



PI.

PIDO LA PALABRA

Trabalenguas. Además de destacar por sus doce nominaciones al Oscar, la película *EL DISCURSO DEL REY* pone en evidencia un trastorno tomado a la ligera por muchos: la tartamudez. Un problema del habla que afecta aproximadamente a medio millón de personas en nuestro país y que puede causar inconvenientes desde la etapa escolar si no se cuenta con la ayuda necesaria.

ESCRIBE MARCOS CHUMPITAZ ILUSTRACIÓN ANDREA LÉRTORA

Al hablar, Carlos Pimentel (44) se toma su tiempo. Sus oraciones son pausadas, metódicas, como si estuviera recitando un guión. Por momentos vienen los silencios. Hace una pausa y continúa. Carlos ha tartamudeado a lo largo de su vida. El problema le trajo mucha frustración y dolor, en especial cuando era niño. Las bromas de sus compañeros de clase eran frecuentes. Lo único que le quedaba era el silencio. “Tenía un miedo terrible de hablar en público y hasta

de hacerlo por teléfono. Prefería quedarme callado”.

Con el paso del tiempo, los bloqueos se fueron agudizando y en la universidad prefería no participar de las exposiciones. Buscó ayuda con un psicoanalista, pero no tuvo éxito. Cuando empezó a trabajar y a ascender profesionalmente, el tartamudeo se fue complicando. Por suerte, se cruzó con un foro en Internet que le cambió la vida. Allí conoció a otros tartamudos y por primera vez empezó a hablar abiertamente de su problema. Tras esa catarsis, comenzó a asistir a congresos

internacionales y se animó a formar el primer grupo de personas tartamudas del Perú. El grupo tiene hoy más de 50 miembros y un perfil en Facebook. “El foro me ayudó mucho. Ya no me importa hablar en público. Tengo más confianza. Nuestro interés es reunir a más gente y ayudarla a dominar su tartamudez. Soy consciente de que el problema estará conmigo siempre. Si me rindo, estoy frito”.

Cuestión de genes

En el complejo universo del lenguaje humano, la tartamudez es

vista como una ruptura, un quiebre. Se trata de un problema que afecta la fluidez del habla, entendida como el número de palabras que una persona es capaz de decir en una fracción de tiempo. Si una persona "normal" puede recitar unas 180 palabras por minuto, el tartamudo tarda dos o tres veces más en decir lo mismo.

Hay síntomas bien definidos: las repeticiones múltiples de palabras ("que-que-que-que-que"); los alargamientos, en los que el individuo dilata el primer sonido de las palabras ("papá" se convierte en "ppppppapá"); los bloqueos, como cuando se queda atascado en alguna palabra; las subidas de tono y, por último, el prescindir de algunas palabras. "Muchos sustituyen unas palabras por otras o usan sonidos sin sentido. Lo peor viene cuando tienen que hablar en público. Los nervios empeoran el cuadro. Curiosamente, cuando cantan o hablan solos, el tartamudeo desaparece", explica Javier Flórez del Águila, neurólogo experto en tartamudez.

La mayoría de personas señala que los traumas de la infancia son los que hacen que un individuo tartamudee, pero eso no es tan cierto. Hoy sabemos que la causa está en los genes, específicamente en aquellos que interfieren en el funcionamiento de las áreas cerebrales ligadas al habla. De hecho, los primeros genes responsables de la tartamudez fueron descubiertos hace un año. En la mayoría de casos, la tartamudez se inicia entre los 2 y 6 años, cuando el niño está aprendiendo a hablar. Sin embargo, el 75% lo supera a los pocos años sin ningún tipo de intervención. El resto se beneficia con las terapias. "Cuando se consigue hacer la intervención temprana, entre los 4 y 6 años, el habla se reorganiza y el problema desaparece al 100%. Después de los 6 años, el tratamiento es más difícil, pero le sirve al paciente para poder controlar estos bloqueos", explica Mónica Paredes, especialista



AYUDA HI-TECH. EL SPEECH EASY (ARRIBA) Y EL FLUENCY TRACKER PARA EL IPHONE (ABAJO) AYUDAN AL TARTAMUDO A ESCUCHAR SU VOZ Y ORGANIZAR MEJOR SU DICCIÓN.



en disturbios de la comunicación humana de Cpal.

