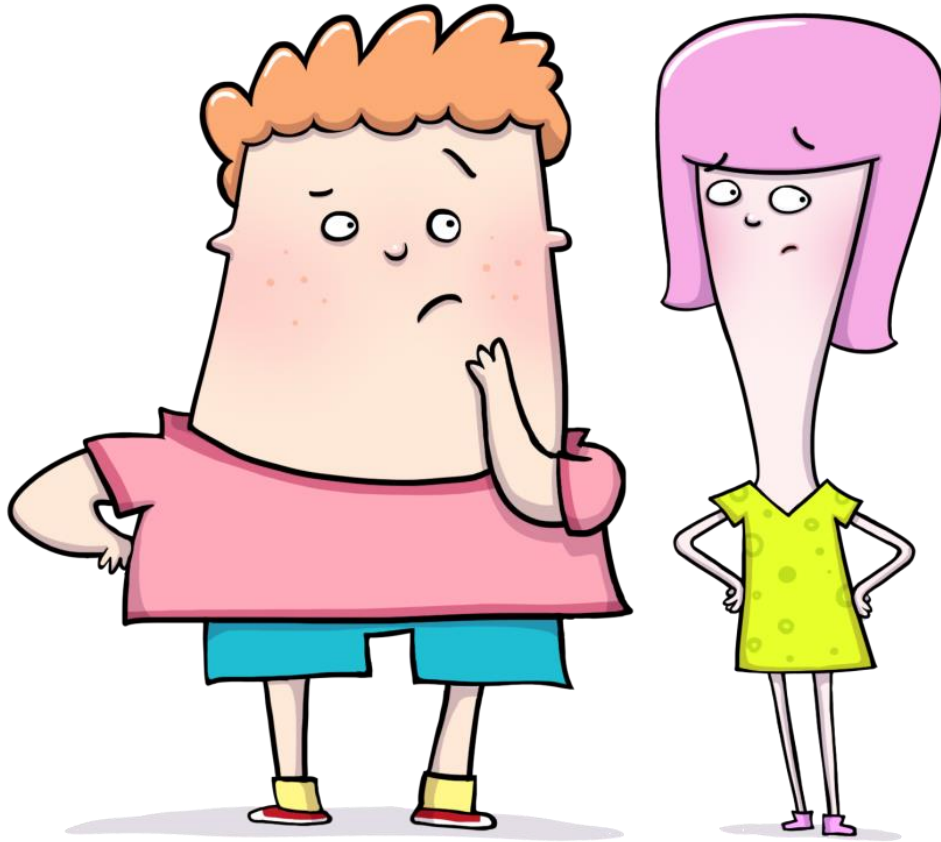




TERAPIA MIOFUNCIONAL

Praxias BLABLA

<http://www.logopediasanchinarro.es>



TERAPIA MIOFUNCIONAL: PRAXIAS BLABLA

El material presentado a continuación pretende ser una herramienta complementaria para el profesional que quiera optimizar la funcionalidad de los órganos bucofonadores para:

- Establecer un patrón respiratorio adecuado
- Higiene respiratoria
- Cierre labial en posición de reposo
- Intervención de deglución atípica

Es el profesional el que debe seleccionar y aplicar las praxias dentro de su programa terapéutico. En los casos de trastornos del habla, será imprescindible el trabajo de:

- PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS AUDITIVO DE LOS SONIDOS DEL HABLA
- CONTRASTES FONÉTICOS
- APOYOS VISUALES
- TRABAJO MODO Y PUNTO DE ARTICULACIÓN
- SONIDO AISLADO, EN SÍLABA, PALABRA Y FRASE

Praxias orofaciales



Objetivos

PRAXIAS SOPLO Y RESPIRACIÓN

PRAXIAS LABIALES

PRAXIAS LINGUALES

PRAXIAS MANDIBULARES

PRAXIAS VELO DEL PALADAR

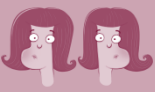
IMPORTANTE: este material propone distintas praxias orofaciales encaminadas a optimizar la funcionalidad de los órganos deglutorios y bucofonatorios.

Es imprescindible que el profesional seleccione cuidadosamente los ejercicios concretos en función del paciente, ya que este requerirá de unos u otros según sus características.

Los ejercicios propuestos se realizarán en sesión con el profesional para entrenar el modo de realizarlos pero, para que tengan repercusión, deben realizarse con frecuencia e incorporarse a la rutina diaria.

Objetivos concretos de cada lámina



Imagen	Título	Aplicación
	ESPIIRACIÓN NARIZ / HIGIENE NASAL	Enseñar al niño a sonarse la nariz para promover respiración nasal Establecer respiración nasal
	INSPIRACIÓN NASAL/ ESPIRACIÓN BUCAL	Respiración nariz-boca Regular cantidad de aire expirado
	SOPLO NARIZ BOCA	Respiración nariz-boca Regular cantidad de aire expirado
	SOPLO PAJITA/VOZ	Hidratación y relajación de la musculatura fono-respiratoria Higiene vocal
	ORBICULAR	Control de la musculatura orbicular
	CIERRE LABIAL	Promover respiración nasal Control babeo
	CIERRE LABIAL. LABIOS ESTIRADOS, LABIOS EN PROTUSIÓN	Control de la musculatura orbicular Promover respiración nasal
	CIERRE LABIAL / FUERZA MEJILLAS	Promover respiración nasal Cierre labial

Objetivos concretos de cada lámina



Imagen	Título	Aplicación
	MOVILIDAD LINGUAL	Propiocepción lingual y labial Amplitud y control movimiento lingual
	MOVILIDAD Y PRECISIÓN LINGUAL	Punto articulatorio l/r/d Punto deglutorio
	MOVILIDAD LINGUAL	Amplitud y control movimiento lingual
	ESTRECHAR/AMPLIAR LENGUA	Propiocepción y control lengua Ensanchamiento para el trabajo de deglución y fonemas linguopalatales
	MOVILIDAD LINGUAL	Funcionalidad velo sublingual Control lengua deglución
	PROPIOCEPCIÓN ÁPICE LINGUAL	Propiocepción ápice lingual Control lengua
	MOVILIDAD LINGUAL	Control lingual deglución
	MOVILIDAD VELO DEL PALADAR	Control velo del paladar Relajación musculatura orofacial
	MOVILIDAD VELO DEL PALADAR	Control velo del paladar Relajación musculatura orofacial

Praxias orofaciales



2 Procedimiento

Todas las láminas incluyen dos propuestas:

- **Cara A - Praxia en sesión.** Encontrarás la praxia explicada para comprender cómo debemos hacerla, ejecutarla e integrarla. Cuando nos aseguramos que el niño es capaz de realizarla correctamente pasamos a la cara B.
- **Cara B - Propuesta para casa.** En el reverso encontrarás ideas y materiales para promover la realización diaria de la praxia en casa.

(Sólo una práctica personalizada y frecuente tendrá repercusión a nivel muscular).

Praxias orofaciales



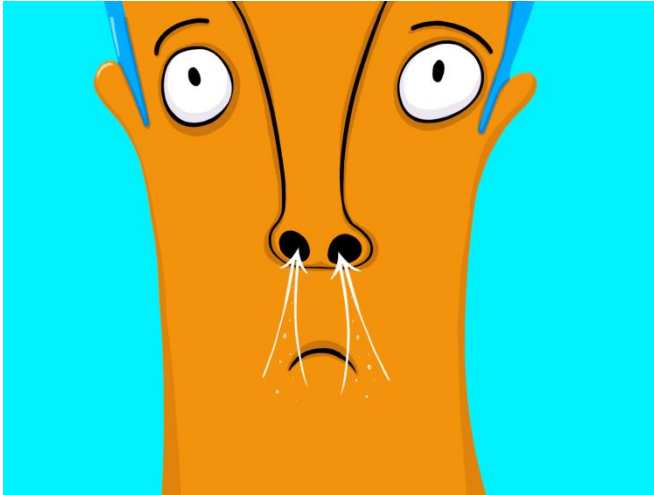
3 Materiales

Para todas las praxias:

Espacio amplio, suelo y mesa libres de distractores y mucha, mucha imaginación

- Confeti, plumas, hojas, pelotitas de ping-pong, pompero, pajitas de refresco de papel
- Botella de agua transparente, bebidas variadas como zumo, batido, leche, agua...
- Barra de labios, lápiz, cronómetro
- Tijeras, máquina de hacer agujeros, lana

ESPIRACIÓN NARIZ / HIGIENE NASAL



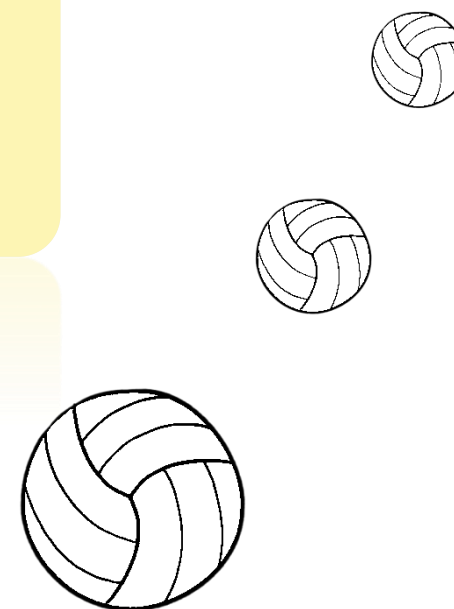
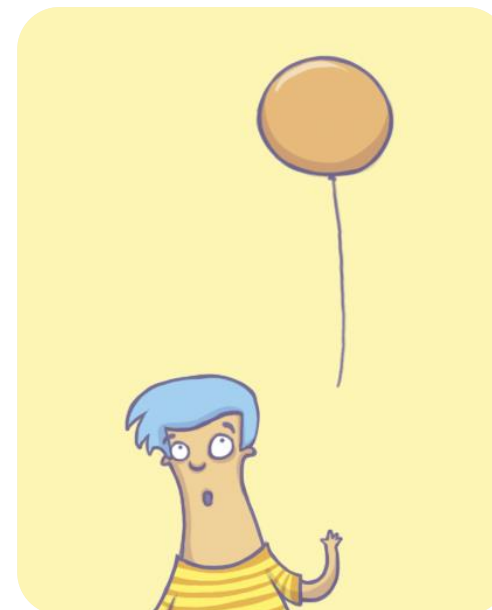
A Rubén le encanta el confeti, y más aún si lo puede hacer volar. Toma un poco de confeti, apriétalo bien fuerte dentro de la mano, inspira profundamente por la nariz, abre la mano y haz salir tan fuerte como puedas el aire por la nariz. Verás como vuela .



