

# ALIMENTACIÓN Y LENGUAJE



La alimentación constituye un papel **fundamental para el lenguaje**, ya que el comer permite fortalecer los músculos de la boca, la lengua y mandíbula, que son los que se utilizarán más adelante cuando comiencen a hablar.

Gracias al proceso de masticación, la musculatura y órganos orofaciales compuestos por labios, mandíbula, mejillas, dientes, encías y lengua, se mueven de tal manera que van aportando fuerza a los grupos musculares y órganos que más adelante trabajaran al servicio del habla.

## PROCESOS ADECUADOS PARA LOGRAR UN BUEN LENGUAJE

### Succión

Fuerza de labios y selle de los mismos con el fin de absorber (chupar) líquidos, bien sea del seno de la madre o biberón. (labios, mejillas, acompañados por otros grupos musculares)



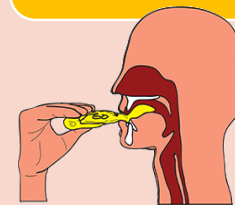
### Masticación

Proceso de apertura y selle de la mandíbula y dientes con el fin de triturar o desmenuzar alimentos, adicional a ello la lengua realiza movimientos con el fin de crear el bolo alimenticio. Aportando nuevamente fuerza y movilidad a la musculatura orofacial.



### Deglución

Entendido como el paso del alimento de la boca al estómago. Aportando fuerza y movilidad de musculatura orofacial y laringea involucrada

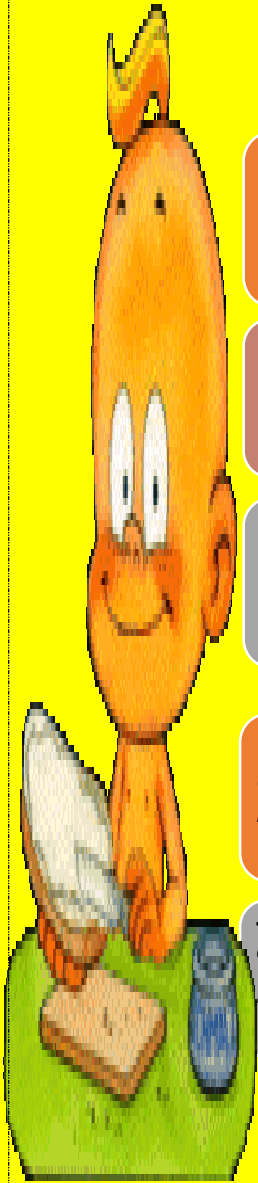


Por ello es importante comprender que el proceso de alimentación como tal aporta o es un pre-requisito para iniciar un proceso de articulación del habla, porque permite a los músculos y órganos prepararse para aprender a ejecutar movimientos mucho más finos, precisos y coordinados como los son, los del habla.



# TIPS PARA ESTIMULAR Y FAVORECER EL PROCESO DE ALIMENTACIÓN

## BEBES LACTANTES Y NIÑOS



*Reducir el uso de lactancia artificial (mamaderas y chupetes).*

*Fomentar la masticación progresiva a medida que surgen los dientes.*

*En Neonatos, Masajearle el paladar con uno de tus dedos (¡manos muy limpias, uñas muy cortas!), con la yema hacia arriba, para activar sus reflejos de búsqueda y succión*

*Complementar la lactancia con alimentos a partir de los 6 meses (2-3 veces al día)*

*Si es prematuro, al amamantarlo sostener a su bebe en contacto piel con piel (cuidado canguro). Esto lo calma y es el primer paso hacia la lactancia.*

*Realizar en forma paulatina la introducción de nuevos sabores y texturas a la alimentación*

- Proveer al niño de alimentos suaves, que sean fáciles de manipular y seguros, evitando alimentos demasiado duros que puedan ser un riesgo para este.

*Permitir que el niño pruebe manipule y se ensucie con el alimento, esto hará que la transición entre la alimentación pasiva y la autolimitación con utensilio sea más fácil.*

- Complementar la lactancia con alimentos a partir de los 6 meses (2-3 veces al día).

