

La periodista ha sufrido en la TV por ese problema

# Constanza Solar: "Desde chica que soy tartamuda"

Sergio Vallejos

**A** los seis años, Constanza Solar empezó a sentir el rigor de sus palabras. "En el colegio lo comen- zaron a notar y todo el mundo me molestaba, se burlaban, me decían *Ah, ah, ah*, y yo más nerviosa me ponía", recuerda la periodista de 28

Su fórmula para que no se le note es cerrar los ojos, respirar y leer en voz alta. "Cuando se me traban palabras, zafo con el humor", dice la panelista de "El show después del late".

lengua por así decirlo. Siempre habló mucho, era atarantada, tas, sin duda le afectó. Los niños absorben todo, entienden algo, pero pasaba piola. Es que de chica sabía que yo quería

Mujer

*m*

años, panelista de "El show después del late" (Vive!) y ex rostro de "Toc show" (UCV TV). Eran sus tiempos de kínder, sus primeros años en el colegio Santa María Reina (La Reina), el despertar consciente de su temprana tartamudez.

"Desde chica que soy tartamuda, desde que empecé a hablar. Mis papás no lo tomaron con mucha seriedad, pensaron que se me iba a pasar. Es como lo que pasa con los papás de niños que se demoran en hablar y dicen: *Ya hablará*. Mis primas y mis compañeros del colegio empezaron a molestarme, ellos se dieron cuenta. Fue ahí cuando mi mamá me llevó al doctor", relata.

Ximena Valenzuela (47), empresaria y madre de Constanza, toma la palabra: "Yo pensaba que como la Coni era hiperactiva, se le trababa la

pero después de que nos dimos cuenta, acudimos al fonaudiólogo: ahí empezaba a repetir palabras y cosas así. En el colegio, además, una sicopedagoga la ayudaba. Estuvo varios años en ese proceso, pero siempre su problema se mantuvo".

"Me decían que tenía que calmarme, que lo mío pasaba por un asunto de ansiedad", retoma Constanza. "Pasé tres años en terapia, me pedían que tratara de controlarme, porque así disminuiría la cuestión", continúa.

Otro hecho haría más difícil el proceso. Con siete años, Constanza vio cómo sus padres se separaban: "Creo que con eso explotó más mi tema de tartamudez. Cuando uno vive cosas que te impactan, a veces pasa esto. Ahí no podía ni hablar".

Ximena, la mamá, agrega: "Los niños chicos son esponji-

las cosas a su manera y las penas las somatizan. Fue fuerte para ella".

Pero Constanza no se dejó. "Poco a poco, ya más grande, empecé a controlarme mejor. Comencé a meterme a todos los shows que había en mi colegio, de canto, de lo que fuera. En mi visión tenía dos alternativas: dejaba que me molestaran o me hacía la chorita para que me respetaran. Gracias a mi personalidad, pude hacer lo segundo. Yo soy una persona fuerte, por mi desplante y personalidad he bloqueado el hecho de ser tartamuda. Yo me las arreglaba como podía".

En las disertaciones, por ejemplo, ella apelaba al humor: "Transpiraba de manos, era terrible, pero por mi forma de ser, que soy media payasa, hacía presentaciones graciosas y así no se notaba tanto. Quien hace reír no sufre. Aún hoy cuando se me traban las palabras, zafo con el humor".

**-¿Y en la universidad?**

-En la U nunca lo dije a nadie, porque sino el bullying hubiese sido heavy. Yo creo que pocos lo notaron, alguna vez mi profesor de oratoria me dijo

ser periodista y ningún problema me iba a alejar de eso.

En 2014 llegó a la TV como panelista de "El show...", para luego aterrizar en el "Toc show", del Pollo Valdivia. Ahí volvieron los fantasmas.

"En la tele me pongo súper nerviosa, empiezo a tiritar de manos, sudo. Es pura ansiedad. En *Toc Show* a veces me decían que tartamudeaba mucho, que me quedaba pegada en las palabras, me retaban atrás de cámara, y eso me insegurizaba más. La empecé a pasar mal, me daba lata todo".

Hace tres semanas, y después de discusiones con el equipo del programa de UCV TV, Coni salió del espacio. "Una vez me puse hasta a llorar porque me tenían chata, estaba enojadísima y más se me notaba el tartamudeo. Temblaba entera y era angustia, nomás. Fue mejor haber salido de eso, porque ahora estoy bien, más contenta".

