedad es una consecuencia de no saber cómo manejar la tartamudez y las reacciones de los demás, pero no es la causa.

También es importante destacar que la tartamudez no se relaciona con traumas infantiles. Aunque algunos padres pueden asociar el inicio de la tartamudez de sus hijos con eventos emocionales intensos, no hay evidencia que respalde esta teoría. En cambio, se han observado diferencias sutiles en la estructura y el funcionamiento del cerebro de las personas que tartamudeamos. Ya que estas diferencias son ligeras, no comprometen completamente la capacidad de hablar fluidamente pero sí la dificultan.

La pregunta que surge sería ¿a qué se deben estas alteraciones a nivel neurológico? Todavía se siguen realizando estudios al respecto pero a la fecha se sabe que entre el 60 y el 80% de las personas que tartamudeamos tenemos familiares que tartamudean. Estudios genéticos han identificado mutaciones en ciertos genes que parecen estar relacionados con la tartamudez, como GNPTAB, GNPTG, NAGPA y AP4E1.

En resumen, aunque aún no se tiene una respuesta definitiva sobre la causa de la tartamudez, se ha avanzado en comprender que no está vinculada directamente con la ansiedad o traumas, y que existen aspectos genéticos y neurológicos que pueden influir en su desarrollo.

Algunos padres podrían decir "Yo he llevado a mi hijo para que le hagan exámenes cerebrales pero arroja que todo está normal, entonces él no tiene ninguna base neurológica para su tartamudez". No es así, lo que pasa es que las diferencias neurológicas asociadas con la tartamudez pueden ser sutiles y difíciles de identificar mediante exámenes estándar como la resonancia magnética o la tomografía computarizada, y eso no significa que no haya una base neurológica, lo que sucede es que no es fácil detectar. Para identificarlo se pueden requerir técnicas de neuroimagen más avanzadas (como la resonancia magnética funcional o la electroencefalografía) para entender mejor cómo se realizan los procesos cerebrales cuando tu hijo habla. Es como por ejemplo, analizar cuál fue el error sobre la fabricación de alguna cosa, al ver un vídeo del proceso de fabricación o una foto de los instrumentos usados para fabricarlo. ¿Cómo podríamos saber con más precisión dónde estuvo el error? ¿viendo todo el video del proceso de fabricación o viendo solo una foto?. Evidentemente sería más preciso ver el vídeo.

En resumen, los exámenes neurológicos convencionales pueden no detectar los detalles sutiles en los procesos cerebrales que podrían estar relacionados con la tartamudez de tu hijo. Esto no significa que no haya una base neurológica, solo que es como ver una foto en lugar de un vídeo de fabricación. Los expertos utilizan herramientas más precisas para explorar esos matices internos.

Ahora, ¿deberías buscar hacerle exámenes más especializados para confirmar la base neuronal de la tartamudez de tu hijo?. Entendemos que estás preocupado por él y que estás buscando respuestas sobre el origen de su tartamudez y el tratamiento. Sin embargo, no es necesario hacer más exámenes cerebrales para entender su tartamudez. Los exámenes no ayudarán a mejorar su pronóstico ni su tratamiento. En lugar de eso, es mejor empezar a darle las herramientas para manejar su tartamudez. Esto es lo más efectivo para ayudar a tu hijo a hablar más cómodamente y sentirse más seguro. Un especialista en tartamudez podría guiarte en cuál sería la mejor manera de abordarlo.

## ¿Por qué hay días en los que tartamudea y días en los que no?

Algunos días, tu hijo podría sentirse más relajado, cómodo o confiado, lo que puede hacer que tartamudee menos. En otros días, el estrés, la ansiedad o la presión social pueden aumentar, lo que podría hacer que la tartamudez sea más notable. Sin embargo, también hay ocasiones en las que sin ninguna razón evidente la tartamudez disminuye o aumenta. Incluso hay niños que dejan de tartamudear durante días, meses o años y nuevamente empiezan a tartamudear de repente. Otra característica curiosa es que la mayoría de personas que tartamudeamos no lo hacemos al cantar o al hablar solos. Se cree que esto último se debe a las distintas áreas del cerebro que se activan al cantar o al hablar solos, que son diferentes a las áreas que activamos al hablar usando nuestra habla natural con otra persona, donde sí se encuentran dificultades. Esta variabilidad de la tartamudez es normal en las personas que tartamudeamos.

## ¿La tartamudez se puede eliminar?

Increíblemente sí, la tartamudez puede desaparecer en la mayoría de los casos incluso sin terapias, así lo hace el 80% de niños que mostraron tartamudez durante sus primeros años. Sin embargo, en el 20% restante, la tartamudez puede persistir en la edad adulta. Lo más importante es que la mayoría de las personas con tartamudez pueden aprender estrategias para manejarla y hablar con mayor fluidez y confianza.

