

Sentirsi
bene

Così si vince la balbuzie

C'è chi si inciampa sulle p, chi sulle m, chi sulle r. Le cause sono fisiche e psicologiche. Perché rassegnarsi? Oggi guarire si può

di **Silvia Pigorini** con la consulenza di **Enrico Caruso**, psicopedagogo specializzato in balbuzie, e **Nardo Nardocci**, neuropsichiatra infantile dell'Istituto Besta di Milano

Ti ha colpito Stefano Filipponi, il giovane concorrente di *X Factor*? Anche lui, come circa un milione e mezzo di italiani, soprattutto uomini, soffre di balbuzie. Per essere più precisi, della forma "labiocreica", caratterizzata dalla difficoltà a pronunciare le consonanti "p", "b", "t" e "d". Come tutte le forme di balbuzie, anche la sua è dovuta a contrazioni muscolari che impediscono alle parole di fluire. Quando canta, invece, il diaframma si rilassa ed ecco che non balbetta più.

Perché le parole si inceppano?

Nella maggior parte dei casi, il problema compare tra i 3 e i 7 anni e i bambini che

balbettano di solito manifestano anche inappetenza, ansia e insonnia. La causa precisa di questo disturbo è sconosciuta, ma ci sono diverse teorie. Si ipotizzano cause organiche, come un malfunzionamento dell'emisfero sinistro del cervello o una microlesione cerebrale; genetiche: in circa il 20% dei casi, infatti, uno o entrambi i genitori soffrono di questo problema che, tuttavia, si manifesta solo sotto stress. E psicologiche, tanto è vero che, facendo attenzione alle consonanti in cui si inceppa, è possibile risalire all'origine emotiva del disturbo. Da uno studio realizzato dallo psicologo Enrico Caruso, in collabora-

zione con l'Università Cattolica di Milano, è emerso infatti che chi ha spasmi sulla "m" e sulla "n" rivela un rapporto conflittuale con la madre, mentre sulla "p" e sulla "b" con il padre. Chi inciampa sulla "r", invece, ha problemi di aggressività, sulla "s" e sulla "l" con la sessualità. Inoltre, si tende a tartagliare soprattutto sul proprio nome, sul titolo professionale e sui saluti, quando cioè ci si espone in prima persona. Mentre è ra-

ro che ci si ingarbugli quando si ha a che fare con persone di cui ci si fida. Ma imparare a non inciampare sulle parole è possibile.

Ogni cura deve essere personalizzata

Gli specialisti ai quali ci si rivolge per la balbuzie sono soprattutto il neuropsichiatra infantile e il foniatra, che mettono a fuoco il problema. Quindi, il disturbo viene trattato su più fronti da un'équipe di esperti, dallo psicotera-



peuta al logopedista. Per combattere la balbuzie, infatti, si utilizzano tecniche corporee, per imparare a decontrarre i muscoli del diaframma, e di rilassamento per contenere l'ansia. Quindi, si possono abbinare esercizi fonici (utilizzando anche la musicoterapia) per correggere i propri errori; tecniche comportamentali (come quelle usate nei corsi che insegnano a parlare in pubblico) e di drammatizzazione (per far rivivere e superare le situazioni che creano ansia come, per esempio, un'interrogazione). E anche la psicoterapia, per migliorare l'autostima e superare il senso di fallimento che spesso accompagna chi balbetta. Gli effetti delle cure sono confortanti: circa il 20% dei casi guarisce completamente, il 60% ottiene buoni risultati, mentre il restante 20% non ha miglioramenti perché, di solito, abbandona le terapie prima del termine. Negli adulti e negli adolescenti la cura antibalbuzie dura circa un anno, mentre nei bambini sotto i 6 anni può risolversi in una decina di sedute. I piccoli sotto i 3 anni, invece, non si trattano perché entro quell'età la balbuzie può scomparire da sola. ●

una
ettrice ci
scrive

QUANDO DIPENDE DA ANSIA E FRETTA

Soffro di balbuzie, ma sto cercando di risolvere questo problema con l'aiuto di uno psicologo. Lo specialista, infatti, mi ha spiegato che "mi mangio le parole" perché quando parlo con qualcuno vengo sempre travolta dall'ansia e dalla fretta.

Lucia Filippo (via e-mail)