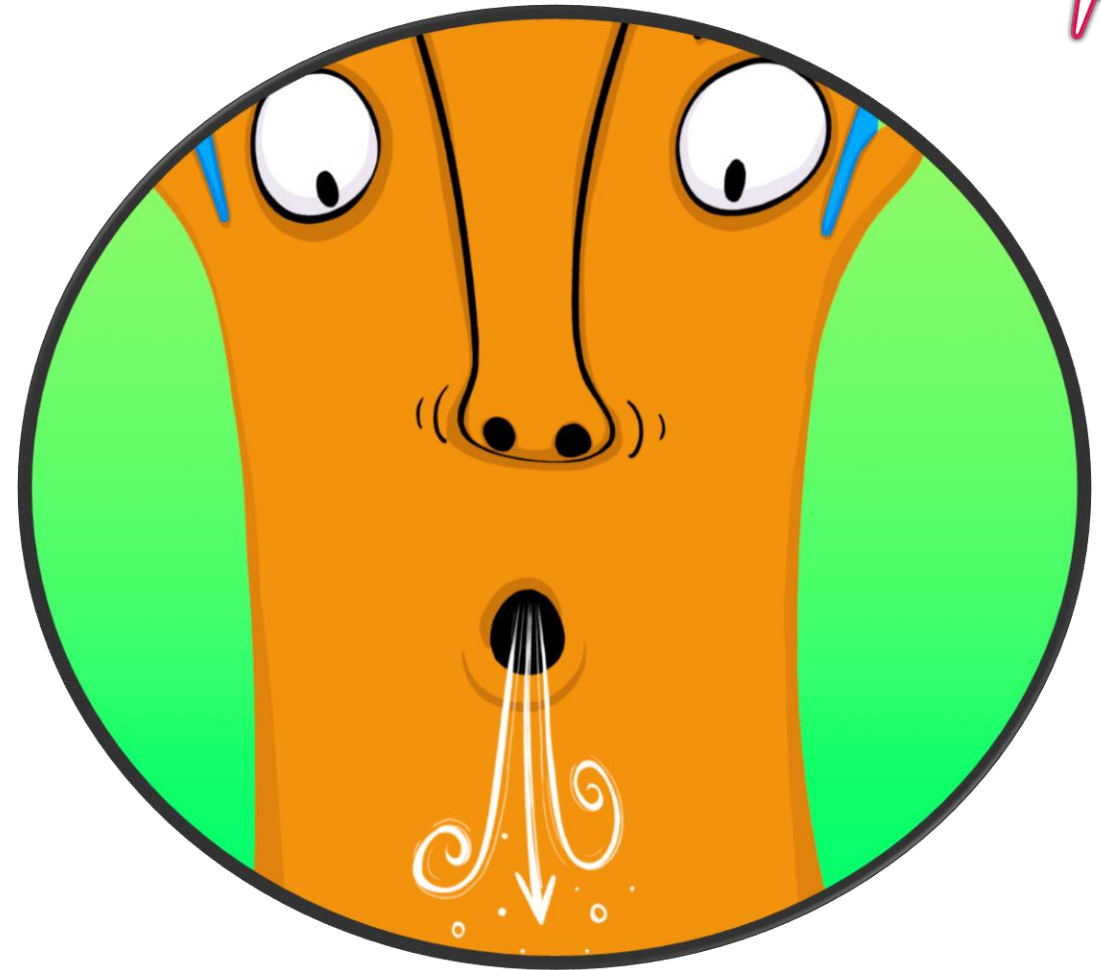
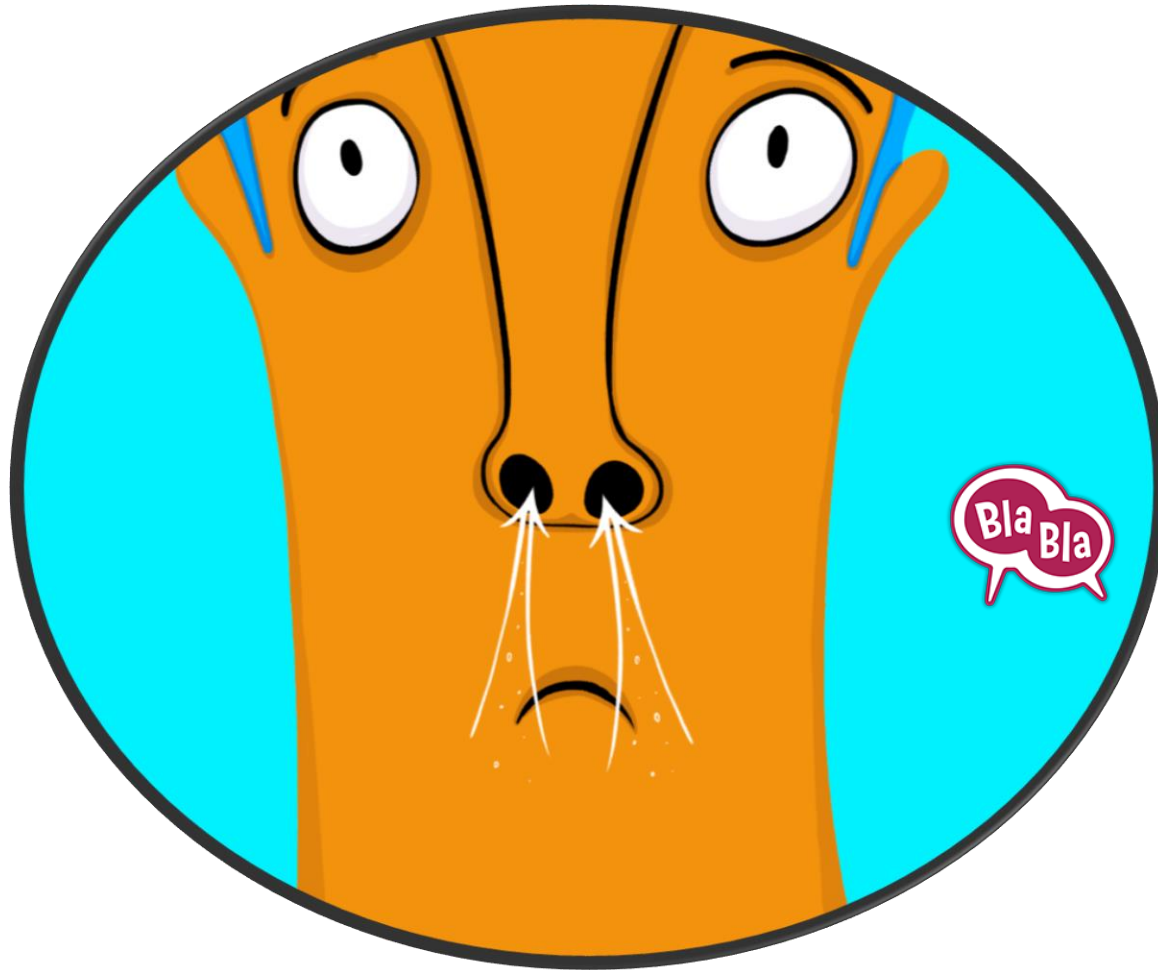
ESPIRACIÓN NARIZ / HIGIENE NASAL

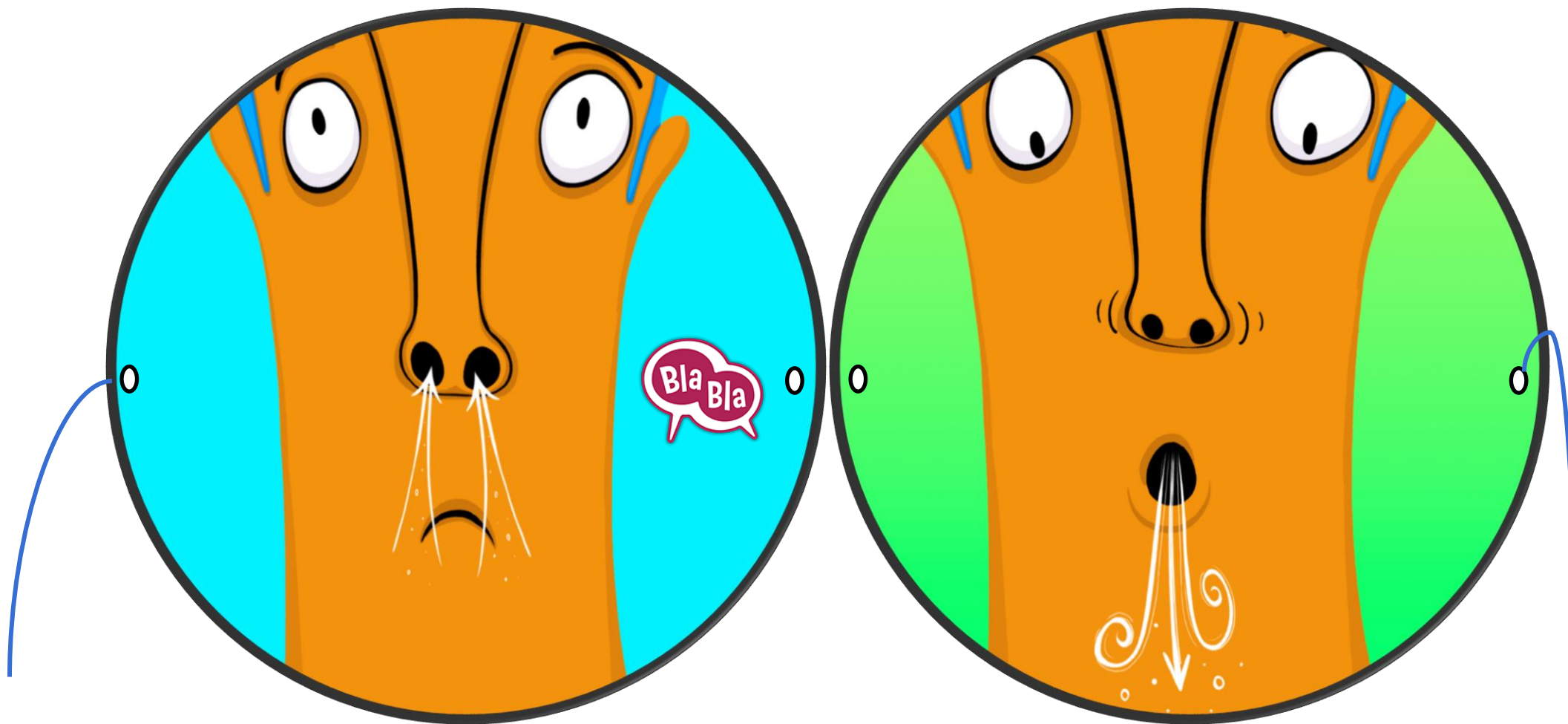


Prueba con otras cosas que puedan moverse con el aire como, por ejemplo, plumas, trocitos de papel higiénico, pelotitas de ping-pong, hojas del parque... Haz 5 intentos con cada una de ellas.



<http://www.logopediasanchinarro.es>





Recorta las medallas, dóblalas para que queden una detrás de la otra y átales una cuerdecita para hacerlas girar.

Practica la respiración nariz-boca unas cinco veces al día.

