

¿Por qué ir a terapia del habla? (*Why Go to Speech Therapy*)

Por Lisa Scott, PH.D., Florida State University

Muchos adolescentes y adultos que tartamudean han estado en terapia del habla por su tartamudez al menos una vez en sus vidas. Algunas personas han estado durante años en terapia. Solo porque haya tenido tratamiento para la tartamudez en el pasado no significa que no deba considerarlo nuevamente. Es común que la tartamudez cambie con el tiempo o las emociones y actitudes acerca de su habla cambien según tienen nuevas experiencias.

Es importante para usted, tener una idea clara acerca de su motivación para ir a terapia porque las razones para buscar tratamiento le ayudarán a decidir:

- El patólogo de habla-lenguaje que es correcto para usted;
- La cantidad, duración y costo del tratamiento;
- Posibles metas para la terapia del habla; y
- La cantidad esperada de éxito.

Eligiendo a un patólogo del habla-lenguaje:

La clave para el éxito en cualquier tipo de tratamiento es encontrar a alguien con conocimiento acerca del tratamiento particular. Esto es especialmente cierto de la tartamudez.

¿Cómo encuentra a un patólogo del habla-lenguaje (PHL) que sea el adecuado para usted? Primero, comience pensando acerca de las metas que son más importantes para usted. Tal vez quiera leer más acerca de la terapia de tartamudez. Algunas buenas fuentes de información se pueden encontrar en: [Stuttering, An Integration of Contemporary Therapies](#) (Catálogo #0016), o en [Advice to Those who Stutter](#) (Catálogo #0009) o en [Self-Therapy for Stutterer](#) (Catálogo #0012). (Por favor vea nuestro [catálogo](#) o [tienda virtual](#).)

Luego, utilice una fuente de referidos. La [lista de referidos](#) de la Fundación de Tartamudez (The Stuttering Foundation's) tiene nombres de personas que se especializan en tratar la tartamudez. Si ninguno se encuentra cercano a usted, contacte una universidad local, hospital o clínica de habla y audición. Las universidades que tienen programas de adiestramiento de patología del habla-lenguaje, a menudo tienen clínicas del habla que proveen terapias de tartamudez. Una vez haya contactado a un PHL, entrevístelo. Hay varias preguntas importantes que le gustaría preguntarle, pero algunas en particular son muy importantes.

- ¿Cuán cómodo se siente tratando la tartamudez? Esto es importante porque algunos PHLs no se sienten cómodos trabajando con la tartamudez.
- ¿Con cuántos adolescentes y adultos que tienen tartamudez ha trabajado? Esto le ayudará a determinar si el PHL tiene el tipo de experiencia que usted necesita.
- ¿Cuáles cree que deberían ser las metas principales de la terapia de la tartamudez para un adolescente/adulto? Esto le ayudará a decidir si las metas del PHL van a la par con las suyas.

- ¿Qué acercamiento utiliza en terapia del habla? ¿Con cuánta frecuencia se programa la terapia? Estas preguntas son importantes porque algunos tipos de terapia trabajan mejor cuando se puede utilizar una programación más intensiva (es decir, cada día por muchas horas cada día durante semanas). Algunas veces la programación de terapia que el PHL ofrece no será apropiada para usted, por su trabajo o por los compromisos familiares. Es importante conocer esto con anterioridad.

Cantidad, duración y costo de la terapia

La cantidad necesaria de terapia de tartamudez y la duración de la misma están relacionados entre sí y suelen ser diferentes para cada persona. La decisión sobre la cantidad de terapia que se necesita y la frecuencia con la que se debe programar, usualmente se hace después de una evaluación de tartamudez.

Una evaluación minuciosa por lo general oscila entre dos y cuatro horas y puede costar entre \$ 300 y \$500 en los Estados Unidos, dependiendo de su ubicación y los cargos del patólogo del habla-lenguaje. Estos cargos pueden variar mucho, así que asegúrese de preguntar sobre los costos al hacer la llamada inicial al PHL. También, compruebe si su seguro de salud cubre el costo de la evaluación.

