

Habla

En Acción

¿Haya,
halla,
Allá o
aiga?

INFÓRMATE

**LA IMPORTANCIA DE
LA TERAPIA ORAL
MOTORA**

**La cajita de los
sonidos para
trabajar la
articulación**

Segunda Edición



EDITORIAL

Bienvenidos a nuestra segunda edición de Habla en Acción. Esta revista fue creada como parte de una iniciativa de ésta servidora, en conjunto con algunos estudiantes del programa de Terapia del Habla y Lenguaje de la Universidad Interamericana de Puerto Rico, Recinto de Ponce. El objetivo de nuestra revista es proveerles a los estudiantes del programa la oportunidad de desarrollar las destrezas de escritura, lectura y fomentar la creatividad y el liderazgo para formar profesionales más competentes y empáticos. Cabe señalar que ésta revista está dirigida para todos los estudiantes y personas de la comunidad en general, debido a que provee temas variados, que pueden aplicar a todos.

Les agradezco a las estudiantes Soraliz Roldán, Frances Roche, Nicole Burgos y Vilmaris González, quienes colaboraron arduamente, para que se lograra la creación de ésta primera edición. Realmente, sin su esfuerzo y dedicación, no se hubiera logrado culminar este proyecto. Así como también les agradezco a las profesoras Olga Arroyo, Dra. Jannelyn Rivera, Alma Rivera y las estudiantes Wanda Cora y Zuleyka Millán y a nuestra egresada Angela M. Ortiz quienes colaboraron con la aportación de artículos muy interesantes.

Estoy confiada que esto es solo el inicio de una excelente revista, que servirá de motivación para los estudiantes de Terapia del Habla y Lenguaje y a su vez, servirá como enlace entre estudiantes de diferentes programas, así como la facultad de nuestra universidad.

Espero que la disfruten.

Raquel González Hurtado
Directora
Revista Habla en Acción



MISIÓN Y VISIÓN

MISIÓN

Proveer a los estudiantes de Terapia del Habla y Lenguaje el medio para desarrollar las destrezas de escritura, lectura y fomentar la creatividad y el liderazgo para formar profesionales más competentes y empáticos.

VISIÓN

Poder realizar un trabajo colaborativo con otras disciplinas para impactar a estudiantes, profesionales y personas de la comunidad, brindándoles una herramienta informativa de gran utilidad.

TABLA DE CONTENIDO

Editorial

Misión y Visión

Conócenos

Profesoras

Directiva

Estudiantes

Ritmo positivo

Desarrolla tu cognición

La voz de la experiencia

Gramática y Ortografía

Ideas

Ejercita tu memoria

Ondas de amor

Asociación de estudiantes de THL

CONÓCENOS

Profesoras



La Profesora **Raquel González Hurtado** obtuvo su bachillerato en Ciencias en Terapéutica Atlética y un Grado Asociado en Ciencias de Terapia Física de la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Ponce. Completó su grado de maestría en Ciencias en Patología del Habla y Lenguaje en la Universidad Carlos Albizu. Además posee una Maestría en Artes en Educación del Inglés como Segundo Idioma, de la Universidad Interamericana de Puerto Rico, del Recinto de San Germán. Luego de haberse graduado de la UPR del Recinto de Ponce, siendo Magna Cum Laude y obteniendo el Premio de Valedictorian de la Universidad, ha laborado en múltiples escenarios terapéuticos y educativos. Laboró como Asistente del Terapeuta Físico en Home Care San Lucas de Utuado y desde el año 1998 ha estado ofreciendo servicios para la Corporación de Chiquirimundi, Inc, en Ponce. En el año 2001, inició labores en el área educativa, como profesora de Terapia del Masaje Profesional y Técnico de Salud Preventivo Deportivo, de Ponce Paramedical College. En corto tiempo pasó de ser profesora a convertirse en directora de departamento, hasta llegar a ser nombrada Decana Académica Asociada. Trabajó por un año con el Programa de Intervención Temprana de Creciendo Juntos, hasta que en agosto del 2011 inició como profesora de los programas de Terapia del Habla y Lenguaje y de Asistente del Terapeuta Físico. Actualmente, es la Coordinadora del programa de Terapia del Habla y Lenguaje. Creó la Asociación de Estudiantes de Terapia del Habla y Lenguaje, en el año 2011 y es consejera de dicha asociación, donde se realizan múltiples actividades para los estudiantes del programa y la comunidad. Se propone iniciar estudios doctorales durante el próximo año.