<http://www.logopediasanchinarro.es>

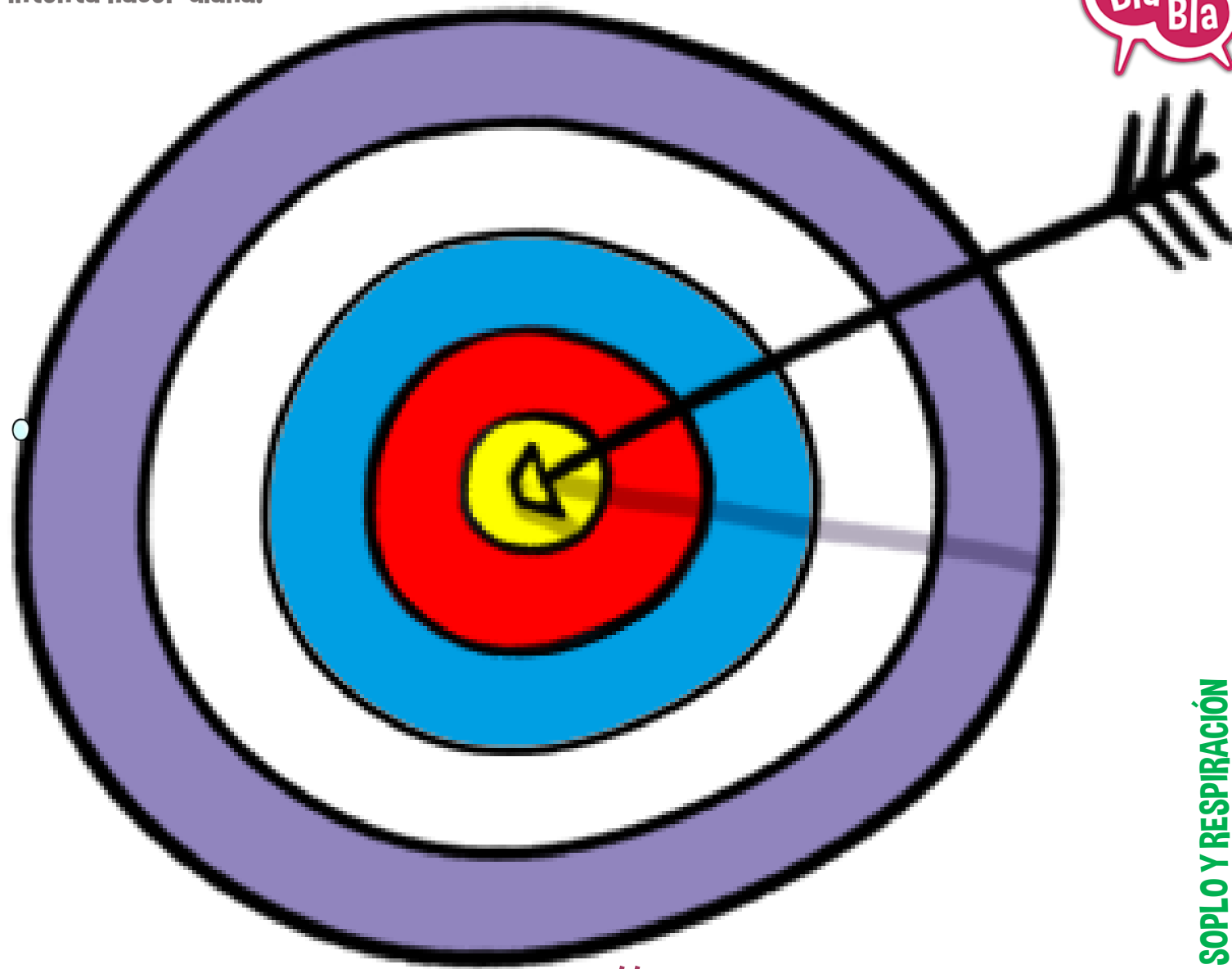
SOPLO NARIZ BOCA

Dejamos entrar el aire por la nariz hasta nuestra barriga con la boca cerrada y, después, soplamos el pompero. Podemos hacer pompas grandes o pequeñas, muchas o poquitas, hacia el cielo o a ras de suelo... Juega para descubrir cómo.



SOPLO NARIZ BOCA

Imprime la diana. Ahora deja entrar el aire por la nariz e intenta hacer diana.
Gana quien consiga tocar el centro con más pompas.



SOPLO CON PAJITA / VOZ



Dejamos entrar el aire por la nariz hasta nuestra barriga, con la boca cerrada, y después soplamos a través de la pajita haciendo burbujas en el agua. Mientras soplas pueden intentar cantar tu canción favorita. Atención, vamos a graduar la cantidad de aire y de burbujas según lo que nos indique el profesional y los objetivos de trabajo.



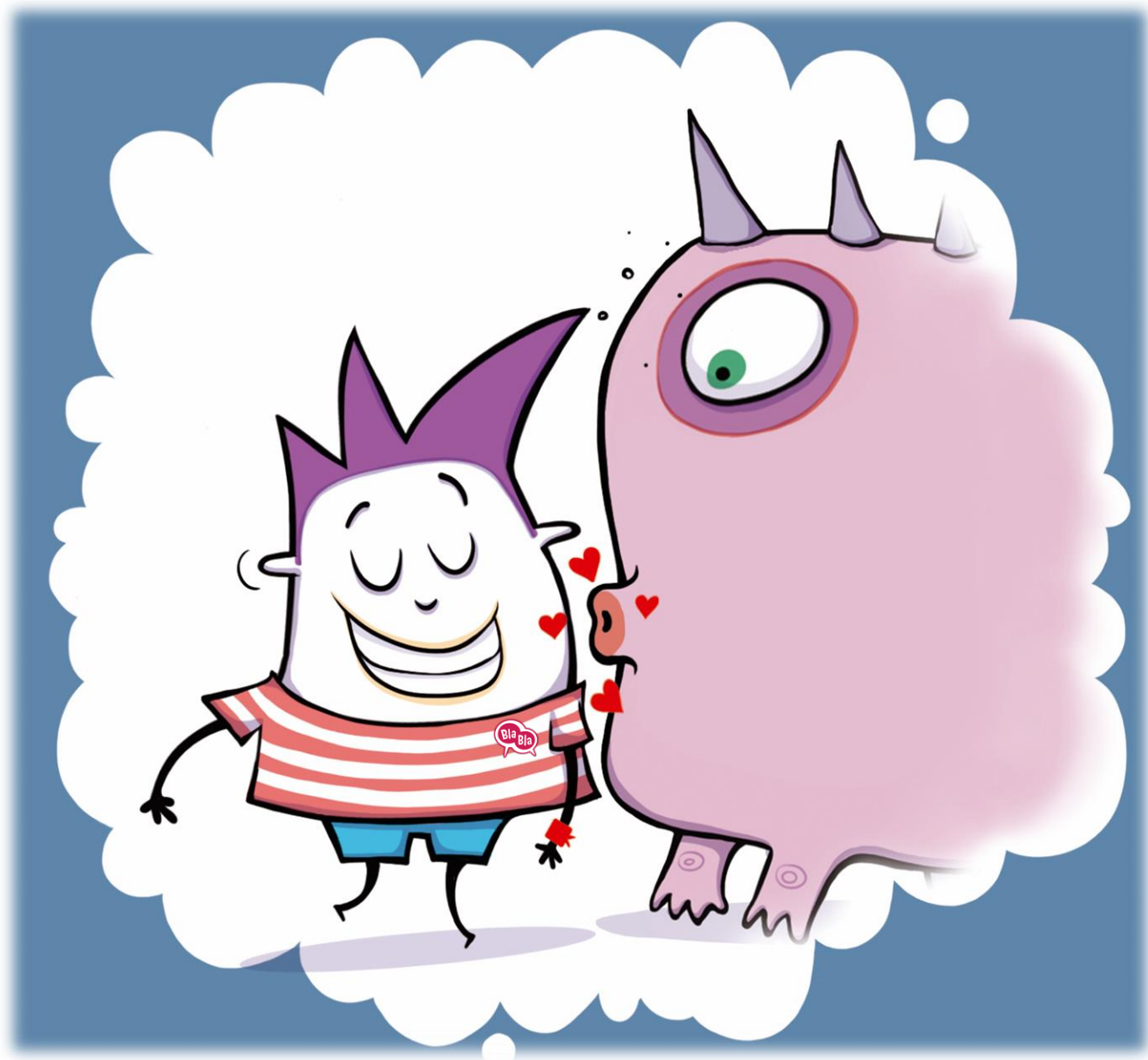
Preparamos un guateque en casa utilizando vasos con bebidas de distintos colores. Cada vaso tendrá una pajita de papel por la que vamos a soplar con distintas cantidades de aire y de líquido.

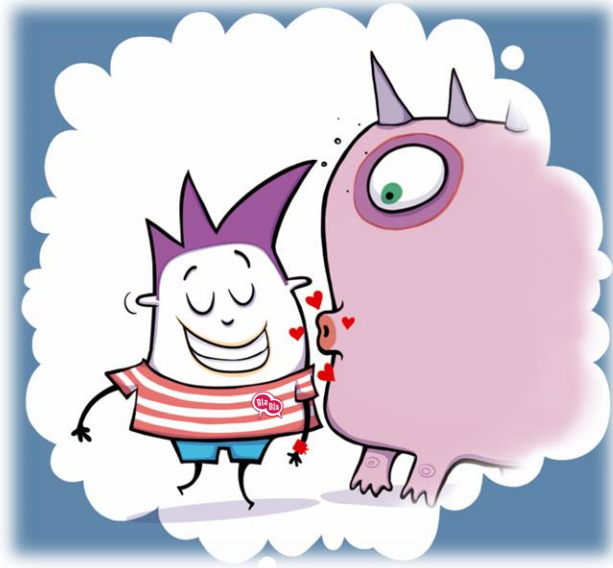
¿Crees que las burbujas serán diferentes en cada uno de los vasos? Ahora pondremos una canción con cada vaso. ¡Pruébalo!



ORBICULAR

A Tití le encantan los besos de Monstruito Morritos. Hacen muuuucho ruido y son muy mimosos. ¿Sabes dar besitos silenciosos? ¿Y ruidosos? Vamos a experimentar dando besos con los morritos bien cerrados.

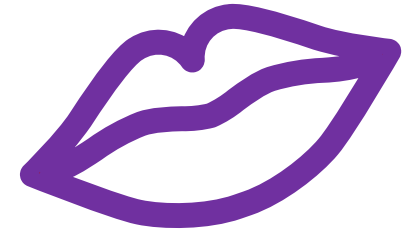
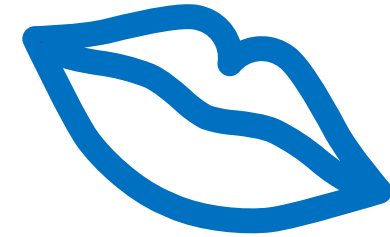
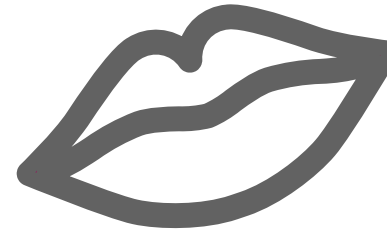
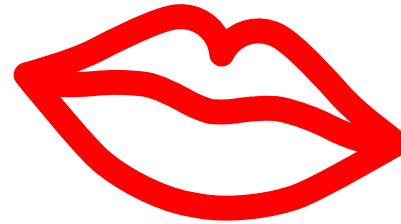
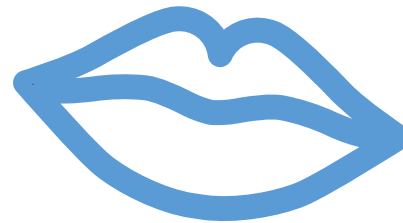
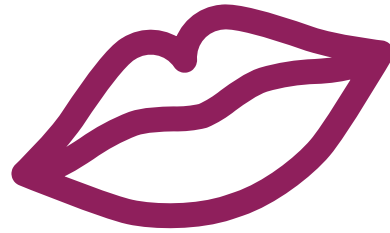




Estos besos son para que los repartas por casa, por cualquier lugar, así que escóndelos bien. Cada vez que alguien encuentre uno, tendréis que daros un beso como los del Monstruo Morritos, ¡bien sonoro y cariñoso!

