

Orientaciones a la familia del niño con disfonía

La manera de hablar se aprende en el entorno familiar. Los primeros modelos vocales son los padres y hermanos. Los diferentes usos vocales se experimentan con los familiares.

La familia otorga significado a los diferentes tipos y usos de la voz del niño. La familia construye la voz del niño, y su papel en el proceso rehabilitador es muy importante.

En el entorno familiar no se acostumbra a percibir como importante el tipo de voz que el niño va usando en su manera de comunicar. Esto puede hacer que el niño vaya optando por unos tipos de voces más o menos intensas, con un tono inadecuado, con mucha constricción, etc., que pueden ser el origen de un trastorno vocal. Tenemos que ayudar a las familias a observar el tipo de voz que su hijo usa en sus diferentes relaciones y actividades. De este modo es posible constatar que, según la actividad del niño, la voz cambia. Cuando el niño explica con pasión una salida escolar o un resultado exitoso en un examen o control de aprendizaje, cuando relata el malestar de una discusión o un enojo con un compañero de juego, cuando nos pide con insistencia la compra de un juego o el uso de un videojuego, cuando oímos una acalorada discusión entre hermanos, etc.

Son muchas las situaciones que modifican el uso de la voz y sus características, y podemos ayudar los padres a identificarlas.

A menudo los padres intentan reprimir en estos casos el uso inadecuado de la voz, normalmente con poco éxito. Tenemos que orientar a los padres a incidir sobre el contexto de la situación más que en la voz. Encontrar nuevas normas de escuchar, de relatar, de discutir y de jugar, permitirá no recurrir a usos poco sanos para la voz. Con los padres, tenemos que incidir en la necesidad de construir escenarios de relación sanos y confortables para todos, donde no sea necesario utilizar una voz forzada.

Conocemos la influencia del entorno sonoro en el control y producción vocal. Un entorno ruidoso disminuye el *feedback* auditivo y en él se tienden a aumentar la intensidad y el tono, a forzar el timbre y, por lo tanto, el riesgo de fatiga y de posterior lesión aumenta. En nuestro tiempo, y en la mayoría de nuestros entornos habituales, los niveles de ruido ambiental han aumentado

muy considerablemente. Se puede observar en nuestras calles, en los patios escolares y también en las aulas y en las casas. Parece que estamos perdiendo la capacidad de soportar el silencio y buscamos siempre un mínimo de ruido. Los hogares, en general, y las habitaciones de niños y de los jóvenes, en particular, son espacios ruidosos. Los equipos de música en funcionamiento permanente, los aparatos informáticos con sus zumbidos de ventilación y la tendencia al movimiento casi constante generan la necesidad de producir una voz que se pueda levantar por encima del ruido.

Tenemos que aconsejar a las familias que controlen los niveles acústicos de sus domicilios. Limitar el número de electrodomésticos en funcionamiento, reducir los volúmenes de las televisiones y reproductores e iniciar y mantener las conversaciones a intensidades bajas y

ritmos lentos. Tenemos que evitar las conversaciones a distancia que, además de ser poco efectivas desde el punto de vista comunicativo por la carencia de referentes visuales, acostumbra a acabar como una conversación a gritos, si no en una discusión. Pequeñas observaciones y cambios de hábitos comunicativos permitirán al niño disfónico evitar usos nocivos para su voz.

Uno de los fenómenos vocales más controvertidos en la infancia es el grito. Las producciones vocales de alta intensidad forman parte de la vida cotidiana de los niños. A menudo los padres y educadores se preguntan por qué gritan los niños. No es fácil responder y tenemos que entender que el grito es una forma habitual de relación en espacios abiertos y con distancia entre interlocutores. El niño pasa una parte de su tiempo en estas circunstancias y rodeado de otros muchos niños que también gritan. Para ser escuchado es necesario gritar. La separación o diferenciación de actividades, comprender que en ciertos momentos el grito es necesario y en otros no, frenar la expansión que supone dar una voz fuerte, es objeto de las acciones educativas de padres y maestros. La educación tiene un componente represor que el niño tiene que ir incorporando.

El grito también es la expresión de la no comunicación. El niño que no es atendido en una primera demanda tendrá tendencia a aumentar la intensidad y progresivamente apremiar los espacios de resonancia. La voz hablada se transforma en grito y finalmente chillido. Algunos niños sólo son atendidos si

expresan sus deseos o peticiones en forma de voz apretada y fuerte, cercana al llanto. Quizás algunas disfonías funcionales tienen su comienzo en los mensajes implícitos de la voz. Hace falta, también, reseñar la aparición de nuevos modelos vocales y conversacionales en nuestra cultura. Los medios de comunicación aportan modelos de uso vocal diferentes a los tradicionales en las conversaciones reales. Así, los niños imitan gestos y voces propios de los dibujos animados. En algunos casos se trata de personajes humanos con comportamientos violentos o exagerados y sus voces responden a estas caracterizaciones. En otros casos, los personajes que se imitan son animales, monstruos o invenciones mecánicas y sus voces son a menudo muy distorsionadas. Los niños y niñas, en sus juegos y a veces en su relación con otros, usan este tipo de voces y gestos vocales. Los niños y niñas están aprendiendo a comunicarse con los modelos televisivos de tertulias agresivas, personajes infantiles con conductas muy extrañas, personajes de ficción con voces imposibles, etc. Quizás tenemos que proponer a las familias un ejercicio cotidiano de conversación amable, respetuosa, donde cada cual juega el papel que le es natural. Normalizar las relaciones humanas es normalizar los usos de la voz.

Finalmente, sabemos que uno de los elementos que forman parte del tratamiento de las disfonías es la incorporación de algunos hábitos de higiene vocal. En el caso de los niños, son los padres los que tienen que ayudar al niño a incorporarlos. En la tabla siguiente proponemos una serie de medidas que pueden ser beneficiosas para la voz de los niños y niñas.

Medidas para la promoción de la salud vocal

- Evitar la exposición habitual al humo de tabaco o chimeneas.
- Asegurar un alto grado de hidratación del niño, tanto por la ingesta de líquidos como con el control de un buen nivel de humedad ambiental.
- Asegurar un nivel sonoro confortable en el hogar.
- Velar porque el tipo y número de actividades extraescolares no sea excesivo.
- Evitar la práctica de deportes que demanden un alto esfuerzo de cierre de la garganta.
- Vigilancia de procesos alérgicos o catarrales.
- Mantener una adecuada limpieza nasal, aprender a morderse y lavarse las fosas nasales con suero fisiológico.
- Tenemos que procurar una respiración nasal funcional en reposo.
- Evitar los gritos repetitivos y realizados con esfuerzo. Puede ser provechoso que el niño aprenda a silbar cuando quiera llamar la atención de alguien que esté lejos.
- Favorecer el canto como forma de expresión y de experiencia artística.
- Evitar la distorsión vocal como juego y la imitación de voces alejadas de sus posibilidades vocales.
- Ayudar al niño a identificar los indicios de fatiga vocal (escozor, tos, pequeñas pérdidas de voz, gallos, etc.) para disminuir el ritmo y la intensidad del habla.
- Asegurar un ritmo de descanso suficiente para la voz y para el conjunto de actividades del niño.
- Promover un buen nivel de práctica deportiva, sin exceso de competitividad.
- Velar por el buen ritmo de las actividades escolares con el apoyo necesario al aprendizaje.
- Velar por la calidad de las relaciones personales.
- El mal humor y el malestar emocional son nocivos para la voz.