

Consejos prácticos y técnicas de práctica para usar con su laringe electrónica (EL) para mejorar el habla y ganar confianza con la práctica y la repetición.

Use su laringe electrónica (EL), a veces llamada laringe artificial (AL), como su principal medio de comunicación, como método de respaldo o temporalmente. También puede usarse para que lo escuchen entre el ruido de la multitud.



ARTICULACIÓN (qué tan clara es su voz)

Usted moldea sonidos para hablar usando sus labios, dientes, paladar y lengua.

- ▶ **PRACTIQUE** articular palabras de forma silenciosa sin usar la EL.
- ▶ **PRACTIQUE** diciendo los siguientes sonidos en silencio:



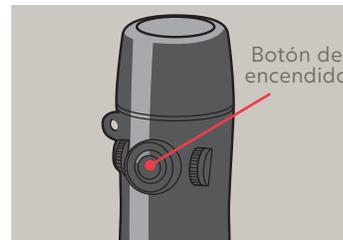
- ▶ **ARTICULE** la frase:

"Quisiera un café".

- ▶ **REPITA** la frase anterior ahora con su EL, presione el botón de encendido cuando empiece a hablar.
- ▶ **EXAGERE** los movimientos de su lengua, los dientes y los labios para que lo puedan entender mejor.

SINCRONIZACIÓN

- ▶ **PRESIONE** el botón de encendido solo cuando esté hablando. Suelte el botón de encendido para que no haya exceso de sonido durante las pausas.



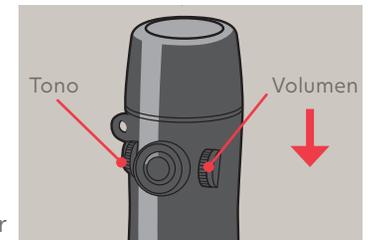
- ▶ **PRACTIQUE** poniendo el dispositivo contra su cuello (o poniendo el adaptador intraoral en su boca) antes de presionar el botón de encendido para que empiece a emitir el sonido.
- ▶ **PRACTIQUE** contando del 1 al 20, diciendo los días de la semana y los meses del año. Suelte el botón de encendido cada 3 a 5 palabras para crear pausas naturales en su discurso.

Consejo: Cuando se sienta cómodo presionando y soltando el botón de encendido, puede empezar a decir palabras más largas, frases de 2 a 3 palabras y, luego, oraciones. Lea algunos párrafos de uno de sus libros favoritos en voz alta para ayudarse con la sincronización.

Consejo: Suelte el botón de encendido cuando naturalmente escucharía pausas en el discurso: Haga una pausa después de una frase, cuando quiera enfatizar una palabra y entre oraciones. Esto le da más tiempo al oyente para entender lo que usted dijo.

TONO Y VOLUMEN

- ▶ **AJUSTE** el nivel de volumen para que pueda escucharse con claridad en su entorno. Trate de reducir el volumen a la mitad para ayudar a reducir el exceso de sonido.



- ▶ **AJUSTE** el tono a un nivel más adecuado para su edad y género usando el botón de tono.

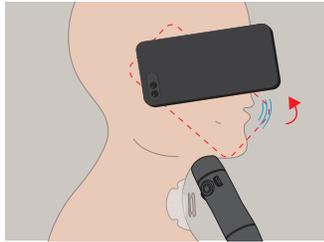
Consejo: Si necesita ayuda, su médico puede configurar el tono de la EL durante una sesión de tratamiento.

CÓMO HABLAR POR TELÉFONO

Si el tono es bastante alto, pruebe ajustarlo un poco más bajo. Los teléfonos pueden captar y distorsionar los tonos altos.

Baje el volumen de la laringe electrónica. Los teléfonos amplifican el sonido, por lo que sonará aún más fuerte para el oyente.

Mantenga la laringe electrónica y el micrófono del teléfono lo más lejos posible para evitar que el teléfono capte un ruido excesivo del aparato. Trate de apuntar el teléfono por encima de su nariz para crear más distancia entre el teléfono y la EL.



Mira el video “Electrolarynx: Resolver la mala calidad del sonido”:

www.atosmedical.us/videos/caretips-electrolarynx-resolver-la-mala-calidad-del-sonido o escanee este código QR:



BOTÓN DE ENCENDIDO SENSIBLE A LA PRESIÓN Y TONO VARIABLE

Tanto la laringe electrónica Provox TruTone Plus como Provox TruTone EMOTE tienen un botón de encendido sensible a la presión. Según el modo en que esté configurado su dispositivo, este botón sensible a la presión determinará la variación de tono que tiene disponible.

El tono variable puede controlarse aplicando una presión suave o fuerte en el botón de encendido. Una presión suave producirá un tono “base” más profundo. A medida que aumente la presión en el botón de encendido, el tono empezará a subir. Esto le permite sonar más natural, ya que puede agregar énfasis a su discurso y mostrar entusiasmo.

Consejos para el uso de la EL:

- Familiarícese con la EL, lea las instrucciones con atención y practique el uso de los controles.
- Solo articule las palabras; no fuerce la salida de aire de su estoma cuando trate de hablar.
- Mantenga el brazo cerca de su pecho o del costado cuando hable, así evitará que su brazo se canse y cambie el ángulo de la EL.
- Mantenga la barbilla en una posición natural (no incline la cabeza hacia atrás cuando hable).
- Mantenga el contacto visual con los oyentes, hable a un ritmo normal y permita que los nuevos oyentes tengan tiempo de adaptarse al sonido de la EL.
- Practique con un familiar; es importante que todos se acostumbren a esta nueva forma de comunicación.
- Tenga cuidado de no cubrir su boca cuando use una EL. Muchos oyentes leen los labios para ayudarse a entender lo que usted dice.

CÓMO PRACTICAR EL TONO VARIABLE

Empiece con frases de tres palabras y repítalas enfatizando cada vez una palabra diferente.

Ejemplo: **¿Cómo** está usted?
¿Cómo **está** usted?
¿Cómo está **usted**?



Puede practicar esto apuntando el dispositivo lejos de usted, de modo que pueda centrarse en agregar y reducir presión. Una vez que se sienta más seguro, puede poner el dispositivo en su punto ideal.



Punto ideal: el lugar en el cuello o la mejilla donde las vibraciones del dispositivo penetran con mayor eficacia en el tejido, produciendo un tono más fuerte.