Aprender a hablar

Quienes sufren de tartamudez dicen que esta condición puede resultar una carga emocional terrible. Muchos hablan de oportunidades perdidas, estudios inconclusos y relaciones rotas. Algunos tratan de estructurar su vida evitando tener que hablar. Otros se refugian en el silencio. "Por culpa de la tartamudez perdí tres años de mi vida,

dejé de estudiar economía y me escondí. No quería hacer nada. Cuando vi que estaba tocando fondo, decidí pedir ayuda. Ahora con la terapia me va todo muy bien", señala Leidy Fuentes, estudiante de 26 años y miembro de la Asociación Peruana de Tartamudez.

El mayor problema con la tartamudez infantil es que casi siempre pasa desapercibida y los padres no le toman mucha importancia cuando asoman los primeros signos. La mayoría asume que los bloqueos son parte del aprendizaje normal del habla, y que en el futuro el niño podrá superarlo. Pero muchas veces no sucede así. Por otro lado, existen conductas paternales que refuer-

UNA SOLA VOZ.

PAUL, FÉLIX, LEIDY, ARTURO Y DAVID SON MIEMBROS DE LA ASOCIACIÓN PERUANA DE TARTAMUDEZ. EN EL GRUPO SE INTERCAMBIAN EXPERIENCIAS Y AHORA ANDAN EN BUSCA DE PROFESIONALES QUE LOS AYUDEN CON LOS CASOS MÁS SEVEROS.

Mitos sobre la tartamudez HABLANDO CLARO

¿Uno puede volverse tartamudo por escuchar a otra persona tartamudear?

Falso. La tartamudez no se copia, ni se imita, ni se contagia. No se sabe aún la causa de este problema, pero sí que la genética y el medio ambiente del niño juegan un papel importante.

¿Un susto puede causar tartamudez?

No es una causa, pero sí puede ser un detonante. La predisposición a ser tartamudo se puede activar, y de hecho sucede en la mayoría de casos, a partir de una impresión fuerte, el estrés, la ansiedad o hablar en público.

¿El tartamudo es menos inteligente?

No, la posibilidad de aprender no se incrementa o interrumpe a partir de este problema. Hay tartamudos que son brillantes, y otros que no tanto.

¿Sirve eso de colocarse un lápiz en la boca para hablar mejor?

Antiguamente ayudaba a relajar la lengua, que por lo general se pone rígida. Pero no servía para hablar. Ahora se buscan técnicas más naturales para lograr una mejor fluidez.

LA CIFRA

2%

de la población peruana tartamudea, aunque el número puede ser mayor (en todo el mundo hay 60 millones de casos). Los hombres suelen tener más problemas que las mujeres, en una proporción de 4 a 1. La razón es aún un misterio.

Tartamudos famosos

PALABRA ANDANTE

Marilyn Monroe.

La bomba rubia de Hollywood nunca tartamudeó en público, siempre lo hizo en privado. Después de cada presentación, el encargado de hablar con la prensa era siempre su manager.



Jorge Luis Borges.

El escritor argentino se reía de su propia tartamudez. Nunca la ocultó. Cuando tenía que dar charlas se tomaba una copa de licor para "entonarse".



Marc Anthony.

En el 2010 el cantante contó que fue tartamudo de niño y por eso se le hacía difícil comunicarse. "Cuando cantaba se me quitaba. Prefería cantar que hablar, ahí nació mi respeto por la música".



zan la tartamudez. Cuando el niño llega a una edad y presenta ciertos problemas de fluidez, son los propios padres quienes le exigen que hable mejor, o que deje de trabarse; le piden que hable rápido, estamos con el tiempo", le ofrecen trucos para prevenir los bloqueos ("piensa antes de hablar, respira, habla lento") y hasta le completan las oraciones, provocando ansiedad en sus hijos.