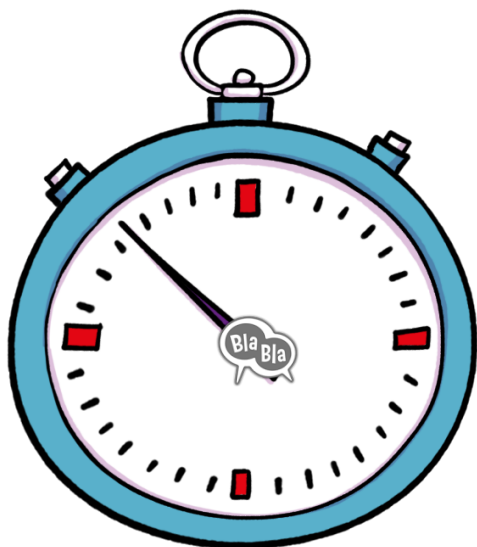


Si os pintáis los labios con carmín será mucho más divertido. Imagina la cara del abuelo llena de besos...



CIERRE LABIAL

Vamos a sostener un lápiz entre los labios. No vale utilizar los dientes. Coloca el lápiz por delante de los dientes y entre los labios con la presión justa. Cronómetro en mano, veremos cuál es la mejor de nuestras cuatro marcas.

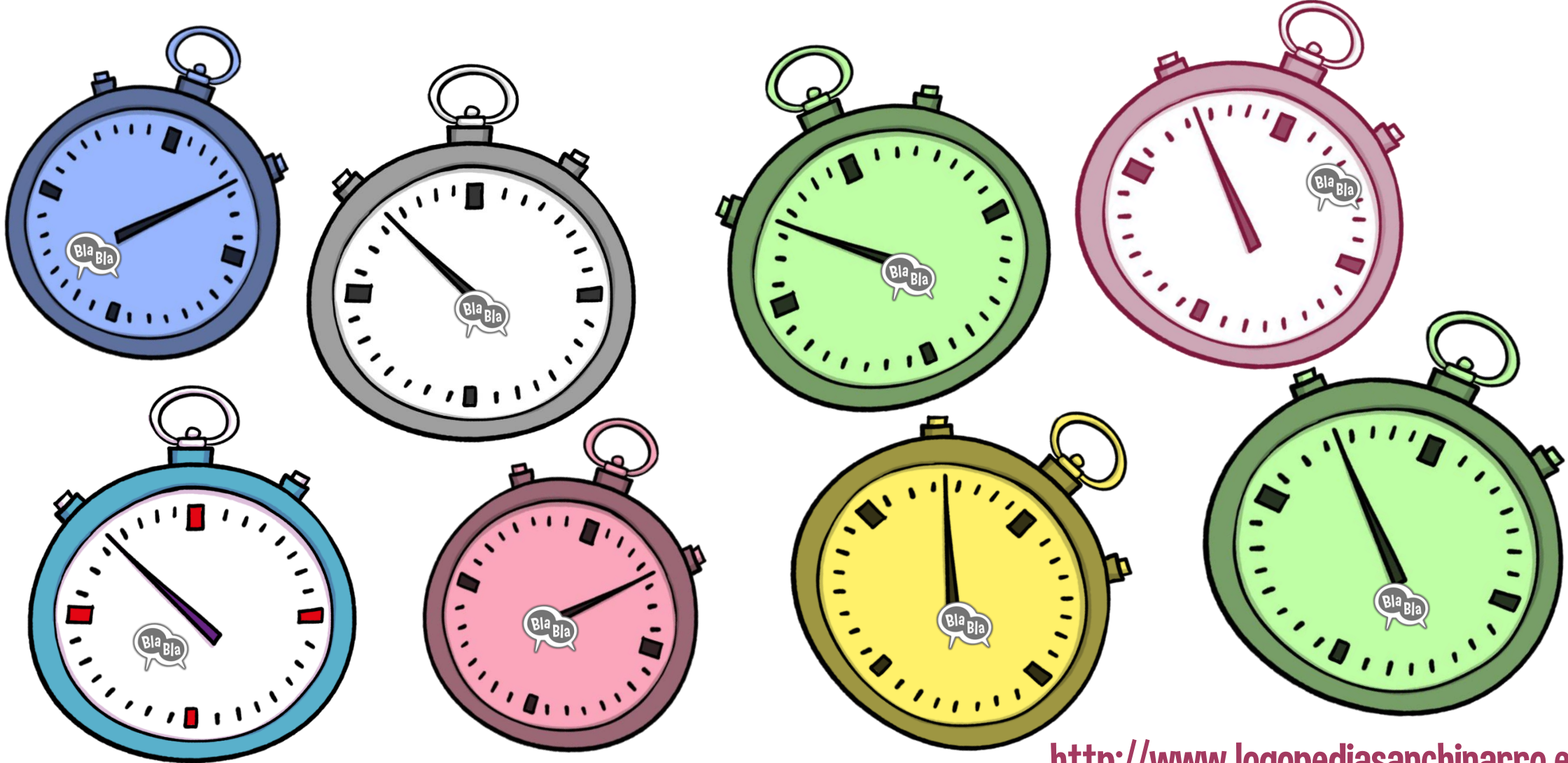


<http://www.logopediasanchinarro.es>

CIERRE LABIAL

Colocamos estos cronómetros en sitios estratégicos de la casa. Cuando el niño los encuentre tendrá que hacer el ejercicio de sostener algún elemento entre los labios, sin utilizar los dientes, durante el tiempo que marquemos.

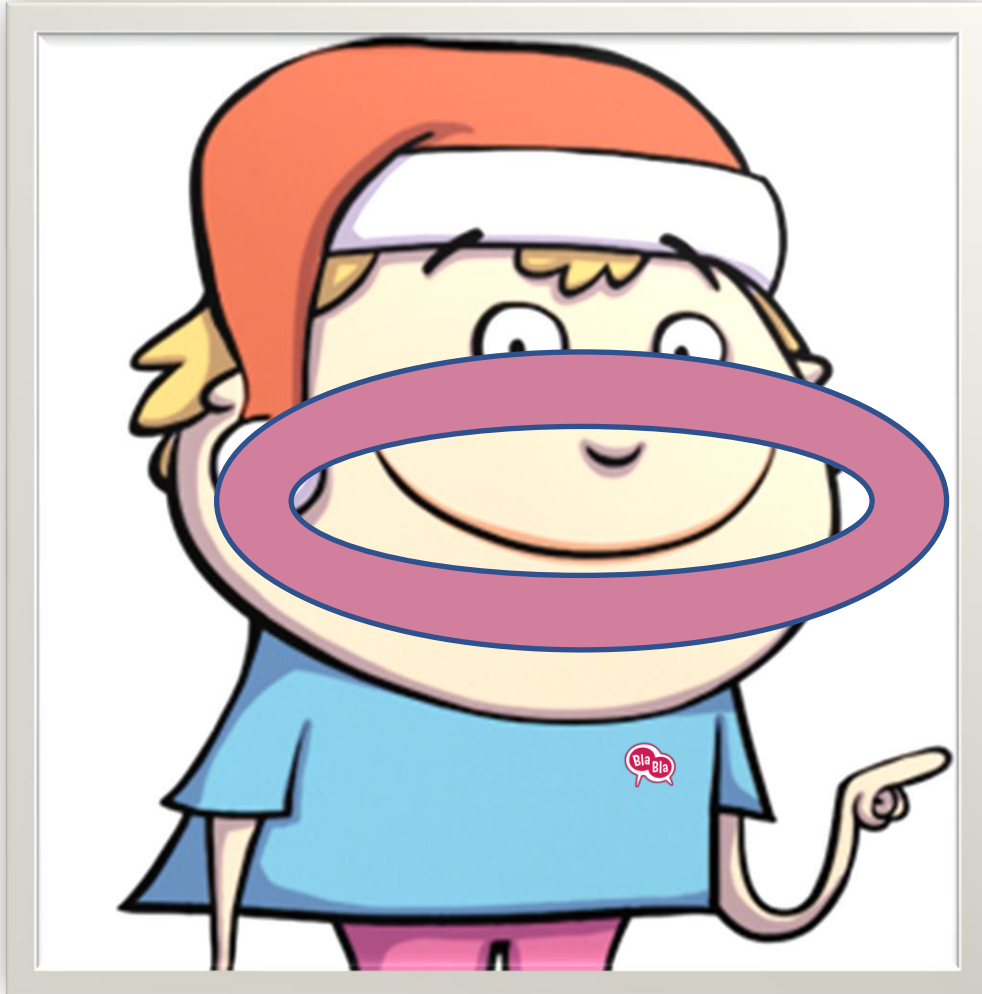
Por ejemplo: sostener el lápiz mientras ve la tele, el cepillo mientras se lava los dientes, la lista de la compra cuando estamos en el súper...



