

## Temas

Enfermedades crónicas.

## Descripción

El habla, pilar de la comunicación humana, es una actividad motora que implica una serie de movimientos bastante complejos. La prevalencia de los trastornos de habla y voz, se manifiesta en un alto porcentaje de enfermos de párkinson, que va aumentando a medida que avanza la enfermedad. A menudo, estos trastornos suelen generar frustración tanto por parte del paciente, como de las personas que le rodean, así como aislamiento comunicativo con todas las consecuencias psico-emocionales y sociales que de ello se desprende.

Las sesiones de grupo se realizan dos días a la semana con una duración de 45 minutos, con la excepción de un grupo que es de 2 días a la semana por demanda de las personas beneficiarias. En cada sesión se trata de prestar atención a las dificultades específicas de cada usuario, y trabajar aspectos para prevenir y retrasar síntomas propios de la enfermedad.

En las sesiones se trabajan los siguientes aspectos básicos:

- Relajación: encaminada a relajar

la musculatura que interviene en la fonación. Los ejercicios con los que se pretende relajar la musculatura que envuelve a la laringe, van acompañados de audición de música.

- Respiración: se trabaja la

respiración, con el fin de que se adquiera y asimile el modelo

costo-diafragmático como base de la comunicación, tratando de evitar la

respiración

superficial y la falta de control, de cara a la coordinación fono-respiratoria.

En coordinación de este servicio con el de fisioterapia se realizan ejercicios respiratorios utilizando balones, palos de madera... Las fases de la respiración se coordinan con movimientos de brazos teniendo como referencia el

material indicado. También para los ejercicios respiratorios se utiliza material de mesa como los incentivadores de soplo, botella de agua y cañas, velas, molinillos, pomperos...

- **Coordinación Fono – Respiratoria:**

uno de los problemas

más graves que el logopeda encuentra es precisamente éste, la incoordinación

fono-respiratoria, puesto que una vez que los usuarios adquieren el patrón correcto de respiración, pueden llevarlo a cabo con mayor o menor esfuerzo, sin

embargo, la ulterior coordinación con la fonación, suele ser verdaderamente ardua. Respecto a ella, es necesario comentar el trabajo que se ha de realizar

en cuanto a la intensidad, tono y resonancia.

- **Articulación:** junto a estos dos

aspectos primordiales, está la movilidad de la cara y la articulación. Se trata de conseguir una mayor precisión articulatoria y se realiza, fundamentalmente a

través de ejercicios de cara y mejillas y de las praxias bucofonatorias. Se busca la exageración consonántica y el discurso sílaba por sílaba, retardando

la frecuencia del habla y permitiendo así el movimiento lo más exacto posible de cada articulador.

- Ejercicios de silabeo: suelen verse

también acompañados en muchas ocasiones de ejercicios de coordinación con

pelotas de menor tamaño. En otras ocasiones nuestros pasos servirán para silabear palabras o frases. Nos ayudamos a veces de conos de colores que señalan la longitud de nuestro paso.

- Prosodia: en algunos casos

también es importante recalcar la función de la prosodia, mostrando al enfermo

de párkinson que el habla tiene gradaciones y matices de los que es importante

disponer. Así pues, habrá que manejar las variaciones de entonación,

intensidad, acentuación... Los ejercicios de prosodia no siempre son fáciles

para las personas enfermas. Como apoyo visual nos favorecemos de la pizarra

blanca. En ella se escriben distintos mensajes con diferentes entonaciones y se

marcan con rotuladores de diversos colores los parámetros a trabajar.

- Lectura y escritura: Junto con estas

cuestiones que, en general, se hace imprescindible trabajar, encontramos el problema de la lectura y escritura, que no siempre se aborda directamente, sino

que se empieza a llevar a cabo, en muchos casos, a través de actividades

relacionadas que facilitan un mantenimiento y/o mejora de estos. Se trabaja

lectura de textos que varían desde los poemas, trabalenguas, noticias, etc.

---

## **Población**

Población Adulta (Mayores de 14 años) - Cualquiera (Gijón)

---

## Persona de contacto

Presidenta: Olga María Díez Rodríguez (985150976) (parkinson.jovellanos@gmail.com)

---

## Entidad participante/colaboradora/promotora

Consejería de Salud, Consejería de Derechos Sociales y Bienestar, Ayuntamiento de Gijón, Fundación La Caixa, Caja Rural de Asturias

---

## Fecha de última actualización de la actividad

16/05/2023

---

## Situación actual de la actividad

Activa

---

## Gratuita

NS/NC

---

## Localización

Avenida de Moreda 11 33212 Gijón Gijón Asturias Asturias España



## Página web del proyecto

<https://www.parkinsonjovellanos.es/>  
<https://es-es.facebook.com/asociacionparkinsonjovellanos/>

---

## Imagen de la Actividad



