



GUÍA DE ORIENTACIONES, EN ESTIMULACIÓN TEMPRANA

PARA NIÑOS Y NIÑAS
CON SÍNDROME DE DOWN DE 0 A 6 AÑOS



GUÍA DE ORIENTACIONES, EN ESTIMULACIÓN TEMPRANA

**PARA NIÑOS Y NIÑAS
CON SÍNDROME DE DOWN DE 0 A 6 AÑOS**

Este proyecto aporta a la inclusión de las personas en situación de discapacidad
y es financiado por el Servicio Nacional de la Discapacidad, SENADIS



fundación
Juan Paulo Munizaga Figari

La presente guía se enmarca en el proyecto FONAPI “Por una igualdad de derechos y oportunidades” de Fundación Juan Paulo Munizaga Figari y es financiado por el Servicio Nacional de la Discapacidad, SENADIS Proyecto Folio 11870-2015 SENADIS

Dirección

Sindie Toro Toro

Editora de redacción y estilo

Helia Murillo Toro

Diseño, diagramación e impresión

Ilustración de portada

Puente Once

www.puenteonce.cl

Ilustraciones capítulo Alimentando mi Lenguaje

Eugenio Opazo Calderón

Todas las fotografías y dibujos fueron autorizados por los padres y madres para ser publicados en la presente guía.

La Serena, Chile, Abril 2016

Autores

Caroldiana Schneider Winfield
Psicóloga

Valeria Tapia Albornoz
Kinesióloga

Jaime Bravo Tapia
Kinesiólogo

Eugenio Opazo Calderón
Fonoaudiólogo

Cynthia Sacre Naim
Fonoaudióloga

Nicoll Jiménez Pastén
Educatora diferencial

Sandra Leiva Becerra
Terapeuta ocupacional

Carla Contreras Sacre
Abogada

Indice

<u>Introducción</u>	<u>06</u>
<u>Estimulación temprana: comprendiendo su importancia</u>	<u>07</u>
<u>Aprendiendo a conocerte</u>	<u>08</u>
<u>Moviéndome aprendo</u>	<u>20</u>
<u>Alimentando mi lenguaje</u>	<u>36</u>
<u>Mis primeros pasos en el aprendizaje y el mundo escolar</u>	<u>46</u>
<u>Hacia mi independencia y autonomía</u>	<u>60</u>
<u>Mis derechos: preguntas y respuestas</u>	<u>70</u>
<u>Otros datos de interés</u>	<u>80</u>

Introducción

El síndrome de Down es una realidad que viven muchas familias de nuestro país, situación que no es fácil de afrontar cuando llega a familias esperanzadas e ilusionadas un/una nuevo/a, y muchas veces, el/la primer/a hijo/a, produciendo un inevitable duelo que dura en algunos casos por largo tiempo. Sin embargo, lo que hace más difícil la situación es la falta de información y, muchas veces, la nula orientación que recibe la familia al momento del diagnóstico, sumado a una sociedad que por norma excluye y estigmatiza a personas en situación de discapacidad. Durante décadas en nuestro país, el síndrome de Down no se visibilizaba, la conducta habitual de las familias y cuidadores/as era ocultar a los/las niños/as, perpetuando las pocas oportunidades de desarrollo para los/las mismos/as, pero hoy las cosas han ido cambiando, hemos avanzado y en la adversidad comienzan a surgir agrupaciones, principalmente de padres, madres y familias que luchan juntos por sacar adelante a sus hijos/as.

En este contexto surge hace casi una década, en la ciudad de La Serena, la fundación JUAN PAULO MUNIZAGA FIGARI, proyecto que ha desarrollado un hermoso y fructífero trabajo dando respuesta profesional y emocional a los/las niños/as y sus familias mediante avanzadas e innovadoras terapias en el área de la salud y educacio-

nales, siendo pioneros con su programa de atención temprana dirigido a niños y niñas con síndrome de Down, grupo que hasta la implementación de dicho programa quedaba desatendido en la región de Coquimbo.

Actualmente contamos con áreas de atención kinésica, fonoaudiológica, terapia ocupacional, educación diferencial y soporte psicológico para toda la familia o cuidadores/as de nuestros/as niños/as.

Queremos destacar que toda atención es gratuita para los niños y niñas, y esta modalidad obedece al espíritu que siempre ha tenido la Fundación y sus profesionales que, más que terapeutas y pacientes, constituimos una gran familia. Bajo esta consigna presentamos a ustedes esta guía hecha con la mayor rigurosidad profesional, en un estilo amable para uso familiar, pero que también servirá de orientación a educadores/as, profesionales de la salud y toda persona que tenga a su cargo o cuidado un niño o niña con síndrome de Down.

Carlos Flores Acosta

Kinesiólogo

Director Técnico Centro de Atención síndrome de Down,
Fundación Juan Paulo Munizaga Figari

Estimulación Temprana

Comprendiendo su importancia

Se ha comprobado que la estimulación temprana tiene un impacto positivo en el desarrollo integral de los/las niños/as con síndrome de Down, disminuyendo los efectos negativos de su condición, promoviendo su autonomía, mejorando su adaptación al entorno y consiguiendo que el/la niño/a adquiera habilidades y conductas que propicien sus oportunidades de inclusión social.

La estimulación temprana se define como el conjunto de actividades dirigidas a la población infantil,

desde los 0 a 6 años, con el objetivo de dar respuesta a las necesidades de los/las niños/as con trastorno en su desarrollo psicomotor, cognitivo, lingüístico, social y/o afectivo o con riesgo de padecerlo. Las actividades de intervención son llevadas a cabo por un equipo de profesionales en distintas áreas como la Kinesiología, Fonoaudiología, Educación diferencial, Terapia ocupacional y Psicología.

La estimulación temprana debe comenzar desde los primeros días de vida, con la participación activa de la familia o cuidadores/as, quienes cumplirán un rol fundamental en el refuerzo de los aprendizajes y progreso del/la niño/a. Es importante también, la integración del/la niño/a con su familia o cuidadores/as: participar de las actividades cotidianas, jugar con otros/as niños/as, tener responsabilidades acorde a su edad; lo que mejorará sus posibilidades de desarrollo, inclusión y autonomía.





*APRENDIENDO A
CONOCERTE*

Introducción

Lo que sigue, se ha escrito para usted, con mucho cariño para apoyarlo/la, sin importar el rol que cumple o el tipo de contacto que tiene o tendrá con un/una bebé o niño/a con síndrome de Down. Le damos la bienvenida a un estilo de vida de inclusión, donde la información nos fortalecerá y las nuevas experiencias nos harán crecer.

Aceptando sus diferencias

En la mayoría de los casos, el proceso de aceptación del síndrome de Down es un duelo de expectativas previamente sostenidas acerca del nacimiento y la crianza de un/una niño/a.

Con cualquier duelo emergen momentos de estabilidad e inestabilidad emocional, una montaña rusa de emociones. Es importantísimo recordar que no existen las emociones “correctas” ni “incorrectas”. Los sentimientos están automáticamente justificados por el solo hecho de sentirlos. Lo que debemos asegurar es no actuar impulsivamente como consecuencia de esa inestabilidad emocional.

En un inicio, al escuchar la noticia del nacimiento

de un/una niño/a con síndrome de Down, es común no sentir nada, ocurre una especie de parálisis emocional. Estar tan sorprendido/a que no se sabe qué sentir. Debido a este estado de shock, es importante reconocer lo que está pasando y, revisar y sentir las emociones para poder elaborar lo que nos está pasando.

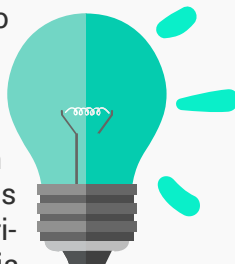
Se puede reconocer el tipo de emoción que se está sintiendo, dependiendo del lugar del cuerpo en que la sensación se está experimentando. Por ejemplo:



Una vez que podemos reconocer la emoción que nos inunda, debemos intentar dejarla correr, tomando conciencia de ella y buscar la manera de sobrellevarla. Hay que recordar que toda emoción es pasajera, por lo tanto, cuando la abordamos de buena manera, pasará más pronto el impacto de esta emoción.

Es útil hablar y procesar nuestras emociones con personas de nuestra red de apoyo que pueda estar constituida por nuestros/as amigos/as más cercanos/as, la familia u otros sistemas de apoyo institucionales que están preparados para hablar y escuchar lo que nos está pasando. Esta red ayuda a disipar el efecto apremiante de las emociones y a ponerlos en perspectiva en nuestra vida y en nuestros contextos. Otra estrategia, para evitar reprimir estas emociones, es expresarlas hacia el/la bebé, puede llorar e incluso contarle lo que siente por él/ella, teniendo por seguro que su bebé no lo/a entenderá.

Con el tiempo, empezamos a comprender y procesar lo que ocurre, pero no lo podemos creer, este proceso se llama negación. No podemos creer que esta experiencia nos esté ocurriendo, empezamos a negar los hechos, a pensar que los/las doctores/as están equivocados/as: “pero si yo soy joven”, “estoy saludable”, “cuidamos al/la bebé perfectamente”; a buscar explicaciones que nos permitan negar lo que estamos viviendo o a buscar explicaciones, causas, sobre la experiencia.



Quizás, por un tiempo se le haga más fácil negar el síndrome de Down, por ejemplo, no hablando de ello o llenándose el día de actividades que lo/la mantengan ocupado/a. La negación, muchas veces, da tiempo para encontrar fortaleza y protegerse de tener que afrontar algo que sería muy difícil y demasiado pronto.

Un buen ejercicio para conocer lo que nos está pasando es identificar la necesidad que hay detrás de cada emoción, por ejemplo:

Tristeza: Es la sensación de vacío, abatimiento; una de las primeras emociones sentidas después de una pérdida. Surge la necesidad de consuelo, apoyo, palabras y personas que ayuden a llenar y/o explicar el vacío.

Frustración: Es sentirse fracasado/a por haber perdido o no haber logrado algo que esperábamos. La información (como esta guía y muchas otras fuentes de apoyo) es fundamental para adquirir la perspectiva necesaria.

Protección: Aumenta la sensación que el niño/a con síndrome de Down está indefenso/a y necesita ser protegido/a. Aquí, emerge la necesidad de adquirir herramientas e información para reconocer por qué surge esta aprehensión, si son pertinentes o no y cómo regularlas.

Rechazo: Aunque quieren protegerlo/a, también rechazan el síndrome de Down, lo cual hace surgir sentimientos de culpabilidad. La necesidad aquí es de tiempo, sinceridad y apoyo.

Vergüenza: En los primeros momentos no quieren mostrar al/la niño/a a los demás, limitando las relaciones sociales. Así que, ¿cuál es la necesidad? Valor para perdonar sus propias emociones y valor para perdonar a los demás por sus reacciones desinformadas. La vergüenza está relacionada con el desconocimiento, con las expectativas, con patrones culturales, pero también con las relaciones sociales demandantes y exitistas que están fundadas en la homogeneidad. Estos patrones tan exigentes y con los que se tiene la impresión o la idea que no se pueden cumplir, generan toda una serie de incomodidades (que pueden ser relacionadas con la vergüenza) a la exposición pública y a la emergencia de comportamientos basados en la ignorancia y la compasión que no están acorde con el desarrollo de los derechos humanos.

Ir afrontando este “cambio de planes” permite acoplarse como familia, como sociedad, a compartir pensamientos y emociones, a aprender juntos, practicar nuevas habilidades individuales y sociales y comenzar lo más pronto posible a rehacer la vida incorporando las diferencias y la diversidad que se ha ido integrando a nuestras vidas.

Lentamente comenzamos a aceptar la realidad de la nueva situación y a entender que se trata de un hecho permanente.

★ Aprendemos a vivir con ello; nos adaptamos y encontramos fuerza y esperanza ante los acontecimientos y emociones que antes nos derrumbaban. Es un

proceso de aceptación que podemos resolver saliendo fortalecidos/as, buscando información oportuna y de calidad, hablamos con profesionales y otros padres, madres; tutores/as, cuidadoras/es; aprendemos, aprendemos, aprendemos. La información es poder y de a poco nuestras vidas se reorganizan en un contexto nuevo de diversidad y desafíos.

Como verá en la siguiente sección, la mayor necesidad del/la niño/a es su cariño. Él o ella quiere su atención, sus caricias, quiere escucharlo/a contarle un cuento o cantarle una canción. Independientemente de lo que sienta, el niño o niña la/o necesita y tenga por seguro que de todas las personas del mundo, usted será la/él mejor para el/la bebé.

Encariñándome con él/ella

No hay duda de que madres, padres y cuidadores/as de niños/as con síndrome de Down son personas normales con el común deseo (reforzado por nuestra cultura) de tener una familia, regalarlos/as, disciplinarlos/as cuando sea necesario y educarlos/as a medida que van creciendo. Durante el embarazo, muchas veces se imaginan al/la chiquito/a caminando por la playa, a la/el jovencita/o jugando con el perrito en el patio, pero rara vez se imaginan a un/una doctor/a diciendo que el/la bebé nació con síndrome de Down.

Independientemente del diagnóstico, lo esencial es recordar que el/la niño/a con síndrome de Down es un/una integrante de la familia y de la comunidad y, como en todos los casos, conocerlo/a será una aventura llena de sorpresas, satisfacciones y oportunidades de crecimiento para todos/as.

Para entender un poco este proceso de conocimiento mutuo, es importante hablar de apego.

El apego es la relación afectiva más íntima, profunda e importante que establecemos como personas. Es un desafío para generar vínculos sólidos y duraderos. Aunque se sigue cultivando durante toda la vida, los primeros años son importantísimos; puesto que un niño o niña que logra desarrollar sanos lazos de apego con su familia o cuidador/a tendrá un mejor sentido de seguridad, más confianza en sí mismo/a y en quienes lo/la rodean, y mayor autonomía e iniciativa para enfrentar el mundo. Cabe mencionar que el apego no sólo se cultiva en las instancias positivas de crianza, sino más específicamente se desarrolla cuando el niño/a lo necesita: cuando se siente solo/a, cuando está dolido/a, cuando tiene hambre, cuando está enfermo/a. En otras palabras, el apego depende directamente de cómo usted transmite sensaciones de seguridad, estabilidad y confianza.

Algunas claves para cultivar un apego seguro, consistente y confiado, son:

Durante la lactancia

Dentro de las posibilidades, aliméntelo/la cuando lo solicite evitando los horarios, mírelo/a a los ojos, sonríale, háblele. Si está alimentándolo/la con mamadera, intente modelar el posicionamiento de la mamadera junto a su pecho, incluso turnándose de lados a lo largo del día.

Instancias de juego

Aproveche el juego para cultivar el apego prestándole atención focalizada y reforzando positivamente sus interacciones. Recuerde que no sirve solo interactuar con el niño/a durante las instancias positivas, es fundamental entregar seguridad y tranquilidad cuando necesita de usted.

Contacto físico

Cuando el/la niño/a se siente molesto/a, triste, solo/a, asustado/a, la mejor medicina es un abrazo de alguien que lo/a quiere. El contacto físico le da seguridad y lo/la protege (aunque sea solo por ese momento) de cualquier temor. Puede también hacerle un pequeño masaje, eligiendo un tiempo quizás antes de dormirse, en un ambiente suficientemente abrigado sin mucha distracción, con un poquito de aceite o crema para bebé (probándolo en un área pequeña antes de comenzar el masaje). Empiece por las piernas, ya que el/la bebé está acostumbrado/a a ser tocado/a ahí cuando le cambian el pañal, prosiga siempre que el niño/a parezca estar disfrutando del masaje, estando muy atento/a en cómo procesa el tacto.

Busque en el día y la noche todas las oportunidades que hay para cultivar un apego seguro con él/ella. Olvídense del miedo a malcriarlo/a, ya que al entregarle “todo” su cariño le está enseñando a confiar en una fuente consistente de apoyo y seguridad que es usted, para que luego pueda confiar en sí mismo/a y en quienes lo/la rodean. Por supuesto que existe un balance importante para que desarrolle la autonomía e independencia que es necesaria, pero todo a su debido tiempo. Parte del apego seguro es estar atento a cuando necesita apoyo para seguir desarrollándose, por ejemplo, cuando está listo/a para destetar o dejar los pañales, como veremos a continuación.

Dejando el pecho

Elegir cuándo destetar puede resultar difícil. Lo importante es decidirlo como familia, observando y estando atentos/as a las necesidades del/la niño/a y el cuerpo de quien da pecho. Se recomienda leche materna exclusiva hasta los 6 meses, a libre demanda y libre disposición, manteniendo lactancia complementaria con otros alimentos hasta los 2 años o más. Pero, como existen tantos factores diferentes que influyen, recuerde que la decisión que vale es la que toman en familia.

Existen dos fórmulas básicas para destetar: la

primera es “no ofrecer, no negar” lo que significa dejar de ofrecer pecho, dándole solo cuando lo pide. La segunda norma complementaria es “darle algo mejor a cambio”, ofreciéndole alternativas de comida antes de que él/ella pida el pecho, evitando el conflicto. Recuerde que la lactancia no solo soluciona el hambre, sino también complace una necesidad afectiva, por lo que cuando pide, intente darle algo de leche para luego cambiar a otra actividad, como son los juegos, las caricias y otras herramientas de consuelo (un peluche regalón, por ejemplo). Es importante también incluir al padre o alguna otra figura parental, ya que él/ella puede generar el consuelo y cariño alternativo/adicional necesario en este proceso.



Tip para la mamá:

si sus pechos se congestionan, sáquese un poco de leche para evitar una mastitis, de a poco su cuerpo producirá menos. Ojo, si extrae la leche completamente provocará una producción de leche aún mayor.