CONÓCENOS

Profesoras



La Lcda. **Olga M. Arroyo Ramos** obtuvo su bachillerato en la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras, con una concentración en Educación Secundaria en Ciencias y Biología. Cursó su maestría en Patología del Habla y Lenguaje en la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Ciencias Médicas. Posee certificado de competencia clínica de la American Speech Language Hearing Association. Fue instructora de biología y matemática en el Centro de Estudios Multidisciplinarios en Hato Rey y maestra de biología y salud en el Colegio Interamerican School en Carolina. Ha ejercido como directora de la Clínica de Patología del Habla y Lenguaje en Yauco, por más de 20 años. Ha ejercido como Patóloga del Habla y Lenguaje para diversas agencias, corporaciones, hospicios y home cares de Puerto Rico. Lleva más de 15 años como supervisora clínica en la formación de profesionales en Patología del Habla-Lenguaje para universidades acreditadas por la Asociación Americana de Patólogos y Audiólogos en E.U.; como lo son el Recinto de Ciencias Médicas, Universidad Carlos Albizu y la Universidad del Turabo. También ha supervisado en práctica clínica a terapeutas del habla y lenguaje para la Universidad Carlos Albizu, Universidad del Turabo y la Universidad Interamericana de Puerto Rico. Es supervisora clínica de internados (CFY) para la Asociación Americana de Patólogos y Audiólogos de E.E. (ASHA). Lleva más de 15 años dirigiendo el área de Terapia del Habla y Lenguaje en Centro de Perlesía Cerebral Municipal de Ponce. Ha colaborado en la normalización de pruebas para la población puertorriqueña con diferentes compañías de E.U. Ha tomado cursos, en diversas áreas de especialidad: voz, disfagia y posicionamiento oral-motor, entre otros. Pertenece a diversas asociaciones profesionales como American Speech Language Hearing Association (ASHA), Organización Puertorriqueña de Patólogos, Terapeutas de Habla-Lenguaje y Audición (OPPHLA) y Centro Unido de Detallistas (CUD-Organización de Comerciantes en PR) Actualmente, es profesora en la Universidad Interamericana de Puerto Rico, Recinto de Ponce, en el programa de Terapia del Habla y Lenguaje.

CONÓCENOS

Profesoras



La Dra. Jannelyn N. Rivera Rosario obtuvo su Bachillerato en Educación Elemental en la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Ponce. Completó su grado de Maestría en Patología del Habla y Lenguaje en el Recinto de Ciencias Medicas de la UPR. El Doctorado en Gerencia Educativa lo obtuvo en el 2014 en la Pontificia Universidad Católica de Puerto Rico. Realizó un estudio investigativo dirigido a los estilos de liderazgo y estilos en el manejo de conflictos de los directores escolares en una región educative de Puerto Rico. Ejerció como maestra de grados primarios de Matemáticas, Historia, Inglés, Español y Ciencias en el Departamento de Educación de Puerto Rico. En la actualidad, posee su práctica privada de Patología del Habla-Lenguaje y se desempeña como directora de la misma. Ofrece sus servicios profesionales como Patóloga del Habla-Lenguaje al evaluar y dar terapias a niños y adultos con problemas comunicológicos desde alrededor de 13 años. Trabajó para la Casa del Veterano y para diferentes corporaciones que sirven niños del Departamento de Educación especial. Además, ocupa una posición de Supervisora de Terapeutas de Habla y Lenguaje y de estudiantes que se encuentran en la práctica clínica de diferentes universidades. Ofrece cursos de en áreas de educación, terapia de habla y terapia física. posee certificación en Asistencia Tecnológica.

CONÓCENOS

Directiva

Presidenta

Zuleyka Millán



Mi nombre es Zuleyka Millán Carrero, estoy cursando el último año de mi carrera universitaria. Además, tengo el placer de dirigir nuestra organización por segundo año consecutivo. Les agradezco por la oportunidad y sobre todo por la confianza que me han brindado las profesoras y cada uno de los integrantes de la asociación. Nuestra meta es dar a nuestros miembros experiencias fuera del salón de clase que los desarrollen como personas y futuros Terapistas del Habla y Lenguaje. Esta es una profesión hermosa y necesitamos valientes que salgan al mundo laboral dispuestos a brindar el mejor servicio. ¡No se rindan! Al final verán los resultados de cada uno de sus sacrificios.

