# Sagbar para madres y padres

Tu hijo o hija tartamudea y quieres ayudar. Esta hoja muestra qué suele ayudar en el día a día y cómo puede apoyar Sagbar.

## En el día a día

- Escucha y deja que termine de hablar. No acabes sus frases.
- Frases como "habla más despacio" o "respira primero" suelen aumentar la presión. Muestra mejor que te importa lo que dice.
- Habla tú con calma y con pausas, sin hacerlo notar.

## Con Sagbar

- Sentaos juntos y probad un ejercicio. Todos son breves y se pueden pausar en cualquier momento.
- Vuestro logopeda puede enviar una lista de ejercicios. Se abre en la app con un enlace o un código QR.
- Sagbar no necesita cuenta. Nada sale del dispositivo.

---

Sagbar es una app de autoayuda. No sustituye a la logopedia y no hace diagnósticos. Si tu hijo o hija empieza a tartamudear de repente, o tras una enfermedad o una lesión, que lo valore un médico.