Dejando los pañales

Todos los niños/as son diferentes, con o sin síndrome de Down, y debemos respetar sus ritmos de acuerdo a distintas etapas del desarrollo y maduración. Recuerde que parte del apego seguro es estar atento a las

señales del/la niño/a que le informan que está listo/a para dejar los pañales, por ejemplo: le incomoda el pañal sucio, muestra que quiere quitárselo; da algunas señales que tiene ganas de ir al baño (avisa, se agacha, cruza las piernas); pasa dos horas con el pañal seco (significando que los músculos de su vejiga se están fortaleciendo); trata de imitar a los demás integrantes de la familia cuando van al baño; puede subirse y bajarse la ropa interior. Cuando ya se observan las señales de preparación, asegúrese de que usted tiene el tiempo, la paciencia y el humor necesario para emprender este entrenamiento.

Para empezar, debe crearle una rutina (después del desayuno, de la ducha) para sentarse en su orinal o asiento especial, una vez al día, completamente vestido/a. Sin presionarlo/a, ni obligándolo/a a mantenerse sentado/a. Luego, cuando esté acostumbrado/a, la idea es que lo haga sin pañal, explicándole qué y cómo se hace sin exigir o insistir demasiado, reforzando positivamente cualquier intento.

Sabemos que los niños y niñas aprenden por imitación, por lo que la manera más natural de aprender a



usar el inodoro es observándolo/a a usted. También es útil identificar las señales habituales de aviso del/la niño/a para poder preguntarle si quiere ir al baño. Es común que diga que “no” y se haga igual, recuerde que él/ella se está recién acostumbrando a estas sensaciones.

Al final del día, recuerde lo importante que es para el/la niño/a poder adquirir esta habilidad, en plena confianza de que ustedes estarán ahí para apoyarlo/a tanto en sus avances como en sus retrocesos.

Disciplinándolo/la

Es importante notar que el/la niño/a con síndrome de Down no difiere en lo absoluto a los otros niños y niñas en cuanto a la disciplina. Como familia o cuidadores/as la oportunidad está en luchar por la inclusión en la manera que crían y, en efecto, disciplinan al/la niño/a. Enseñándole a dar y recibir, compartir juguetes, comida, colaborar con los oficios de la casa, participar con sus ahorros en los regalos de la familia, hacerle respetar su turno, a no ser permanentemente el centro de atención, ni de sentir la necesidad de ser obedecido/a.

Cuando el/la niño/a actúe de forma inadecuada, es preciso expresar de forma clara y firme el enfado man-

teniendo contacto visual durante breves segundos, pero recordándole de inmediato que es bueno/a y capaz. “Lo que has hecho está mal, a pesar de que sigues siendo un/una buen/buena niño/a”. No estamos enojados/as con él/ella, sino que nos molesta su comportamiento inadecuado. Esto funciona con mayor fluidez si la figura parental ha establecido la norma antes de que ocurriera la trasgresión, reforzando la importancia de establecer un estilo de comunicación abierto y claro en el hogar. Es práctico también recordarle otras situaciones en que actuó de forma correcta y en las que se le felicitó por su buena conducta.

Todos los/as niños/as son diferentes, por lo que alguna técnica para corregir las conductas desalentadoras funcionará para uno/a y no para otro/a. A medida que van creciendo, las técnicas también irán cambiando, al igual que el contexto en que ocurre el incidente. Recuerde que todas las técnicas necesitan consistencia e inmediatez. No sirve disciplinar algunas veces y otras no, por el mismo mal comportamiento. La consistencia no solo va en uno, sino también en la alianza parental que cría al niño/a, en conjunto deben conversar lo que es y no es permitido, para así evitar desautorizarse frente a él/ella, dando cabida a que un padre, madre o cuidador principal sea el/la “buena onda” mientras que al otro “no debemos pedirle nada”. En cuanto a la inmediatez, tampoco sirve disciplinar mucho tiempo después del incidente: si el niño/a no recuerda qué hizo mal, no podrá cambiar su comportamiento.

Técnicas para ajustar el comportamiento:

Redirigir el comportamiento del/la niño/a

En lugar de decir “No” o “Para (detente)”, distraiga al/la niño/a con un juguete o una nueva actividad.

Establecer límites

Explicar en un contexto tranquilo las expectativas de comportamiento del/la niño/a, incluyendo algunas reglas familiares justas, fáciles de seguir y reforzadas.

Llevar registro del buen comportamiento

Anotar en una especie de tabla y contar los días en que el/la niño/a se haya comportado mejor que otros o haya logrado algún objetivo previamente conversado. Es útil fijar un reforzamiento (salida, regalo, permiso) luego de completar la semana o el mes.

Amortiguar la conducta con una actividad física

Los niños y niñas necesitan liberar su energía regularmente a través del juego. Son más fáciles de manejar cuando se recargan físicamente. Nótese que sus malas conductas son, muchas veces, energías mal dirigidas.

Proveer de opciones

Dele al niño o a la niña una opción, por ejemplo: “puedes usar el chaleco verde o la chaqueta roja”. Esto le da una sensación de control y alienta a que tome sus propias decisiones. También lo/a obliga a elegir algo que es posible obtener en aquel instante versus el traje de

Ironman que, seguramente, sería su primera opción, por ejemplo.

Tiempo de silencio

Deje al niño o a la niña en una silla en la habitación con usted por un tiempo determinado, sin hablar.

Animarlo/a a compartir sus sentimientos

Pídale usar palabras, colores o historias para describir cómo se siente cuando está expresando tristeza, ira o miedo. Los sentimientos reprimidos encuentran la forma de salir en conductas disfuncionales. Entrene al niño o a la niña a etiquetar y entender sus emociones.

Entendiendo su frustración

Todos sabemos lo que es sentirse frustrado/a. Como adultos/as, casi siempre podemos explicar o encontrar la causal de este sentimiento de frustración e intentamos encontrar una solución. Muchas veces, el niño o niña no tiene la misma suerte; quizás no puede comunicar el porqué de su frustración o no puede solucionarlo o, probablemente, ambos. Un niño o



niña frustrado/a significa un/una adulto/a frustrado/a, por lo que lógicamente resulta importante descifrar el origen de la frustración para intentar solucionarlo. En general, hay cuatro grandes causales:

1 No son entendidos o entendidas

Lo primero es encontrar una forma de comunicarse. Dependiendo de las habilidades y posibilidades del/la niño/a, se puede trabajar con señas, imitación o tarjetas. Si el/la niño/a utiliza un lenguaje difícil de comprender, es importante mostrar entendimiento con la atención visual y también, verbalmente, repitiendo las palabras oídas aunque no se entienda por completo lo expresado.

2 No reciben lo que quieren

A nadie le gusta que le digan que no, pero es aún más frustrante si no se entiende porqué nos privan de algo que deseamos. Por esta razón, dentro del entendimiento del/la niño/a debe, brevemente (y de manera firme), explicar por qué no lo puede tener/hacer. Aquí es útil premiar el entendimiento y la paciencia del/la niño/a, condicionando este tipo de respuesta. También resulta práctico pasar rápidamente a otra actividad (que sí es posible), quitando el foco de aquella petición.

3 Celos

Esto es común, especialmente si tiene hermanos/as (en casa), amigos/as o compañeros/as (en el aula). Es importante no hacer muchas comparaciones, a menos que sean con un fin educativo siempre recordando la capacidad individual de cada uno de los/as niños/as.

Es útil, en ocasiones, comparar al/la niño/a con él/ella mismo/a, notando los retrocesos y avances que ha tenido. A diferencia del castigo, la disciplina puede ser positiva también, mostrando y verbalizando virtudes y fortalezas como reforzamiento positivo.

4 Atención

La causa más común es “no tengo la atención que quiero ahora”. Esto se traduce en hacer lo que sea por obtener esa atención tan codiciada, incluso golpear, tirar, botar... Es difícil, especialmente en un lugar público, pero la mejor receta es ignorarlo completamente, enseñándole que la atención es un premio del buen comportamiento (vea la siguiente sección).

Entendiendo y afrontando sus berrinches

Cuando un niño o niña tenga una rabieta o un berrinche, lo primero que debemos hacer es mantener la calma. Recuerde que las rabietas son normales y que no son su culpa. Los niños y niñas tienden a afirmar su independencia alrededor de los dos a tres años, por lo que el deseo de control a menudo se manifiesta cuando se les dice “no”. La situación se vuelve más compleja, porque muchas veces el/la niño/a no tiene el vocabulario

suficiente para expresar sus sentimientos o necesidades.

Es importante tener presente que las rabietas son un comportamiento para llamar la atención. El/la niño/a se siente frustrado/a y tiene alguna necesidad o alguna emoción que no logra verbalizar o a la que no cedemos. Dependiendo de la causa, como adulto/a responsable se responde de forma distinta:

- Si el/la niño/a llora por dejar a su figura parental principal, probablemente se siente inseguro/a (recuerde el anteriormente mencionado “apego seguro”), por lo que se aconseja a cuidadores/as, familiares u otras figuras parentales intentar brindarle seguridad, manteniendo contacto visual, tenerlo/a físicamente cerca, hablándole tranquilamente e intentado distraerlo/a cambiando a una actividad que le guste o poniendo una cara graciosa.
- Si el berrinche no es por inseguridad, si no por querer algo que no puede tener, por ejemplo, un celular o un juguete que utiliza otro/a niño/a, se debe intentar minimizar la duración e intensidad de la rabieta, ignorando el comportamiento. En tanto que el/la niño/a esté seguro/a y no esté siendo destructivo/a, el hecho de alejarse o hacer otra cosa funciona. No hable ni reaccione hasta que el comportamiento cese. Luego, se debe reconocer el comportamiento y ayudar al/la niño/a identificar los sentimientos detrás de la rabieta: “He oído que te sientes enojado/a” o “veo que estás llorando ¿te sientes triste?”. Luego dirigir al niño o a la niña, a través de estas oportunidades de aprendizaje, hacia alternativas más adecuadas,

explicando por qué no puede tener el celular pero sí puede tener otro juguete, enseñando habilidades como pedir y compartir con sus amigos/as, compañeros/as y/o hermanos/as.

Hablando del síndrome de Down en casa

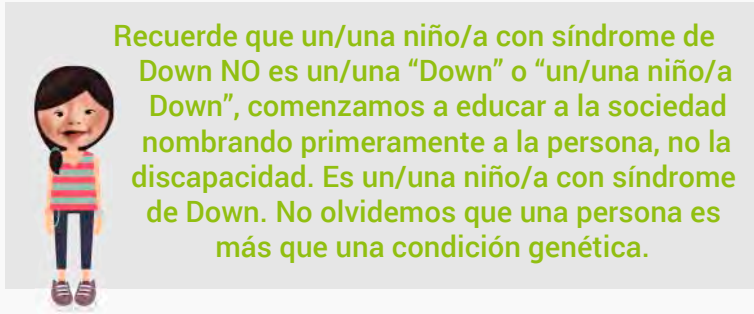
En un principio quizás no queremos contarle a nadie. Pensamos: “todavía no se nota, nadie se dará cuenta”. Con este pensamiento, aunque completamente común, fomentamos la noción de que el síndrome de Down es algo malo, algo que debemos esconder, perpetuamos la mantención de los prejuicios en relación a una condición de salud como es el síndrome de Down.



Probablemente, en un inicio, tendrán poca información de lo que realmente es esta condición genética, por lo que primero se debe crear una atmósfera en la que se pueda dialogar libremente de los sentimientos e inquietudes, ya que un diálogo sincero y bien informado disipará dudas y preocupaciones. Específicamente en hogares donde hay hermanos/as u otros niños/as de edades cercanas, si sienten que tienen un lugar seguro dentro del grupo familiar, aceptarán y apoyarán al/la nuevo/a integrante con síndrome de Down. Resulta igual de importante modelar (como figura de autoridad en su hogar, sala de clases, el mundo) una actitud de inclusión en sus palabras, decisiones, acciones y preferencias (aunque quizás no las sienta al 100%).

Como familia o cuidadores/as, aparte de crear un clima de confianza, a veces nos preocupa esa “primera conversación”. Idealmente no debería ser solo “una primera conversación a una cierta edad”, sino una continuidad de diálogos. El síndrome de Down es una condición compleja entendida a distintos niveles, a medida que madure el niño/a. La edad perfecta para explicarlo no existe, ya que desde sus primeros días comienza la educación. A una temprana edad, los/las otros/as niños/as podrían entender que el/la niño/a con síndrome de Down quizás necesite un poco más de ayuda. También se puede explicar que todos tienen fortalezas y debilidades, algunas más obvias que otras. En el diario vivir, es importante utilizar el nombre de la condición, ya que esto les enseña que no es una “palabra mala”. Como mencionamos anteriormente, lo más importante es establecer un

ambiente seguro y cómodo para tener y hacer preguntas. Demuéstreles a los/las demás que las preguntas son bienvenidas, modelando sinceridad y empatía al responderlas.



Protegiéndolo/a

Hoy en día, no es fácil criar o apoyar en la crianza de un/una niño/a. Casi por naturaleza desconfiamos de aquellos que interactúan con los nuestros. Este deseo de proteger es instintivo y también una hermosa muestra de amor. Lo complicado es cuando sobre-protegemos: invalidamos sus propias capacidades y “encogemos” su autonomía. A veces, no nos damos cuenta de que la mejor forma de cuidarlo/a y protegerlo/a es entregándole la información y las herramientas que él o ella necesita.

Parte de lo mencionado, incluye que el niño/a entienda la noción “mi cuerpo, yo decido”. Con todo/a

niño/a sirve ser concreto/a, pero esto es especialmente importante con el niño/a con síndrome de Down. Se puede proseguir abordando la temática desde una explicación verbal, enseñándole a identificar los diferentes tipos de contacto físico: bueno (abrazo de alguien que te quiere), malo (empujón del/la amigo/a) y confuso (algo que quizás se sienta bien en un principio, pero luego nos damos cuenta de que algo anda mal, quizás nos pidan guardarlo como secreto, o que es un juego que solo se juega con esa persona).

Luego, le explicamos los tres pasos a seguir si es que alguna vez experimenta un toque confuso: 1) pedirle a la persona que lo está haciendo que pare; 2) escaparse de la situación; 3) avisarle a un/una adulto/a de confianza. Su misión si es que esto ocurre: creerle. La inmensa mayoría de los niños/as no inventan este tipo de vulneración. Aparte de creerle, debe asegurarle que no es su culpa, que no debe temer y que hizo muy bien al contarle.

La enseñanza verbal, aunque necesaria, es solo una parte. Modelamos esta noción al no obligarla/lo a darle un beso a la abuela o al amigo del cuidador, si es que no quiere; al preguntarle si podemos limpiar su trasero o podemos ayudarla/lo en la ducha antes de tocar su cuerpo. Familia y cuidadores/as, son los primeros educadores, lo que recalca la importancia de que ustedes le devuelvan ese control sobre su cuerpo al niño/a a medida que vaya creciendo. ■



*MOVIÉNDOME
APRENDO*

La Kinesiología en la estimulación temprana

Dentro de las diferentes intervenciones desarrolladas en la estimulación temprana, la neurokinesiología, especialidad kinésica, utiliza diferentes técnicas de neurodesarrollo que trabajan los distintos patrones de movimiento por medio de diversos ejercicios. Gracias a éstas se podrán alcanzar los correctos hitos motores, (control cefálico, el sentado, gateo, ponerse de pie, caminar, etc.) que favorecen el desarrollo e independencia del/la niño/a en las primeras etapas.

Posteriormente el/la niño/a dará paso a las habilidades como la marcha, carrera, salto, equilibrio, esquema corporal; donde el trabajo de éstas permitirán un adecuado desarrollo psicomotor en el juego e integración con el medio.



¡Recuerde!

Los primeros años de vida son críticos. Es muy importante considerar que entre los 0 y 3 años es la etapa más sensible en el desarrollo del niño o niña; por lo que la estimulación temprana será clave en su futuro.



Sugerencias antes de iniciar los ejercicios de estimulación

- Siempre desarrolle las actividades en un lugar tranquilo, limpio y seguro.
- Participen ambos padres o las personas encargadas de su cuidado.
- Las actividades deben ser realizadas diariamente y al menos 3 veces al día.
- Las actividades deben ser acompañadas con música, juegos, risas, cantos, etc.
- El momento ideal para la estimulación es cuando está despierto/a y tranquilo/a.
- Aproveche las actividades diarias como la alimentación, muda, baño, juego para estimularlo/a.

Distintos materiales ayudarán a desarrollar los ejercicios. Tenga a mano: sonajeros, almohadas, rollitos, pelotas, cubos, túneles, mesas pequeñas, set de equilibrio (bancas, escalones), aros, etc.

Etapa I

Para el/la recién nacido/a, es el primer contacto con el mundo exterior, donde todo es nuevo para él/ella; presenta una serie de reflejos que irá perdiendo a medida que van pasando los primeros meses. Mantiene sus brazos y piernas flexionadas, sus manitos están cerradas en puño, reconoce la voz de sus padres/madres o de quienes estén a su cuidado. Luego en los primeros meses, sigue un proceso de adaptación y aprendizaje de los estímulos externos.

Los ejercicios permitirán fortalecer su musculatura de cabeza y cuello, para su posterior control; transmitir seguridad y tranquilidad a través de la contención de su padre/madre, cuidador/a o la persona que esté a su cargo; preparar y activar musculatura de columna y cintura para su posterior sentado.