Vice-presidenta

Wanda Cora



Secretaria

Maricely Martínez



CONÓCENOS

Estudiantes



4^{to} año



3^{er} año

CONÓCENOS

Estudiantes





RITMO POSITIVO

*“No te rindas
nunca, porque
nunca sabes si el
próximo intento
será el que
funcionará”*





DESARROLLA TU COGNICIÓN

LA IMPORTANCIA DE LA TERAPIA ORAL MOTORA

Por: Prof. Olga M. Arroyo

El habla es un movimiento que se hace audible. Es el movimiento de los sistemas: respiratorio, fonatorio, resonador, y articulario (mandíbula, labios y lengua). El movimiento de estos sistemas permite que el habla surja.

La terapia oral-motora puede definirse como el proceso de facilitar el mejoramiento de los movimientos orales (mandíbula, lengua y labios).

El propósito de la misma es establecer experiencias orales satisfactorias para el paciente/cliente. En la terapia los pacientes/clientes son expuestos gradualmente a materiales y técnicas.

La meta principal de la terapia oral motora es facilitar el que mejoren los movimientos orales (mandíbula, labios, lengua).

Actualmente, existen 6 áreas en las cuales se utilizan las técnicas orales motoras:

Terapias de articulación y fonología – la meta es facilitar que mejore el funcionamiento oral para una buena producción de sonidos del habla aislados y en secuencia.

Terapia de disfagia – la meta es facilitar que mejore la función oral para la alimentación (comer) y tragado, cuando esta función se pierde debido a lesiones, dificultades neurológicas o como resultado de una enfermedad.

Terapia en el desarrollo de la alimentación - la meta es facilitar que mejore el

funcionamiento oral para la alimentación (comer), tragado, exploración oral (incluye juego vocálico, tareas pre-lingüísticas), cuando el proceso de desarrollo normal se interfiere por factores congénitos.

Terapia orofacial miofuncional – la meta es facilitar la función oral de manera que se elimine el “tongue thrust”, prevenir el aumento funcional de “open bite”, mejorando el aspecto facial cosmético del paciente y ayudar en la estabilidad de la oclusión correcta. También provee programas para eliminar los hábitos de uso de “bobo” y chupado de pañito, entre otras.

Tratamiento de neurodesarrollo (NDT) – la meta es inhibir actividades reflejas anormales y facilitar patrones normales de movimiento en el cuerpo entero, incluyendo el mecanismo oral.

Terapia integración sensorimotora (SI) – la meta es facilitar la mejor organización y el procesamiento de la información sensorial y el facilitar que mejore la habilidad de relacionar la entrada de información a través de los sentidos de manera que pueda emitir una respuesta adaptativa. Las destrezas oral motoras son adaptativas cuando son usadas para alimentarnos o hablar.

EJERCICIOS Y/O ACTIVIDADES ORAL-MOTORAS

Estimulación lingual

1. Colocar depresor lingual bajo la punta de la lengua y empujar hacia arriba.
2. Hacer cosquillas arriba y abajo, de lado a lado en la punta de la lengua.
3. Coloca depresor en la punta de la lengua, mueve hacia atrás y hacia el frente al lado de la línea media.
4. Hacer cosquillas a los lados de la lengua con el depresor lingual. Comienza de atrás hacia el frente lentamente.
5. Golpea levemente los lados de la lengua con el depresor lingual.

Fortalecimiento lingual

1. Presiona el lado izquierdo de la lengua con el depresor. A la misma vez eleva la lengua. Mantén la posición de 4 a 5 segundos. Repite en el otro lado de la lengua.
2. Coloca tres dedos en la mejilla. Empuja la punta de la lengua contra la parte interna de la mejilla mientras presionas con tus dedos.
3. Presiona la punta de la lengua hacia abajo con el depresor mientras la elevas a la misma vez. Mantén la posición de 4 a 5 segundos.



DESARROLLA TU COGNICIÓN

4. Coloca el depresor lingual bajo la lengua. Hala la lengua hacia arriba mientras empujas hacia abajo con tu lengua. Mantén la posición de 4 a 5 segundos.

