

I DISTURBI DEL LINGUAGGIO NELLA MALATTIA DI PARKINSON

I disturbi del linguaggio sono molto frequenti nella Malattia di Parkinson e possono manifestarsi sia con una riduzione del tono di voce sia con la difficoltà ad articolare le parole o con l'accelerazione delle parole alla fine delle frasi sia con la ripetizione involontaria di parole o sillabe o la difficoltà ad iniziare a parlare. Le ragioni di questi disturbi possono essere diverse, prime fra tutte il coinvolgimento della muscolatura respiratoria e la riduzione del flusso espiratorio. Infatti l'aria espirata raggiunge la glottide in maniera inefficiente e come risultato si ha una debole vibrazione delle corde vocali, con conseguente riduzione del tono e variazione del timbro di voce.

Oppure, a causa della rigidità e la lentezza dei movimenti dei muscoli facciali e della bocca, può accadere che si presenti una difficoltà a pronunciare ed articolare le parole (disartria).

Inizialmente il disturbo della parola è rappresentato da una lieve riduzione del tono di voce, che può sembrare monotona e priva di ritmo, ma il cambiamento può essere così lieve che il paziente e i familiari non ne notano la differenza. La difficoltà ad articolare le parole può essere lieve e intermittente oppure più grave, così da limitare la comunicazione e inoltre variazioni del grado di severità possono verificarsi in concomitanza alle fluttuazioni motorie, essere influenzate dalla presenza di eccessiva saliva o semplicemente dalla stanchezza fisica. In particolari casi però questi disturbi possono arrivare a limitare la quotidianità del paziente costringendolo a rinunciare ad una vita sociale piena. Il rischio maggiore è l'isolamento e la perdita di interessi per attività prima svolte comunemente come l'incontrare gli amici o uscire a pranzo in compagnia per il senso di frustrazione che deriva dalla difficoltà di comunicare e farsi comprendere dagli altri..

Cosa si può fare?

Attualmente i centri in cui si effettua la logopedia (la "riabilitazione della parola") sono sempre più diffusi e la figura del logopedista ha acquisito nel tempo sempre maggiori competenze considerando anche le innumerevoli patologie (soprattutto neurologiche) per cui è richiesto il suo intervento.

Il trattamento dei disturbi della parola e del linguaggio può prevedere esercizi orali per aumentare la precisione, la gamma e la coordinazione dei movimenti (consonanti e vocali infatti sono prodotte facendo specifiche sequenze di movimenti dei muscoli della fonazione); se i movimenti sono imprecisi o mal coordinati il suono della parola risulterà alterato e la comprensibilità della parola sarà ridotta.

Il logopedista, innanzitutto, deve individuare per ogni individuo qual è l'aspetto del linguaggio più compromesso: è difficile pronunciare le parole? Il tono di voce è basso? Non vengono in mente le parole esatte con cui esprimere un concetto? La voce ha perso espressione e ritmo?

Una volta focalizzato il tipo di disturbo diversi sono i tipi di approccio proponibili per i disturbi del

linguaggio e molti sono gli esercizi che possono essere proposti: esercizi per aumentare il tono di voce, esercizi respiratori, posturali, esercizi per migliorare l'intonazione e l'enfasi del discorso, per migliorare i movimenti della lingua e delle mascelle, per migliorare l'espressione facciale, per reperire più facilmente le parole da usare ecc.

Per esempio la potenza della nostra voce dipende dal flusso d'aria che respiriamo e quando respiriamo, la nostra parete toracica si espande e il diaframma scende e si appiattisce. Gli esercizi di respirazione cercano di migliorare l'ampiezza del movimento compiuto dai muscoli respiratori, in tal modo si aumenta la quantità d'aria respirata. La sensazione sonora della parola è sostenuta da un flusso espiratorio adeguato: se il flusso è ridotto, si riducono anche la sensazione sonora della parola, la lunghezza dell'espressione e la precisione delle consonanti. Se il paziente viene educato a mantenere una postura corretta con il busto dritto, la nostra parete toracica ha più spazio per espandersi e il nostro diaframma ha più spazio per abbassarsi. Al contrario se la postura è piegata in avanti, l'espansione della parete toracica e il movimento del diaframma sono ridotte.

Perciò, migliorare la postura generale con adeguati esercizi è un primo passo per il trattamento dei disturbi della parola e del linguaggio.

Un consiglio utile, con cui iniziare anche autonomamente a casa propria, è quello di usare sempre un registratore, perché questo permette al paziente di confrontare il volume della sua voce con quella degli altri e di regolare il suo volume di conseguenza (molti pazienti infatti non si accorgono che la loro voce si è indebolita finché non la ascoltano da una fonte esterna!).

Si stima che circa il 90% dei parkinsoniani abbia un disturbo della parola ma solo il 10-15 % delle persone che hanno la Malattia di Parkinson abbia eseguito un corso di logopedia! La discrepanza tra il numero di pazienti indirizzati alla terapia e quelli che presentano problemi di parola probabilmente riflette una mancanza di consapevolezza dei benefici che si possono ottenere nel trattamento dei disturbi della parola e del linguaggio mentre gli studi indicano che i pazienti che eseguono esercizi di "riabilitazione della parola" presentano un miglioramento del linguaggio che risulta più comprensibile e tali benefici sembrano durare per almeno 3-6 mesi dalla fine della terapia.

In conclusione, come avrete intuito, cantare è il più completo esercizio di spontanea riabilitazione respiratoria e vocale, fatelo a casa, ma soprattutto è d'OBBLIGO partecipare alle sessioni di MUSICOTERAPIA!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!

(A cura di Dr Roberta Zangaglia e Dr C. Pacchetti, Centro Parkinson dell'Istituto Neurologico "C. Mondino" IRCCS, Pavia).