Manipulación, posicionamiento, contención y diálogo mutuo

1 Utilice nidos, almohadas o rollos para dar un adecuado posicionamiento y contención al/la bebé. Realice cambios de posición que favorezcan la simetría y que lleven su cuerpo a la línea media.



2 Ponga al/la bebé boca arriba y posicione sus manos a cada lado de su cabeza. En ese momento mírelo/a a los ojos y háblele, esto favorecerá la simetría y línea media.



3 La manipulación y posicionamiento del/la bebé deben ser con movimientos suaves y seguros asociados con una estimulación táctil como masajes sobre su cuerpo.

4 Al momento de la lactancia, siéntese en un lugar cómodo, libre de distracciones. Háblele, cántele y susúrrale al/la bebé; esto favorecerá la comunicación con él/ella. En esos momentos se formará un diálogo tónico y un proceso de aceptación mutua.



Control de la cabeza y cuello

1 Acueste al/la bebé boca abajo sobre una superficie firme, extienda sus brazos. Trate de llamar su atención por medio de objetos sonoros (cascabeles, papel celofán) o mediante sonidos alegres.



2 Posicione al/la bebé boca abajo y ubique bajo su pecho un rollito; deje que sus manos se extiendan. Estimule la espalda del/la bebé con movimientos descendentes repetidos (desde el cuello hacia la cadera). Como rollito puede usar sus propias piernas (muslos).

Moviéndome aprendo



3 La posición ideal para cargar al/la bebé es tomarlo/a con la espalda apoyada en su pecho mirando al frente y una de sus manos bajo las piernas. Esta es una tomada segura que le permitirá tener un control de cabeza, alinear su columna y favorecer una exploración del medio.



Actividades para los brazos y piernas

1 Acueste al/la bebé boca arriba. Estire y doble sus piernas.



2 En la misma posición, boca arriba, doble una pierna, mientras la otra permanece estirada; mueva al/la bebé desde la cadera, llevándolo a un giro o semigiro y trate de que su cabeza siga el movimiento del cuerpo.



3 Boca arriba estire sus brazos y piernas logrando que se toquen sus pies y manos; luego muévelo/a de un lado a otro. Vaya alternando el contacto de una mano con su pie contrario y luego con la otra mano.



4 Estire las piernas del/la bebé, realice movimientos de compresión sobre la planta del pie con las rodillas estiradas, esto favorecerá la activación de su tono.



5 Realice masajes en la palma y planta de sus manos y pies, esto favorecerá el desarrollo y formación de sus respectivos arcos. Y no tendrá sus manos cerradas.



6 Acuéstelo/a en el centro de una frazada y entre dos personas, mesa al/la bebé en diferentes direcciones, esto estimulará su sistema vestibular y sensorial.



Moviéndome aprendo

¡Recuerde!

Mientras realice cualquier ejercicio con el/la bebé, estando boca arriba, utilice objetos llamativos y sonoros (campanas; cascabeles, etc.). Posiciónelos a unos 20 centímetros de su cara para que llamen su atención. Mueva el objeto hacia la derecha y la izquierda, para que el/la bebé lo/la siga con la vista.

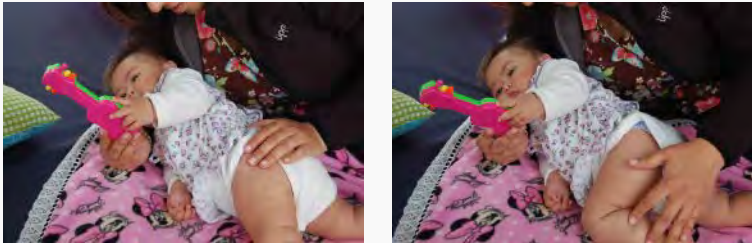


Etapa II

En esta etapa el/la bebé, ya logrará sostener de mejor forma su cabecita y se apoyará sobre sus codos cuando se coloca boca abajo. Logrará adoptar la postura sedente (de sentado), aunque la mantendrá solo por algunos instantes. Los ejercicios ayudarán a que desarrolle el sentido de la orientación en el espacio y equilibrio, al variar la posición de su cuerpo, y que adopte la postura sentada.

Actividades para desarrollar el control de tronco, giro, alcance y sentado

1 Para favorecer los giros, posicione al/la bebé de lado y pase una mano bajo su cabeza; con la otra tome su cadera y llévelo/a a dar el giro. Recuerde siempre estimular con un objeto para que el/la bebé trate de alcanzarlo. Realice el ejercicio para ambos lados.



2 Posicione al/la bebé boca abajo, extienda sus brazos y estimule con un juguete que llame su atención para que trate de tomarlo. En la misma posición pase las manos bajo su pecho para que se estire y se apoye firmemente en sus antebrazos.



3 Posicione al/la bebé boca abajo sobre un rollito, con sus brazos por delante del rollo y las piernas dobladas; estimule con algún objeto que llame su atención para que tenga la cabeza levantada.



4 Si al/la bebé le cuesta levantar la cabeza, póngalo/a en la misma posición descrita anteriormente y, levantando suavemente su cabeza, llévela hacia arriba, estimulándolo/la con un juguete, con el objetivo de que lleve la vista al frente.



5 Siente al/la bebé en su pierna y ponga una mano por delante de su pecho y la otra por la espalda y trate de mantener el control de su tronco por algunos segundos.



6 Doble sus rodillas y posicione al/la bebé, sentándolo/la en sus piernas; tómelolo/a por debajo de sus brazos y trate de mantener su control de tronco por algunos segundos.



7 Posicione al/la bebé, en el balón terapéutico (puede utilizar una pelota grande), boca abajo y con sus brazos apoyados; realice cargas sobre sus antebrazos con movimientos de rebote.



8 Con el balón terapéutico, posicione al/la bebé boca abajo; y, con movimientos firmes y rápidos, pero no bruscos, lleve el balón hacia adelante y atrás.



9 Siente al/la bebé sobre el balón, tómelo/a desde sus caderas y realice movimientos de rebote. Utilice un objeto llamativo y posícionelo en altura para que trate de alcanzarlo y así mantenga su tronco alineado y derecho.



lo/a del tronco y muévelo/a de un lado al otro con la finalidad de que el/la niño/a pueda poner las manos para no caerse. Esto también lo puede realizar sobre un balón terapéutico.



Etapa III

En esta etapa, el/la bebé ya tiene un mejor sentido y comienza con el gateo. Intenta y hace esfuerzo para adoptar la posición de pie, por medio de la trepa o sujetándose de un mueble, aunque sea por algunos instantes. Los ejercicios permitirán desarrollar la transferencia de posición de espalda o echado a la de sentado. De sentado pasar a cuatro apoyos e inicio de la reptación y posteriormente, el gateo.

Actividades para desarrollar control de cabeza, brazos y posición de gateo

1 Ponga al/la bebé sentado/a en una superficie, tómelo/a



2 Siente al/la bebé y coloque una mesa frente a él/ella, que quede a la altura de los hombros y que juegue con los brazos adelante y sobre la mesa. Luego coloque la mesa al lado del/la niño/a para que realice rotación de tronco; y, finalmente, cambie la mesa hacia el lado contrario. Siempre estimule ambos lados. La finalidad es que gire el tronco, sin necesidad de mover sus piernas.

3 Utilice un rollito o su propio muslo y ponga al/la bebé boca abajo sobre el rollito. La idea es que queden sus manos por delante del rollito apoyando las palmas de las manos. Doble una de las rodillas y realice pequeñas cargas de peso sobre ella.



4 Coloque al/la bebé boca abajo y ponga un juguete entre 20 y 30 centímetros de distancia, a la altura de los ojos. La finalidad es que con una mano trate de alcanzar el juguete y con la extremidad cargue el peso en la mano apoyada.



5 Si aún no gatea posícelo/a en cuatro apoyos, con sus manos apoyadas en la colchoneta y sosteniéndolo/la de la guatita; doble una pierna mientras la otra la mantiene estirada; ponga objetos a una cierta distancia e intente que el/la bebé avance, doblando una pierna y, cuando avance, doblar la otra.



Etapa IV

En esta etapa están los intentos de ponerse de pie con mayor seguridad, dan inicio a sus primeros pasos con

ayuda. Los ejercicios ayudarán a que se adopte la posición de pie y comience a dar sus pasos sin apoyo.

Actividades para que consiga pararse, mantenerse parado/a y pueda comenzar a trasladarse

1 Cuando juegue con el/la bebé y esté parado/a, separe sus pies a la altura de los hombros para que tenga mayor estabilidad, asegúrese de que esté con un calzado firme, ojalá de caña alta, para que tenga más estabilidad en sus tobillos.



2 En la posición de rodillas, pasará a un semiarrodillado o posición de caballero, o sea, teniendo una pierna doblada hacia adelante y la otra hacia atrás. Es importante que el niño o niña tenga la menor asistencia posible del/la adulto/a cuando realice sus ejercicios.

Se sugiere que tenga juguetes sobre una mesa para que con la fuerza de sus brazos pueda pasar de esta posición de caballero a estar parado/a; siempre alternando las piernas.



3 Una vez que se sostenga bien parado/a, en una posición más estable, pondrá los juguetes más alejados para que intente ir por ellos. Procure que realice cruces de un lado al otro.



Etapa V

Actividades para caminar solito/a y mejorar su equilibrio

En esta etapa el niño o niña comenzará la marcha de forma independiente, caracterizada por pasitos cortos, inestables, con los brazos arriba para tener más seguridad. Se pondrá de pie sin apoyo, pero con poco equilibrio y se caerá constantemente.

1 Hágalo/a caminar. Utilice una silla con rueditas y tómelo/a desde sus caderas, favoreciendo la marcha más estable. Utilice muebles donde se pueda tomar y coloque objetos que obstaculicen su camino y que intente pasar por debajo o por encima de ellos.



Moviéndome aprendo

2 Utilice una silla con rueditas para que el/la niño/a se tome de ésta y comience a desplazarse por la sala.



Etapa VI

Actividades para su estabilidad, coordinación y exploración

En esta etapa el/la niño/a presenta mayor seguridad para caminar. Tiene una marcha más armónica y definida con mayor estabilidad y velocidad. Subirá y bajará las escaleras con ayuda, trepará muebles. Tendrá más actividad y mayor exploración en el medio. Los ejercicios permitirán que el/la niño/a trabaje la estabilidad, coordinación, caminar de lado.

1 Forme un pequeño circuito, que lo/la haga caminar por diferentes superficies (almohadas, bancas, colchonetas, etc.) con la ayuda de un/una acompañante, finalizando siempre con alguna actividad, ya sea de encaje, de torres

o poniendo objetos en altura y que logre sacarlos (globos, juguetes con velcro, etc.).



Etapa VII

Actividades para coordinación y órdenes de tareas

El/la niño/a presentará un mayor control de sus movimientos, se levantará y sentará con mayor agilidad, puede correr, girar y detenerse sin perder mucho el equilibrio. Los ejercicios permitirán reforzar la coordinación y estabilidad de sus movimientos.

7 Utilice pequeños objetos o juguetes (pelotas, cubos, cojines, etc.) para que los lleve de un lugar a otro, además de colocarlos en un lugar con altura. El objetivo es que siempre se concentre en una actividad; tener pocos juguetes a su alrededor, para mantener la finalidad de la tarea que debe realizar y no distraerse.

¡Importante! Prevengamos accidentes

En estas etapas, el/la niño/a va a querer experimentar cosas nuevas e intentará explorar todo lo que esté a su alcance, por lo que es muy importante la prevención de accidentes.

Evite jugar o tener cerca de él/ella objetos pequeños (bolitas, maní, botones, piezas de juguetes) que pueda tragar; también medicamentos, productos tóxicos (detergentes, artículos de aseo, etc.), basura, tazas calientes, hervidores, braseros.



Etapa VIII

Actividades para coordinación, equilibrio y mejorar su control motor

Aquí el/la niño/a se siente más seguro/a para intentar hacer sus cosas a su manera, aunque aún depende de la asistencia de un/una adulto/a. Los ejercicios permitirán seguir reforzando su equilibrio y la coordinación de manos en los alcances y movimientos precisos.

1 Párese frente al/la niño/a e incentívelo/la para que intente imitar algunos movimientos (ponerse en punta de pies, levantar las manos, ponerlas atrás de su espalda, levantar un pie y durar más tiempo, etc.). También juegos como el monito mayor o algún baile que tenga imitación. Puede realizar esto sobre la cama o en un espacio de altura más reducido para así también favorecer su equilibrio y coordinación, simultáneamente.

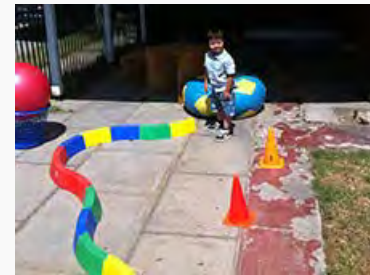


Etapa IX

Actividades para lanzar, trepar y reforzar su coordinación

En esta etapa al/la niño/a le producirá placer y diversión ejecutar las actividades de lanzar, correr, trepar, caminar por alturas, etc. Los ejercicios permitirán que siga explorando cada vez más para lograr una mayor independencia en sus movimientos.

- 1** Utilice diferentes bancas de distintas alturas, para que camine sobre ellas, manteniendo el equilibrio y coordinación.
- 2** Utilice varios elásticos, amárrelos de un extremo a otro formando un entramado, de esa forma intente que pase por entre medio de ellos.
- 3** Utilice un túnel, que gatee y pase bajo éste.





Etapa X

En esta etapa realizará con mayor seguridad los movimientos de correr, saltar, trepar. Aumenta su capacidad, cantidad y calidad de los movimientos. Los ejercicios permitirán que se pueda ubicar en el espacio y reforzar las conductas anteriormente aprendidas.

Actividades para incorporar todo lo aprendido y cómo el/la niño/a se desenvuelve en el espacio y cómo se ve a sí mismo/a.

- 1 Utilice un hula-hula y enséñele a entrar y salir de él.
- 2 Con el mismo hula-hula, páselo a través de su cuerpo y retírelo por los pies.

3 Utilice palitroques y haga que intente lanzar una pelota para derribar los palitroques.

4 Láncele la pelota para que la alcance y se la vuelva lanzar.

5 Que juegue con más niños/as en una actividad como, por ejemplo, en un circuito de lanzar o saltar y que éste sea determinado por un/una adulto/a con sistema de turnos, respetando el lugar de cada niño/a.



Tenga presente

Las etapas, no están asociadas a la edad del/la niño/a, estas deben realizarse de acuerdo a sus necesidades, avance y ritmo, tratando que no se salte ninguna de ellas. El trabajo siempre se realiza en pasado, presente y futuro, esto quiere decir, que aunque esté en una etapa determinada, debe realizar ejercicios de etapas anteriores, para reforzar los hitos que al/la niño/a aún le cuesten, y también puede trabajar algunas actividades de la siguiente etapa, que el/la niño/a ya está en condiciones de realizar.



La constancia en los ejercicios es fundamental, para que el/la niño/a pueda avanzar de la mejor manera posible. Intente realizarlos varias veces al día, mínimo tres, y en un horario determinado, así el/la niño/a entenderá que ese será su horario de trabajo. A la vez, es importante mantener un ambiente y actitud de tranquilidad, para no estresar al/la niño/a, respetando su ritmo de aprendizaje.

No olvide que hay que dejar el resto del tiempo para que el/la niño/a desarrolle sus otras actividades, fundamentalmente el juego.

¡Importante!

En nuestro sitio web www.fundacion-jpmf.cl, encontrará las tablas de crecimiento¹ específicas para niños y niñas con síndrome de Down, que muestran talla, peso y perímetro cefálico. Estas tablas son las sugeridas², en ausencia de curvas de crecimiento especiales en Chile, y servirán de ayuda a las familias, cuidadores/as y profesionales de salud en los respectivos controles.



¹ Tablas de crecimiento de los niños con síndrome de Down, realizadas por la Fundación Catalana Síndrome de Down, España, a través de su Centro Médico Down.

X. Pastor, L. Quintó, M. Corretger, R. Gassió, M. Hernández y A. Serés. SD-DS. Revista Médica Internacional sobre el Síndrome de Down, (2004;8:34-46).

² Lizama C, M., Retamales M, N., & Mellado S, C. (2013). Recomendaciones de cuidados en salud de personas con síndrome de Down: 0 a 18 años. Rev. Méd. Chile, 141(1), 80-89. <http://dx.doi.org/10.4067/s0034-98872013000100011>

The background is a solid yellow rectangle. Scattered across the yellow field are approximately 15 white, four-pointed stars of varying sizes and orientations, resembling a starry night sky.

*ALIMENTANDO
MI LENGUAJE*

Introducción

Es muy importante el rol que cumple la familia y cuidadores/as en la estimulación temprana de niños y niñas con síndrome de Down, en el área fonoaudiológica, ya que los aprendizajes que se realizan en el ámbito familiar son más efectivos, produciéndose en forma paralela al desarrollo emocional.

Para realizar una estimulación temprana óptima, es necesario tener claro las áreas que se deben estimular en el ámbito fonoaudiológico, dado que existen aspectos de vital importancia. Un área importante es el lenguaje; durante los primeros meses, se deben estimular habilidades precursoras del lenguaje, es decir, capacidades relacionadas con atención, concentración y memoria, las que sientan las bases para que el niño o la niña con síndrome de Down, pueda verbalizar y desarrollar la comunicación. Otro aspecto importante es la intervención orofacial (boca y cara), relacionada directamente con temas como la alimentación, masticación, la postura de la lengua y de los labios. Por último, el manejo médico, que sirve de guía para conocer a qué especialista deben llevar al niño o niña (otorrinolaringólogo, pediatra, neurólogo, odontopediatra) y qué evaluaciones corresponden en cada mes de vida.