<http://www.logopediasanchinarro.es>

CIERRE LABIAL. LABIOS ESTIRADOS, LABIOS EN PROTUSIÓN

Haz una gran sonrisa sin enseñar los dientes, es decir con los labios cerrados

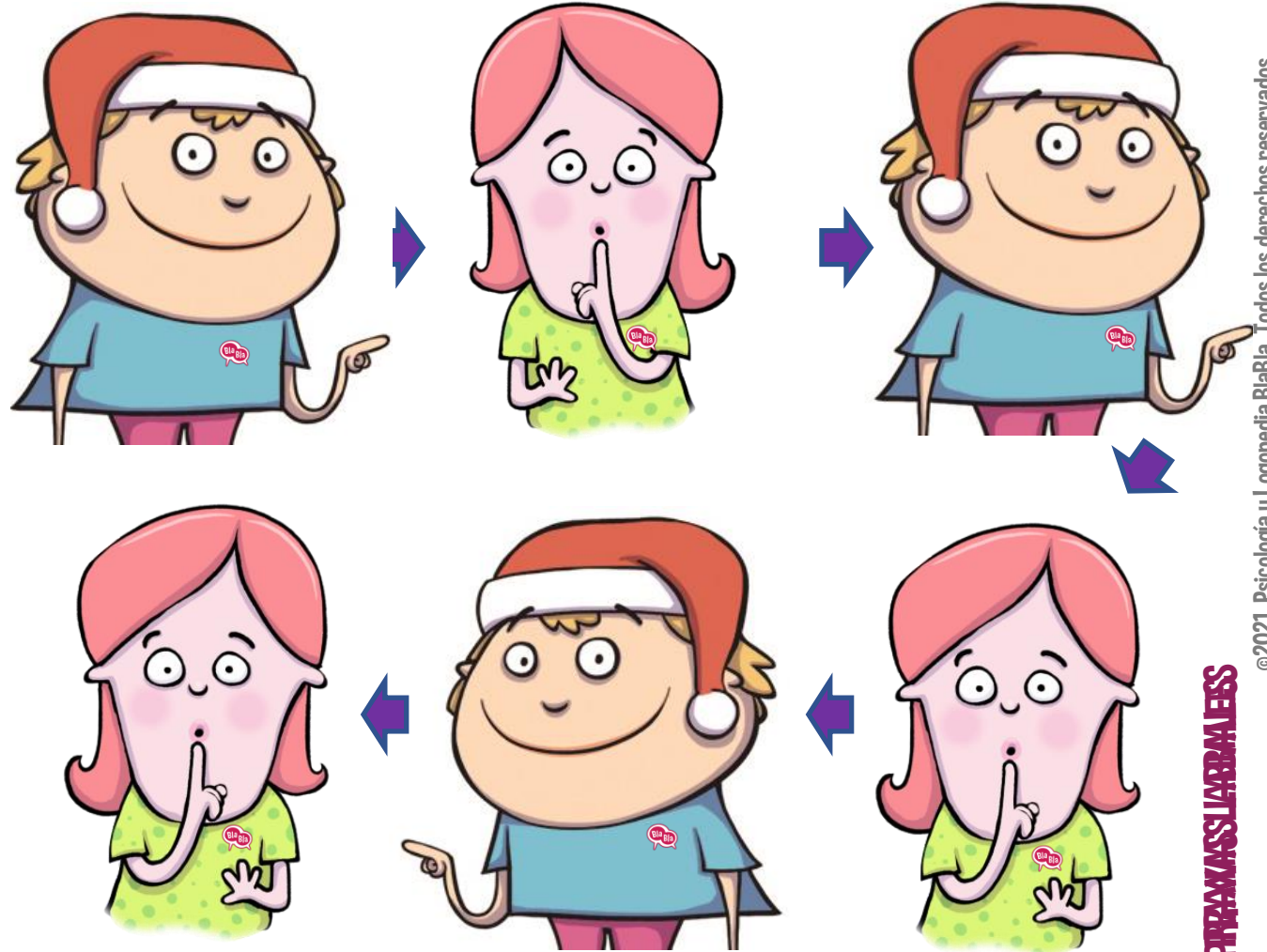
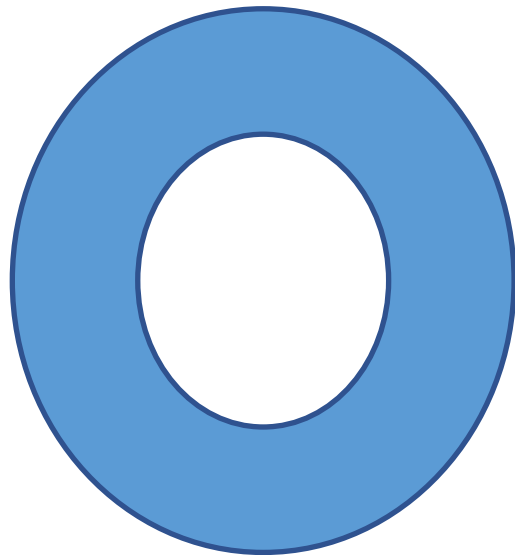
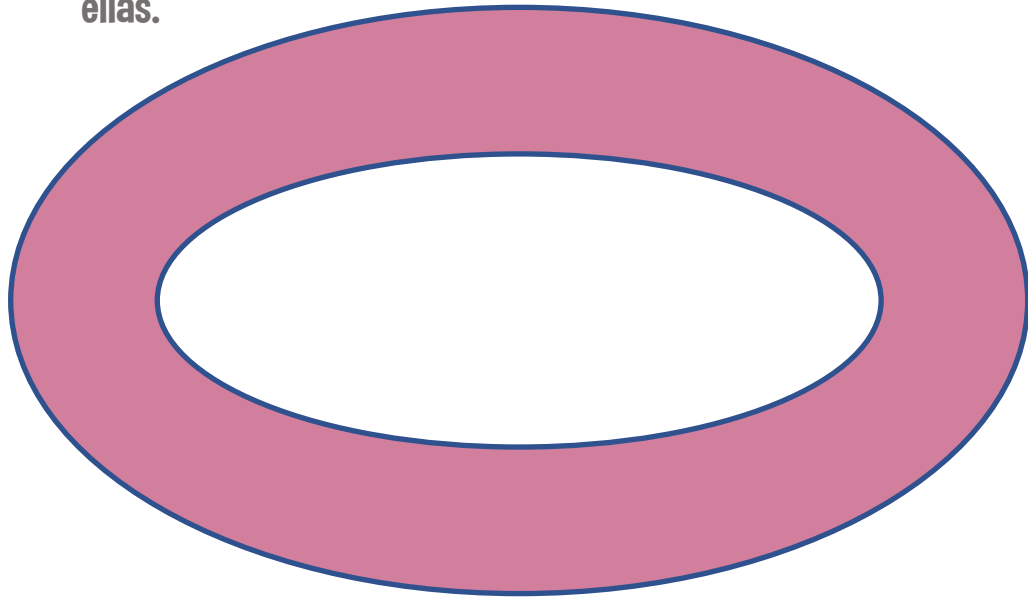


Y ahora unos morritos que puedas meter en el tapón de una botella



CIERRE LABIAL. LABIOS ESTIRADOS, LABIOS EN PROTUSIÓN

Alternamos entre una preciosa sonrisa y los labios cerrados con morritos. Pega estas plantillas en el espejo y mira tus labios dentro de ellas.



CIERRE LABIAL / FUERZA MEJILLAS

Hinchamos un carrillo y el otro alternativamente sin que se escape nada de aire por la boca. ¡Ciérrala bien!



CIERRE LABIAL / FUERZA MEJILLAS

Frente al espejo del baño, pon las manos sobre tus mejillas e intenta que se muevan con la fuerza del aire dentro de tu boca.



MOVILIDAD LINGUAL

Atención al osito glotón. Le encanta comer miel, pero siempre se mancha los morritos y los tiene que relamer una y otra vez dibujando círculos con su lengua alrededor de los labios.



MOVILIDAD LINGUAL

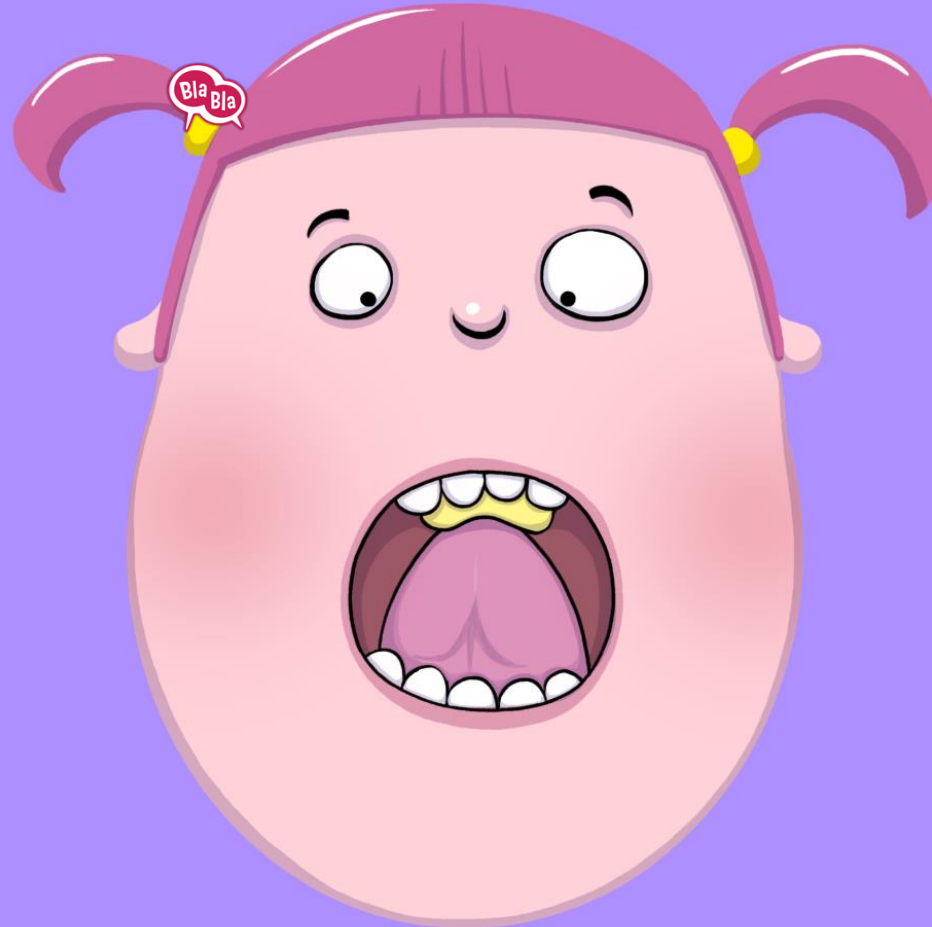
En casa podemos hacer lo mismo con los alimentos que a ti te gusten. Por ejemplo chocolate, yogurt, queso de untar, ketchup... Busca por tu cocina a ver qué cosas puedes encontrar.



<http://www.logopediasanchinarro.es>



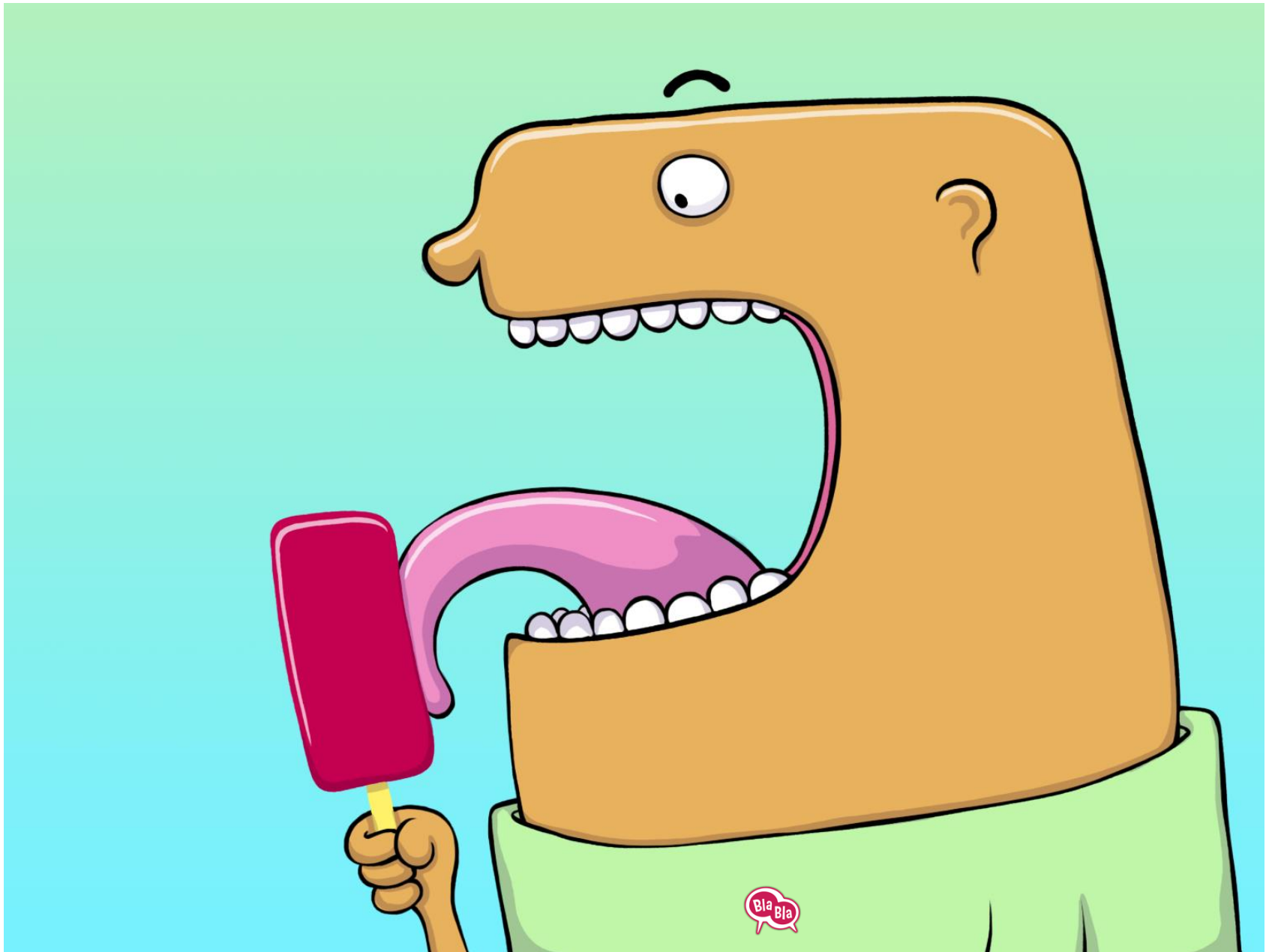
Coje un gusanito, un trocito de pan o de caramelo blando y colócalo en las arrugitas de la lengua. Sujétalo con la puntita/dorso anterior de la lengua y mantenlo en esa posición. Mientras lo sostienes prueba a decir los sonidos l/r/d bien largos.