Algunos padres nos preguntan si deberían esperar a ver si la tartamudez de su hijo se pasa sola. En definitiva no sería recomendable esperar ya que un niño podría estar desarrollando mecanismos de esfuerzo ante la sensación de no poder hablar, lo cual podría hacer que desarrolle sentimientos de frustración y miedo lo cual haría que los momentos de tartamudez sean más frecuentes y más intensos. Por otro lado, aunque tu hijo sea intervenido tempranamente, eso no te asegura que él dejará de tartamudear, ya que no existe un método que llegue a ese resultado.

El objetivo principal no será eliminar por completo la tartamudez, sino mejorar la calidad de la comunicación, aprendiendo herramientas para saber qué hacer cuando él siente que no le sale una palabra, y por supuesto, lo más importante, mejorar la autoestima de tu hijo.

## ¿Qué debo hacer cuando mi hijo está tartamudeando?

Aquí hay algunos consejos para apoyar a tu hijo cuando está tartamudeando:

### 1. Escucha con atención:

Cuando tu hijo tartamudea, demuéstrole que estás interesado en lo que está diciendo y que no tienes prisa por que termine. Escuchar con paciencia puede hacer que se sienta más seguro e incluso le ayudará a poder hablar más fácil.

### 2. Evita interrumpirlo:

Trata de resistir la tentación de interrumpir a tu hijo cuando tartamudea. Esto puede aumentar su ansiedad y hacer que se sienta más presionado. Algunos padres creen que pueden ayudar a sus hijos terminando de decir la palabra que ellos querían decir, pero en realidad eso no ayuda. Nosotros hemos hablado con muchas personas que tartamudean, y según lo que comentan, el sentimiento que trae el que otros les completen las palabras es de impotencia. Entonces, no le completes las palabras a tu hijo, solo deja que termine de hablar.

Tampoco le digas “cálmate y habla más despacio” o “respira antes de hablar” porque esto solo hará que él entienda que estás impaciente por su manera de hablar y que sería mejor que no tartamudee. Lo cuál hará que se ponga más tenso y tartamudee más.

### 3. Reconoce su dificultad:

Si tu hijo evidentemente está mostrando mucha frustración por el bloqueo que está experimentando, podrías intentar abordar la situación de manera empática y alentadora. Por ejemplo, podrías decirle: "Veo que esa palabra se te hace difícil de decir ¿cierto?, está bien. A mí también me ha pasado en ocasiones. ¿Sabes qué? Podemos practicar juntos. Mira cómo digo esto..." (diciendo la palabra lentamente y con calma), "Así, suavemente y sin presionar. Mi boca se mueve leeeeeeeeeento, como una tortuga, y se siente suaaaaaaaaave, como si estuviera acariciando algodón.". Esto podría ayudar a tu hijo a sentirse más apoyado y menos incómodo al experimentar un momento de tartamudez.

El objetivo aquí es hacerle saber a tu hijo que comprendes que a veces le resulta difícil hablar y que estás ahí para apoyarlo. Sin embargo, es importante destacar que no debes hacerlo cada vez que tu hijo tartamudee, sino sólo, ocasionalmente, cuando lo veas realmente frustrado o incómodo por no poder decir la palabra rápidamente. Incluso si le das el modelo de hablar suavemente pero no logra hacerlo de inmediato, evita insistir en que lo diga suavemente y, en su lugar, dale tiempo para decir la palabra. Muestra un rostro cálido para transmitirle que está bien tomarse el tiempo necesario para hablar.

## ¿Qué puedo hacer para ayudarlo?

Aquí te dejamos algunas pautas sobre cómo puedes ayudar a tu hijo en el proceso de manejar su tartamudez.

### 1. Desensibilización:

Mientras tu niño tenga más temor de tartamudear o que la gente se entere que tartamudea, se pondrá más tenso al hablar y en consecuencia tartamudeará más. Es bastante complicado intentar manejar la tartamudez cuando uno siente temor o vergüenza, ya que estas emociones generan de manera inconsciente que el cuerpo se ponga tenso y por lo tanto será más difícil intentar decir las palabras con suavidad cuando siente que se atasca.