1ª Parte: 0 - 1 mes

Para la estimulación del lenguaje

El lenguaje es una habilidad de **comunicación** única en el ser humano, que nos da la posibilidad de comunicarnos y transmitir nuestros sentimientos y emociones. El lenguaje es una habilidad cognitiva, es decir, mental, por lo tanto, se desarrolla desde que el/la bebé nace. Para su desarrollo en los primeros meses, se deben estimular conductas precursoras, la clave es la constancia, la paciencia y el juego.

Algunas actividades sugeridas:

a) Ponga al/la bebé recostado/a de espaldas y, con un sonajero haga sonido cerca de un oído por un tiempo y luego del otro, con el objetivo de que el/la bebé reaccione ante el estímulo y realice un movimiento con el cuerpo, algún gesto con la cara o busque la fuente sonora tratando de girar la cabeza o los ojos.

Para la estimulación orofacial

En esta etapa, los movimientos de los labios y lengua están totalmente relacionados al proceso de alimentación, es decir, poder extraer leche de la madre o de la mamadera. Para esto los labios, mejillas y lengua

deben tener la fuerza suficiente para succionar.

a) Para que el/la bebé quede en una posición correcta al momento del amamantamiento es importante que su cara tenga tres puntos de apoyo en el pecho de la madre, esto es punta de la nariz, labios y mentón. Esto permite que el/la bebé se sienta estable y cómodo/a al mover los labios mandíbula y lengua para succionar la leche.

b) Ponga atención en los labios del/la bebé durante el amamantamiento o al tomar mamadera, estos deben estar sellados alrededor del pezón o tetina (tete de la mamadera). Si el/la bebé presenta dificultades con el cierre de los labios al alimentarse, use sus dedos para estimular los labios presionándolos suavemente.

c) En caso de que el/la bebé presente poca fuerza para succionar, utilice su dedo como si fuera su pezón o tetina, para que el/la bebé succione y ejercite la musculatura de los labios, mejillas y músculos relacionados, estimulando así el reflejo de succión.



d) Al momento de dar pecho o mamadera, dele apoyo con su mano, bajo el mentón del/la bebé para que logre ejercitar de manera correcta los músculos que se involucran en el proceso de succionar y deglutir la leche.

2ª Parte: 2 - 3 meses

Para estimular el lenguaje

Durante esta etapa el/la bebé comienza a aumentar sus habilidades comunicativas. En cuanto al lenguaje, existe mayor contacto ocular; reacciona ante algunos estímulos y utiliza principalmente el llanto para comunicar desagrado.

Algunas actividades sugeridas son:

a) Ponga al/la bebé recostado/a de espaldas y coloque un objeto sonoro y de colores llamativos frente a la vista del bebé, hágalo sonar y muévalo de un lado a otro para que el/la bebé siga con la vista el objeto, estimule al/la bebé para captar su atención frente a este u otros objetos.

b) El/la bebé comenzará a emitir sonidos, puede ser una vocal /aaa/, sonidos guturales /gaga, gugu/; es ahí donde debe interactuar con él/ella, imitando o tratando de realizar el mismo sonido que el/la bebé haga, con el fin de que el/la bebé comience a relacionar que cuando expresa algo obtiene una respuesta positiva y refuércela cada vez que se produzca.

c) Busque siempre la mirada del/la bebé para estimular el contacto ocular, háblele mirándolo/a a los ojos, cam-

biando las expresiones de su cara y la entonación de su voz acorde a lo que le está diciendo.

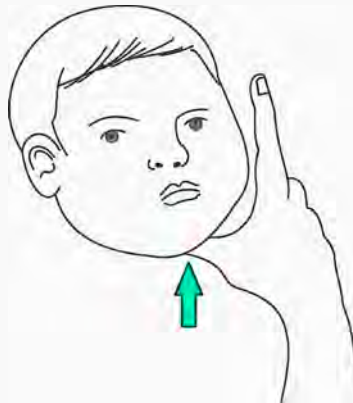
Recuerde que en esta etapa es muy importante hablarle constantemente y/o exponer a ruidos adecuados al/la bebé para estimular la audición, para que comience a reconocer y familiarizarse con sonidos de su entorno.



Para la estimulación orofacial:

a) Hágale cariño pasando, por ejemplo, un pañito, una lana, un algodón, etc. por las mejillas, desde arriba hacia abajo, por la frente y alrededor de sus labios para familiarizarlo/a con distintas texturas y provocar una reacción positiva y agradable ante el estímulo.

b) Con su dedo pulgar o índice, haga presión bajo el mentón del/la bebé, presione hacia arriba para que se cierre su boca y haya contacto entre sus labios, lo que favorece, además, que la lengua no salga.



c) Ponga su dedo pulgar bajo el labio inferior del/la bebé y el dedo índice bajo el mentón, con un movimiento hacia arriba, intente cerrar su boca haciendo chocar sus labios varias veces, lo que provoca el cierre labial y hace que la lengua se eleve hacia el paladar.



d) Masajee con su dedo pulgar o índice bajo el mentón, de forma circular, por al menos tres (3) segundos y luego realice, con el dedo, presión hacia arriba, con la finalidad de que el/la bebé trague.



e) Con su dedo meñique toque por dentro las encías del/la bebé por breves segundos, esto hará que el/la bebé lleve su lengua en donde usted tocó con su dedo. No empuje con su dedo la punta de la lengua hacia dentro de la boca, ya que esto hará que el/la bebé haga fuerza y saque la lengua.

Para la alimentación:

a) Dé toquecitos con el dedo alrededor de los labios del/la bebé, para que intente buscar el pezón o la tetina de la mamadera, estimulando así el reflejo de búsqueda, que es necesario para la alimentación.

b) Si el/la bebé se alimenta con mamadera, tenga especial cuidado al elegir la tetina. Para esto, vierta el contenido de la mamadera sobre su mano. No debe salir un chorro de leche. Si sale más de una o dos gotas debe cambiar la tetina por una que tenga el orificio más chico, ya que al salir mucha leche provoca que la lengua se adelante al tratar de controlar el flujo dentro de la boca y se ahogue al no coordinar bien los movimientos que le permiten tragar.

c) Tenga especial cuidado con la posición del/la bebé al momento de la alimentación, ya sea por mamadera o pecho. Para realizarlo de manera adecuada, ponga al/la bebé en posición sentado/a, jamás acostado/a o reclinado/a.



Para la prevención y cuidados auditivos:

a) Por lo general los/as bebés con síndrome de Down tienen el conducto auditivo más estrecho, por lo tanto, acumulan cerumen con mayor facilidad. Para esto es recomendable que usted observe con frecuencia los oídos del/la bebé y evite el uso de cotonitos, recuerde que la limpieza solo debe hacerse de manera externa pasando una toalla húmeda hasta donde alcance su dedo.

b) Lleve al/la bebé a un otorrinolaringólogo para que éste le realice exámenes auditivos con la finalidad de descartar algún grado de pérdida auditiva.

3ª parte: 4 - 6 meses

Para estimular el lenguaje

En este periodo la interacción comunicativa aumenta. El/la bebé ya sonríe ante algunos estímulos y empieza a producir sonidos con su boca. Usted observará que está más atento/a a los estímulos que lo rodean.

Algunas actividades sugeridas son:

a) Tome al/la bebé en sus brazos y haga sonar distintos objetos como, por ejemplo, abrir y cerrar la puerta, mover una silla, prender la televisión, tirar la cadena del baño, hacer sonar la cama, etc., con el fin de que el/la bebé comience a reconocer distintos sonidos comunes de su entorno.

b) Presente objetos llamativos frente a al/la bebé y escóndalos de manera repentina, puede acompañar este juego diciendo “ahí está”, “no está”. Aquí también puede jugar tapando su cara con una manta, siempre que esto no le produzca reacciones negativas de susto o temor.

c) Interactúe con el/la bebé repitiendo los sonidos que éste/a hace, respetando los turnos, por ejemplo, cuando el/la bebé comience a balbucear usted escucha, cuando él/ella termina su balbuceo, usted comienza a reforzar repitiendo el balbuceo del/la bebé.

Para la estimulación orofacial

En estos meses el/la bebé comienza a aumentar la movilidad de sus labios y lengua, observando un mayor control, principalmente al abrir y cerrar su boca. El control de su cuerpo y cabeza, en especial a los 6 meses, ya es más estable, por lo que debería haber mayor control de la mandíbula para recibir el alimento. (Revisar ejercicios kinesiológicos para control de tronco y cabeza).

Algunas actividades sugeridas son:

a) Deslice su dedo meñique de manera rápida por el paladar del/la bebé desde atrás hacia adelante, con la finalidad que ponga la lengua donde usted tocó. En este caso que eleve la lengua al paladar (3 - 4 meses).

b) Ponga su dedo meñique en la zona de la encía que corresponde a los molares y realice pequeños giros mientras toca esa zona, para que así el/la bebé comience a apretar con su mandíbula, realizando movimientos masticatorios.

c) Con su dedo meñique por dentro de las mejillas dé un toque de mediana intensidad, para ayudar al/la bebé a que su lengua vaya donde usted hizo el estímulo.

4ª Parte: 6 - 10 meses

Para estimular el lenguaje

Durante este periodo, es importante continuar estimulando la atención del/la bebé con juguetes coloridos, dándole mucho énfasis a los estímulos auditivos.

a) Muéstrelle animales de juguete o láminas y jueguen, haciendo los sonidos de cada animal, por ejemplo: “la vaca hace /muuu/”. Lo ideal es que sean animales cercanos al/la bebé o de fácil reconocimiento como el perro, gato, caballo y otros animales que vea con frecuencia en la TV o programas de su gusto.

b) Juegue con algún elemento llamativo y luego escóndalo, la idea es que el/la bebé los busque, que note su ausencia.

c) Ponga un juguete sobre la mesa y hágalo rodar para que el/la bebé mantenga su mirada sobre él. Luego ubique sobre la mesa algún elemento que sirva de “túnel”, la idea es que el/la bebé vea que el juguete al avanzar desaparece por un instante y luego vuelve a aparecer.

d) Siga con la mirada algún objeto que el/la bebé esté mirando y comente sobre eso, por ejemplo: “mira tu pelota”, “que linda tu pelota”, mientras ambos la miran.

e) Juegue a hacer sonidos frente al espejo y aumente la variedad de sonidos al reforzar los balbuceos del/la bebé como, por ejemplo: si el/la bebé siempre dice /bababá/ o /tatata/, también trate de usar otros como por ejemplo /yayaya/ o /lalala/ /gegege/. Es necesario realizar esta actividad, para que vaya reconociendo distintos estímulos frente al espejo de manera lenta y pausada.

f) Háblele y cuéntele lo que está haciendo en todo momento, por ejemplo, al vestirlo/a es importante narrar: “ahora vamos a poner los calcetines, ahora los pantalones, etc.”.

Para la estimulación orofacial

Durante esta etapa comienza el cambio de comida; el/la bebé ya debe recibir papilla, por lo tanto, existen algunas actividades que son necesarias para poder estimular la musculatura de la cara. Es importante que el/la bebé ya tenga estabilidad en los movimientos de cabeza y que logre estar sentado/a.

a) Al momento de dar alimento, ponga al/la bebé en una posición sentada, para que la postura esté correcta al momento de recibir la cuchara. Esto le dará más estabilidad y la musculatura estará más activada. La superficie de apoyo (la silla en este caso) NO debe ser blanda, ya que esto hace que el/la bebé tenga mayor dificultad para organizar los movimientos y el control oral.

5ª Parte: 11 - 14 meses

b) Observe si el/la bebé controla la cabeza. Esto es muy importante, ya que al recibir el alimento debemos recordar que su postura es primordial. Si no logra mantener el control de su cuello, debemos estimular el control de cabeza con apoyo kinesiológico, antes de darle el alimento.

c) Utilice una cuchara plana y que sea del tamaño de la boca del/la bebé e introdúzcala de manera lateral, para que el/la bebé saque el alimento solo con sus labios. La postura de la cuchara inhibirá que saque la lengua para recibir el alimento.



Para la prevención y cuidados auditivos:

Recuerde que es importante la evaluación audiológica y otorrinolaringológica, principalmente por la acumulación de cerumen en el oído y posible aumento en el tamaño de las adenoides y amígdalas. Tenga presente pedir las evaluaciones audiológicas cuando asista al pediatra.

Para estimular el lenguaje

En esta etapa se espera que el/la bebé continúe aumentado la cantidad de sonidos y balbuceos, y estos adquieren una intención comunicativa más dirigida. Es importante la estimulación auditiva con apoyo visual.

Algunas actividades sugeridas:

a) Tome un objeto y póngalo frente al campo visual del/la bebé y estimúlelo/a para que mire lo que usted está mirando. Por ejemplo: “mira, una pelota. Es tuya. Toma la pelota”, dando énfasis en lo que está diciendo, es decir, exagerando lo que dice, por ejemplo: “miraaa, ¡una PELOTA! ¡Es tuya! ¡Toma la PELOTA! ¡Qué linda la PELOTA!”.

b) Cuando el/la bebé esté “diciendo algo”, escúchelo atentamente para que luego usted le responda. Así estará entrenando los turnos de habla muy importantes en un diálogo, es decir, que cuando él/ella tenga algún tipo de intención en comunicar obtendrá una respuesta (causa-efecto).

c) Enséñele a apuntar las cosas que él/ella desee, como juguetes, alimentos, etc. Siempre acompañado del nombre de cada cosa.

Para la estimulación orofacial

En estos meses es importante observar los movimientos de masticación y postura de la lengua, ya que en esta edad el control de mandíbula, labios y lengua está más maduro.

a) Puede ayudar a que el/la bebé realice los movimientos de masticación haciéndole ejercicios físicos que favorezcan la fuerza de brazos, piernas y abdomen (revisar ejercicios kinesiológicos). También puede estimular al/la bebé con juguetes morderos en la zona de los molares.

b) Comience a dar alimentos con diversas texturas (puré, fruta en compota, gelatinas, fideos, etc.).

6ª Parte: 15 - 24 meses

Para estimular el lenguaje

A esta edad el/la niño/a ya dice una o más palabras, por lo que es importante recordar que un medio social estimulante siempre actuará como favorecedor del desarrollo del lenguaje y habla.

a) Juegue con él/ella a imitar sonidos, enseñándole a reconocer distintos estímulos del ambiente, de la casa,

del parque, de la calle, de los animales, etc. Asocie esos sonidos a elementos concretos, por ejemplo: “¡Mira! ¡Un gato! ¿Cómo hace el gato? Miau, miau” y muéstrole un gato (ya sea real o de juguete), la idea es que vea el gato, lo toque y luego lo asocie a una foto real y al sonido.

b) IncentíVELO/a a escuchar música y a cantar.

c) Favorezca la comprensión de conceptos abstractos. Por ejemplo, juegue con el/la niño/a a esconder objetos, usando una caja o una mesa: “Mira la pelota; está ADENTRO de la caja, o la pelota está ARRIBA de la mesa, o DEBAJO de la mesa”.

Para la estimulación orofacial

En esta etapa recomendamos, durante la alimentación, una superficie plana y dura que facilite, además, el apoyo de la planta de los pies al suelo (si el talón del pie está elevado favorece que la lengua salga de la boca, si el talón desciende facilita que la lengua esté dentro de la boca).

a) Favorezca el uso de la bombilla para tomar líquidos y preste la asistencia necesaria para tomar en un vaso, lo ideal es que ya no utilice mamadera.

7ª Parte: 24 - 36 meses

Para la estimulación del lenguaje

En esta etapa el/la niño/a ya está reconociendo las partes del cuerpo y continúa integrando nuevas palabras a su vocabulario.

a) Hágalo/a participe de las tareas y rutinas de la casa para estimular la comprensión. Por ejemplo, mientras usted está cocinando puede pedirle que le pase la cuchara, el vaso, el paquete de fideos, etc. Así estará ampliando su vocabulario.

b) Mientras realiza alguna actividad como, por ejemplo, comer, indíquele el nombre del elemento y dígame para qué sirve: “Esta es una CUCHARA y sirve para COMER. La CUCHARA sirve para COMER, ¡MIRA!”; y muéstrole que la cuchara sirve para comer.

Para la estimulación orofacial

Una postura corporal correcta va a permitir que el/la niño/a tenga mayor control y realice movimientos adecuados de los labios, mejillas, mandíbula y lengua que le permiten producir diversos sonidos necesarios para el lenguaje.

8ª Parte: 4 - 6 años

Para la estimulación del lenguaje

El/la niño/a debe ir adquiriendo mayor vocabulario y emitir palabras y oraciones correctas. Para esto:

a) Cuando él/ella quiera algo, pídale que se lo diga así: “yo quiero...”. Así lo/la ayudará a decir oraciones más largas.

b) Cuando el/la niño/a esté haciendo algo, por ejemplo, comiendo, jugando, etc., pregúntele qué está haciendo y enséñele a contestar con una oración estructurada correctamente, por ejemplo: “Estoy jugando a la pelota”.

c) Jugar es muy importante en el proceso de desarrollo del lenguaje. Por ejemplo, pueden jugar al sí y no: “¿Los elefantes vuelan? No. ¿Los perros ladran? Sí”.

d) Juegue con él/ella, separando las palabras en sílabas y dándole un apoyo visual, por ejemplo: PELOTA/ PE-LO-TA (muéstrole una imagen de una pelota o la pelota real).

e) Frente a un espejo enséñele los distintos sonidos que utilizamos, por ejemplo, el sonido /k/ de /casa/, la /l/ de /lápiz/. La idea es que usted sea el/la modelo y el/la niño/a vea la manera correcta de pronunciar. ■

The background is a solid purple color. There are several white, four-pointed stars scattered across the page. Some are clustered on the left side, and others are spaced out along the top and bottom edges.