Una vez que haya completado el proceso de evaluación, el PHL le explicará los resultados y entonces los dos comenzarán a pensar en el tiempo que usted puede esperar estar en terapia y la frecuencia con la que debe programarse. La duración de la terapia y la cantidad necesaria dependen de sus metas, el tipo de terapia en sí, y la severidad de la discapacidad que provoca la tartamudez

Algunos programas de terapia ofrecen una cantidad estándar de terapia en un período de tiempo determinado, tal como 40 horas a lo largo de un periodo de tres semanas, en un programa intensivo. Para muchas personas, sin embargo, toma un período de tiempo más largo superar los sentimientos negativos sobre la tartamudez que se han acumulado a través de los años. En esta situación, la terapia intensiva puede no ser el enfoque correcto para tratar la tartamudez. Tenga en cuenta también que algunos PHLs no ofrecen terapia intensiva.

Si alguno de estos factores van en acorde a su situación, es posible que desee ir a terapia una o dos veces a la semana durante una hora a lo largo de varios meses o incluso un año. En general, muchos adultos que buscan cambios a largo plazo en la tartamudez asistirán a la terapia dos veces por semana de 6 a 18 meses. Los costos por hora, de la terapia pueden variar de cincuenta a ochenta y cinco dólares en los Estados Unidos. Una vez más, estos cargos dependerán de su localización y de los honorarios por hora del PHL. Las clínicas de habla y audición de universidades locales a menudo cobran menos debido a su misión educativa y de adiestramiento. En muchos programas universitarios es posible obtener una evaluación y terapia a tasas más bajas que las mencionadas aquí.

Contacte su compañía de seguros antes de obtener una evaluación o ir a terapia para averiguar si cubren la terapia de tartamudez. Es importante preguntar sobre la

terapia de tartamudez en particular, porque muchas compañías de seguros pagarán por la terapia del habla que es de rehabilitación (es decir, después de un accidente cerebrovascular o lesión cerebral), pero puede que no paguen por la terapia de tartamudez cuando se ve como una discapacidad crónica del habla. Puede que desee leer la [Guía de SFA](#) (por sus siglas en inglés) para obtener reembolso por el tratamiento de tartamudez.

Expectativas para el éxito

Hemos escuchado de muchas personas que dudan que la terapia de tartamudez puede ayudarles. Ellos pueden creer esto porque tuvieron éxito limitado o una mala experiencia en la terapia tomada en el pasado, o porque su tartamudez está peor de lo que ha estado antes. Si usted ha tartamudeado toda su vida, es poco probable que la tartamudez desaparezca por completo. Sin embargo, un PHL que esté bien informado acerca de la tartamudez, casi siempre, puede ayudar a los adultos y los adolescentes que tartamudean a hacer cambios positivos en sus destrezas de comunicación.

A medida que trabaja con su PHL para establecer sus metas, también establecerá sus criterios para el éxito. Convertirse en un comunicador eficaz y vivir con éxito con la tartamudez debe estar entre los más importantes de estos criterios.

Objetivos de la Terapia

La terapia de tartamudez para adolescentes y adultos, usualmente significa cambiar conductas del habla que han perdurado por mucho tiempo, emociones y actitudes acerca del habla y de la comunicación en general. Como resultado, la duración y el tipo de terapia pueden variar grandemente dependiendo de sus objetivos. Una lista de ejemplos de objetivos de terapia para adolescentes y adultos incluye:

- Reducir la frecuencia de la tartamudez;
- Disminuir la tensión y esfuerzos de los momentos de tartamudez;
- Trabajar para disminuir palabras o situaciones de evasión;
- Aprender más acerca de la tartamudez;
- Utilizar destrezas efectivas de comunicación, como contacto visual o fraseo; y
- Determinar si las metas están relacionadas a realizar cambios a largo plazo o a cumplir una necesidad específica a corto plazo, como lo podría ser una entrevista de empleo.

Trabajar en conjunto con un PHL que tenga conocimiento sobre la tartamudez, le permitirá identificar sus metas personales.

Traducido por estudiantes, clase 2018 y facultad de Patología del Habla- Lenguaje de la Universidad de Puerto Rico:

Michelle Morales García
Josbenny I. Santana Durán
Areliz Rivera Rivera
Dra. Edna J. Carlo Mirabal

