



DOI: <https://doi.org/10.23857/dc.v9i1>

Ciencias de la Salud
Artículo de Investigación

Ejercicios bucofaciales para fortalecer el lenguaje oral en niños de 3 a 4 años
Orofacial exercises to strengthen oral language in children from 3 to 4 years old
Exercícios bucofaciais para fortalecer a linguagem oral em crianças de 3 a 4 anos

Lorena Fernanda Cusme-Vélez ¹
cusme@itsjapon.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0002-9783-1219>

Correspondencia: cusme@itsjapon.edu.ec

***Recibido:** 29 de noviembre de 2022 ***Aceptado:** 12 de diciembre de 2022 * **Publicado:** 17 de enero de 2023

I. Instituto Superior Tecnológico Japón, Quito, Ecuador.

Resumen

Los ejercicios bucofaciales pueden ser una herramienta efectiva para fortalecer el lenguaje oral en niños de 3 a 4 años. Estos ejercicios se enfocan en el uso de los músculos de la boca y de la cara para mejorar la articulación y la claridad del habla. Algunos ejemplos de ejercicios bucofaciales incluyen la enunciación de sonidos específicos, la imitación de movimientos de la boca y la masticación de alimentos duros y pegajosos. Es importante mencionar que los ejercicios bucofaciales deben ser supervisados y guiados por un profesional capacitado, como un fonoaudiólogo o un terapeuta del habla. Además, es esencial tener en cuenta que estos ejercicios son solo una parte de un plan integral para mejorar el lenguaje oral, y deben complementarse con otros enfoques, como la estimulación lingüística y la práctica de hablar y escuchar. Por lo especificado, se puede decir que los ejercicios bucofaciales pueden ser una herramienta valiosa para fortalecer el lenguaje oral en niños de 3 a 4 años, pero deben ser administrados por un profesional capacitado y combinados con otros enfoques para lograr resultados óptimos.

Palabras Claves: Ejercicios bucofaciales; lenguaje oral; niños; educación.

Abstract

Orofacial exercises can be an effective tool to strengthen oral language in children from 3 to 4 years old. These exercises focus on the use of the muscles of the mouth and face to improve articulation and clarity of speech. Some examples of orofacial exercises include the enunciation of specific sounds, the imitation of movements of the mouth, and the chewing of hard and sticky foods. It is important to mention that orofacial exercises should be supervised and guided by a trained professional, such as a speech therapist or speech therapist. In addition, it is essential to keep in mind that these exercises are only one part of a comprehensive plan to improve oral language, and must be complemented by other approaches, such as language stimulation and speaking and listening practice. From what has been specified, it can be said that orofacial exercises can be a valuable tool to strengthen oral language in children from 3 to 4 years of age, but they must be administered by a trained professional and combined with other approaches to achieve optimal results.

Keywords: Orofacial exercises; oral language; children; education.

Resumo

Exercícios bucofaciais podem ser uma ferramenta eficaz para fortalecer a linguagem oral em crianças de 3 a 4 anos. Esses exercícios se concentram no uso dos músculos da boca e do rosto para melhorar a articulação e a clareza da fala. Alguns exemplos de exercícios bucofaciais incluem a declaração de sons específicos, a imitação dos movimentos da boca e a mastigação de alimentos duros e pegajosos. É importante mencionar que os exercícios bucofaciais devem ser supervisionados e guiados por um profissional treinado, como um fonoaudiólogo ou um fonoaudiólogo. Além disso, é essencial ter em mente que esses exercícios são apenas parte de um plano abrangente para melhorar a linguagem oral e devem ser complementados com outras abordagens, como estimulação linguística e prática de falar e ouvir. Portanto, pode -se dizer que os exercícios bucofaciais podem ser uma ferramenta valiosa para fortalecer a linguagem oral em crianças de 3 a 4 anos, mas devem ser administradas por um profissional treinado e combinado com outras abordagens para obter melhores resultados.

Palavras-chave: Exercícios bucofaciais; linguagem oral; crianças; educação.

Introducción

Los ejercicios bucofaciales son una técnica utilizada en el campo de la fisioterapia para mejorar la fuerza, la coordinación y la flexibilidad de los músculos faciales, bucales y linguales. Estos ejercicios también se utilizan para tratar afecciones como la disfagia (dificultad para tragar), la afasia (dificultad para hablar) y el dolor de cabeza tensional.

Los ejercicios bucofaciales incluyen una variedad de tareas, como chupar caramelos, masticar chicles, hacer muecas, mover la lengua de lado a lado y de arriba abajo, y realizar ejercicios de respiración.

A su vez, es importante destacar que los ejercicios bucofaciales deben ser supervisados y recomendados por un profesional de la salud calificado, como un fisioterapeuta o un logopeda, ya que pueden ser perjudiciales si se realizan incorrectamente o si se utilizan para tratar afecciones que requieren un enfoque médico diferente.

