Super Duper® Publications

Handy Handouts®
Folletos educativos gratuitos para maestros y padres

#179

Entrenamientos de Motricidad Oral en el Hogar

por Thaashida L. Hutton, M.S., CCC-SLP

El término *motricidad oral* se refiere al uso y función de los músculos en la cara (labios, lengua, y mandíbula). Para masticar y tragar, los niños necesitan tener la cantidad adecuada de fuerza, rango de movimiento, y coordinación. Cuando un niño tiene limitaciones de movimiento, coordinación, y/o fuerza en los labios, lengua, y/o mandíbula, comer es difícil. Póngase en contacto con el médico de su niño si esto es notable. El médico puede referirlo a un *patólogo del habla y lenguaje* o un *terapeuta ocupacional*—profesionales autorizados que determinan y tratan deficiencias de motricidad oral.

Clases de Ejercicios de Motricidad Oral

Su niño puede hacer los siguientes ejercicios de motricidad oral para mejorar su fuerza, rango de movimiento, y coordinación de sus labios, lengua, y mandíbula. Use las siguientes oraciones con un espacio en blanco para crear su propia rutina de ejercicios de motricidad oral.

LABIOS

- Abre y cierra tu boca _____ veces.
- Frunce los labios como si fueras a darle _____ besos a alguien.

- Sonríe y relaja tus labios y cachetes _____ veces.
- Presiona tus labios con fuerza, y después ábrelos haciendo un fuerte sonido como el de chupetearte los labios _____ veces.

- Infla tus cachetes con aire mientras que mantienes tus labios cerrados _____ veces.

LENGUA

- Saca tu lengua lo más que puedas _____ veces.
- Mueve tu lengua hacia el lado izquierdo de tu boca y después al lado derecho de tu boca _____ veces.

- Trata de tocar tu barbilla con tu lengua sin mover tu cabeza _____ veces.
- Trata de tocar tu nariz con tu lengua sin mover tu cabeza _____ veces.

- Empuja la parte interior de tu cachete con tu lengua en el lado derecho y después en el lado izquierdo _____ veces.

- Pon tu lengua detrás de tus dientes delanteros y diga "la" _____ veces.
- Lame tus labios _____ veces.

Handy Handouts®

Folletos educativos gratuitos para maestros y padres

(cont.)

MANDIBULA

- Abre tu mandíbula lo más amplia que puedas _____ veces.
- Mueve tu mandíbula de un lado al otro lentamente _____ veces, después rápidamente _____veces.

- Mueve tu mandíbula hacia arriba y hacia abajo lentamente _____ veces, después rápidamente _____ veces.

Diversión con Motricidad Oral en el Hogar

- **Soplar Burbujas** fortalece los músculos de los labios y mejora el control de la respiración.
- **Lamer** mantequilla de maní y crema de melcocha desde el paladar de la boca o detrás de los dientes delanteros mejora la elevación de la lengua.
- **Masticar** chicle mejora la fortaleza de la mandíbula.
- **Hacer caras tontas** mejora la fortaleza, coordinación, y rango de movimiento de los labios, la mandíbula, y la lengua.

Recursos:

Oral motor exercises/oral exercises-wide smiles. (1996). Retrieved October 3, 2008, from http://www.widesmiles.org/cleftlinks/WS-563.html

Oral motor exercise. (1998). Retrieved October 3, 2008, from http://www.clarian.org/pdf/neuro_oral_motor_exercises.pdf

Till, J.A., Yorkston, K.M., & Beukelman, D.R. (1994). Motor Speech Disorders-Advances in Assessment and Treatment. Baltimore: Paul H. Brookes Publishing Co.

Más Handy Handouts® GRATIS, visite www.handyhandouts.com