

## La Ciencia y la Práctica de “Hablar en VOZ ALTA”

*“Si no tengo voz, no tengo vida.”*

Es una cita de un individuo que vive con la enfermedad de Parkinson (PD, por sus siglas en inglés). Refleja el impacto que puede infligir un trastorno del habla en la calidad de vida de una persona con PD.

Las investigaciones muestran que el 89% de las personas con PD experimentan trastornos de la voz y el habla. La voz puede tornarse suave, monótona, jadeante, ronca y a veces presenta una articulación imprecisa. En consecuencia, tienen menos tendencia a participar en conversaciones o menos confianza en entornos sociales que individuos sanos de su mismo grupo de edad.

Durante años, los trastornos del habla y la voz en las personas con PD habían sido resistentes a tratamiento. Los efectos de los tratamientos convencionales — ya sean de tipo médico o quirúrgico — no eran significativos ni duraderos. El reconocimiento de que la terapia del habla (logopedia) puede ser adaptada a problemas específicos de la persona con Parkinson llevó al desarrollo de un método dirigido a mejorar el volumen de la voz: el Lee Silverman Voice Treatment (“LSVT® LOUD”).

### Trastornos del Habla y la Voz en la Enfermedad de Parkinson

Existen varios motivos por los que la voz tiene poco volumen, y un tono monótono, ronco y jadeante. Uno está directamente relacionado con los trastornos del sistema motor del Parkinson, incluyendo la rigidez, la lentitud de movimiento y el temblor. Por ejemplo, la bradiquinesia (lentitud del movimiento) y la hipoquinesia (disminución del movimiento) pueden también ocasionar trastornos del habla. La dificultad de la activación muscular

puede reducir el movimiento del sistema respiratorio (menor apoyo respiratorio), de la laringe (volumen vocal reducido) y de la articulación (menor claridad en el habla).

Otro motivo es un déficit en el procesamiento sensorial relacionado con el habla. Las personas con Parkinson pueden simplemente no darse cuenta de que su voz es más suave y más difícil de entender. Cuando se les dice que “hablan en voz baja” suelen responder, “No, ¡no hablo bajo! Mi esposa(o) se queja, ¡pero lo que pasa es que ella (él) necesita audífonos! Si se les pide que hablen con un volumen

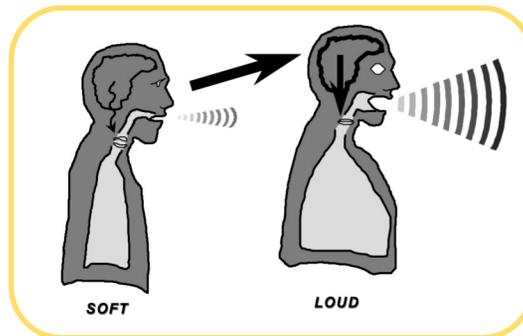
normal, a menudo se quejarán de que están gritando aunque la percepción de los oyentes es de que hablan con normalidad.

Una tercera causa es que las personas con Parkinson pueden tener problemas para darse a sí mismas “señales internas” para producir un volumen adecuado. Los individuos con PD pueden responder a una señal externa (como la instrucción de otra persona de “¡hablar más alto!”), pero su capacidad de dar señales internas esta alterada.

Estos problemas sensoriales, motores y de “señalización interna” hacen que las personas con Parkinson sean particularmente resistentes al tratamiento logopédico. Como resultado, la terapia del habla convencional, se ha considerado inútil en el tratamiento del Parkinson.

### La Terapia del Habla: LSVT®LOUD

En los últimos 15 años se ha demostrado que el LSVT®LOUD es un tratamiento eficaz para las personas que viven con la PD. Mejoran el volumen, la entonación y la calidad de voz, y mantienen estas mejorías hasta dos años después del tratamiento. Estudios recientes también han documentado la efi-



El LSVT® LOUD aumenta escalonadamente la amplitud del mecanismo del habla, incrementando los volúmenes respiratorios, la aducción de los pliegues vocales, la articulación y la apertura de la boca. Estos cambios mejoran la inteligibilidad del habla a la vez que mantienen una simple y única meta cognitiva: hablar en “VOZ ALTA”.

*(ver reverso...)*

cia de esta terapia para tratar problemas de articulación, disminución de la expresión facial y alteración de la deglución (dificultad para tragar).

Además, dos estudios de imagen cerebral han evidenciado cambios positivos en el cerebro después de la administración de terapia.