**-Si quieres seguir en TV, debes tomar medidas.**

-Sí, tengo que hacer algo para tratarme, pero no me queda tiempo. Trabajo, estudio y hago eventos. Por ahora

**"En la tele me pongo súper nerviosa, empiezo a tiritar de manos, sudo. Es pura ansiedad".**

ocupo una especie de fórmula que me ayuda a estar tranquila.

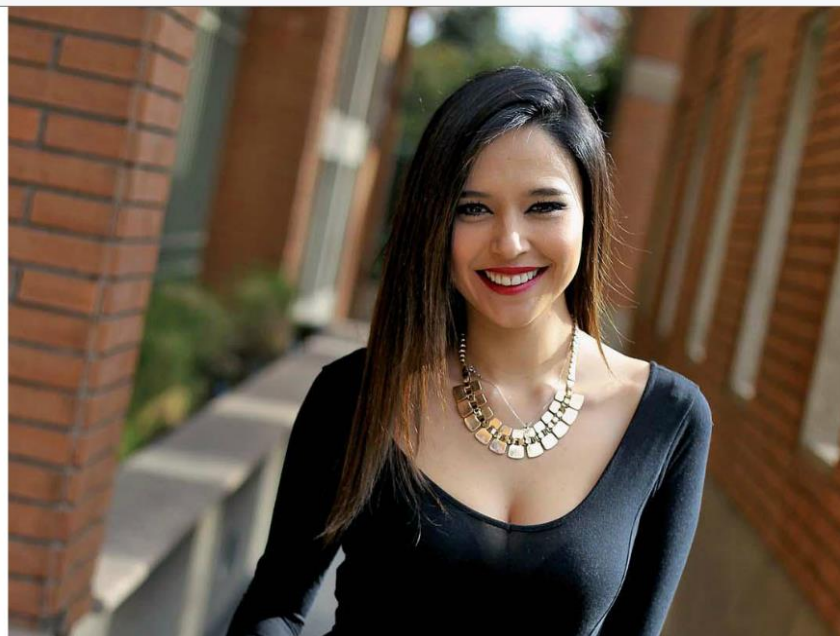
**-¿Cuál es tu fórmula?**

-Siempre que voy a la tele o estoy en la radio, me tomo un minuto para estar tranquila. Cierro los ojos, respiro lentamente y después exhalo. Leo en voz alta, que es parte de lo

que me enseñaron los fonoaudiólogos y repito palabras difíciles. Yo hablo mucho sola y leo mucho en voz alta, por eso hay gente que pasa por el lado mío y debe creer que estoy loca. Lo hago en todos lados, arriba del auto, en la calle, donde sea. Siempre tengo que trabajar en eso. Eso me ayuda a calmar la ansiedad.

**-¿En qué momento tu fórmula no funciona?**

-Cuando la situación me supera. Cuando lloro, tartamudeo a nivel Dios. No lo puedo controlar. Soy como la Chilindrina, no lo controlo, no sé cómo hacerlo. Las situaciones me superan y me pasa eso, todo por nerviosa. Espero superarlo algún día. *m*



## “Es un problema emocional”

“Yo me atrevería a decir que el 100% de las personas tartamudas, lo son por factores emocionales”, establece de entrada Iván Castillo, fonoaudiólogo de la U. de Chile y coordinador del Área de habla de Fonoaudiología de la U. del Desarrollo. “Muchos niños desarrollan la disfluencia (tartamudez) como método de defensa ante situaciones fuertes o estresantes. También pasa cuando el entorno del niño otorga refuerzos positivos al

tema, como por ejemplo decirle: *Qué tierno* cuando éste tartamudea”, sigue.

Castillo explica: “La tartamudez se produce en el lado izquierdo del cerebro, que es racional. Este lado siempre está atento al entorno y le pasa recordando a la persona su propia condición, lo que genera más estrés y ansiedad, generando más tartamudeo. Por eso, cuando personas con tartamudez interpretan a algún personaje, generalmente no

tartamudean. No son ellos, por así decirlo, son personajes los que hablan, activando de paso el lado derecho del cerebro, que es metafórico y artístico”.

¿Tratamiento? “Existen muchos, con alta probabilidad de solucionar casi completamente el tema. Lo principal es potenciarle al paciente un modelo positivo del habla, reprogramar, que la persona entienda que puede hablar bien”, cierra.