



## Respiración y logopedia

Algunos motivos por los que el trabajo de la respiración es intrínseco a la reeducación logopédica...

### **Dislalias**

La función respiratoria alterada puede afectar a la incorrecta articulación de los sonidos del habla.

### **Deglución atípica**

Un patrón respiratorio alterado dificulta una correcta deglución.

### **Disfonía**

La respiración superior o clavicular puede provocarnos problemas de voz.

## Disfemia

La incoordinación fono respiratoria dificulta el ritmo del habla a las personas con disfemia.

### Patrones incorrectos de respiración:

- **Oral:** cuando hay algún tipo de obstrucción en la fosas nasales o producido por *adenoides, tabique nasal desviado, amígdalas hipertróficas*, por *alergias* o por un simple constipado.
- **Superior o también llamada clavicular:** se realiza con la parte superior de los pulmones y recoge una menor cantidad de aire. Esta respiración se da en estados de preocupación o de estrés, de nervios o ansiedad y/o depresión. Es una respiración superficial que genera tensión.

(La respiración como ya vimos en el post [La garganta, el canal de las emociones](#) va vinculada al estado de ánimo y en algunos casos a alteraciones emocionales de mayor o menor importancia).

#### La respiración considerada fisiológicamente correcta es:

- **La respiración diafragmática:** profunda, nasal, lenta y rítmica, en esta interviene la zona costal inferior y el músculo diafragma. Durante la inspiración se produce extensión de las costillas lateralmente y el frontal del abdomen.

*Aprender a respirar correctamente es posible con la ayuda constante del logopeda*

**Los ejercicios de respiración suelen ser aburridos, a los niños es recomendable presentárselos mediante el juego.** El libro propuesto en este post nos acerca al mundo de la **respiración**.

No es un libro práctico, narra un diálogo entre un niño y una madre, acompañado de unas bonitas ilustraciones que favorecen la comprensión de los ejercicios respiratorios y la estimulación de la lectura.

Este nos proporciona ejercicios ilustrados que pueden ayudar a padres y profesionales a enseñar a los más pequeños a tomar conciencia de su respiración.

También acercará a los niños a términos como *kinesiología, chikung, yoga y taichí*.

## RESPIRA

- **Título:** [Respira](#)
- **Texto e Ilustraciones:** [Inés Castel-Branco](#)
- **Editorial:** [Pequeño Fragmenta](#), 2015
- **Páginas:** 40
- **Edad:** de 4 a 99 años

- **Idioma:** castellano y català

👉 Visita nuestro servicio de [Logopedia](#)

Esta entrada también está disponible en: [Catalán](#)

## Autor/a

---

Marta Sánchez

---



Logopeda en Corporación Fisiogestión