Uno de los aspectos clave en la gestión emocional de la tartamudez es la desensibilización. Este es un proceso psicológico que implica reducir o eliminar una respuesta emocional exagerada o negativa hacia un estímulo o situación específica. En el contexto de la tartamudez, la desensibilización se refiere a ayudar a una persona a sentirse menos ansiosa, avergonzada o incómoda en relación a su manera de hablar. Al reducir el impacto emocional que le podría generar la tartamudez, evidentemente tendrá menos estrés, y como resultado también es de esperar que los momentos de tartamudez se reduzcan tanto en frecuencia como en intensidad.

### Algunas estrategias de desensibilización:

- **Dí la palabra “tartamudez”:**

Muchos padres tienen la creencia errónea de que si usan la palabra tartamudez frente a sus hijos para referirse a su dificultad en el habla, entonces los van a ofender o por decirles que tartamudean, van a creer que son tartamudos y así se quedarán para siempre. Así cuando vienen a la consulta con su hijos nos dicen de manera temerosa y con cautela “Hola, mi hijo tiene un temita con su habla y queremos que lo ayudes”, algunos les piden a sus hijos que se vayan a otro lugar mientras hablan con nosotros y en voz baja nos dicen “es que está tartamudeando, pero obviamente no le hemos dicho que él tiene tartamudez”. Ellos creen que están protegiendo a sus hijos al evitar hablar de tartamudez frente a ellos, pero este es un completo error. Los niños se podrían dar cuenta que su familia quiere evitar hablar directamente sobre su condición del habla. Ellos pensarían que “debe ser algo muy malo, tanto así que mi mamá me dice que me vaya mientras habla con el especialista y habla con voz bajita para que yo no escuche”. No importa cuánto retraces el usar la palabra tartamudez frente a tu hijo, tarde o temprano escuchará esa palabra aunque tú no se lo digas. Habrá uno o más compañeros de la escuela o de otro lugar que se lo dirán directamente. Es probable que tu hijo ya sepa que lo que le sucede se conoce como tartamudez, pero sabe que su familia no se atreve a llamarlo como tal, “tartamudez”. Entonces el concepto que él desarrollará de esa palabra y de la condición como tal es de que “es algo grave de lo que está prohibido hablar”. Eso solo lo pondrá más ansioso y ya sabemos todas las consecuencias que le podría traer.

También hemos escuchado padres que nos dicen “mi hijito me preguntó si él es tartamudo, pero yo le dije que no, que no es tartamudo, que él tiene disfluencia”. Este también es el mismo error. Sí es cierto que la tartamudez y la disfluencia del habla algunos lo podrían usar para referirse a lo mismo, ¿pero te has puesto a pensar por qué no le has respondido a tu hijo que sí tiene tartamudez cuando te lo preguntó? Exacto, porque consideras que esa palabra es terrible y ese es el mismo concepto que le estás transmitiendo a tu hijo.

Entonces en lugar de evitar usar la palabra tartamudez, debes hacer todo lo contrario. Habla de la tartamudez con mucha naturalidad cuando te refieras a su forma de hablar. La connotación emocional que él le va a dar a esa palabra va a depender de cómo la usas. Evidentemente si usas la palabra tartamudez mientras pones una cara de pánico, entonces es lógico que la va a interpretar como la peor cosa. Pero si lo dices con naturalidad, no tiene por qué crearse una mala experiencia. Por el contrario, hará que se sienta más cómodo y menos avergonzado de su habla.

- **Tartamudea de mentira:**

Si tu hijo ve que hay más personas que tartamudean, sentirá que no es el único y disminuirá el pensamiento de que él es una persona rara o que no es normal. Esto también favorecerá a su habla, ya que estará más relajado. Sería excelente que él pudiera conocer a más niños y adultos que tartamudean, pero de no ser posible, tú puedes fingir tartamudear de vez en cuando para que tu hijo lo note. Es más, de vez en cuando, cuando finjas tartamudear, puedes hablar de tu tartamudez haciendo el comentario de “¡Uy, me trabé! Jejeje, esta palabra está difícil. Jejeje”, para que tu hijo vea que puedes hablar de la tartamudez de lo más normal y que no pasa nada que debamos temer. Esto realmente ayudará demasiado a tu hijo.

Es importante que, cuando hagas el tartamudeo voluntario, no lo hagas mostrando frustración. Cuando lo hagas, muéstrale a tu hijo que puedes tartamudear, pero al mismo tiempo sal de ese momento de tartamudez sacando la palabra con suavidad, sin desesperarte. No es necesario que le digas “Mira cómo yo no me desespero”; solamente deja que el niño observe el modelo mientras continúas hablando.

- **Usa términos descriptivos para hablar de la tartamudez:**

Si tu hijo tiene menos de 6 años, podrías referirte a su tartamudez usando algunas palabras que describan de manera amigable lo que le sucede cuando tartamudea, para así reducir el impacto emocional o el misterio que estos momentos le podrían generar.