El LSVT®LOUD mejora el volumen de voz estimulando los músculos de las cuerdas vocales (laringe) por medio de ejercicios que siguen una sistemática jerarquizada. Con una sola meta — “¡hablar en VOZ ALTA!” — el tratamiento mejora las funciones respiratorias, laríngeas y articulatorias para maximizar la inteligibilidad del habla (ver gráfica en la primera página). No enseña a gritar, entrena la voz para lograr un volumen mejor sin tener que hacer demasiado esfuerzo.

El programa se administra en 16 sesiones durante un solo mes (cuatro sesiones semanales de 60 minutos). Este modo de administración — mucho más intensivo que los programas convencionales — es coherente con las teorías de aprendizaje y principios de plasticidad neuronal (capacidad del sistema nervioso de adaptarse a señales específicas) y es de suma importancia para lograr resultados óptimos. Además de estimular los sistemas motores del habla, el tratamiento ayuda al individuo con PD a reconocer que su voz es demasiado suave y le convence de que una voz más alta está dentro de los límites normales, haciéndole sentirse cómodo con el nuevo volumen de su voz.

También les enseña a autogenerar (señalizar interiormente) el volumen adecuado para hacer que su habla sea entendible. Aunque el LSVT®LOUD ha sido administrado con éxito a individuos en todas las etapas de la PD, obteniendo mejores resultados entre los que están en estados tempranos o intermedios.

### **Cómo Encontrar el LSVT®LOUD**

Si usted está experimentando cualquier cambio en el habla o la voz, asegúrese de decírselo a su médico. Pida una evaluación y tratamiento del habla. Si no ha notado cambios en su manera de hablar, pero su pareja, cuidador o un amigo sí lo ha hecho: ponga atención a sus comentarios. Un aspecto del trastorno del habla es que la persona con

PD suele no darse cuenta de los cambios. Mientras más rápido se haga una evaluación del habla y comience la terapia, mejor.

Los terapeutas del habla trabajan en una variedad de entornos, incluyendo hospitales, centros de rehabilitación para pacientes externos y consultorios médicos privados. Para localizar uno en su localidad, comuníquese con la American Speech-Language-Hearing Association (ASHA) en [www.asha.org](http://www.asha.org) o encuentre un terapeuta del habla certificado en LSVT visitando la página [www.lsvt.org](http://www.lsvt.org).

Lo ideal sería que usted viera cara a cara a un terapeuta para la evaluación completa y tratamiento del habla y voz. Sin embargo, si no hay un terapeuta en su localidad, el LSVT®LOUD se ofrece en algunos estados vía Internet con tecnología de webcam. El terapeuta del habla interactúa “en vivo” con usted en su hogar u oficina a través de la pantalla de la computadora.

Los trastornos del habla pueden ir disminuyendo progresivamente la calidad de vida de una persona con PD. La comunicación es un elemento clave de la vida y la logoterapia puede ayudar a las personas a mantener su autoimagen positiva conforme se enfrentan a los retos que plantea la enfermedad.

Para más información acerca del LSVT®LOUD, comuníquese con la LSVT Foundation llamando al (888) 438-5788 o por correo electrónico a [info@lsvt-global.com](mailto:info@lsvt-global.com). Para un listado completo de los estudios citados en este artículo, visite [www.pdf.org](http://www.pdf.org) o [www.lsvtglobal.com](http://www.lsvtglobal.com).

*La Dra. Lorraine Ramig es Profesora de la Universidad de Colorado en Boulder, Científica Senior del National Center for Voice and Speech (Denver), Profesora Adjunta de la Universidad de Columbia en la ciudad de Nueva York. La Dra. Cynthia Fox es Investigadora Asociada del National Center for Voice and Speech en Denver e Investigadora Conferenciante en el Departamento de Neurología de la Universidad de Arizona. Este trabajo fue financiado en parte por la subvención para la investigación R01 DC001150 de los National Institutes of Health.*

**Declaración de revelación:** La Dra. Ramig recibe honorarios como conferencista para la LSVT Foundation, honorarios como asesora de la Kinetics Foundation, y tiene derechos de propiedad intelectual e intereses de propiedad en LSVT Global, LLC. La Dra. Fox recibe honorarios como conferencista de la LSVT Foundation, y tiene derechos de propiedad intelectual e intereses de propiedad en LSVT Global, LLC.

Si usted tiene o cree tener la enfermedad de Parkinson, consulte rápidamente a un médico y siga sus indicaciones. Esta publicación no pretende sustituir el diagnóstico de la enfermedad de Parkinson, la receta de medicamentos, tratamientos u operaciones para la enfermedad de Parkinson de un médico.

**El desarrollo de esta hoja informativa tuvo el apoyo de una subvención educacional de Novartis Pharmaceuticals.**