*MIS PRIMEROS
PASOS EN EL
APRENDIZAJE Y EL
MUNDO ESCOLAR*

Introducción

En el área de Educación Diferencial de la presente guía de orientaciones de estimulación temprana para niños y niñas con síndrome de Down, se dan a conocer estrategias, actividades e información relevante que permiten a los/as padres/madres, cuidadores/as y/o profesionales favorecer y potenciar el desarrollo integral de los niños y niñas con síndrome de Down, desde los dos hasta los seis años, permitiéndoles utilizar herramientas como la lectura, escritura y matemáticas para comprender el contexto que los rodea.

Para lograr lo anterior, se entregan sugerencias y/o recomendaciones de actividades prácticas a desarrollar en el hogar y/o escuela, agrupados en las áreas de cognición, iniciación a la lectura, iniciación a la matemática y proceso de escolarización.

Área cognitiva

Con atención y memoria aprendo mejor

En el área cognitiva se dan a conocer sugerencias de actividades que permiten desarrollar en los/as niños/as funciones cognitivas básicas como la atención, la memoria y la percepción, entendiendo que estas habilidades son previas y necesarias a todo proceso de aprendizaje y permitirán que el niño o niña pueda observar, comprender y solucionar problemas de la vida diaria. A continuación se entregan sugerencias generales para estimular funciones cognitivas:



- Para poder trabajar la atención se recomienda realizar una rutina diaria de juego/trabajo, en primera instancia, por periodos breves (10 a 15 minutos), incluyendo momentos de descanso, si es necesario, con el propósito de evitar fatiga y aburrimiento. Se sugiere que para establecer este espacio de trabajo se realice un horario con actividades prácticas y lúdicas a realizar por día.

- Presente al niño o niña actividades breves, motivadoras, funcionales y prácticas que se relacionen directamente con sus intereses y gustos personales con el objetivo de favorecer su atención y aprendizaje.
- Para favorecer procesos de atención y memoria se sugiere realizar actividades simples y de la vida cotidiana como cantar canciones con apoyo gestual o con movimientos corporales con el propósito de que el niño o niña pueda observar, imitar y reproducir. Además, estas canciones pueden trabajar conceptos básicos como las partes del cuerpo, los animales, los alimentos, entre otros.
- En el espacio de trabajo debe haber pocos estímulos visuales y materiales para evitar que se distraiga. La idea es entregar dos a tres opciones de materiales llamativos y motivadores, seleccionar entre uno de ellos y realizar las actividades.
- Entregue tiempo suficiente para que el niño o la niña pueda planificar y elaborar la respuesta ante una actividad propuesta.
- Estimule, en la rutina diaria, el reconocimiento y respuesta de órdenes simples: mira, dame o toma.
- Trabaje la percepción visual a través de actividades de reconocimiento y selección de fotografías del niño o la niña y su grupo familiar o de quienes estén a su cuidado, como elemento motivador y cercano.

- Trabaje la memoria visual, utilizando material concreto y/o láminas que muestren elementos que conozca el niño o niña, a través de actividades como, por ejemplo, mostrar dos láminas de frutas, luego girar cada lámina y preguntar ¿dónde está...? A medida que el niño o niña va potenciando la atención y memoria se sugiere aumentar la cantidad de estímulos.
- Estimular la selección de objetos concretos en la vida cotidiana a través de actividades simples como, por ejemplo: se presenta una manzana y una pera, se señala el nombre de cada fruta y se solicita al/la niño/a que muestre o pase en la mano la manzana. Esto permite desarrollar vocabulario receptivo, seguimiento de instrucciones, memoria, discriminación visual y auditiva. Si el/la niño/a señala o toma el objeto que no se nombró se corrige de forma sutil y se repite la instrucción, señalando: “esa es la pera, yo te pedí la manzana”.
- Se recomienda que, a medida que se practique con el niño o niña la habilidad de selección, se incremente el número y categorías de objetos y/o láminas a seleccionar.



- Realice actividades de asociación de objetos concretos iguales, de acuerdo a los intereses del/la niño/a, utilizando material comercial o construido. A medida que adquiera el concepto de iguales se puede ir asociando por una propiedad (color, forma, textura). Para realizar estas actividades se sugiere comenzar por objetos concretos conocidos por el/la niño/a y luego pasar a la representación gráfica (láminas).
- Una actividad sugerida para trabajar la asociación de iguales de forma gráfica es utilizar lotos o memorices con elementos conocidos por el niño o la niña. Las categorías que se pueden trabajar son: animales, juguetes, alimentos, colores, vestuario, entre otras.
- Otra modalidad para trabajar la asociación es utilizar lápiz y papel, es decir, realizar actividades en donde el niño o niña, a través de diferentes tipos de trazos, logre asociar imágenes iguales. Al utilizar el lápiz se recomienda realizar, en primera instancia, actividades en plano vertical (en pizarra o en la pared) y, paulatinamente, ir incorporando periodos de trabajo en mesa, con el objetivo de favorecer proceso atencionales, posturales y motrices finos.
- Trabajar actividades de clasificación de objetos concretos y/o láminas según una propiedad común (color, forma, categoría, uso o función). Ejemplo: clasificar legos de tres colores diferentes en sus cuencos correspondientes.

- Se recomienda que los/as niños/as, especialmente en contextos escolares, realicen actividades y/o trabajos en conjunto con otros/as niños/as, ya que a través de la observación e imitación aumentan sus periodos de atención y posibilidades de éxito en la tarea.

Área iniciación a la lectura

Con palabras y letras conozco el mundo

En el área de iniciación a la lectura se responderán preguntas como ¿los/las niños/as con síndrome de Down aprenden a leer? ¿Cómo enseño a leer a un niño o niña con síndrome de Down? ¿Cuándo comienzo a enseñar a leer a un niño o niña con síndrome de Down?

De esta forma, en esta área se establecen sugerencias generales de actividades y materiales para introducir, tanto a las familias, como a profesionales y preescolares en el proceso de lectura inicial. Las actividades referidas a lectura están basadas en métodos que han resultado exitosos para enseñar a leer y escribir a niños/as con síndrome de Down.

a) ¿Los/as niños/as con síndrome de Down aprenden a leer? ¿Cuándo comienzo a enseñar a leer a un/una niño/a con síndrome de Down?

Los/as niños/as con síndrome de Down son capaces de aprender a leer, y el éxito y avance en este proceso dependerá del proceso de la estimulación temprana, de sus características cognitivas y de las oportunidades educativas y familiares (o de cuidadores/as) que se les entreguen.

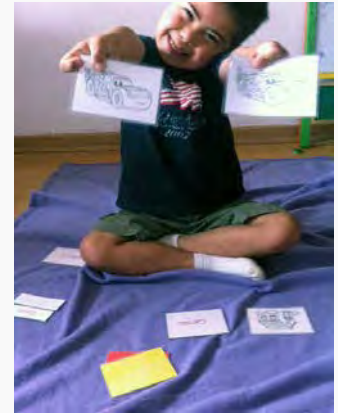
Se sugiere que el aprendizaje lector inicial en niños/as con síndrome de Down comience a edades tempranas (desde los dos años y dependiendo de las características del niño o niña), con el propósito de favorecer igualdad de oportunidad en la incorporación a la etapa escolar. Enseñar a leer desde edades tempranas significa repasar y reforzar habilidades que son previas al proceso lector como el aprendizaje perceptivo-discriminativo, comprender que las palabras están formadas por sonidos, comenzar a reconocer su nombre y elementos significativos, entre otras.

b) ¿Cómo enseño a leer a un/una niño/a con síndrome de Down? ¿Existe un método específico para enseñar este aprendizaje?

Para el aprendizaje lector de personas con síndrome de Down y otras necesidades NO existe un solo método adecuado, sino más bien una serie de estrategias y orientaciones adaptadas para cada niño/a. De esta

forma, el método de enseñanza de la lectura que seleccionen, conjuntamente como familia y escuela debe siempre considerar las características, intereses y necesidades de cada niño o niña.

Sin embargo, uno de los métodos que se ha utilizado para la enseñanza de la lectura en niños/as con síndrome de Down es el *Método global de lectura y escritura* de las profesoras españolas María Troncoso y María del Cerro. Además, en nuestro país existe una versión adaptada del método denominado *Palabras + Palabras aprendamos a leer* que cuenta con un manual para padres, profesores y estudiantes disponible en formato digital. (Para mayor información ver en <http://www.fundacion-jpmf.cl/>)



Este método global inicia el aprendizaje lector desde edades tempranas (2 años, aproximadamente), enseñando a los/as niños/as la percepción y comprensión de la palabra completa acompañada de una imagen. Ejemplo: mamá (palabra completa) más foto.

c) ¿Qué actividades puedo realizar para fomentar y preparar el aprendizaje lector inicial con un niño o niña con síndrome de Down?

Se recomienda a las familias y/o cuidadores/as ser modelos de lectores activos, con el objetivo de que los/as niños/as comprendan, desde pequeños/as, que la lectura es una actividad placentera, fascinante y que le posibilitará participar en la sociedad. Entonces, siempre hay que preguntarse cómo esperan que los niños/as aprendan a leer y disfruten este aprendizaje si ustedes no leen frecuentemente.

Se sugiere, desde edades tempranas, leer cuentos cortos a los/as niños/as. Los cuentos deben ser adaptados a su edad, a sus intereses y vocabulario comprensible. Esta actividad permitirá acercar al o la preescolar al material impreso, es decir, que comprenda que un libro tiene letras, se lee de izquierda a derecha y que leer es una gran aventura.

Los cuentos seleccionados pueden ser los tradicionales (por ejemplo, La caperucita roja) o pueden ser contruidos por la familia y/o cuidadores/as, adaptados a las motivaciones, intereses y necesidades del/la preescolar. Se sugiere que el primer libro personal sea el álbum familiar o de quienes estén a su cuidado, porque es un material adaptado a cada niño/a y muy motivador, puesto que podrá reconocer su fotografía y la de su familia o cuidadores/as relacionándola con una palabra escrita.

Comenzar a familiarizar al niño/a con las fotografías de los integrantes del grupo familiar o de cuidadores/as. Por ejemplo: mostrar la foto del niño/a, diciendo: "mira, aquí estás tú, (nombre del niño o niña)" y así sucesi-

vamente con los demás integrantes de la familia y/o cuidadores/as. Luego puede mostrar todas las fotos y preguntar, por ejemplo: ¿dónde está la/el mamá/papá?

Se sugiere que los libros leídos al o la preescolar se complementen con imágenes, dibujos o ilustraciones, ya que a través de estas los/as niños/as comprenderán lo que sucede en la historia sin saber leer aún, aumentarán su vocabulario visual y aspectos de atención y memoria. Esto se puede trabajar al narrar una pequeña historia referida a lo que se está observando en el libro e invitar al niño o niña a señalar las imágenes, por ejemplo: si existe un perro en la historia se preguntará, ¿dónde está el perro? ¿Qué hace el perro?



Se sugiere nominar o poner carteles con los nombres de los objetos más significativos del entorno del niño o niña, tanto en el hogar como en el aula, incorporando el cartel con su nombre en pertenencias personales (mochila, delantal, cuadernos), con el objetivo de comenzar a reconocer palabras significativas de forma global. Se sugiere que estos carteles estén escritos en rojo, letra tahoma y en un tamaño adecuado a nivel visual.

Incorporar en el desarrollo de situaciones cotidianas del niño/a, actividades dirigidas a estimular la habilidad de escucha, atención, memoria y lectura inicial. Por ejemplo: realizar actividades de cocina, utilizando una receta escrita acompañada con imágenes, secuenciar los pasos a realizar y solicitar al niño/a que lea la receta.

Recuerde que siempre debe estar reforzando habilidades de memoria, atención, percepción, selección, asociación y clasificación como elementos básicos para iniciar el aprendizaje lector desde edades tempranas.

Área de iniciación a la matemática

1, 2, 3 comprendo el mundo

En el área de iniciación a la matemática se indican actividades que permitan potenciar y estimular conceptos básicos y abstractos relacionados con las propiedades de los objetos, secuencias temporales y espaciales, conjuntos y cuantificadores, previos al concepto de número.



a) ¿Qué actividades puedo realizar para fomentar y preparar el aprendizaje previo al número con el niño/a con síndrome de Down?

Trabajar actividades con el niño/a que permitan desarrollar el esquema corporal, es decir, la conciencia de su cuerpo, a través de situaciones de la vida cotidiana como el momento del baño o vestirse para que, en conjunto identifiquen y nombren las partes del cuerpo y algunas de sus funciones.

Recuerde que, al conocer las partes de su cuerpo y tomar conciencia de estas, el niño o niña podrá aprender de forma significativa conceptos espaciales como arriba/abajo, afuera/adentro, entre otros.

Realizar actividades de comparación en primera instancia, utilizando su cuerpo, luego con material concreto y finalmente con lápiz y papel. Las actividades de comparación que pueden realizar son: discriminar entre grande/chico, alto/bajo, largo/corto, lleno/vacío, ancho/angosto y colores.

Para poder desarrollar las nociones de espacio en edades tempranas puede incorporar actividades cotidianas en donde el niño o niña logre identificar y señalar (verbal o motrizmente) conceptos como: arriba/abajo, abierto/cerrado, dentro/fuera, encima/debajo, adelante/atrás. Por ejemplo: "Pásame la cuchara que está arriba de la mesa". Recuerde desarrollar estos aprendizajes a través del juego, el uso del cuerpo y siempre mostrando

un modelo previo, ya que estos conceptos son abstractos.

Entre los 5 y 6 años se pueden incorporar actividades de lápiz y papel en donde el/la preescolar pueda practicar este aprendizaje en conjunto con otras acciones cognitivas y motrices como, por ejemplo, colorear de rojo el gato que está arriba de la mesa.

Algunas actividades que se pueden incorporar para trabajar la noción de tiempo son las siguientes:

a) Mostrar al niño o niña una torre a medio construir y luego mostrarle la torre construida completa (antes/después) e identificar los conceptos de ayer, hoy y mañana, utilizando canciones que incorporen los días y meses.

b) Además, se sugiere tener un calendario adaptado en donde el niño o niña, a través de material concreto, identifique y verbalice el día de la semana en que se encuentra asociándolo a una acción u actividad.

Trabajar con secuencias temporales cortas (2 a 3), primero con material concreto comercial (madera tipo encaje que muestran una secuencia como semilla - se riega la semilla - sale una planta). La idea es que se puede dar un modelo previo de la actividad, armando y narrando la secuencia para después pedirle al niño o niña que la ordene.

Trabajar la noción de cantidad a través de activi-

dades de la vida cotidiana en donde el niño o niña pueda verbalizar y manipular elementos concretos aplicando los cuantificadores de muchos y pocos. Ejemplo: ayudar a ordenar las compras de la feria y preguntar al niño o niña si hay muchas o pocas manzanas.

Incorporar en las rutinas de la vida cotidiana actividades de clasificación a través de ejercicios simples como agrupar elementos concretos referidos a diferentes categorías como alimentos, vestuario, juguetes, útiles escolares entre otros y solicitar al niño/a que junte los que son iguales. Por ejemplo: "Ayúdame a ordenar tu ropa, junta cada calcetín con el par que le corresponda".

Se sugiere comenzar a trabajar las nociones de orden como la correspondencia uno a uno, utilizando material como los de encajes en donde cada pieza tiene su lugar, en actividades cotidianas como repartir las cucharas de acuerdo al número de tazas en la mesa o con actividades de lápiz y papel en donde el/la preescolar deba unir su foto con su nombre.

Desarrollar la seriación por medio de actividades en donde el/la preescolar ordene de menor a mayor o viceversa objetos conocidos. Ejemplo: tener tres autos: uno pequeño, uno mediano y uno grande. Solicitar al niño o niña que los ordene de mayor a menor.

En nuestro país existe un método para la enseñanza funcional de las matemáticas para estudiantes que presentan Necesidades Educativas Especiales denomi-

nada Proyecto Miranda y cuenta con manuales para docentes y estudiantes disponibles en formato digital. (Para mayor información ver en <http://www.fundacion-jpmf.cl/>).

Área de escolarización

Mis primeros pasos escolares

¿A qué edad deben asistir al jardín infantil? ¿Cómo puedo seleccionar un jardín infantil adecuado? ¿Escuela especial...es la única instancia de escolarización para niños/as con síndrome de Down? ¿Colegios regulares con Programas de Integración? ¿Integración e Inclusión... será lo mismo? ¿Necesitará apoyos y modificaciones para aprender?

Estas son algunas de las interrogantes que padres, madres, cuidadores/as y profesionales se hacen respecto al proceso de escolarización de niños/as con síndrome de Down. Para dar respuesta a las preguntas se darán a conocer pautas de actuación generales relacionadas con el proceso de inclusión de los/as niños/as, considerando las distintas etapas y opciones que ofrece el sistema educacional chileno.



1. Etapa Preescolar: mi primer jardín infantil

a) ¿Es importante que el niño o niña asista al jardín infantil? ¿Puede asistir a cualquier jardín infantil? ¿Cuál es la edad sugerida?

Es importante que el niño o niña con síndrome de Down asista al **jardín infantil común** desde una edad temprana (aproximadamente 2 años), ya que a través de la imitación y socialización con otros niños/as aprenderá nuevos conceptos, favorecerá su lenguaje, conocerá y entenderá rutinas escolares y hábitos que le permitirán adaptarse de forma adecuada en la educación básica. Evite retrasar este proceso de escolarización inicial, esperando que el niño hable fluidamente, camine o controle esfínteres.

b) ¿Cómo selecciono un jardín infantil adecuado? ¿En qué aspectos debo fijarme?

