

Consejos Prácticos: Cinco factores clave sobre la Tartamudez

La Tartamudez no es solo un trastorno de lenguaje.

Aunque mucha gente piensa que la tartamudez es, principalmente, una cuestión del habla, el trastorno implica no solo repeticiones, prolongaciones y bloqueos. Las personas que tartamudean pueden experimentar una variedad de reacciones emocionales negativas a su dificultad para hablar. Los ejemplos incluyen sentimientos de bochorno, ansiedad y vergüenza, los cuales pueden derivar en tensión y forcejeo al hablar, o en evitar hablar por completo. Las demás personas también pueden reaccionar negativamente. Por ejemplo, los niños que tartamudean están más propensos a ser intimidados por sus compañeros, y los adultos que tartamudean suelen reportar discriminación en sus centros de trabajo. Estas reacciones afectan negativamente a los tartamudos y les cuesta más expresar lo que realmente quieren decir. Ambos factores, las disfluencias y las reacciones negativas, pueden afectar la calidad de vida de las personas que tartamudean. Cuando decimos: “*La tartamudez es más que tartamudear,*” es porque el trastorno puede afectar todos los aspectos de la vida de una persona.

La Tartamudez varía.

Las personas no tartamudean de la misma manera, ni las mismas veces, en cualquier situación. Esto puede ser uno de los aspectos más frustrantes de esa condición, ya que quienes hablan no siempre logran predecir cuándo van a tartamudear, ni cuando serán capaces de hablar con facilidad. Esa variabilidad puede también confundir a los padres, profesores y compañeros; porque ellos se podrían preguntar, por qué una persona se desenvuelve con fluidez en una situación pero en otras tartamudea. Y no es que el hablante no se empeñe lo suficiente, sino que la tartamudez es variable. Cuando los hablantes y los oyentes aprenden a esperar y aceptar esta variabilidad, la tartamudez se hace más fácil de tratar.

La Tartamudez es complicada.

Un siglo de investigación orientada a la tartamudez, ha dado lugar a muchas teorías pero a una sola verdad: no es simple. No se trata de un problema psicológico (aunque puede causar sufrimiento emocional); no es causada por los padres (aunque los padres jueguen un papel importante en cómo los niños perciben la tartamudez); y no es solo un problema físico (aunque las personas que tartamudean muestren diferencias sutiles tanto anatómicas como fisiológicas). La tartamudez corre entre las familias (de modo que es probable un componente genético), y se la asocia con diferencias neurológicas (tanto estructurales como funcionales). *Saber estas verdades puede ayudar a las personas que tartamudean, y sus familiares a que aprendan a comprender mejor lo que ellas están experimentando.*

Tartamudear está bien.

Las personas no hacen algo malo cuando tartamudean; ellas están simplemente tratando de conversar, como hacen las demás. Si se avergüenzan de su modo de hablar, o de ser diferentes, entonces es más probable que haya tensión al momento de hablar, o que eviten hablar. Esto empeora el problema y aumenta el impacto del trastorno. Cuando las personas saben que no es malo tartamudear, entonces pueden comunicarse de manera más libre y con mayor facilidad. Pueden decir lo que quieren, aún cuando lo hagan de manera poco fluida. Por lo tanto, *la aceptación de la tartamudez es la clave para el éxito de la comunicación.* Los padres, los maestros, los amigos y otros, pueden ayudar a las personas que tartamudean, simplemente reconociendo que lo que una persona dice es más importante que cómo lo dice.

El Tratamiento puede ayudar.

Aunque no hay un remedio universal para la tartamudez, el tratamiento puede ayudar. Los niños pequeños a menudo superan el tartamudeo por completo (y muchos mejoran sin tratamiento, aunque es imposible saber cuáles niños se recuperarán por sí solos y cuáles necesitarán ayuda). Los niños mayores, adolescentes y adultos podrían continuar tartamudeando de alguna manera a lo largo de sus vidas, pero con un tratamiento adecuado y apoyo, pueden llegar a ser comunicadores eficaces, sin sentirse a menos por su tartamudeo, ni dejar de decir lo que quieren porque tartamudean. *El tratamiento es más provechoso cuando se centra en algo más que en un hablar fluido.* Puesto que la tartamudez es más que solo tartamudear, el tratamiento para la tartamudez debería abordar algo más que las disfluencias observables del habla. Tratar el trastorno en su totalidad, es la clave para ayudar a reducir el impacto de la tartamudez en la vida de quien lo padece.