

Presión Lingual (Ejercicio de Resistencia de Presión lingual)

Nota: Este ejercicio ha demostrado el incremento de la fuerza lingual y en algunas medidas de la calidad de vida relacionadas con la disfagia. Sin embargo, actualmente se desconoce en qué medida esto se traduce en una mejora de la función delgutoria.

Instrucciones:

- ✓ Definir cuál dispositivo de presión lingual utilizará para hacer el seguimiento de sus resultados.
- ✓ Elegir la zona (s) de la lengua que serán tratadas (adelante o atrás).
- ✓ Determinar el número de repeticiones y series. Este ejercicio tiene el propósito de lograr la “fatiga”. Por lo tanto, en la medida que vaya progresando, el número de repeticiones probablemente incrementará. *En Steele, 2010, los usuarios completaron 60 repeticiones de “presión” en una sesión de 45-60 minutos.*

Por favor realice este ejercicio:

¿Por qué utilizar la Presión Lingual?

El objetivo es incrementar la fuerza lingual. Aumentar la fuerza oral lingual puede ayudar a un mejor control de los alimentos/líquidos en la boca. Fortalecer la base de la lengua puede ayudar a eliminar los residuos que quedan en la garganta.

Referencias:

McKenna, V., et al. (2017). A Systematic Review of Isometric Lingual Strength-Training Programs in Adults With and Without Dysphagia. *American Journal of Speech-Language Pathology*, 26(2), 524-539.

Steele, C. (2010). Tongue-pressure resistance training: workout for dysphagia. *The ASHA Leader*, 15(6).

<https://leader.pubs.asha.org/doi/10.1044/leader.ftr1.15062010.10>

Honeycomb Speech Therapy: Actividad Estudio >> Tratamientos

Copyright © Honeycomb Speech Therapy. Todos los derechos reservados.