



NIÑOS Y NIÑAS CON PLENA CONFIANZA EN SÍ MISMOS

>> La autora inglesa Elisabeth Hartley Brewster ha escrito “Eres genial tal como eres” en el que en una versión para niñas y otra para niños aporta cien consejos para que los pequeños crezcan teniendo seguridad en sí mismos aumentando su autoestima.
■ Precio: 6,50 €
■ Editorial: DeBolsillo



EJERCICIO Y CUIDADO PERSONAL CON UN MÍNIMO ESFUERZO

>> Cualquiera que sea la motivación: entrenamiento, trabajo muscular, relajación, estética recuperación o alivio del dolor, Com-pex lo consigue a través de Energy. Se trata de un completo electroestimulador de intuitivo manejo de 263 programas, divididos en 3 categorías (deporte, salud y estética).
■ Precio: 399 €

Salud

BELLEZA
SALUD
MODA
ESTAR EN FORMA
COSMÉTICA

TRASTORNOS DE COMUNICACIÓN

PROBLEMAS DEL LENGUAJE

Los logopedas ayudan a salvar obstáculos que afectan a la comunicación.

TEXTO: **OLGA GELABERT**
FOTO: **RICARD DOMÈNECH**

>> La función de la logopedia consiste en corregir las dificultades que afectan a la voz, la articulación, la palabra, el lenguaje y la comunicación en general, sea oral o escrita, mediante técnicas de reeducación.
Estos trastornos pueden deberse a causas muy diversas. En el caso de la voz reciben el nombre de disfonías y es frecuente que estén motivados por nódulos, pólipos, quistes, tabaquismo, alcoholismo, parálisis de las cuerdas vocales o cáncer.

Tampoco es imposible, aunque parezca sorprendente, que tengan su origen remoto en malas posturas de pies, pelvis o espalda. El problema puede ser funcional, -por ejemplo, el sobreesfuerzo que realiza un maestro-, o congénito, es decir, de nacimiento, a veces incluso hereditario pero no necesariamente.

APRENDER A MASTICAR También requiere un logopeda la corrección de la llamada deglución atípica. Algunas personas, y no sólo niños, colocan mal la lengua o respiran por la boca, lo que provoca que cuando comen masti-



Los logopedas tratan tanto a niños como a adultos.

TERAPIAS DE REEDUCACIÓN

>> Los tratamientos varían en función de cada patología concreta. Para los problemas de voz se aplican técnicas de reeducación y también de corrección de malos hábitos. El logopeda trabaja la respiración, la relajación, con masajes incluidos, la postura y los ejercicios vocales, que pueden ser muy variados. En caso de deglución atípica se aplica la llamada terapia miofuncional que enseña a masticar y a tragar bien. Se utiliza también en críos que tienen la costumbre de chuparse el dedo. Este tratamiento puede, en muchos casos, llegar a evitar que los niños tengan que usar los incómodos y antiestéticos hierros correctores en los dientes. En personas que han sufrido una parálisis a causa de una trombosis suele ser preciso trabajar con la memoria y la atención visual, además de realizar los ejercicios vocales correspondientes.

quen y traguen de forma incorrecta. Es preciso enseñarles a eliminar estos malos hábitos.
No debemos olvidar los trastornos del lenguaje y el habla, por ejemplo, un retraso en aprender a hablar, un problema de poca capacidad para expresarse a pesar de tener una comprensión perfecta o la pronunciación incorrecta de determinadas letras como la “r” o la “s”.
En este último caso, a veces se trata de un problema de oído, que debe ser tratado en primer lugar por un otorrino. En otras ocasiones, en niños muy pequeños, la culpa puede ser de la lengua, que todavía es muy corta.

OTRAS PATOLOGÍAS La dislexia o dificultad en el aprendizaje de la lectura, la disfasia, que es un complejo problema neurológico de comprensión, la taquifemia o tartamudez, a menudo psicológica, la disartria, causada por una lesión del sistema nervioso, la parálisis cerebral, el autismo, la sordera o el síndrome de Down son otros trastornos que pueden requerir un tratamiento logopédico, al margen de otras terapias específicas. En adultos se dan muchos casos de afasia provocados por embolias o accidentes que también precisan de una reeducación realizada con la ayuda de un logopeda.
El tipo y la duración de los tratamientos dependerá siempre de la clase de trastorno concreto que haya que tratar, así como de la constancia del paciente, aunque en general suelen ser largos. (Fuente: Rebeca Méndez Muñoz, logopeda.)

Neurología
Doctor Ernest Balaguer

Parche contra el Parkinson

>> LA ENFERMEDAD de Parkinson es una patología neurodegenerativa crónica y progresiva de causa desconocida. En Catalunya, la sufren más de siete mil personas y cada año aparecen unos 300 nuevos casos. Con el desarrollo del primer parche anti-Parkinson, estos pacientes podrán controlar eficazmente los síntomas de su enfermedad durante las 24 horas del día y cumplirán mejor el tratamiento. Actualmente, el paciente debe tomar una media de tres dosis del fármaco diarias. El nuevo parche sólo requiere su colocación sobre la piel una vez al día, por la mañana, y se retira a la mañana siguiente. Esta sencillez en la toma del fármaco elimina las dificultades que acarrea recordar las dosis y evita además los problemas de deglución y de tránsito digestivo que suelen presentar los pacientes cuando el fármaco se ingiere por vía oral. Los efectos secundarios del parche son aceptables y aparecen, en general, con escasa frecuencia e intensidad. Aquellos derivados de su aplicación sobre la piel mejoran con una rotación de las áreas expuestas. Sólo en casos excepcionales estos efectos locales sobre la piel obligan a la retirada del tratamiento.
★ El autor es **del Servicio de Neurología del Hospital General de Catalunya**



Dermatologia

Pell sana, pell guapa!

A la Unitat de Dermatologia de la Clínica Mútua de Terrassa, la **Dra. Mercedes Gómez** tindrà cura de la seva pell perquè estigui sana i faci el goig que vostè es mereix.

Perquè, si la seva imatge millora, millora la seva vida.

Truqui'ns i l'informarem

CLÍNICA
MÚTUA DE TERRASSA
CONSULTORIS
Més que salut

Plaça del Dr. Robert, 5, planta baixa
08221 Terrassa
Tel. 93 736 70 20
www.clinicamutuaterassa.com