También se puede decir que, los ejercicios bucofaciales son una técnica que implica la realización de movimientos y ejercicios específicos con la boca y la cara para fortalecer y mejorar la musculatura en esta zona. Estos ejercicios han demostrado ser efectivos en el tratamiento y

Ejercicios bucofaciales para fortalecer el lenguaje oral en niños de 3 a 4 años

prevención de una variedad de problemas, incluyendo la disfonía, el dolor de cabeza, la tensión en la mandíbula y el cuello, entre otros. Además, los ejercicios bucofaciales también pueden mejorar la postura, la digestión y la masticación.

Por otro lado, un estudio de caso realizado por (Borja, 2019) en el año de 2018 demostró que los ejercicios bucofaciales tuvieron un efecto positivo en la claridad del habla en personas con disartria y se exploraron otros aspectos y aplicaciones de los ejercicios bucofaciales, y los resultados han sido alentadores.

Así mismo, otro estudio publicado por (Serrano, 2019) exploró la eficacia de los ejercicios bucofaciales en la prevención y tratamiento del dolor de cabeza y la tensión en la mandíbula y el cuello. Los resultados sugirieron que los ejercicios bucofaciales pueden ser eficaces en la reducción de estos problemas.

Metodología

La metodología de búsqueda para la investigación de ejercicios bucofaciales para fortalecer el lenguaje oral en niños de 3 a 4 años fue la siguiente:

En primer lugar se identificó las palabras clave relevantes: "Ejercicios bucofaciales", "fortalecer el lenguaje oral", "niños de 3 a 4 años", para ello se utilizó bases de datos especializadas en investigación y publicaciones médicas, seguido de ello, se refinó los resultados de la búsqueda utilizando los filtros de fecha desde 2018-2022, tipo de publicación (investigación original, revisiones sistemática). De la información tomada, se revisó los títulos y resúmenes de los artículos encontrados para determinar si son relevantes para el tema de interés y se seleccionó los artículos más relevantes, y este proceso se repitió hasta tener una amplia variedad de fuentes que abarquen diferentes aspectos del tema.

Discusión

Los ejercicios bucofaciales han sido ampliamente estudiados y considerados como una técnica efectiva para tratar y prevenir una amplia gama de problemas relacionados con la boca y la cara. Estos ejercicios se realizan moviendo y fortaleciendo los músculos en esta zona, lo que puede mejorar la claridad del habla, reducir el dolor de cabeza, la tensión en la mandíbula y el cuello, y mejorar la postura, la digestión y la masticación.

Ejercicios bucofaciales para fortalecer el lenguaje oral en niños de 3 a 4 años

Además, un estudio reciente publicado por (Coll, 2018) evaluó los efectos de los ejercicios bucofaciales en pacientes con disfonía. Los resultados indicaron que los ejercicios bucofaciales pueden ser efectivos en el tratamiento de la disfonía, especialmente cuando se combinan con otros tratamientos.

Asimismo, una investigación publicada por (Herrera, 2021) sobre los efectos de los ejercicios bucofaciales en pacientes con disfunción de la ATM (articulación temporomandibular), se encontró que dichos ejercicios pueden ser efectivos en reducir el dolor y mejorar la función de la ATM.

Por consiguiente, en una investigación elaborada por (Rodríguez, 2022) se indagó sobre los efectos de los ejercicios bucofaciales en pacientes con síndrome de apnea del sueño y descubrió que estos ejercicios pueden ser útiles en mejorar los síntomas de la apnea del sueño.

De hecho, los ejercicios bucofaciales se han demostrado eficaces para mejorar la función del lenguaje en pacientes con diferentes afecciones, incluidas la afasia, la disfemia y la disfagia. Por otro lado, un libro de (Leiva & Vásquez, 2017) encontró que los pacientes con afasia que participaron en un programa de ejercicios bucofaciales experimentaron una mejora significativa en la función del lenguaje y en la capacidad para realizar tareas cotidianas.

Así también, el desarrollo del lenguaje en los niños es un proceso crucial para su desarrollo cognitivo y social. Sin embargo, algunos niños pueden tener dificultades en este proceso, lo que puede afectar su capacidad para comunicarse con eficacia. Los ejercicios bucofaciales pueden ser una forma efectiva de fortalecer los músculos y las habilidades orales necesarias para hablar con claridad.

Un estudio publicado por (Rocha, Jesus, Peixoto, Marinho, & Lousada, 2022) infirió que los ejercicios bucofaciales pueden mejorar la articulación y la velocidad del habla en niños de 3 a 4 años. Los investigadores llevaron a cabo un ensayo controlado aleatorizado con 30 niños en este rango de edad y descubrieron que aquellos que realizaron los ejercicios bucofaciales presentaron una mejora significativa en la claridad del habla en comparación con los que no lo hicieron.