Movimiento lingual

1. Coloca mantequilla de maní en una cuchara y/o depresor. Lame la cuchara y/o depresor, doblando la punta de la lengua hacia arriba. Mantén la cabeza firme y deja que la lengua haga su trabajo.
2. Utiliza un depresor lingual para colocar un poco de mantequilla de maní en la punta de la lengua. Lleva la mantequilla de maní a: labio superior, inferior, o dentro de las mejillas.
3. Coloca la punta y lados de la lengua en la parte superior de los dientes. Realiza chasquidos con la lengua. Semeja un caballo galopando.
4. Coloca la punta de la lengua en los alveolos y succiona suavemente hasta producir un sonido como: tsk-tsk-tsk.
5. Coloca la lengua en el paladar mientras elevas y bajas la mandíbula. Debes sentir la lengua estirarse.
6. Saca la lengua y bájala hasta donde puedas.
7. El especialista colocará el depresor lingual en algún lugar dentro y fuera de la

boca. El niño tratará de encontrarlo y tocarlo con la lengua.

8. Esparce mantequilla de maní por tus labios. Trata de limpiar tus labios con la punta de la lengua.
9. Con los labios abiertos, coloca la lengua en los alveolos y sostén la posición por 10 segundos.
10. Practica la producción de sílabas al decir: “tuh, tuh, tuh, tuh, tuh”, “duh, duh, duh, duh”, “nuh, nuh, nuh, nuh, nuh”. Repite varias veces.
11. Coloca un dulce o “cheerio” en la punta de la lengua. Mantén el dulce en la posición mientras cierras los labios. Con la punta de la lengua presiona el dulce contra el paladar hasta que se rompa.
12. Abre la boca. Mueve la punta de la lengua a los alveolos y luego hacia los dientes inferiores.
13. Empuja la punta de la lengua contra el interior de la mejilla derecha. Luego realiza lo mismo con la mejilla izquierda.
14. Toca las esquinas de la boca con la punta de la lengua. Mueve de la esquina derecha a la esquina izquierda.

Fortalecimiento y movimiento de los labios

1. Une los labios y presiona.

Haz una gran sonrisa. Mantén la posición de 4 a 5 segundos. Relájate y repite.

2. Coloca los labios como si estuvieras chupando un limón (fruncir). Mantén la posición de 4 a 5 segundos.
3. Coloca los labios en posición de un beso. Luego cambia a posición de sonrisa. Mueve al frente y atrás varias veces.
4. Frunce los labios y luego colócalos en posición hacia abajo (triste). Repite varias veces.
5. Sostén un depresor lingual entre los labios. Mantén la posición de 4 a 5 segundos.
6. Coloca los labios unidos fuertemente. Luego los separas con fuerza produciendo sonido. Repite varias veces.
7. Practica soplando una bola de algodón sobre una mesa, utilizando un sorbeto firme en los labios. Repite varias veces.
8. Llena las mejillas de aire. Luego mueve el aire de un lado al otro de las mejillas.
9. Chupa jugo de un sorbeto con varias curvas. Repite varias veces.

Repite los ejercicios varias veces hasta que el paciente/cliente domine los mismos.



La VOZ de la experiencia

Llegando a la meta

Por: Wanda Cora

La vida está llena de metas a seguir, por eso cada ser humano se fija unas a corto y largo plazo. Lo importante es fijárselas, pero, ¿por qué es importante fijarse metas? Las metas son parte de nuestra vida diaria, ya que todos nos proyectamos hacia el futuro al desear algo en específico. La satisfacción al alcanzar una meta es indescriptible.

Una de mis metas era poder entrar a la Universidad y lo logré. Al inicio de esta nueva experiencia en mi vida, el mundo universitario, fue un cambio muy significativo, pero no difícil de llevar.

Seleccioné la Universidad Interamericana de Puerto Rico, Recinto de Ponce para continuar este arduo camino hacia una de mis metas, completar un Bachillerato en Terapia del Habla y Lenguaje. Sin embargo, esta no fue mi primera experiencia universitaria, ya que estudié un Grado Asociado en Sistemas Administrativos de Oficina en el Instituto Tecnológico de Puerto Rico, Recinto de Guayama.

No obstante, emprender un nuevo camino hacia la profesión que hace mucho tiempo sentí como mi vocación apenas iniciaba para ese entonces.

Hoy veo como estos cuatro años de estudio han pasado rápidamente y ya estoy por graduarme. Lo cual es el comienzo de una nueva etapa en

mi vida que me emociona y me llena de motivación para continuar con mis estudios en un futuro. Sé que con empeño y dedicación lo lograré.