"El padre debe dejar que el niño tenga su propio ritmo en el habla. No todos somos iguales. Si la familia presiona al niño y le sobreexige, puede hacer que una dificultad que estaba latente se exteriorice", indica Mónica Paredes. Sin embargo, hay detonantes psicológicos que van más allá del control de un niño. A veces la tartamudez está asociada a eventualidades como la separación de los padres, a una mudanza, al cambio de colegio o al propio desapego materno, cuando se corta la lactancia. "El desapego de la mamá a temprana edad puede producir en el niño una ansiedad terrible. Algunos lo superan, pero otros pueden presentar problemas en el habla", advierte Javier Flórez del Águila.

Terapias y tecnologías

La idea de que algo está mal en sus mentes, porque las palabras no le salen bien, es un estigma que los tartamudos deben enfrentar a diario. "Esto no es voluntario, no lo hacemos por molestar. Simplemente nos pasa. La gente cree que nuestras mentes no están bien, pero no es cierto. Somos tan inteligentes como cualquiera. Solo necesitamos ser entendidos", indica David Huancahuari (25), odontólogo que sufre de tartamudez desde niño.

A pesar de tener una base netamente genética, la terapia de lenguaje sigue siendo la mejor forma de tratar el trastorno. Los tratamientos van a depender del grado de bloqueo, la edad y la propia personalidad del paciente. Hay ejercicios de relajamiento, ejercicios de articulación y

JUAN LUIS DAMMERT, CANTAUTOR

"No existe persona que hable perfecto"

¿Es complicado vivir con la tartamudez?

A veces viene, pero no es algo que me persiga. No es nada del otro mundo; de vez en cuando se me traban las palabras, supongo que pasa por pensar más rápido de lo que hablo, pero lo estoy controlando.

¿Recibiste terapia alguna vez?

No, nunca. Mi caso no es tan grave como otros. Hay gente a la que sí se le nota a kilómetros.

¿El hecho de cantar ayuda a mejorar la fluidez?

Claro, sí ayuda, es otra forma de vocalizar. Pero fuera de ello, todo el mundo se ha trabado alguna vez. No existe persona que hable perfecto.

En la TV es difícil encontrar alguien que hable bien o hable de corrido. Todos dudan, todos cometen errores.

¿Tartamudeas en tus presentaciones?

Sí, a veces cuando tengo que hablarle al público, pero nada para preocuparse.



de suavización para deshacer la tensión en el habla, y en los casos en que el detonante sea un factor psicológico o un trauma, el tratamiento se complementa con psicoterapia. Actualmente no existe ningún fármaco para combatir la tartamudez, sin embargo, hay una sustancia llamada pagoclone, aún en estudio, que está mostrando buenos resultados.

Pero a falta de remedios, hay tecnologías que han sido incorporadas al tratamiento. Una herramienta es el Speech Easy, un aparato que hace que la persona oiga su propia voz con un pequeño atraso, como si estuviera en un coro. "No es una cura, pero sí resulta útil en los casos más severos". Otro recurso es el Fluency Tracker, un programa para iPad y iPhone que ayuda a identificar el momento en que el paciente necesita usar las técnicas de lenguaje aprendidas en la terapia. Ya se vende por Internet, y en abril habrá una versión en español. "Los niños tartamudos necesitan ser escuchados", añade Mónica Paredes. "Mi mayor consejo para los padres es que entiendan a sus hijos. Tengan paciencia y al primer signo, busquen ayuda. La tartamudez puede corregirse si es que la atendemos a tiempo".

A dónde acudir:

Asociación Peruana de Tartamudez
992 981 534
Grupo de autoayuda virtual TTM Perú
ttm_peru-suscribe@yahoo.com
Organización Iberoamericana de la Tartamudez
www.ttmib.org