Por ejemplo, en caso de que tu niño tartamudee repitiendo sílabas, lo primero que harás es hablar con él, fingiendo tartamudear repitiendo sílabas, y le dirás que te ha ocurrido un "sa sa sapito". Por ejemplo: "Hoy vamos a ju ju jugar. ¡Uy! ¿Te diste cuenta de que estuve repitiendo ju ju ju jugar, como si estuviera saltando, así como un sapito saltarín? ¿Sí, verdad? Jeje. Bueno, ahora vamos a ir al pa pa pa parque. ¡Uy, otra vez el sapito saltarín! Jejeje." Luego le podrías preguntar: "¿A ti también te pasa que a veces repites los sonidos como un sapito sa sa sa saltarín?" Muchas veces los niños responden que sí. Y así, como en este ejemplo, puedes comenzar a hablar de su tartamudez de manera muy amigable, con términos descriptivos acorde a su edad, sin que sienta que está siendo criticado. Al mismo tiempo, él puede observar su tartamudez sin que lo vea como algo misterioso o raro. Esto le ayudará a estar más relajado al experimentar momentos de tartamudez y podrá continuar hablando con más facilidad.

## 2. Manejo físico:

La mayoría de personas con tartamudez hace fuerza con algunas partes de su cuerpo al intentar decir una palabra que sienten que no sale automáticamente. Esto lo hacen porque creen que haciendo fuerza, las palabras saldrán más rápido. Es simple lógica o sentido común. Como cuando queremos abrir un cajón pero sentimos que no se abre rápido, ¿qué es lo que intentamos hacer al sentir que no se abre? Lo jalamos con más fuerza, ¿cierto? Es lo mismo que hace una persona cuando siente que está tartamudeando y no le sale la palabra. Hace fuerza con algunas partes de su cuerpo. El problema está en que este sentido común no es eficiente para manejar la tartamudez, ya que cuando uno hace más fuerza, los músculos del habla pierden movilidad, y es más difícil continuar hablando. Por el contrario, cuando se experimenta un momento de tartamudez, lo que se debería hacer es decir esa palabra con suavidad. Lo cual hará que la palabra salga más rápido y con menos esfuerzo que si se intentara hacer con más fuerza innecesariamente.

Es importante ayudar a tu hijo a reconocer estas tensiones físicas y enseñarle cómo relajar los músculos para facilitar el habla.

Hay muchos ejemplos que podríamos usar para enseñarle al niño a no hacer fuerza cuando siente que una palabra no le sale. Sin embargo, no todos los ejemplos podrían ser bien aplicados con ellos si no son guiados por una persona entrenada en el trabajo de personas con tartamudez. No obstante, hay uno que particularmente usamos y creemos que es muy sencillo de aplicar, que le podría servir a cualquier niño. Te lo mostraremos a continuación.

### **Analogía de la tortuga y el tigre (Habla lenta vs habla rápida):**

- A. Dile que así como la tortuga camina lento, nosotros también podemos hablar "leeeento como la tortuuuugaaa".
- B. Dile que van a jugar a hablar lento como la tortuga.
- C. Le vas a dar un modelo de hablar exageradamente lento. Por ejemplo: "Quiieeeero jugaaaaar\_\_cooon mi peeeeerro." Luego de ello, le pedirás que lo repita igual que tú. Si él lo hace realmente lento y suave, notarás que se le hace muy fácil poder decir la frase sin bloquearse.
- D. Ahora le dirás que así como el tigre es bastante rápido, nosotros jugaremos a intentar hablar bastante rápido.
- E. Le vas a dar un modelo de hablar exageradamente rápido. Por ejemplo: "Quierojugarconmiperro." Trata de que al intentar decir la frase rápidamente, finjas que no te sale la frase inmediatamente. Haz como si te bloquearas al intentar terminar la frase rápidamente y deja que el niño vea eso una y otra vez, hasta que por fin digas la frase después de varios intentos frustrados. Por ejemplo: "Quiero ir a jjj, quiero ir a \_\_\_\_, quiero ir a jugar c \_\_\_\_, quiero ir a jugar con mi perro. ¡Ufff, al fin me salió! Jejeje". Indirectamente le estarás mostrando que hablar rápido puede ser más difícil que hablar lento.
- F. Ahora le dirás a tu hijo que intente repetir la misma frase rápidamente. Definitivamente, a cualquier niño con tartamudez se le hará difícil hablar rápido y eso es lo que estamos buscando, que se dé cuenta de que hablar rápido es difícil y hablar lento es más fácil.