La Junta Nacional de Jardines Infantiles (JUNJI) entrega recomendaciones para seleccionar un jardín infantil entre las que destacan¹:

- Conocer e informarse acerca del Proyecto educativo del jardín infantil con el objetivo de entender cómo funciona el establecimiento.

¹ Información extraída de <http://www.junji.gob.cl/Junji/matricula-2014/Paginas/Recomendaciones-para-elegir-un-jardin-infantil.aspx>

- Considerar jardines infantiles con disponibilidad para que la familia y/o cuidadores puedan observar y participar en actividades de sus hijos/as.
- Conocer al personal del jardín infantil y, en especial, a quien estará en la sala de clases. Asegurándose de que el personal que esté a cargo de los/as niños/as sea especialista en educación parvularia.
- Si el jardín infantil es privado fíjese que esté certificado por JUNJI, a fin de garantizar la calidad del servicio que recibirán los niños y niñas.
- Observar y considerar que el equipamiento del jardín infantil esté en buenas condiciones y cumpla con las medidas de seguridad mínimas.
- El jardín infantil debe contar con material didáctico en buen estado, suficiente para todos los y las preescolares, organizado y clasificado para propiciar la autonomía de los/as niños/as.



c) ¿Cuál es la jornada escolar sugerida para que asistan los/as niños/as al jardín infantil?

Se sugiere que el/la niño/a con síndrome de Down permanezca media jornada en el jardín infantil, ya sea jornada de la tarde o mañana, y no una jornada extensa, para evitar agotamiento, e ir paulatinamente adaptándose a la rutina y horarios escolares. Además, se debe considerar que la educación inicial es una labor conjunta

entre familia y jardín infantil ambos son responsables del bienestar y aprendizaje del niño o niña.

d) ¿Qué hacer si no pasa de nivel y repite el prekínder o kínder?

En la etapa de jardín infantil el niño/a irá avanzando de nivel desde el medio menor (2 a 3 años), medio mayor (3 a 4 años), prekínder (4 a 5 años) y kínder (5 a 6 años). Sin embargo, debe considerar que todos/as tenemos distintos ritmos y estilos de aprendizaje, por lo tanto, si no avanza de acuerdo a la edad propuesta por los niveles, no se frustre. Esto le permitirá al/la niño/a reforzar aprendizajes y elementos de autonomía básicos para la siguiente etapa escolar.

e) A pesar de asistir al jardín infantil, ¿necesitará otros apoyos durante esta etapa? ¿Qué tipo de apoyos?

Se sugiere que además, de asistir a educación preescolar, el/la niño/a pueda ser parte desde edades tempranas (primeros meses), de un programa de estimulación en donde reciba apoyos en las áreas de kinesiolgía, terapia ocupacional, educación diferencial y fonología con el objetivo de avanzar en aquellas habilidades que aún están en desarrollo.

f) ¿Cómo resguardo que el niño/a esté aprendiendo y desarrollándose integralmente en el jardín infantil?

- Siendo comprometidos con el proceso de enseñan-

za-aprendizaje a través de acciones como: asistir a reuniones de curso, estar constantemente comunicados con la educadora de párvulo, revisar y hacer los ejercicios o tareas para el hogar y asistir a actividades extracurriculares.

- Generando redes de apoyo con otros apoderados o tutores para ir monitoreando elementos pedagógicos, sociales y emocionales de los/as niños/as.
- Solicitando informes de avance del proceso escolar del niño/a con el propósito de reforzar las habilidades que están en desarrollo.

2. Etapa Escolar: mi primer colegio

a) Después del jardín infantil, ¿dónde puede educarse el niño/a con síndrome de Down?

Después de salir del jardín infantil usted puede optar por dos modalidades de educación:

Colegios Regulares con Programa de Integración Escolar (PIE)

Son colegios regulares municipales o particulares subvencionados que tienen un programa que funciona como una estrategia inclusiva del sistema escolar, cuyo objetivo es entregar igualdad de oportunidades en el aprendizaje y participación a todos los/as niños/as en el aula de clases. Es decir, cuentan con recursos materiales

y profesionales especialistas para atender las necesidades educativas especiales que pueden ser transitorias (se presentan en una etapa escolar del/la estudiante) y permanentes (se dan en toda la etapa escolar del o la estudiante).

Los/las niños/as con síndrome de Down son integrados en colegios regulares a través del Programa de Integración Escolar desde la perspectiva de las Necesidades Educativas Permanentes, esto significa que aprenden los contenidos, habilidades y actitudes del currículum común con algunas adecuaciones (adaptaciones) para poder avanzar.

Escuelas Especiales

Las escuelas especiales son una modalidad educativa que atienden a estudiantes con diferentes discapacidades, entre las que se encuentran discapacidad intelectual, auditiva, visual, motora, graves alteraciones en la capacidad de relación y comunicación y trastornos específicos del lenguaje.

Sin embargo, las escuelas especiales funcionan con un currículum distinto al que se da en los colegios regulares, este currículum da énfasis en el desarrollo de elementos funcionales y de autonomía para actividades de la vida diaria.

Para poder tomar la decisión acerca de qué modalidad elegir para educar al niño/a considere las siguientes sugerencias:

- Valoración de estados de avance en las distintas áreas de desarrollo realizadas por profesionales de estimulación temprana y educadoras/es de jardín infantil.
- Considerar las características del niño/a y las necesidades de la familia o de los/las cuidadores/as. Recuerde todos/as somos diferentes, valoremos la diversidad y evitemos las comparaciones entre niños/as con síndrome de Down.

b) ¿Cómo selecciono un colegio común? ¿Qué elementos debo considerar para que él o ella aprenda y se desarrolle plenamente?

Para seleccionar un colegio regular para educar al estudiante, usted debe fijarse en lo siguiente:



Mis primeros pasos en el aprendizaje y el mundo escolar

- Si el colegio no tiene Programa de Integración Escolar PIE, se recomienda que, por lo menos, cuente con profesionales especialistas (educador/a diferencial, fonoaudiólogo/a, terapeuta ocupacional y/o kinesiólogo/a).
- Preguntar al colegio o comunidad educativa si el establecimiento ha tenido experiencias en la atención educativa de niños/as con síndrome de Down, con el propósito de conocer a qué entorno escolar se enfrentan.
- Se sugiere que el colegio tenga pocos estudiantes por curso con el fin de favorecer la atención pedagógica personalizada.
- Se recomienda que en primera instancia la jornada escolar en el colegio sea reducida, es decir, media jornada y, a medida que avanza en su proceso de escolarización, ir aumentándola paulatinamente.
- Se reitera que en este proceso de escolarización de enseñanza básica deben posicionarse como familia o cuidadores/as comprometidos y activos, asistiendo a todas las reuniones y/o entrevistas con docentes básicos y profesionales especialistas, solicitando informes de avance, ayudando al niño/a a realizar actividades escolares y reforzando sus hábitos y rutinas.

c) Si asiste a un colegio regular con o sin Programa de Integración Escolar ¿Cómo aprenderá el currículum común? ¿Necesitará alguna adaptación?

El/la estudiante aprenderá el currículum común que a todos nos enseñan, pero este estará adaptado a través de las adecuaciones curriculares que son estrategias educativas para modificar, en mayor o menor medida, el currículum y así facilitar el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Existen dos grandes tipos de adecuaciones curriculares: en primer lugar, las adecuaciones de acceso al currículum referidas a modificaciones en los espacios físicos, materiales y de comunicación; y en segundo lugar, las adecuaciones curriculares individualizadas que pueden ser no significativas (adaptaciones de tiempos, estrategias, metodologías y/o formas de evaluar) y significativas (son cambios profundos en el currículum que permiten flexibilizar la respuesta educativa tanto en objetivos, contenidos y criterios de evaluación).

Por ejemplo, hay estudiantes que solo precisan adecuaciones de acceso al currículum como contar con un intérprete de lengua de señas o tener un acceso a través de una rampa. En cambio, hay otros estudiantes como los/as niños/as con síndrome de Down que requerirán, en su proceso escolar básico, adecuaciones curriculares individuales significativas para poder modificar algunos elementos del currículum común y así tener uno adaptado a sus necesidades.

Si las adecuaciones curriculares se realizan de forma efectiva y por un equipo multidisciplinario se están reduciendo las barreras para acceder al aprendizaje y a la participación activa del escolar, logrando que éste aprenda y avance adecuadamente en enseñanza básica.

d) Como padre/madre, cuidador/cuidadora o profesional, ¿sobre qué leyes o normativa en el ámbito de educación especial debiese informarme y conocer?

Como padres/madres, cuidadores/as y profesionales deben informarse y conocer acerca de las políticas y normativas en educación especial con el objetivo de resguardar el cumplimiento y entrega de apoyos pertinentes a los niños y niñas con síndrome de Down:

Normativa	Objetivo
Decreto Supremo N° 70/2009	Fija las normas para determinar los/as alumnos/as con necesidades educativas especiales que serán beneficiarios/as de las subvenciones para educación especial.
Decreto Exento N°83/2015	Aprueba criterios y orientaciones de adecuación curricular para estudiantes con necesidades educativas especiales de Educación parvularia y Educación básica.

Como país estamos avanzando hacia crear escuelas inclusivas en donde todos los niños y niñas tengan igualdad de derechos y oportunidades de aprender y participar activamente en colegios comunes y a través del currículum común adaptado a sus necesidades.

e) Si el niño o niña está hospitalizado/a por un período prolongado, ¿puede acceder a alguna modalidad educativa?

Si el niño o la niña con síndrome de Down se encuentra hospitalizado/a por más de tres meses o en tratamientos ambulatorios, existen las aulas hospitalarias que ofrecen a estudiantes de educación regular y especial, educación compensatoria para seguir con el proceso de escolarización. Se recomienda preguntar si el centro hospitalario cuenta con esta opción educativa. ■

A solid red rectangular background with several white stars of varying sizes scattered across it. The stars are positioned at various points, some near the corners and others more centrally.

*HACIA MI
INDEPENDENCIA Y
AUTONOMÍA*

Desarrollo de la motricidad fina

La motricidad fina es la habilidad de coordinar los músculos de la mano y dedos para producir movimientos precisos, controlados y con propósito. Esta habilidad es la que permitirá que el niño o niña vaya explorando y manipulando el ambiente que lo/la rodea.

A continuación se detallará el proceso de desarrollo de la motricidad fina, como una guía para su estimulación. Es necesario mencionar que, si bien éstas son etapas que podemos ir viendo en cada niño o niña, su aparición o tiempos de aparición pueden ser distintos.

0 mes - 2 meses

Reflejo prensil: este reflejo aparece cuando se rosa la palma de la mano y ésta automáticamente se cierra, por lo cual, durante este tiempo las manos del niño o niña permanecen cerradas. Lleva sus manos a la boca, las observa, realiza movimientos de los brazos sin control.

2 meses - 4 meses

Comienza a involucrar la vista tratando de agarrar los objetos a través de acciones de ensayo y error, es decir, intenta tomar los objetos que visualiza, pero no los toma, necesariamente, al primer intento. Trata de tomar

Hacia mi independencia y autonomía

los objetos con ambas manos. Lleva las manos hacia la línea media o tronco. Agarra los juguetes principalmente con la palma de la mano y los dedos, menos el pulgar.

4 meses - 6 meses

Comienza a fijarse en el objeto, intentando agarrar elementos que estén a su alcance.

6 meses - 9 meses

Sostiene objetos por períodos cortos, por lo que con frecuencia se le caen las cosas que sostiene. Golpea las cosas que sostiene en las manos, transfiere los objetos de una mano a la otra. Agarra objetos pequeños y los trae hacia él o ella colocando la mano en rastrillo. Afirma los objetos con todos sus dedos y los lleva a la boca. Realiza el gesto de aplaudir.



9 meses - 12 meses

Observa los objetos antes de agarrarlos. Comienza a utilizar su dedo índice tanto para indicar como para empujar objetos. Guarda objetos en una fuente o los deja en la mano de quien se lo solicita.

12 meses - 18 meses

Puede utilizar sus dedos como tenazas, es decir, toma los objetos con el índice y el pulgar, lo que le permite apilar dos o tres cubos sin que estos se caigan, colocar objetos pequeños dentro de una botella, manipular las

hojas de una revista o libro, realizar rayas con un lápiz que toma, empuñando toda la mano y utilizando todo el brazo, poner una o dos figuras en un rompecabezas simple (de no más de tres figuras). Utiliza ambas manos sujetando un juguete con una mano y manipulándolo con la otra. Come con la mano y siente interés por utilizar una cuchara, aunque no tenga total precisión para llevarla a la boca.

18 meses - 2 años

Va adquiriendo mayor habilidad: apila de tres a cinco bloques; al utilizar el lápiz comienza a realizar rayas verticales, horizontales y circulares; puede encajar tres figuras en un rompecabezas; comienza a jugar con plastilina (teniendo la precaución de que no la lleve a la boca).

2 años - 3 años

Puede imitar rayas verticales, horizontales y circulares. Comienza a utilizar tijeras para cortar un papel en forma desprolija para luego dar paso a cortar un papel en dos pedazos. Manipula objetos dentro de su mano. Abre cajones y muebles. Arrastra juguetes tirándolos de una cuerda. Comienza a manipular juguetes y juegos, mayormente con preferencia de una mano, sin embargo, la lateralidad (uso preferente del brazo y pierna con la cual realizará las actividades diarias) no se definirá hasta los 6 años, aproximadamente.

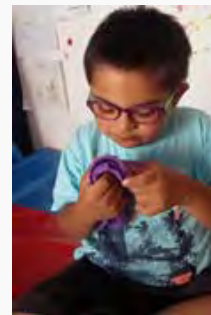
3 años - 4 años

Apila entre cinco y siete bloques. Manipula la plastilina, aplastándola, formando pelotitas y culebras. Imita círculos, cruces y dibujos con un lápiz. Realiza dibujos

simples. Utiliza con mayor precisión la cuchara y tenedor. Adquiere mayor destreza en el vestuario al desabotonar las prendas.

4 años - 5 años

Apila 10 o más bloques. Utiliza prensión trípode para manipular el lápiz (toma el lápiz con el dedo índice, medio y pulgar). Realiza trazos más definidos que permiten identificar formas. Copia figuras como cruces y cuadrados, desabotona y abotona. Utiliza las barras de pegamento.



5 años - 7 años

Logra colorear dentro de las líneas. Corta y pega figuras simples, sujeta el lápiz con mayor madurez, lo que le permite copiar un triángulo y su nombre. Dibuja con mayor detalle en el dibujo, detalles como: tipo y color de pelo, lentes, sexo, etc.

Actividades para estimular la motricidad fina

A continuación se entregan distintos juegos con los que puede desarrollar la prensión fina de los/as niños/as. Debe considerar que estas actividades deben resultar entretenidas y estimulantes para los niños y niñas. Se pueden realizar con materiales que se encuentran en el hogar.

0 meses -
18 meses

Realizar actividades en las que, principalmente, pueda estimular el agarre de las cosas con todos los dedos de la mano, ya sea con una mano o utilizando ambas manos a la vez.

- Con el niño o niña acostado/a, pasar pelotitas o juguetes pequeños de diferentes texturas por la palma de la mano para que los agarre. Realizarlo en forma alternada con cada mano.
- Realizar el ejercicio anterior con ambas manos al mismo tiempo.
- Con el niño o niña acostado/a, lleve ambas manos a la altura de la barbilla y colóquelo un juguete entre ambas manos para que lo sostenga.
- Una vez que el niño o niña pueda sostener su cabeza, colóquelo/a boca abajo y, con juguetes sonoros y luminosos, estimúlelo/a para que fije la mirada en éstos y se mueva para querer alcanzarlos.
- Una vez que el niño o niña se pueda sentar, muéstrelle juguetes con diferentes texturas, colores y sonidos para que los alcance.
- Puede lanzarle una pelota para que imite la acción; colocar y sacar anillos de colores en un palo vertical; guardar y sacar juguetes de una caja.



18 meses -
3 años

Realizar actividades en las que, principalmente, pueda alternar ambas manos e ir mejorando la destreza de la mano, además de incluir el apoyo visual.

- Apilar bloques hacia arriba, simulando una torre.
- Encajar figuras en rompecabezas de 3 a 6 formas.
- Tirar de un juguete a través de una cuerda.
- Dejar que comience a rayar con un lápiz, guiándolo/a para que realice primero rayas sin sentido, luego líneas horizontales, verticales y círculos.
- Enhebrar cuencas en un hilo, también se pueden utilizar pastas canutones, las que se pueden pintar y luego enhebrar en un cordel para formar un collar.
- Colocar una bolita de plasticina para luego enterrarle bombillas de colores.
- Rasgar y arrugar papel.
- Introducir botones de colores y distintos tamaños en una ranura (como cuando se introduce monedas en una alcancía).
- Lanzar una pelota a un arco, recibir una pelota, jugar con autilos siguiendo un camino.



3 años -
5 años

Realizar actividades que comiencen a tener mayor dificultad, que permitan la coordinación de ambas manos, destreza manual y manipulación de los objetos.