*Procurar la integración del niño a la dinámica de alimentación familiar, que se siente a la mesa y comparta la hora de alimentación con el adulto, que le observe e imite las conductas alimenticias*

- Aprovechar la hora de la alimentación para estimular el lenguaje expresivo y comprensivo del niño, diciendole el nombre de los alimentos, enseñándole a pedir con la palabra "dame", "mas".

*Si el niño presenta alguna alteración sensorial que este determinando su mala disposición a un determinado sabor o textura, es adecuado prestar atención a como este se dispone frente a otro tipo de experiencias sensoriales, tales como movimientos, estímulos táctiles, auditivos o visuales.*



# TIPS PARA ESTIMULAR Y FAVORECER EL PROCESO DE ALIMENTACIÓN

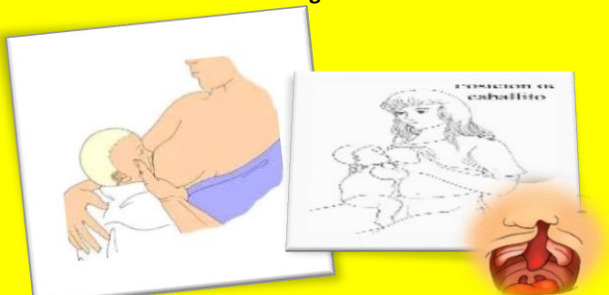
## CONDICIÓN DE FISURA LABIOPALATINA, SINDROME DE DOWN Y PARÁLISIS CEREBRAL

*Si el bebe tiene una Condición como Síndrome de Down estimule el ritmo para que mame lo suficiente*

- Realizar ejercicios orofaciales en caso de que haya alguna disfunción oral anatómica o alteraciones neurológicas que lo llevan a adquirir posturas atípicas

*Si el bebe tiene una Fisura Labiopalatina colocar al niño sentado o a caballito, para impedir el paso de la leche hacia la nariz*

- Si el lactante tiene hipotonía utilice el apoyo "E-dancer" como se muestra en la imagen



1. Con dedos índice y pulgar hacer presión de manera circular en las mejillas
2. Con dedo índice trazar círculos alrededor de la musculatura labial
3. Entre los dedos índice y pulgar, protruir el labio inferior y el superior alternando (como pellizquitos) de forma rápida pero suave.
4. Pasar el dedo índice rápidamente por el labio superior alternando con el labio inferior (como cepillando los dientes).



*La familia debe estar incluida en el equipo y es un protagonista principal*

- Establecer vínculo afectivo social positivo a través del proceso y la rutina de alimentación.

*Consensuar con la familia y la escuela los tiempos regulares de ingesta, la adaptación de consistencias y texturas, la oferta de volumen y la velocidad del proceso.*

- Se recomienda eliminar distractores que permitan el desarrollo de la alerta y la comprensión participativa del niño al comer y beber

*Interpretar y reconocer a tiempo las señales de estrés del niño, a fin de que las técnicas sensoriomotoras orales y la alimentación resulten agradables, sin riesgo de aversiones*

- Esforzarse por dar a los platos variedad en el sabor, aroma, color e ingredientes, ya que una buena presentación culinaria ayuda a estimular el apetito

*Se utilizarán alimentos de textura blanda y jugosa que requieran ser mínimamente masticados y/o puedan ser fácilmente estrujados con un tenedor*

- Facilitar la alimentación con la desensibilización de mejillas, labios, lengua, etc., comenzando por las partes más alejadas de la boca y poco a poco acercándonos, es decir desde las extremidades a la zona de la boca

*Cuando la persona puede alimentarse de manera autónoma utilizar productos de apoyo como pueden ser platos, utensilios adaptados o vasos con escotaduras y agarraderos. Dependiendo de las necesidades individualizadas de cada person.*

- Al finalizar cada comida revisar la bóveda del paladar, para evitar que restos de alimento lo taponen y al desprenderse más tarde provoquen atragantamientos

*Se debe realizar una adecuada higiene oral domiciliaria y supervisión bucodental regular por parte de un profesional.*