- G.** Pregúntale: "¿Cómo es más fácil, hablar lento como la tortuga o rápido como el tigre?" Seguramente el niño responderá que hablar lento como la tortuga es más fácil. En caso de que responda que hablar rápido es más fácil, cuestionalo nuevamente después de que te vea intentando hablar rápido y bloqueáte voluntariamente otra vez. Muestra esfuerzo y luego di la palabra. Haz esto un par de veces. Cuestionalo nuevamente para que responda que hablar lento como la tortuga es más fácil. Si le quedan dudas, porque aún no lo has convencido, haz que él también diga algunas frases lo más rápido posible hasta buscar el bloqueo con tensión, luego que lo diga como tortuga y nuevamente pregúntale si hablar lento es más fácil o no. Esto debería ser suficiente para convencer a tu hijo de que hablar lento como la tortuga es más fácil.
- H.** Luego podrían jugar a que vas a hablar lento como la tortuga cada vez que él levante la mano. Entonces, por ejemplo, podrías estar contándole todas las cosas que te gustaba jugar cuando eras niño, pero cuando él levante su mano, debes comenzar a reducir tu velocidad de habla, exageradamente lenta. Por lo general, esto les resulta divertido a los niños porque sienten que tienen el control sobre nosotros, dirigiendo la velocidad de nuestro habla a su antojo.
- I.** Ahora le pedirás que comience a contarte cualquier cosa y harán el mismo juego, pero esta vez serás tú quien levante la mano para que él hable lento. De vez en cuando, estratégicamente, cuando veas que se está bloqueando, levanta la mano, y adivina qué es lo que pasará. Sí, tu hijo podrá pasar más suavemente ese bloqueo porque no estará forzándolo ya que es el turno de hablar como la tortuga, lento y suave. Esto ayudará a que tu hijo reconozca físicamente que conviene hablar lento en lugar de forzar cuando siente que la palabra no sale automáticamente. Esto es mucho más efectivo que la típica frase "¡Cálmate y habla más despacio!" ¡No!, por favor.

### 3. Valida sus sentimientos:

Si tu hijo te está diciendo que no puede hablar, por favor, no le vayas a decir "¿Cómo que no puedes? ¡Sí puedes, inténtalo otra vez!". Esta respuesta podría hacer que se sienta incomprendido y frustrado, complicando aún más la situación. En lugar de eso, puedes decirle algo como: "Entiendo que puede ser muy difícil. Debe ser frustrante sentir que no puedes hablar, pero estoy aquí para apoyarte. Puedes tomarte el tiempo que necesites para hablar". Esto ayudará a que tu hijo se sienta más tranquilo, sabiendo que lo comprendes y que no necesita presionarse para hablar rápidamente. En efecto, la tranquilidad de saberlo, hará que pueda hablar con más facilidad.

La validación de las emociones de tu hijo es esencial cuando está experimentando frustración debido a su tartamudez. Mostrar empatía y comprensión le brinda un espacio seguro para expresar sus sentimientos y reduce la ansiedad que puede estar asociada con la tartamudez. Además, es importante recordar que la tartamudez no es algo que tu hijo tenga la facilidad de controlar completamente, por lo que ofrecerle apoyo y paciencia es fundamental para su desarrollo emocional y comunicativo.

Incluso nosotros, los tutores de la Escuela Con Confianza, que somos personas con tartamudez, enfrentamos momentos en los que la tartamudez resulta difícil de manejar, a pesar de que brindamos orientación a otras personas con tartamudez. Sin embargo, si permitiéramos que la frustración se apoderara de nosotros debido a la sensación de no controlarlo por completo, la situación sería aún más complicada. A veces, dejar de ser tan duros con nosotros mismos es precisamente lo que necesitamos para facilitar las cosas.

## Comentarios finales

¡En resumen, ayudar a tu hijo con su tartamudez implica aceptar la condición, hablar abiertamente al respecto, trabajar en el manejo de la tensión física durante los momentos de tartamudez y buscar la orientación de un especialista entrenado en el trabajo con personas que tartamudean.

También es recomendable hablar con los maestros de tu hijo para asegurarte de que estén al tanto de su tartamudez y puedan proporcionar un entorno de apoyo en la escuela.

Estamos trabajando en generar más información útil para la comunidad de personas con tartamudez. Si deseas estar enterado o comunicarte directamente con nosotros para una atención personalizada, sigue a las redes sociales de la Escuela Con Confianza (@conconfianza.ttm).

"Cada momento de dificultad  
es una oportunidad para poder mejorar  
y estamos aquí para acompañarte."

- Equipo Con Confianza -



@conconfianza.ttm