- Colocar perros de la ropa en un cordel.
- Incentivar a que pueda construir casas, puentes, aviones.
- Tomar pompones de colores con una pinza (como las que se utilizan para tomar el pan o cosméticas) y dejarlas en un recipiente.
- Desabotonar, abotonar; subir y bajar cierres.
- Utilizar tijeras: primero recortando un papel, luego recortar el papel en dos, seguir con figuras simples (línea, círculo, cuadrado).
- Dibujar y pintar.
- Recortar y pegar.
- Rellenar figuras con papel picado.
- Pasar una aguja con hilo por una figura (como si estuviera cosiendo).
- Desde un recipiente con agua, sacar tapas de bebida con dos palitos.
- Desgranar porotos, pelar habas, desgranar arvejas.
- Armar guirnaldas de velcro.



5 años -
7 años

Realizar actividades que, preferentemente, le permitan mejorar su independencia y desempeño escolar.

- Utilizar tijeras, recortando figuras complejas (auto, casa, fruta).
- Pintar figuras sin salirse del margen.
- Recortar y pegar.



Observaciones:

Se ha observado que los niños y niñas que tienen una condición de síndrome de Down, pueden presentar retraso del desarrollo psicomotor global sobre todo en lo que refiere a la motricidad fina. Es esperable que los hitos mencionados en el cuadro anterior aparezcan de manera tardía, por lo que la edad expresada debe ser tomada solo como una referencia.



Mientras el niño o niña desarrolla su motricidad fina, se pueden realizar algunas adaptaciones que permitirán apoyar su desempeño como: utilizar lápices gruesos o engrosarlos colocando el lápiz en medio de una pequeña pelota de plumavit®, utilizar tijeras ergonómicas y con adaptaciones que permiten abrir la tijera con facilidad, demarcar los espacios para mostrarle límites, entregar ejemplos visuales y físicos para la comprensión de la instrucción, utilizar objetos de mayor tamaño.



Estimulación sensorial y juego

Desde que el niño o niña nace es necesario estimularlo/a sensorialmente a través de todos los sentidos: olfato, gusto, visión, audición, tacto, incluyendo el sistema vestibular (este sistema nos permite tener conciencia de los cambios de posición de la cabeza y los movimientos de aceleración y desaceleración del cuerpo). Esta información es entregada por el sistema auditivo, sistema visual y propioceptivo y nos permite coordinar el movimiento de los ojos y la cabeza, coordinar

ambas partes del cuerpo, mantener el campo visual estable, control postural y equilibrio y sistema propioceptivo (este sistema nos permite tener conciencia de saber cuál es la posición del cuerpo). Esta información es entregada por músculos y articulaciones, dicha información nos permite saber dónde está cada parte del cuerpo y permite planificar los movimientos, para que los conozca, procese y entregue respuestas adaptativas.

A continuación se entregan actividades sensoriales que se pueden incorporar dentro de la estimulación del niño o niña:

Actividades vestibulares

- Mecer al niño o niña en la cuna, en los brazos, hamaca.
- Columpiarlo/la.
- Incentivar a que patine o utilice skate.
- Incentivarlo/la a que ande en triciclo o bicicleta.
- Jugar en cama elástica.
- Utilizar balancines y resbalines.



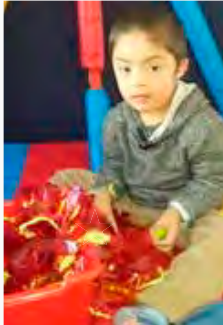
Actividades propioceptivas

- Abrazarlo/la con fuerza.
- Envolverlo/la en un rollito / colocarlo entre dos cojines (como un sándwich).

- Jugar a marchar / saltar la cuerda / escalar.
- Jugar a saltar y tirarse en la cama.
- Jugar a la guerra de cojines.
- Mover muebles de la casa / llevar bolsa del supermercado.
- Lanzar pelotas a otra persona / cesta.
- Amasar / cavar / enrollar.

Actividades táctiles

- Entregar al/la niño/a juguetes con diferentes texturas.
- Dejar que el/la niño/a coma con la mano.
- Buscar juguetes dentro de una caja con semillas, desnudar al niño o niña y bañarlo/a con semillas.
- En una bandeja con sémola o talco realizar dibujos con el dedo.
- Caminar descalzo/a por el suelo / arena / pasto.
- Jugar con plasticina, crema de afeitar, pintura para dedos.
- Acariciar a la mascota (perro / gato / conejo / otro).



Actividades olfato / gusto

- Colocar velas perfumadas en el espacio que utiliza el/la niño/a.

- Entregarle juguetes que pueda chupar / masticar o que vibren.
- Entregarle hierbas / condimentos / flores / frutas / verduras para oler.
- Darle a probar alimentos crujientes.
- Darle a probar alimentos de distintas texturas (sopas / puré / arroz / molido).
- Jugar a adivinar el sabor / olor con los ojos tapados.

Actividades auditivas

- Susurrar / tararear / cantar mientras baña / viste / juega con el niño o niña.
- Colocar música controlando el volumen de la canción.
- Jugar con instrumentos musicales.
- Jugar a golpear cajas / ollas.
- Jugar a adivinar sonidos.

Actividades visuales

- Reducir el estímulo visual dejando solo tres a cinco juguetes al alcance del niño o niña.
- Mostrar dibujos de colores en un libro.
- Mostrar diferentes clases de luces.
- Reemplazar luces nocivas o fluorescentes.
- Trabajar frente a un espejo para que el niño o niña se mire y/o imite movimientos.



Observaciones:

Dentro de las actividades que se realizan con niños/as que tienen una condición de síndrome de Down, se ha visualizado que trabajan muy bien si adoptan una posición boca abajo o de guatita. Permite estimular su sistema propioceptivo y se concentran mejor en la actividad.

Junto a lo anterior, también se ha visualizado que mejoran su campo visual, postura y tono si trabajan en forma vertical en vez de horizontal, es decir, sobre un atril o sobre la pared.



Si al momento de realizar algunas de las actividades sensoriales con el/la niño/a, visualiza que la reacción de éste es demasiado exagerada: llora, se escapa, no le gusta, tiene una hipersensibilidad; o al contrario, visualiza que su reacción es muy baja como si no sintiera el estímulo, una hiposensibilidad; o a veces presenta mucha sensibilidad y a veces poca sensibilidad, es decir, una reacción mixta, consulte a un/una terapeuta ocupacional para que pueda detectar un desorden en el procesamiento sensorial (integración sensorial) y así establecer un plan de intervención adecuado al/la niño/a.

Es necesario incluir en esta estimulación el juego como herramienta educativa, ya que se ha reflexionado y comprobado que los/as niños/as aprenden mejor en ambientes lúdicos, permite el desarrollo cognitivo, la participación, imaginación, desarrollo motor, desarrollo emocional, motricidad fina; permite que puedan practicar roles, desarrollar la creatividad e imaginación, respetar turnos y normas; aprender a ganar y perder; aumentar la atención y concentración, por lo que cualquier actividad que realice llévala a un juego para que resulte motivante, entretenido y el/la niño/a quiera hacerlo. Es importante que él/ella así como juega solo/a, también juegue con otros/as niños/as.

Actividades de la vida diaria (AVD)

Las AVD son: “aquellas tareas ocupacionales que una persona lleva a cabo diariamente para prepararse, o como un auxiliar en las tareas propias de su rol” (Trombly, 1983). Son aquellas actividades que permiten prepararse para otras actividades más complejas, por ejemplo, vestirse para poder ir al colegio, tomar desayuno para salir a trabajar. Estas se dividen en AVD básicas y AVD instrumentales. Las AVD básicas son aquellas actividades que son intransferibles, personales y más simples

como: vestirse, alimentarse, higiene en el baño (bañarse, lavarse las manos, dientes, W.C.), arreglarse, movilidad funcional, actividad sexual; y las AVD instrumentales son aquellas más complejas, de apoyo a las actividades cotidianas que implican interacción con el entorno y son opcionales, como el cuidado de otros, gestión financiera, movilidad en la comunidad, gestión de hogar, compras. Las AVD permiten estructurar el tiempo, entregar autonomía e independencia personal, adaptarse al medio, entregar identidad personal, sexual y social.

Los niños y niñas con la condición de síndrome de Down, también desarrollan ciertas AVD básicas e instrumentales, que les permiten mejorar su independencia y autonomía.

AVD Básicas

Vestuario

Incentivar a que el/la niño/a pueda, primero, sacarse la ropa; y luego que haya aumentado la destreza, comience a reforzar el vestirse.

- Apoyar al/la niño/a para que comience a sacarse los calcetines y zapatos.
- Bajarse los pantalones/ballerinas.
- Sacarse prendas abiertas (chaleco).
- Colocarse calcetines.

- Colocarse pantalones.
- Prendas cerradas, comenzando por la cabeza.

Se espera que a partir de los cinco años, el niño o niña ya pueda realizar esta actividad de manera independiente. Para apoyar este proceso, puede realizar algunas adaptaciones al vestuario, como utilizar velcro en vez de cordones, utilizar buzo en vez de jeans, utilizar velcro en vez de botones, etc. Si apoya que el niño o la niña elija su ropa, estará reforzando la autonomía de éste/a.



Alimentación

Este proceso debe ser dentro de una rutina establecida, incorpórelo/la a las mismas instancias que tiene la familia y no lo/la aisle, así permitirá que pueda imitar las conductas.

- Apoyar, en primera instancia, que pueda alimentarse con las manos.
- Comenzar con el uso de la cuchara. Para mejorar la destreza con la cuchara puede realizar alguna adaptación, con el fin de mejorar el agarre.
- Incorporar el uso del tenedor.

- A partir de los 5 a 6 años el niño o niña comienza a utilizar el cuchillo, para realizar una coordinación de ambas manos al cortar, tomando con una mano el cuchillos y la otra el tenedor.

Higiene

Estas actividades deben ser supervisadas por un/una adulto/a, ya que implican la utilización de sustancias que necesitan precisión en su utilización como es la pasta de dientes, champú, jabón.

- A partir de los 18 meses el niño o niña puede comenzar a utilizar un cepillo de dientes, llévelo/a frente a un espejo para que lo/la imite cuando usted se lava los dientes.
- Para el lavado de manos, puede dejar un lavatorio al alcance del/la niño/a para que utilice el jabón y enjuague sus manos, o bien, subirlo/la a una banqueta firme para que quede a la altura del lavamanos y pueda ejercitar el abrir la llave, utilizar el jabón y enjuagarse. Para ambas situaciones permita al/la niño/a que ejercite el secado de manos, siendo usted solo un apoyo.
- Al momento del baño, dé protagonismo al/la niño/a, para que se pueda enjabonar el cuerpo y lavar el pelo, dosifíquelo el jabón y champú, siendo usted solo un apoyo.
- Entre los 2 a 3 años, un niño o niña estaría en condiciones para dejar el pañal, por lo cual refuerce esta

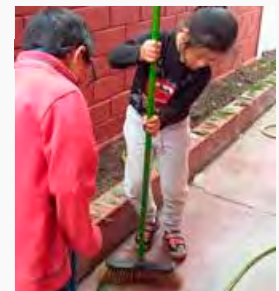
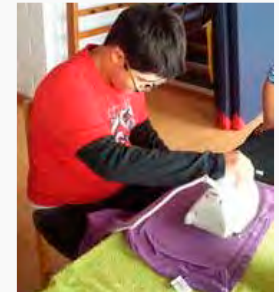
actividad cada vez que pueda y en el baño, sentándolo/a por cortos períodos en el retrete aunque no realice ningún tipo de evacuación.

- Desde los 4 a 5 años, permita que el niño o niña comience a limpiarse solo/a, siendo usted un apoyo.

AVD instrumentales

Dichas actividades permiten que el/la niño/a pueda tener alguna responsabilidad dentro del hogar, lo que impacta en su rol, autoestima, sentido de competencia.

- Barrer
- Sacudir
- Alimentar a la mascota
- Ordenar su ropa
- Ordenar sus juguetes
- Ordenar la cama
- Ayudar a amasar
- Poner la mesa
- Planchar
- Ayudar en la cocina ■





*MIS DERECHOS
PREGUNTAS Y
RESPUESTAS*

Introducción

Resulta esencial para las personas, familiares y amigos de las personas con discapacidad conocer las principales normas que existen en Chile y el mundo sobre la discapacidad ya que al estar en conocimiento de ellas se puedan abrir oportunidades y espacios que favorezcan la plena inclusión social.

Un aspecto cuantitativo a considerar es que las personas con discapacidad en Chile constituyen el 20% de la población nacional, de las cuales un 11,7% se encuentra en situación de discapacidad leve a moderada y un 8,3% severa. (Estudio Nacional de la Discapacidad, año 2015, SENADIS).

El principal desafío de Chile, queda resumido en lo que señaló Soledad Cisternas, presidenta del Comité de Naciones Unidas sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad y galardonada con el Premio Nacional de Derechos Humanos 2014: “[...] que entre los desafíos que enfrenta Chile para la plena implementación de los estándares internacionales de derechos humanos están el igual reconocimiento ante la ley y el pleno ejercicio de la capacidad jurídica, mediante apoyos y salvaguardas, si fueren necesarios, desterrando aquellos modelos de voluntad sustitutiva en manos de terceros; [así como] el consentimiento libre e informado para cirugías, tratamientos”. (Informe anual, año 2014, INDH).

Conceptos generales

1 ¿Qué se entiende por discapacidad en las normas internacionales y en la ley que regula en Chile la situación de las personas con discapacidad?

- Concepto discapacidad en la Convención Internacional de Derechos Humanos: *“la discapacidad es un concepto que evoluciona y que resulta de la interacción entre las personas con deficiencias y las barreras debidas a la actitud y al entorno que evitan su participación plena y efectiva en la sociedad, en igualdad de condiciones con las demás”*. (Preámbulo letra e).
- Concepto discapacidad en la Ley 20.422: *“Aquella que teniendo una o más deficiencias físicas, mentales, sea por causa psíquica o intelectual, o sensorial, de carácter temporal o permanente, al interactuar con diversas barreras presentes en el entorno, ve impedida o restringida su participación plena y efectiva en la sociedad, en igualdad de condiciones con las demás”*. (Artículo 5, Ley 20.422).

Normativa internacional

1 ¿Cuáles son las normas jurídicas internacionales que tratan el tema de la discapacidad?

- La Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (CDPD).
- La Convención Interamericana para la Eliminación de

todas las Formas de Discriminación contra las Personas con Discapacidad en general.

2 ¿Qué derechos reconoce la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad?

- El respeto de la dignidad inherente.
- La autonomía individual, incluida la libertad de tomar las propias decisiones y la independencia de las personas.
- Reconoce la igualdad ante la ley de todas las personas, lo que supone la igual protección legal e insta el aseguramiento por parte de los Estados del desarrollo de las mujeres y niñas con discapacidad en igualdad de condiciones.
- Prohíbe la tortura y otros tratos o penas crueles, inhumanas o degradantes contra las personas con discapacidad, señalando expresamente que se requiere su libre consentimiento para ser sometidas a experimentos médicos o científicos.



3 ¿Cuál sería una expresión del respeto a la dignidad y a la igualdad ante la ley de las personas con discapacidad?

Reconocimiento de su personalidad jurídica: se entiende por personalidad jurídica o personería jurídica aquella por la que se reconoce a una persona, entidad, asociación o empresa, con capacidad suficiente para

contraer obligaciones y realizar actividades que generan plena responsabilidad jurídica, frente a sí mismos y frente a terceros.

4 ¿Qué es la capacidad jurídica y la capacidad mental?

Son conceptos distintos. La capacidad jurídica es la capacidad de ser titular de derechos y obligaciones, (capacidad legal) y de ejercer esos derechos y obligaciones (legitimación para actuar). Es la clave para acceder a una participación verdadera en la sociedad.

La capacidad mental se refiere a la aptitud de una persona para adoptar decisiones, que naturalmente varía de una persona a otra y puede ser diferente para una persona determinada en función de muchos factores, entre ellos factores ambientales y sociales.

Por eso, de lo que se trata es de transitar de un modelo en el que se sustituye a la persona en la toma de decisiones, a uno donde se le apoya para que pueda tomarlas.

5 ¿Qué derechos reconoce, la Convención Interamericana para la Eliminación de todas las Formas de Discriminación contra las Personas con Discapacidad?

- Las personas con discapacidad tienen los mismos derechos humanos y libertades fundamentales que otras personas.
- La Convención indica: [que se] “*tomarán todas las medi-*

das que sean pertinentes y efectivas para garantizar el derecho de las personas con discapacidad en igualdad de condiciones con las demás, a ser propietarias y heredar bienes, controlar sus propios asuntos económicos y tener acceso en igualdad de condiciones a préstamos bancarios, hipotecas y otras modalidades de crédito financiero, y velarán porque las personas con discapacidad no sean privadas de sus bienes de manera arbitraria”.

6 ¿Qué entiende por discriminación la Convención Interamericana para la Eliminación de todas las Formas de Discriminación contra las Personas con Discapacidad?

En el caso de las personas con discapacidad: *“toda distinción, exclusión o restricción basada en una discapacidad, antecedente de discapacidad, consecuencia de discapacidad anterior o percepción de una discapacidad anterior o percepción de una discapacidad presente o pasada, que tenga el efecto o propósito de impedir o anular el reconocimiento goce o ejercicio por parte de las personas con discapacidad de sus derechos humanos y libertades fundamentales”.*

Normativa nacional

1 ¿Cuál es la normativa nacional que rige la situación de las personas con discapacidad?

- La Constitución Política de la República en su artículo

1° establece: [que las] *“personas nacen libres e iguales en dignidad y derechos”* [inciso primero]. Y [que] *“El Estado está al servicio de la persona humana y su finalidad es promover el bien común para lo cual debe contribuir a crear las condiciones sociales que permitan a todos y a cada uno de los integrantes de la comunidad nacional su mayor realización espiritual y material posible, con el pleno respeto a los derechos y garantías que esta Constitución establece”* [inciso tercero].