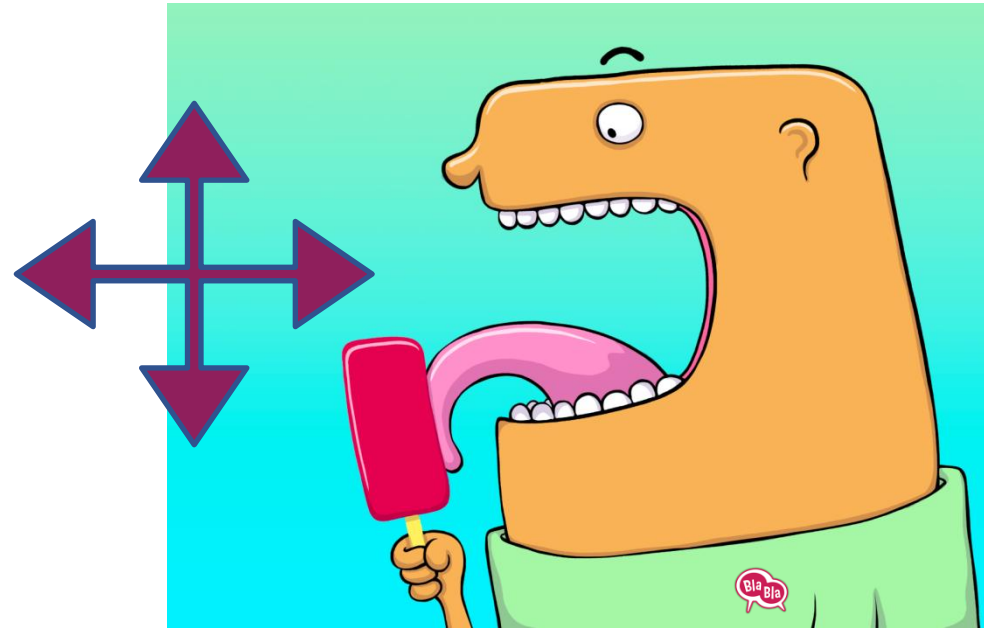




Sostenemos el pedacito 3 veces y después dejamos caer la lengua hasta los pies.
Si el objetivo de trabajo es articulatorio debes decir el sonido objetivo bien largo.

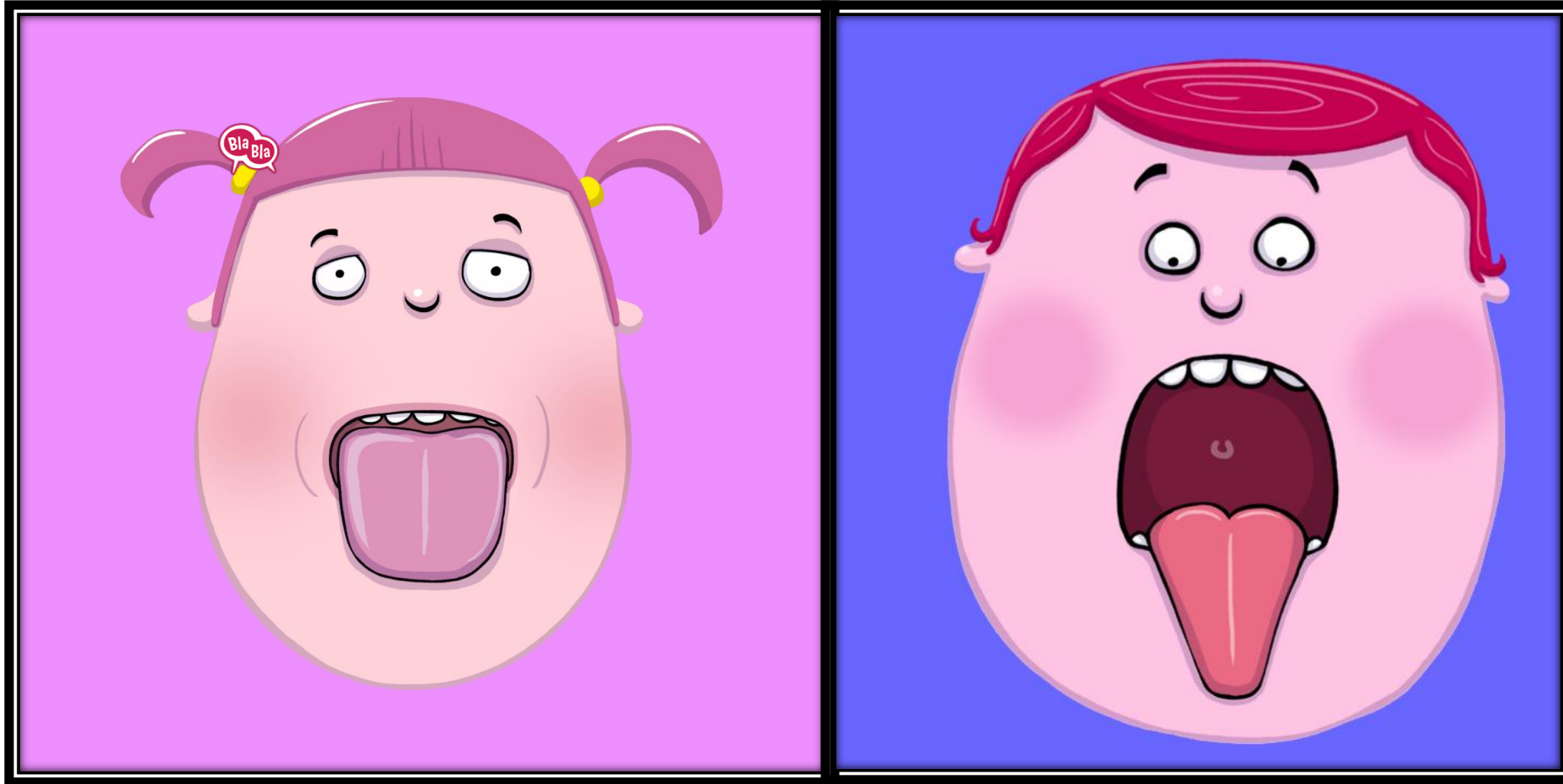
Chupa tu helado favorito de abajo a arriba. Seguro que no hace falta que te diga que lo tienes que hacer unas cuantas veces, ¿verdad?





Cada vez que comas un helado o piruleta, vamos a jugar a ponerlo a los lados de la boca, cerca de la barbilla y en la nariz, a ver si logramos tocarlo con la puntita de la lengua.

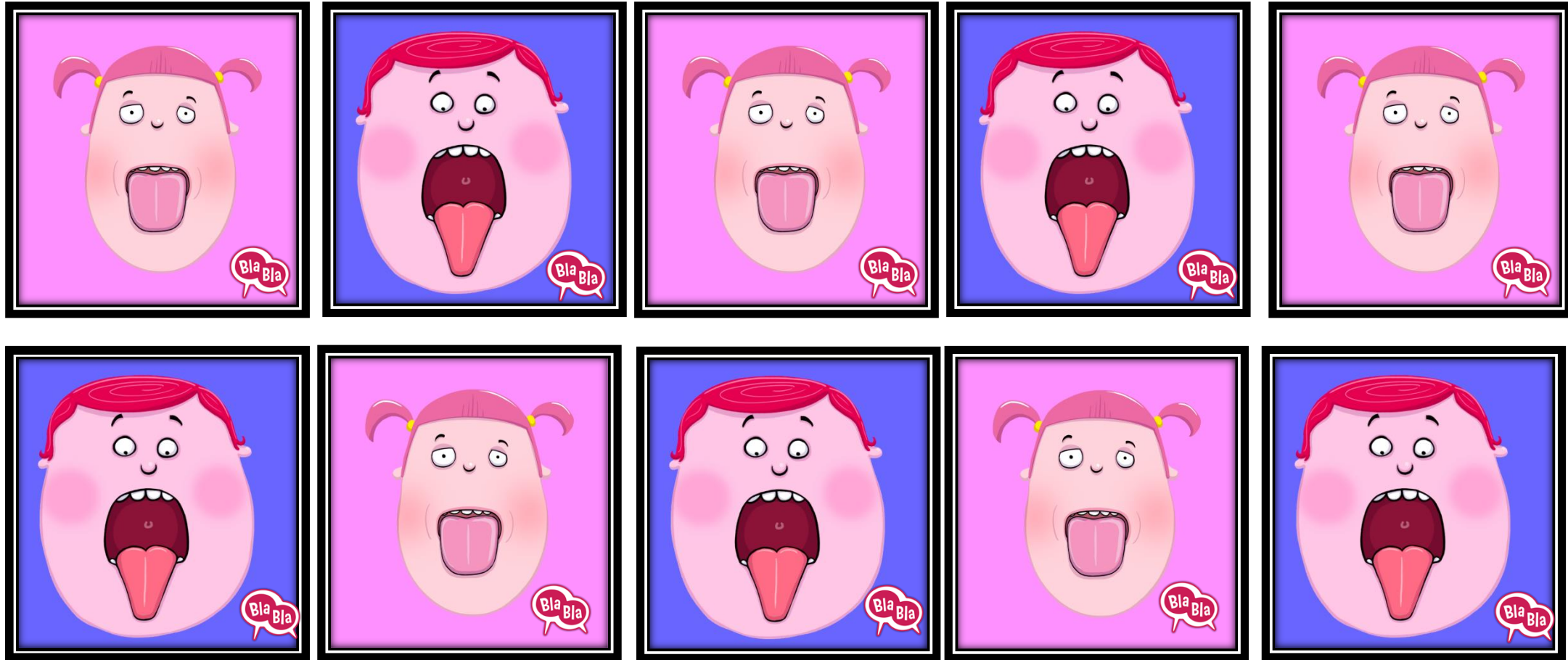
<http://www.logopediasanchinarro.es>



Delante de un espejo vamos a jugar a poner la lengua muy, muy gordota, relajada y ancha. Todo el cuerpo tiene que estar relajado, como caído y desparramado.

Ahora ponemos la lengua estrecha, finita ,finita. Todo el cuerpo estará como un palo.