En el transcurso de este tiempo me ha tocado madurar, aprender y desarrollarme como ser humano y profesional. El saber que tanto yo como mis compañeros de estudio estamos a sólo un paso más cerca de la graduación me llena de expectativas y de orgullo al estar por materializar esta meta.

Debemos estar conscientes que sin importar las circunstancias u obstáculos que nos quieran limitar está en ti procurar que no opaquen el objetivo que te has propuesto. La vida está llena de sueños los cuales son una meta a seguir si nos lo proponemos. A veces pensamos que son imposibles cuando ni siquiera lo hemos intentado. No debemos rendirnos antes de poder hacerlo, cumplir nuestras metas.





GRAMÁTICA Y ORTOGRAFÍA

Debes saber que...



HALLA



Es de encontrar

■ ■ HAYA ■ ■

Es de haber

ALLÁ



Es de lugar



AIGA

NO existe



GRAMÁTICA Y ORTOGRAFÍA

Sabías que...

Por qué

Introduce oraciones interrogativas y exclamativas

Por qué dices eso?

Por que

Equivale a por el cual o la cual

La puerta **por que** entro.

La puerta por (la) que entro.

Porque

Conjunción que explica la causa de algo. Responde preguntas.

Porque es diferente.

Porque me siento bien.

Porqué

Equivale a la causa, motivo o razón que antecede a un artículo.

He ahí el **porqué**.





IDEAS

La cajita de los sonidos

Materiales:

- Cajita
- Hilos de colores y diferentes tamaños
- Tijera

Procedimiento:

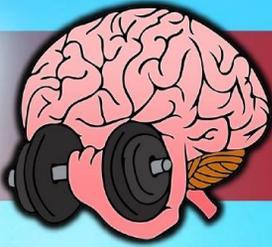
- Se le harán perforaciones a la tapa de la cajita.
- A través de cada perforación pasarás un hilo y por la parte de adentro haces un nudo al hilo

Función:

- A medida que el niño hale el hilo deberá sostener el sonido meta hasta que el hilo se detenga.

Esta terapia se puede utilizar para niños con problemas de voz, tartamudez, problemas de articulaciones, entre otras.





EJERCITA TU MEMORIA

1 La tráquea se divide en _____ bronquiales

- A. dos tubos
- B. tres tubos
- C. cuatro tubos

2 Músculo más importante de la respiración

- A. intercostales internos
- B. intercostales externos
- C. diafragma

3 Músculos respiratorios más importantes para el habla

- A. intercostales internos
- B. intercostales externos
- C. diafragma

4 ¿Cómo se llama el espacio entre las cuerdas vocales?

- A. epiglotis
- B. glotis
- C. tráquea

5 La laringe es un:

- A. cartílago
- B. músculo
- C. fibrocartílago
- D. hueso





ONDAS DE AMOR

Segunda Confraternización de Estudiantes de THL



Durante la confraternización nos visitaron estudiantes de THL del Recinto de Fajardo. A su vez, se unieron a participar estudiantes de los programas de Terapia Física y Ocupacional. En dicha confraternización se ofreció un taller titulado:

Cómo Identificar Alteraciones Sensorimotoras en Niños de 0-21 Años.

Por la Lcda. Grelaine Rodríguez, PHL



ONDAS DE AMOR

PRIMER ENCUENTRO ESTUDIANTIL INTERUNIVERSITARIO DE CREACIÓN Y DESARROLLO PROFESIONAL DE OPPHLA



Esta actividad fue auspiciada por la Organización Puertorriqueña de Profesionales del Habla, Lenguaje y Audición. La misma buscaba promover la creatividad de los estudiantes en el área.

Asociación de Estudiantes de TERAPIA DEL HABLA Y LENGUAJE

Misión:

La Asociación de Estudiantes de Terapia del Habla y Lenguaje tiene como misión; brindar a los estudiantes herramientas necesarias para ser líderes dentro de su área de especialidad. Promover la exposición a experiencias en la comunidad que fortalezcan sus valores, principios éticos y morales; formando profesionales sensibles y competentes.

Visión:

Formar estudiantes líderes, sensibles, empáticos y educados que puedan colaborar con la comunidad, compañeros y facultad de la universidad en actividades relacionadas a terapia del habla y lenguaje y promoción de la salud.

Lema:

Preparando profesionales
competitivos y sensibles.