- La Ley 20.422 tiene como propósito asegurar el derecho a la igualdad de oportunidades y erradicar toda forma de discriminación hacia las personas con discapacidad. Esta ley consagra entre sus principios rectores el de vida independiente.

Asimismo la Ley establece: *“[...] la rehabilitación de personas con discapacidad mental [...] propenderá a que éstas desarrollen al máximo sus capacidades y aptitudes. En ningún caso, la persona con discapacidad mental podrá ser sometida, contra su voluntad, a prácticas o terapias que atenten contra su dignidad, derechos o formen parte de experimentos médicos o científicos”.*

Además, la norma reconoce expresamente la autonomía de las mujeres con discapacidad y de las personas con discapacidad mental al estipular: *“el pleno goce y ejercicio de sus derechos en condiciones de igualdad con las demás, en especial lo referente a su dignidad, el derecho a constituir y ser parte de una familia, su sexualidad y salud reproductiva”.*

Algunos derechos esenciales

Derecho a voto

1 ¿Tienen derecho a voto las personas con discapacidad?

Todas aquellas personas que aparezcan en el Padrón electoral tienen derecho a sufragar (votar) independientemente de que tengan algún tipo de discapacidad.

Las personas con discapacidad O SUS ASISTENTES comunicarán al presidente de la Mesa, ya sea verbalmente, por lenguaje de señas o por escrito, si requieren ser asistidas. Una persona de su confianza, mayor de edad y sin distinción de sexo, ingresará con ella a la cámara secreta.

El/la secretario/a de la mesa deberá dejar constancia en el acta del sufragio asistido, de la identidad del/a votante y de su asistente. (Fuente: Servel, año 2013)

Derecho a la educación

1 ¿Tienen derecho a la educación regular las personas con discapacidad?

Sí, el Estado garantizará a las personas con discapacidad el acceso a los establecimientos públicos y privados del sistema de educación que reciban subvenciones o aportes del Estado.

Los establecimientos de enseñanza pre-básica, básica y media contemplarán planes para estudiantes con necesidades educativas especiales y fomentarán la participación de todo el plantel de todos/as los integrantes de la comunidad educacional en dichos planes. (Artículo 34, ley 20.422)

2 ¿Qué medidas debe adoptar un establecimiento de educación regular al recibir a un niño o niña con necesidades educativas especiales?

La normativa indica que se deben flexibilizar y adaptar los currículos escolares a todo nivel, para tomar en consideración las necesidades particulares de las personas con discapacidad que estudian; que se destinen recursos humanos adicionales con una capacitación especializada para responder a las necesidades de los/las estudiantes con discapacidad; y que se desarrollen y promuevan los recursos materiales que faciliten la autonomía en el proceso de aprendizaje de los/las estudiantes. (Artículo 36 ley 20.422).

Asimismo, el Ministerio de Educación deberá hacer las adecuaciones necesarias para que alumnos/as con necesidades educativas especiales puedan participar en las mediciones de la calidad de la educación.

3 ¿Pueden las personas con discapacidad acceder a la Educación Superior?

Sí, las personas con discapacidad pueden acceder a la Educación Superior y las instituciones de Educación Superior deberán contar con mecanismos que faciliten el acceso de las personas con discapacidad, así como adaptar los materiales de estudio y medios de enseñanza para que dichas personas puedan cursar las diferentes carreras.

Así, es necesario considerar las necesidades especiales que tengan las personas con discapacidad para poder postular a algún centro de educación superior en condiciones equitativas.

Además de ello, se deben tomar medidas concretas para facilitar la permanencia de las personas con discapacidad a lo largo de la carrera. Estas medidas deben formar parte de la política o garantías institucionales, pues, de otro modo, seguirá dándose que el ingreso y permanencia de las personas con discapacidad es visto como fruto de la “buena voluntad” de las casas de estudio, en lugar del ejercicio del legítimo derecho a la educación de los estudiantes.



Derecho al trabajo

1 ¿Tienen derecho a trabajar las personas con discapacidad?

Sí, el contrato de trabajo que celebra una empresa con una persona con discapacidad no difiere del que puede celebrarse con un trabajador convencional. Los derechos y obligaciones de las partes son las usuales en toda relación laboral en materia de horarios, asistencia y cumplimiento.

El Estado, a través de los organismos competentes, promoverá y aplicará medidas de acción positivas para fomentar la inclusión y no discriminación laboral de las personas con discapacidad.

2 ¿Qué obligaciones tiene el Estado para la inclusión laboral de las personas con discapacidad?

La ley dispone, en su artículo 44: [que] “[...] El Estado creará condiciones y velará por la inserción laboral y el acceso a beneficios de seguridad social por parte de las personas con discapacidad”; y en su artículo 45, agrega: “En los procesos de selección de personal, al público, serán sus propios órganos quienes deberán determinar la forma de dar cumplimiento a esta obligación”.

3 ¿Qué comprende la capacitación laboral de las personas con discapacidad?

La capacitación laboral de las personas con discapacidad comprenderá, además de la formación laboral, la orientación profesional, que deberá otorgarse teniendo en cuenta la evaluación de las reales capacidades de la persona, la educación efectivamente recibida y sus intereses.

4 ¿Por qué normas se rige la contratación de un trabajador con discapacidad?

La contratación de un trabajador con discapacidad se regula por las disposiciones generales del Código del Trabajo, toda vez que este cuerpo legal no contiene normas especiales al respecto. Sin embargo, debe tenerse presente lo dispuesto en la Ley N° 20.422 (D.O. 10.02.2010) que Establece Normas sobre Igualdad de Oportunidades e Inclusión Social de Personas con Discapacidad.

El artículo 24 de la mencionada ley señala que toda persona o institución, pública o privada, que ofrezca servicios educacionales, capacitación o empleo, exigiendo la rendición de exámenes u otros requisitos análogos debe realizar los ajustes necesarios para adecuar los mecanismos, procedimientos y prácticas de selección en todo cuanto se requiera para resguardar la igualdad de oportunidades de las personas con discapacidad que participen en ellos. La norma considera que los/as postulantes que presenten alguna discapacidad que les produzca impedimento o dificultad en la aplicación de los instrumentos de selección que se administren, deben informarlo en su

postulación para su adaptación.

En lo que dice relación al contrato de aprendizaje que contempla el Código del Trabajo, el artículo 47 de la ley N° 20.422 establece una norma especial al señalar que las personas con discapacidad pueden celebrar el contrato de aprendizaje contemplado en el Código del Trabajo sin limitación de edad, lo cual constituye una excepción respecto de la regla general contenida en el artículo 79 del referido Código, que limita la celebración de tal tipo de contrato a las personas menores de 21 años de edad. En consecuencia, en el caso de las personas con discapacidad el contrato de aprendizaje puede celebrarse cualquiera sea la edad del trabajador.

Por otra parte, cabe agregar que el artículo segundo transitorio de la referida ley modificó el numeral 7 del artículo 154 del Código del Trabajo, relativo al contenido del Reglamento Interno de Orden Higiene y Seguridad, siendo su texto actual el siguiente: "*7. las normas especiales pertinentes a las diversas clases de faenas, de acuerdo con la edad y sexo de los trabajadores, y a los ajustes necesarios y servicios de apoyo que permitan al trabajador con discapacidad un desempeño laboral adecuado*". En consecuencia, el Reglamento Interno de Orden Higiene y Seguridad debe contener, además del detalle de las diversas faenas según la edad y sexo de los trabajadores, la indicación de los ajustes y servicios de apoyo que permitan al/la trabajador/a con discapacidad prestar sus servicios de manera adecuada.

Derecho a transitar y a desplazarse

1 ¿Qué es la accesibilidad universal?

Accesibilidad o accesibilidad universal se refiere a que todas las personas puedan utilizar un objeto, visitar un lugar o acceder a un servicio, independientemente de sus capacidades técnicas, cognitivas o físicas. Es indispensable e imprescindible, ya que se trata de una condición necesaria para la participación de todas las personas, independiente de las posibles limitaciones funcionales que puedan tener.

Para promover la accesibilidad se hace uso de ciertas facilidades que ayudan a salvar los obstáculos o barreras de accesibilidad del entorno, consiguiendo que estas personas realicen la misma acción que pudiera llevar a cabo una persona sin ningún tipo de discapacidad. Estas facilidades son llamadas ayudas técnicas. Entre estas se encuentran el alfabeto Braille, la lengua de señas, las sillas de ruedas, las señales auditivas de los semáforos, etc.

Considerando la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad, la accesibilidad es un derecho que implica la real posibilidad de una persona de ingresar, transitar y permanecer en un lugar, de manera segura, confortable y autónoma. Ello implica que las barreras del entorno físico deben ser eliminadas.

2 ¿Qué obligaciones existen respecto de la accesibilidad universal?

El Estado, a través de los organismos competentes, impulsará y aplicará medidas de acción positiva para fomentar la eliminación de barreras arquitectónicas y promover la accesibilidad universal, del mismo modo toda persona o institución, pública o privada, que ofrezca servicios educacionales, capacitación o empleo, exigiendo la rendición de exámenes u otros requisitos análogos, deberá realizar los ajustes necesarios para adecuar los mecanismos, procedimientos y prácticas de selección en todo cuanto se requiera para resguardar la igualdad de oportunidades de las personas con discapacidad que participen en ellos.

Los postulantes que presenten alguna discapacidad que les produzca impedimento o dificultad en la aplicación de los instrumentos de selección que se administren para el efecto, deberán informarlo en su postulación, para su adaptación.

Los canales de la televisión abierta y los proveedores de televisión por cable, deberán aplicar mecanismos de comunicación audiovisual que posibiliten a la población con discapacidad auditiva el acceso a su programación en los casos que corresponda, según lo determine el reglamento que al efecto dictarán conjuntamente los Ministerios de Planificación, de Transportes y Telecomunicaciones y Secretaría General de Gobierno.

Toda campaña de servicio público financiada con fondos públicos, la propaganda electoral, debates presidenciales y cadenas nacionales que se difundan a través de medios televisivos o audiovisuales, deberán ser transmitidas o emitidas con subtítulo y lengua de señas.

Todo edificio de uso público y todo aquel que, sin importar su carga de ocupación, preste un servicio a la comunidad, así como toda nueva edificación colectiva, deberán ser accesibles y utilizables en forma autovalente y sin dificultad por personas con discapacidad, especialmente por aquellas con movilidad reducida. Asimismo, estarán sometidas a esta exigencia las obras que el Estado o los particulares ejecuten en el espacio público al interior de los límites urbanos, y los accesos a los medios de transporte público de pasajeros y a los bienes nacionales de uso público. Si las edificaciones y obras señaladas en este inciso contaren con ascensores, estos deberán tener capacidad suficiente para transportar a las personas con discapacidad de conformidad a la normativa vigente.

El Ministerio de Vivienda y Urbanismo, dentro de sus programas habitacionales, contemplará subsidios especiales para adquirir y habilitar viviendas destinadas a ser permanentemente habitadas por personas con discapacidad.



Para asegurar a las personas con discapacidad la accesibilidad a todos los medios de transporte público de pasajeros, los organismos competentes del Estado deberán adoptar las medidas conducentes a su adaptación e incentivar o ejecutar, según corresponda, las habilitaciones y adecuaciones que se requieran en dichos medios de transporte y en la infraestructura de apoyo correspondiente.

Los establecimientos comerciales, industriales y de servicios, públicos o privados; los que exhiban espectáculos artísticos, culturales o deportivos; los edificios destinados a un uso que implique la concurrencia de público, y los espacios de uso público que cuenten con estacionamientos para vehículos, reservarán un número suficiente de ellos para el uso de las personas con discapacidad, conforme a las disposiciones de la Ordenanza General de Urbanismo y Construcciones. Corresponderá a la municipalidad respectiva velar por el adecuado cumplimiento de esta obligación.

Acciones judiciales

1 ¿Qué acciones legales permiten sancionar la discriminación?

Sin perjuicio de las acciones constitucionales (recurso de protección) que establece la Constitución Política de la República para dar protección a las garantías que reconoce a todas las personas, entre ellas el

derecho de igualdad ante la ley e igual protección de la ley en el ejercicio de los derechos, la ley señala en su artículo 57: “Sin perjuicio de las normas administrativas y penales, toda persona que, por causa de una acción u omisión arbitraria o ilegal sufra amenaza, perturbación o privación en el ejercicio de los derechos consagrados en esta ley, podrá concurrir, por sí o por cualquiera a su nombre, ante el juez de policía local competente de su domicilio para que adopte las providencias necesarias para asegurar y restablecer el derecho afectado”.

Por otra parte, es necesario destacar que el Servicio Nacional de Discapacidad, SENADIS, ha celebrado convenios de colaboración con la Corporación de Asistencia Judicial, a fin que las personas en situación de discapacidad, accedan efectivamente a una asesoría jurídica, por causa de vulneración de sus derechos con motivo de su discapacidad.

SENADIS presta orientación jurídica a las personas con discapacidad y/o a sus familias, cuando lo requieran, a través de la Fiscalía del Servicio, en las siguientes condiciones¹:

- Orientación jurídica a las personas con discapacidad, en casos de discriminaciones o abusos sufridos en razón de su discapacidad. Solo se atienden los casos de

¹Información extraída de:
http://www.senadis.gob.cl/pag/305/822/orientacion_juridica_a_personas_con_discapacidad

carácter jurídico en los que la discapacidad sea un elemento relevante y determinante.

- Una vez examinados los hechos denunciados o puestos en conocimiento de la Fiscalía, ésta prestará la orientación jurídica que corresponda y entregará las recomendaciones en el caso. Por otra parte, y si así lo estima pertinente, efectuará las derivaciones correspondientes, de acuerdo a la situación particular, a alguna de las instituciones de la red de colaboradores de SENADIS de defensoría jurídica: Corporaciones de Asistencia Judicial, con cobertura nacional, Clínicas Jurídicas de diversas Universidades o Fundación Probono.
- Las personas que soliciten este servicio a SENADIS, se hacen responsables de la veracidad, adecuación con la realidad y legalidad de los hechos, documentos, información o materiales comunicados o puestos a disposición de la Fiscalía.

Las personas en situación de discapacidad y/o sus familias pueden presentar su consulta ante SENADIS, presencialmente en las Direcciones Regionales o de manera virtual a través del formulario de contacto del sitio web del Servicio. Por otra parte, también pueden acudir directamente a alguna de las instituciones de la red de colaboradores de SENADIS, quienes evaluarán la situación y determinarán en conjunto con la persona con discapacidad la interposición de acciones legales. ■

The background is a solid orange color with several white, four-pointed stars scattered across it. The stars are of varying sizes and are positioned in a way that suggests a starry sky or a constellation.

OTROS DATOS DE INTERÉS

Bibliografía sugerida

Ruiz, E. (2012). Programación educativa para escolares con síndrome de Down. España: Fundación Iberoamericana Down 21.

Fundación Down21-Chile. (2008). Palabras + palabras. Aprendamos a leer. Santiago: Mineduc.

Fundación Down21-Chile. (2014). Matemática funcional para estudiantes que presentan NEE. Santiago: Mineduc.

www.down21-chile.cl

Fundación Grupo Down21 Chile

www.intar21.com

Aplicaciones móviles educativas

www.educacionespecial.mineduc.cl

Unidad de educación especial del Ministerio de Educación

www.crececontigo.gob.cl

Sistema de Protección Integral a la Infancia

www.leychile.cl

Leyes nacionales de la Biblioteca del Congreso Nacional de Chile

Sitios web sugeridos

Nacionales

www.senadis.gob.cl

Servicio Nacional de la Discapacidad

www.junji.cl

Junta Nacional de Jardines Infantiles

www.integra.cl

Fundación Integra

www.centroucdown.uc.cl

Centro UC síndrome de Down

Otros datos de interés

Internacionales

www.asdra.org.ar

Asociación Síndrome de Down Argentina

www.sindromedown.net

Federación Down España

<http://www.fcsd.org/es>

Fundación Catalana Síndrome de Down

www.un.org/development/desa/disabilities-es

Secretaría de la Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad ONU

Bibliografía

Marchant, T. & Tarky, I. (1998). Cómo desarrollar el lenguaje oral y escrito. Santiago: Universitaria S.A.

Rencoret, M. (2004). Iniciación Matemática. Santiago: Andrés Bello.

Ruiz, E. (2013). Cómo mejorar la atención de los niños con Síndrome de Down. Revista Síndrome de Down, 30,63-75. Extraído el 18 de diciembre de 2015 desde https://down-revistacantabria.files.wordpress.com/2014/03/revista117_63-75.pdf

Troncoso, M. y Del Cerro M. (1998). Síndrome de Down: Lectura y escritura. España: Masson S.A.

Moruno Miralles, P. Y Romero Ayuso, DM. (2005). Actividades de la vida diaria. Barcelona: Masson

Delgado Mayorga, V. y Contreras Meneses, S. (2015). Desarrollo psicomotor primeros años, Santiago: Mediaterráneo.

Publications American Occupational Therapy Association, Inc. <http://www.aota.org>

Importante

Visítenos en
www.fundacion-jpmf.cl

Escribanos a
contacto@fundacion-jpmf.cl
fundacion.jpmunizagafigari@gmail.com

Síguenos en
facebook/fjpmf





www.fundacion-jpmf.cl



[fundacionjpmf](https://www.youtube.com/fundacionjpmf)



[fjpmf](https://www.facebook.com/fjpmf)



[@fundacion_jpmf](https://twitter.com/fundacion_jpmf)