ESTRECHAR/AMPLIAR LENGUA

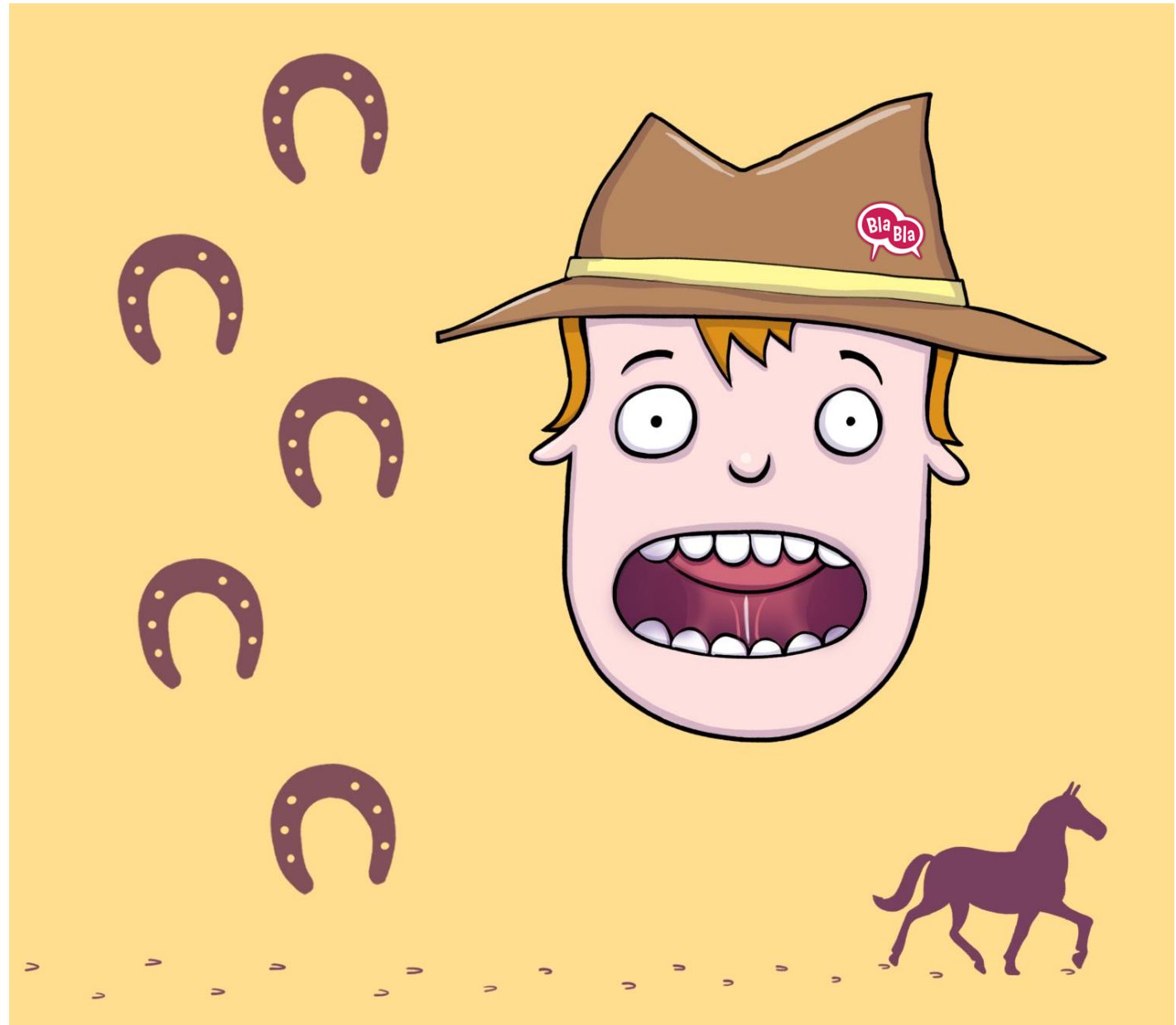


Recorta y coloca todas las cartas boca abajo sobre la mesa. Iremos levantando una a una y colocando la lengua tal y como se ve en el dibujo. Tienes que colocarte un espejo o una pantalla delante para comprobar que tú y tu compañero lo hacéis bien.

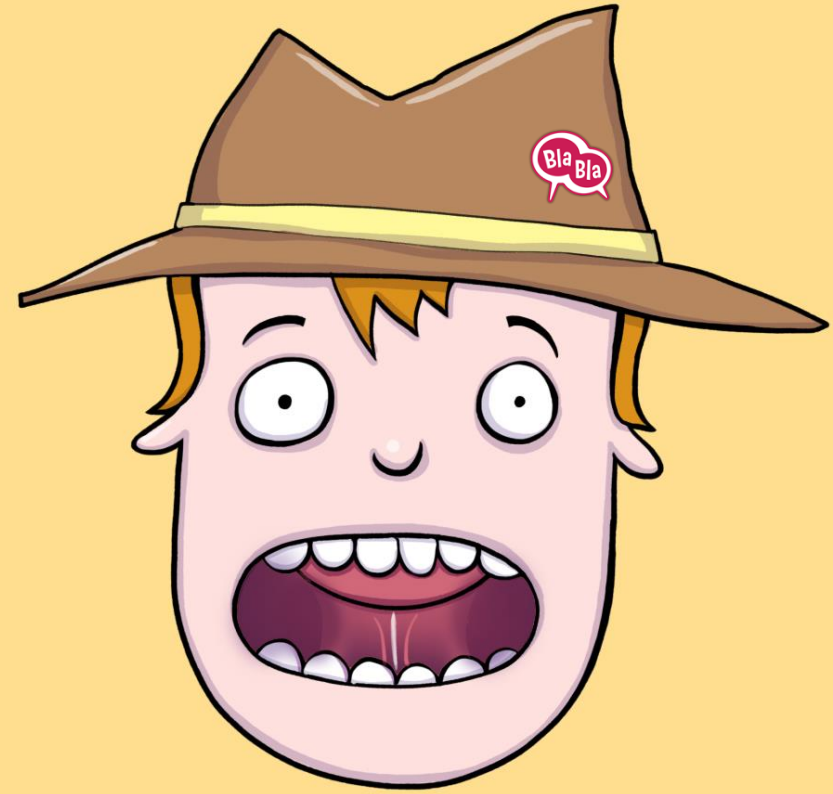
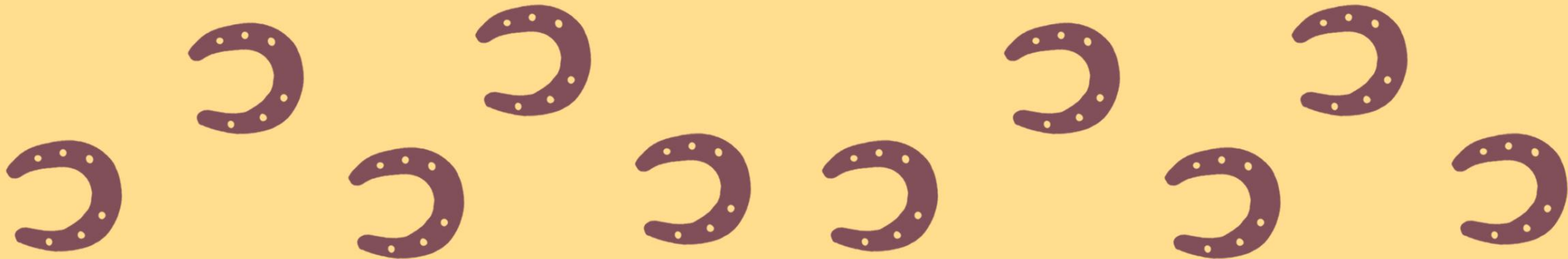
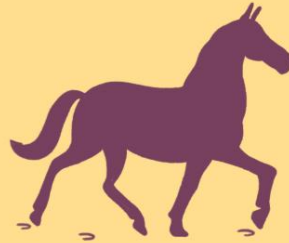
MOVILIDAD LINGUAL



Coloca la lengua pegada en el paladar haciendo ventosa contra el techo de la boca. Tira de la lengua y suéltala de golpe haciendo el ruido de los cascos del caballo al caminar al trote y al galope.

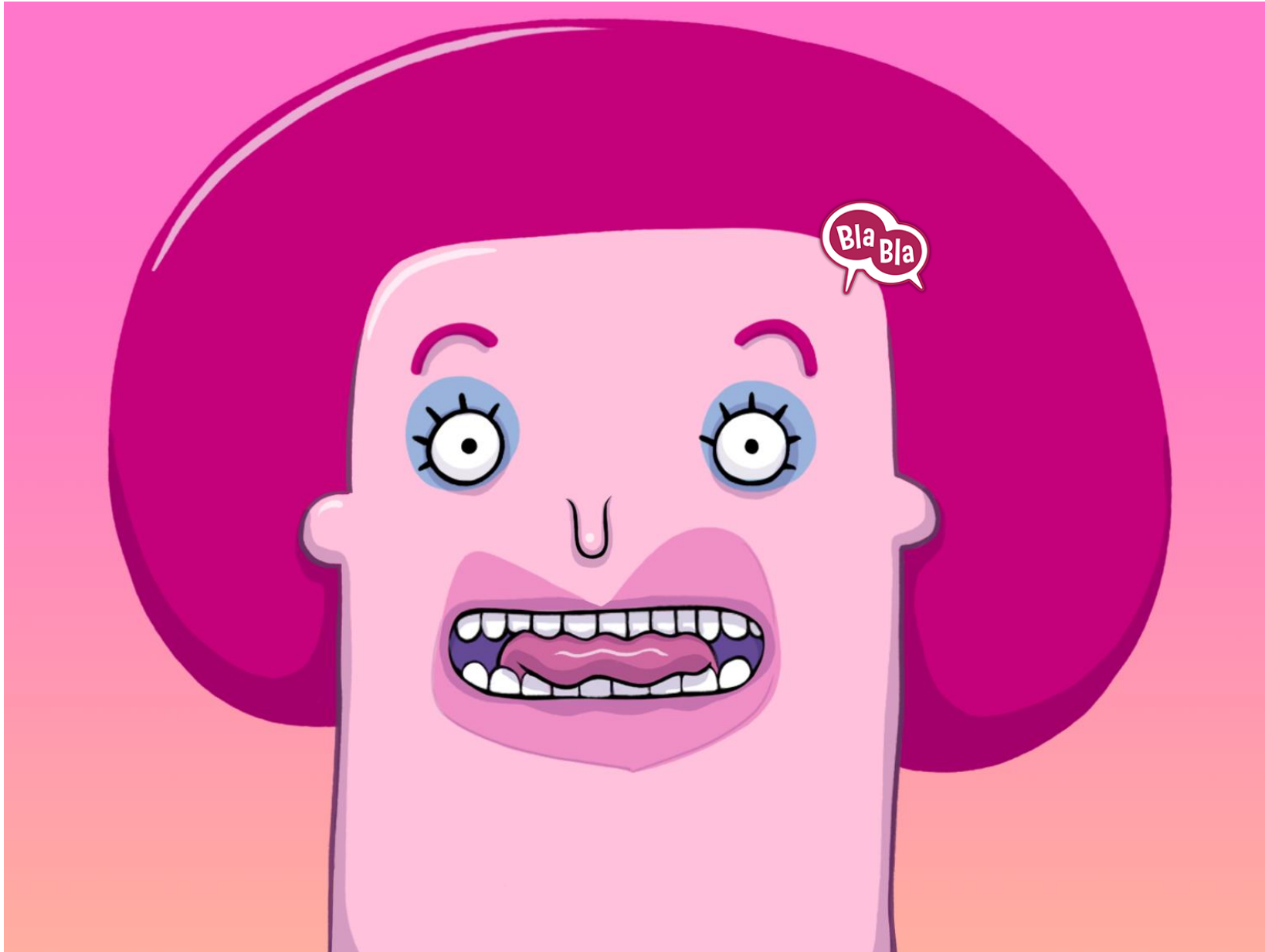


Vamos a hacer un “click” con la lengua por cada herradura del caballo.