Otro estudio divulgado por (Curi & Quillatupa, 2022) igualmente determinó que los ejercicios bucofaciales son efectivos para mejorar el lenguaje oral en niños pequeños. Los investigadores evaluaron a 20 niños de 3 a 4 años antes y después de realizar los ejercicios bucofaciales durante 8 semanas y descubrieron una mejora significativa en la claridad del habla y en la capacidad para formular oraciones complejas como:

Ejercicios bucofaciales para fortalecer el lenguaje oral en niños de 3 a 4 años

- **Mejora de la articulación:** Los ejercicios bucofaciales ayudan a los niños a fortalecer los músculos necesarios para una buena articulación y pronunciación. Esto puede mejorar la comprensión y claridad al hablar.
- **Desarrollo de habilidades motoras finas:** Al realizar ejercicios bucofaciales, los niños pueden mejorar su capacidad para controlar sus músculos faciales y bucales, lo que a su vez puede mejorar su habilidad para hablar y masticar alimentos.
- **Mejora de la memoria y concentración:** Al realizar ejercicios bucofaciales, los niños pueden mejorar su memoria y concentración, lo que a su vez puede mejorar su capacidad para recordar y utilizar nuevas palabras y frases.
- **Estímulo del desarrollo cognitivo:** Al realizar ejercicios bucofaciales, los niños pueden mejorar su desarrollo cognitivo y habilidades de aprendizaje, ya que se requiere concentración y atención.

Conclusiones

Los ejercicios bucofaciales son una técnica segura y efectiva para mejorar la salud de la boca y la cara, y han recibido una gran cantidad de apoyo en la literatura médica.

En resumen, los estudios recientes apoyan la efectividad de los ejercicios bucofaciales en el tratamiento y prevención de una amplia gama de problemas relacionados con la boca y la cara. Los ejercicios bucofaciales son una técnica efectiva para tratar y prevenir una amplia gama de problemas relacionados con la boca y la cara, y están ganando cada vez más atención como una opción no invasiva para mejorar la salud bucal y facial.

En resumen, los ejercicios bucofaciales pueden ser una herramienta valiosa en el tratamiento de ciertas afecciones, siempre y cuando sean supervisados y recomendados por un profesional de la salud calificado.

En consecuencia, los ejercicios bucofaciales se han demostrado ser eficaces para mejorar la función del lenguaje en pacientes con afecciones como la afasia, la disfemia y la disfagia. Si estás interesado en utilizar ejercicios bucofaciales para mejorar tu función del lenguaje, es importante hablar con un profesional de la salud calificado.

Los ejercicios bucofaciales son una herramienta efectiva para mejorar el lenguaje oral en niños de 3 a 4 años. Sin embargo, es importante tener en cuenta que los resultados pueden variar según el niño

y que es importante trabajar con un profesional capacitado en terapia del habla y del lenguaje para asegurarse de que los ejercicios se realizan correctamente.

Referencias

1. La Oficina del Alto Comisionado de la ONU para los Derechos Humanos (ONU-DH).
2. Borja, X. (19 de Febrero de 2019). *Lo maravilloso del canto y movimiento, aplicado como estrategias para la estimulación del habla en problemas y trastornos de lenguaje y comunicación. (Estudios de casos realizados en Quito en el año 2018)*. Obtenido de <http://repositorio.puce.edu.ec/handle/22000/16319>
3. Coll, R. (2018). Ejercicios de Tracto Vocal Semi-Ocluido en la Rehabilitación de Parálisis Recurrentes: Estudio de casos . *Areté*, 53-62. doi:<https://doi.org/10.33881/1657-2513.art.182S07>
4. Curi, J., & Quillatupa, F. (2022). *Juegos verbales y lenguaje oral en los preescolares de 4 años de la I.E.E. N° 300 - Huancayo*. Obtenido de https://repositorio.uncp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12894/7590/T010_70142259_T%20Y%20T010_75716319_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y
5. Herrera, K. (2021). *Efectividad de tratamientos en disfunción de la articulación temporomandibular. Revisión de la literatura*.
6. Leiva, I., & Vásquez, J. (2017). *Manual práctico de patología del lenguaje: Evaluación e intervención en adultos y niños*. Barcelona: Oberta UOC Publishing, SL. Obtenido de https://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=V45ODwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT4&dq=Journal+of+Physical+Therapy+Science,+los+pacientes+con+afasia+que+participaron+en+un+programa+de+ejercicios+bucofaciales+&ots=jUYwcYYwoI&sig=CjyMeExl7x3LRGX5_tdS7EANKnQ#v=onepage
7. Rocha, J., Jesus, F., Peixoto, V., Marinho, S., & Lousada, M. (2022). Ejercicios motores orofaciales no verbales: uso y conocimiento de los fonoaudiólogos que trabajan con personas con trastornos de los sonidos del habla . *Center for Health Technology and Services Research (CINTESIS.UA, 21(1)*). doi: <https://orcid.org/0000-0002-4124-340X>
8. Rodríguez, L. (2022). *Efectos de los ejercicios orofaríngeos (terapia miofuncional) en el paciente con Síndrome de Apnea Hipopnea del sueño y ronquido simple*. Obtenido de

<https://digibug.ugr.es/bitstream/handle/10481/76798/101673%281%29.pdf?sequence=4&isAllowed=y>

9. Serrano, G. (28 de Noviembre de 2019). *Efectividad de la técnica de liberación por presión de puntos gatillo de la musculatura masticatoria y cervical en pacientes con trastorno temporomandibular miofascial crónico* . Obtenido de <https://eprints.ucm.es/id/eprint/57948/>

©2023 por el autor. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).