

Papá y Mamá: MIS MEJORES MAESTROS

Guía de Atención Temprana
para el niño ciego o con visión baja

**Papá y Mamá mis mejores Maestros:
Guía de Atención Temprana para el niño ciego o con visión baja.**

Autor: Angélica Evangelina Acosta Navarro

Edición: Cecilia del Carmen Cardiel Escamilla
Jose Alonso Fernández Cabrero

Diseño y Portada:

Jose Alonso Fernández Cabrero

Año de Primera Edición: 2009

Texto y Fotografías ©2009

Ver Contigo, a.c.

Julio Luján 101

Ampl. los Ángeles

Torreón, Coah. MEXICO

Esta obra está bajo una licencia BY-NC-SA bajo la licencia 2.5 México de Creative Commons.

Para ver una copia de esta licencia, visite

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/2.5/mx/> o envíe una carta a
Creative Commons, 171 Second Street, Suite 300, San Francisco, California 94105, USA.

Primera edición financiada por la Fundación ONCE para América Latina (FOAL), como parte del proyecto de Atención Temprana en el Hogar para Niños Ciegos y de Visión Baja.

Introducción

Este manual fue elaborado con la finalidad de brindar una herramienta más a los padres en la atención que deben brindar a su hijo. Surge de la necesidad de ahondar en aspectos básicos del desarrollo del niño ciego o con visión baja.



Como padres o cuidadores del bebé sin duda son quienes pasarán más tiempo con él, por ello la importancia de que cuenten con más elementos para estimular a su hijo dentro del hogar desde temprana edad.

Criar a un hijo nunca ha sido tarea fácil, siempre hay mil preguntas que surgen acerca de cuándo y cómo emprender algunas tareas en su educación, disciplina y formación de hábitos, aquí se ofrece una guía práctica y sencilla tomada de la experiencia de otros padres y de los consejos de especialistas en atención temprana a la diversidad visual.



Papi y Mami ¡quíranme mucho! Yo los amo y los necesito

Es muy probable que, como padres, al recibir la noticia sobre la situación visual de su bebé hayan sufrido un golpe muy fuerte en sus expectativas y emociones, pero sabemos que ante todo ustedes aman a su hijo. Quizá no logren todavía aceptar la triste noticia y el dolor sea aún profundo, pero con seguridad si están leyendo esto es porque desean lo mejor para su hijo, ese bebé que inocente y ajeno a todo lo que está pasando espera todo su amor y cariño.



Los primeros meses son fundamentales para crear un lazo fuerte entre los padres y el bebé, principalmente con la madre; él necesita sentirse querido, y eso no sólo se dice con palabras sino con todo nuestro cuerpo y emociones; **¡Abrazalo! ¡Bésalo! ¡Dile lo importante que es para ti! hazle cariños, dale un suave masaje y con cada toque exprésale amor;** eso le

aumentará su seguridad además de su autoestima y a ti te ayudará a sanar.

El niño con dificultades visuales no siempre logra hacer contacto visual, no lo malinterpretes como desinterés, si cuando le hablas voltea su cara hacia otro lado no creas que es por molestia, él voltea su rostro para enfocar su oído hacia tu voz; te ve con sus oídos y no desea perderse nada de lo que le dices, así que dispone todo su cuerpo para escucharte.

Es muy común que los padres cataloguen a su hijo como inexpresivo debido a que pocas veces responde con sonrisas a los cari-

ños o apapachos, lo que sucede es que, la primera risita que aparece en un bebé es un reflejo, al ver a otros reír ésta se convierte en un conducta aprendida; pero, al no ver él y no estimularlo ustedes, la sonrisa no se imita y se pierde.

Te aconsejamos que leas su cuerpo y quizás encuentres que cuando le haces algún halago patalea o aletea con sus manos como si fuese a volar, es su forma de decirte que le encanta lo que esta pasando, si por el contrario es algo que le moleste, asuste o ponga nervioso su cuerpo se puede poner duro, cerrando los puños con fuerza, obsérvalo y fíjate cómo responde al placer y disfruta enormemente cuando con su cuerpo te diga *sigue papi o mami eso me hace feliz*.

Cuando sonría hay que hablarle y hacerle cosquillas a la vez para reforzar esta conducta, de esta manera asociará la sonrisa con una actividad placentera. Pon sus manos sobre tu rostro cuando tu ríes para que el pueda sentir con sus manos la expresión de tu alegría y después el pueda expresar así su regocijo.

Involucra a todos los miembros de la familia en su atención y cuidados, muéstrale al bebé poco a poco que ocupa un lugar dentro de una familia donde todos son importantes.

Siempre recuerda que, sin importar su necesidad especial, es un niño y como cualquier niño necesita una dosis gigante de amor, pero también de disciplina: valores, responsabilidades, reglas y límites.

No hagas por mí, lo que yo puedo hacer solito



No lo sobreprotejas, *no hagas por él lo que él puede hacer por sí mismo*. Si lo sobreproteges le envías un doble mensaje: “*No creo que seas capaz de hacerlo por ti mismo, siempre me vas a necesitar y no te preocupes yo estoy para resolverte la vida*”; como ya sabrás en ambos casos le mientes porque él puede y nadie ninguno de nosotros es inmortal, por lo tanto no podrás estar siempre con él.

Bárbara J. Madrigal, Comisionada Asistente en la División de Servicios a los Ciegos en Texas dice que si deseas que tu hijo tenga éxito debes ser exigente con él. “*Cuando digo a los padres que deben ser ‘exigentes’ me refiero a que deben tener altas esperanzas, altas expectativas para sus hijos; si los padres tienen confianza en las habilidades y posibilidades de sus hijos, es probable que los niños también crean en ellos.*”

“*Las familias pueden tener buenas intenciones cuando tratan en forma especial a los niños ciegos; pero pueden estar sentenciando a ese niño a toda una vida de dependencia y aislamiento.*”

“*Ellos necesitan entender que en realidad hay muchos peligros allá afuera; pero que ellos tienen las habilidades para solucionar los problemas o evitarlos totalmente*”*.