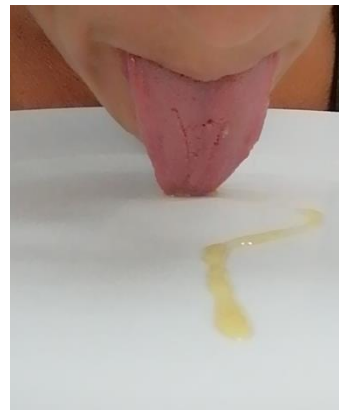
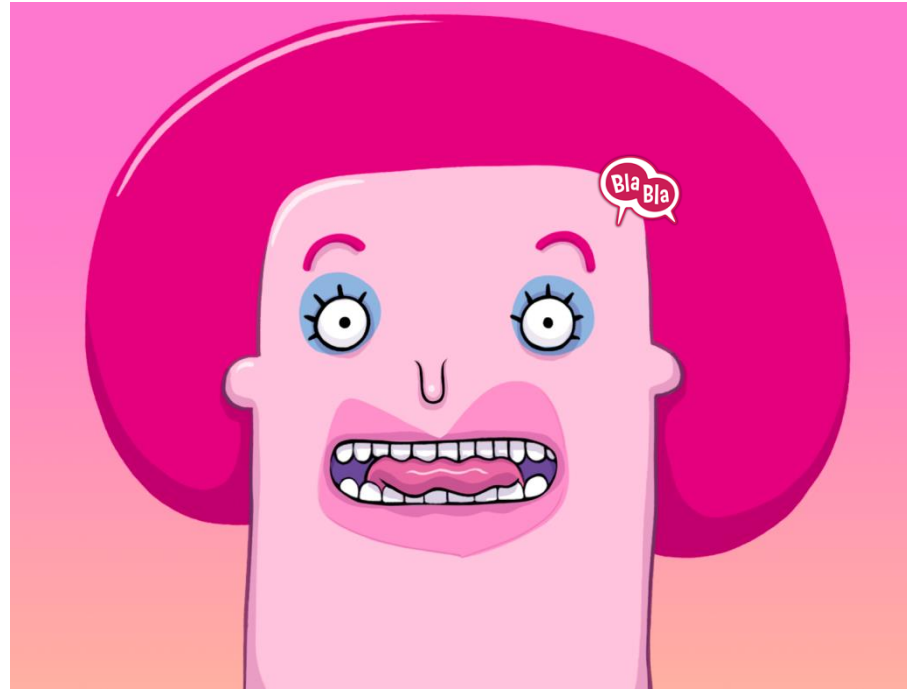
PROPIOCEPCIÓN ÁPICE LINGUAL

Rouse se muerde la puntita de la lengua y le hace cosquillitas. Prueba a morder la tuya con suavidad, a ver si te da la risa como a ella.



PROPIOCEPCIÓN ÁPICE LINGUAL

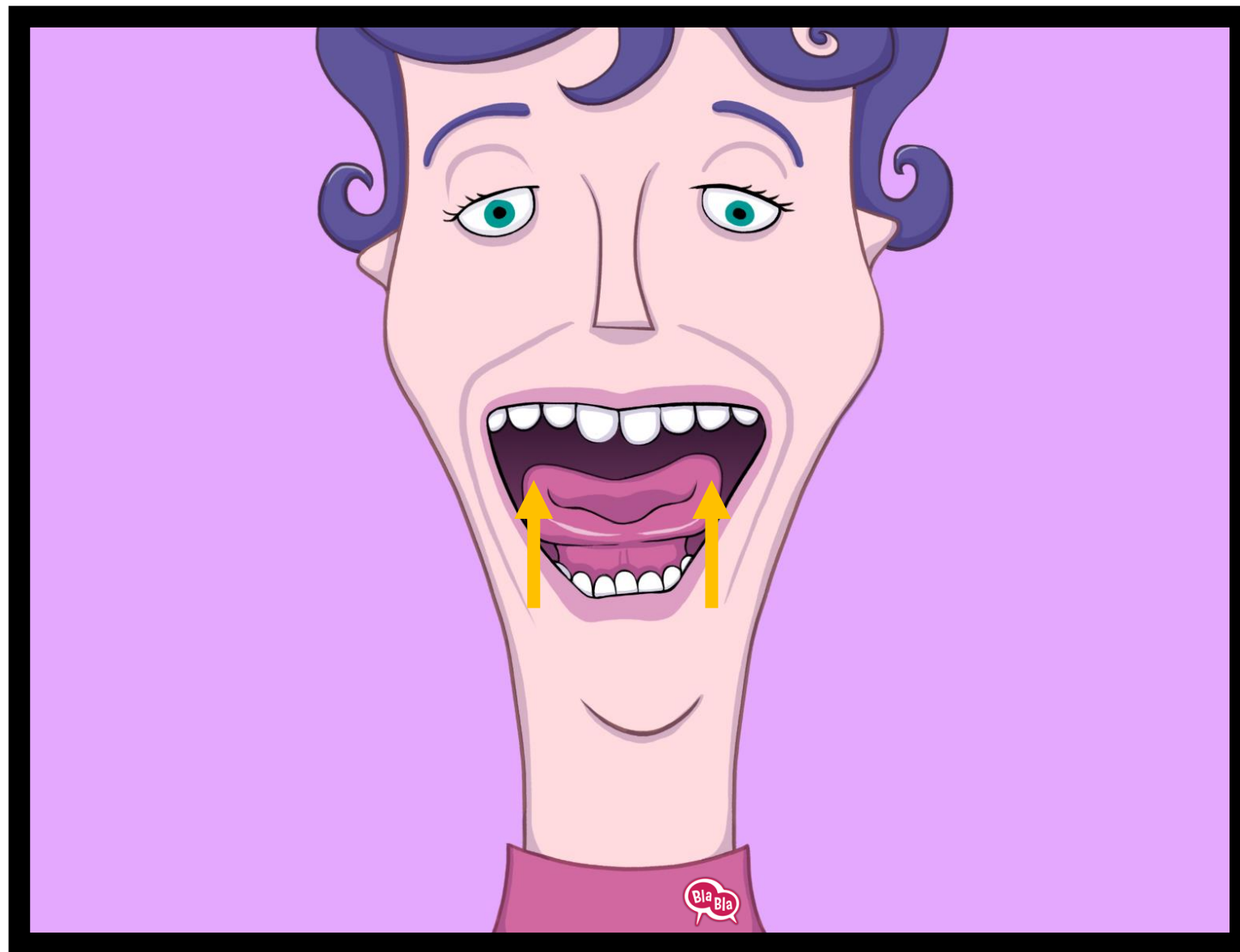
Vamos a jugar con la punta de la lengua. Puedes hacer muchos juegos. Por ejemplo, reseguir un caminito de miel en un plato, meterla en un vaso con cacao o azúcar, tocar con ella una bebida bien fría...



<http://www.logopediasanchinarro.es>



Levanta los lados de la lengua formando una barquita o cuenquito. Barquita, bañerita... ¿Cómo lo quieres llamar? Para el alimento tragar, un cuenquito o barquita tendrás que lograr.



MOVILIDAD LINGUAL

Vamos a llenar el cuenco de cosas ricas. Las sostenemos 3 segundos y después las tragamos. No te preocupes si te manchas, que todo es puede lavar.



MOVILIDAD VELO PALADAR

Ponemos un poco de agua en la boca y la hacemos bailar haciendo gárgaras.

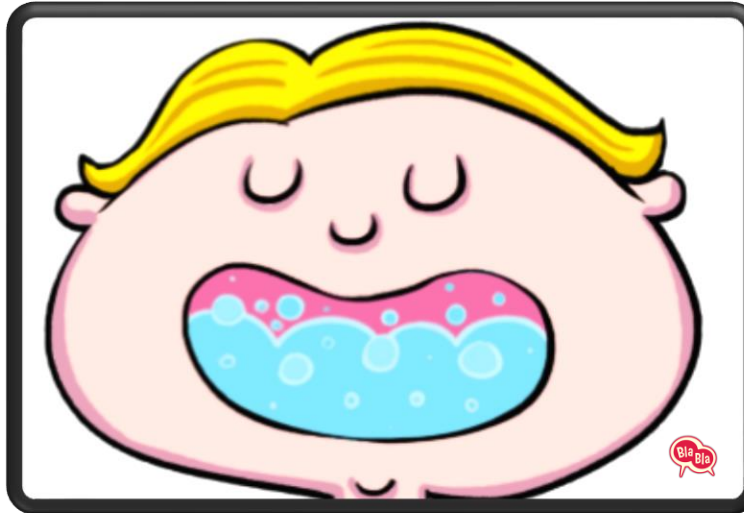


<http://www.logopediasanchinarro.es>

MOVILIDAD VELO PALADAR



Pega estas tres figuras en el baño y cada vez que vayas a lavarte los dientes acuérdate de hacer gárgaras tres veces.





Lunes por la mañana. Hay que madrugar para ir al cole, pero tras un largo bostezo todo será coser y cantar.



Quizás no necesites que te digamos que tienes que bostezar cada mañana pero, con estos dibujos, bostezarás cada vez que encuentres uno de ellos. Los bostezos son super-contagiosos: bosteza delante de cinco personas a lo largo del día de hoy y observa qué sucede. ¿Cuántos han repetido tu bostezo? ¡Qué divertido!

¿Sabes qué es un botijo? Pregúntale a un adulto qué es y pídele que te enseñe como se bebe de uno de ellos, pero utilizando una botella. Tendrás que beber sin tocar la botella con los labios, es decir, dejando caer el agua dentro de la boca e ir tragando a poquitos.



¡A ver si logramos hacerlo sin mojarnos demasiado!



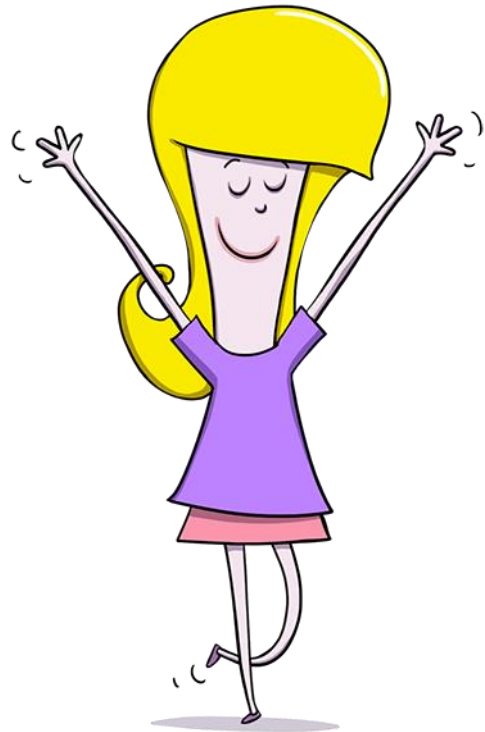
MOVILIDAD VELO PALADAR

Vamos a hacer lo mismo con varios tipos de recipiente. ¡Será divertido mojarnos un poco!



¡Aunque yo lo probaría en la ducha, no vaya a ser que te mojes demasiado!

<http://www.logopediasanchinarro.es>



**¡LO HAS HECHO
REQUETEBIEN!**

<http://www.logopediasanchinarro.es>