

*Informació per a usuaris
i familiars*

Disàrtria



La disàrtria és una afectació neurològica, que suposa dificultats en la parla i pot provocar que aquesta sigui imprecisa o difícil d'entendre. Consisteix en una alteració en el recorregut muscular, la força, el to, la velocitat i la precisió dels moviments realitzats per la musculatura dels mecanismes que participen en la producció de la parla (respiració, fonació, articulació i entonació).

Causes

Algunes de les causes que provoquen la disàrtria són aquestes:

- Traumatismes cranioencefàlics
- Ictus
- Tumors cerebrals
- Malalties neurodegeneratives
- Malalties congènites

Consells per a pacients

- **Cal que mantingueu una postura adequada a l'hora de parlar.** Assegureu-vos que el cos està recte, això permetrà que els pulmons es moguin lliurement per agafar aire i expulsar-lo durant la parla.
- **Agafeu aire pel nas abans de cada emissió** evitant fatigar-vos al parlar.

- **Parleu lent i amb pauses freqüents**, prestant atenció a la intensitat i la velocitat de la parla.
- **Articuleu paraula per paraula**, fent èmfasi en cada síl·laba i allargant les vocals.
- **Feu frases curtes i senzilles.**
- **Lletregeu la paraula**, si fos necessari.
- **Utilitzeu la comunicació gestual i el llenguatge escrit** per tal de millorar la intel·ligibilitat.
- **Assegureu-vos de què el vostre interlocutor us està entenent.**
- **Si sou portador de pròtesi dental**, assegureu-vos de que està correctament ajustada.

Consells per als familiars

- Assegureu-vos que l'**entorn** estigui **lliure de distraccions**: soroll, televisió, molta gent parlant a la vedada, etc.
- **Establiu contacte visual**, per tal de poder obtenir informació que pugui ajudar a entendre i evitar malentesos.
- **Aviseu quan no compregueu** per tal continuar amb la conversa amb sentit.
- **No parleu més a poc a poc, ni més fort, ni de manera simplificada**, ja que la persona disàrtrica no presenta problemes en la comprensió.

- **Respecteu el torn de paraula.** Doneu el temps que necessiti per respondre i deixeu-lo parlar sense interrompre'l.
- **Escolteu de forma activa:** Per tal que la persona vegi que mostreu interès per allò que us està dient i que el segueixi.
- **Animeu-lo a que utilitzi l'estratègies que se li han facilitat:** Parlar més a poc a poc, exagerar l'articulació, recordar agafar aire pel nas, etc.
- **Repetiu-li la part del missatge que no hem entès.** D'aquesta manera no haurà de repetir tot el missatge.
- Conscienciar a les persones que pateixen disàrtria dels possibles trastorns de la parla per afavorir el seu autocontrol.
- Disminuir les alteracions de la parla i millorar la intel·ligibilitat de la comunicació oral.
- Aprendre a practicar exercicis i estratègies de forma sistemàtica per automatitzar-los al màxim.
- Donar pautes a la família per ajudar en la mesura del possible a la persona amb disàrtria.

Tractament logopèdic

És essencial que la disàrtria sigui abordada des de diferents perspectives: **pacient, família i logopeda** han d'implicar-se de manera activa les tres parts per tal d'aconseguir una comunicació el màxim d'efectiva possible.

El tractament logopèdic té com a objectius:

- Recuperar tant com sigui possible les funcions afectades.

Per a més informació podeu descarregar-vos al mòbil l'APP d'Althaia.