Esto es real, si tú apuestas tus esfuerzos y dedicación a que tu hijo puede, el bebé a su corta edad sentirá tu confianza y le pondrá ganas para lograr lo que se han propuesto pero, si por el

* www.tsbvi.edu/Outreach/seehear/spring05/want-span.htm

contrario siente tu temor e inseguridad hacia él, se dará por vencido aún antes de comenzar.

Al igual que otros niños, el niño ciego o de visión baja necesita tener responsabilidades, claro está, conforme a su posibilidad; desde pequeño enséñalo a recoger lo que tira, a limpiar donde ensucia, poner los juguetes en su lugar, etc.

¡Cuídame!

Otro punto importante es que comprenda que no le darás todo lo que pida, ni en el segundo que lo exija, y esto empieza desde bebé, los pequeños buscan la forma de hacer que los padres los obedezcan y sorprendentemente lo logran, con un solo chillido los padres se ponen en total sumisión, a sus ordenes, si quiere que lo carguen lo cargan, si quiere música se la ponen, le cumplen lo que desea aunque estén conscientes de que es sólo un capricho. ¡Cuidado! Pronto crecerá y sus exigencias serán mayores, entonces querrás ponerle un alto pero te costará mucho, estará en relación con otros y pensará que todos deben cumplir sus caprichos pero difícilmente encontrará quien lo haga; su frustración y problemas de conducta serán evidentes.

Quiero amigos

Sé amoroso pero firme, el hecho de que llore un poco no le hará daño, un “no” a tiempo le ayudará a comprender que hay cosas correctas e incorrectas, cosas que podemos tener y cosas que no podemos tener. Una vez que des una indicación o hagas una promesa cumpíela, si le dices que no le comprarás algo porque desobedeció no se lo compres aunque cuando te lo pida se te parta el corazón, igual si prometiste darle algo; al cumplir con tu palabra le muestras al niño que eres una persona en la que se puede confiar.

Amor, confianza, seguridad, límites y reglas le ayudarán a crecer en equilibrio consigo mismo y con los que le rodean.

Procura que el niño se relacione con personas ajenas al núcleo familiar, pero sobre todo con niños de su edad, es recomendable que en cuanto sea posible le lleves a un parque y asista a una guardería o preescolar para que socialice con sus pares, los niños son maestros de los niños, ya verás cómo aprende muchas cosas.



Enséñame a ver...

La visión nos permite aprender muchas cosas de forma rápida y total, tal como identificar los rostros familiares, movernos para alcanzar cosas que llaman nuestra atención, asociar los nombres de los objetos con su imagen, etc. Cuando la visión falta o la información que envía al cerebro no es precisa, se ven obstaculizados muchos aspectos del desarrollo del bebé, entonces es necesario buscar vías alternas (otros sentidos) y estimulación sistematizada para enviar dicha información al cerebro y para que sea comprendida de forma correcta.



Es importante mencionar que la mayoría de los niños con diagnóstico de ceguera pueden ver aunque sólo sea luz. En estos casos la visión que conserva el niño debe ser utilizada al máximo, pues no se puede ahorrar o gastar, al contrario entre más la utilice más eficaz será, sino se usa puede perderse totalmente.

Es trascendental iniciar la estimulación visual desde bebé, así habrá más probabilidades de que aprenda a aprovecharla para diversas actividades.

El que el niño aprenda a encontrar la fuente de luz le permitirá descubrir entradas y salidas, si percibe contrastes podrá guiar su caminata por alguna línea de color fuerte, y así como estas actividades podrá lograr muchas más.

Algunas recomendaciones para estimular al niño en casa son:

- Hacerle una colcha de cuadros a blanco y negro, es el mejor contraste que puede percibir el niño
- Forrarle su biberón a rayas negras y blancas ya sea en forma horizontal, vertical y/o diagonal.

- Coloca una serie de luces navideñas blancas, cambiándosela de lugar para que mueva su cabeza y no la mantenga en una sola posición.
- Los juguetes, sonajas o móviles deben contar con colores fuertes como rojo, azul, amarillo, verde, con luces y sonidos.
- Cuando le des un objeto enséñale a buscarlo con sus ojos y manos.
- En una habitación oscura proyecta la luz de una lámpara frente o directo a los ojos del niño y permite que la siga.
- Acércate a una pared y proyecta en ella la luz de la lámpara luego lleva la mano del niño hacia la luz.
- Cuando lo amamantes o le des su biberón maquíllate exageradamente labios y cejas, el bebé podrá percibirte mejor y esto fortalecer el vínculo emocional entre tú y tu pequeño

Bla, bla, bla, Juguemos a hablar

El desarrollo del lenguaje es un paso muy importante para el niño con discapacidad visual pues le permitirá acceder a muchos conocimientos por medio de las palabras, para que esto ocurra en los tiempos y momentos indicados es necesario empezar esta tarea desde los primeros meses.



El ser humano desde antes de nacer ya trae una dotación de elementos que le permitirán hablar y comunicarse, sin embargo se requiere de elementos detonantes del ambiente que permitan un desarrollo adecuado del lenguaje y la comunicación.

La voz de la madre es la preferida del bebé desde los primeros días de nacido, pues es la que escuchó durante su estancia en el vientre así que, mamá, háblale por su nombre y enseña a toda la familia a hablarle de la misma manera, usa una voz dulce pero clara, sin diminutivos pues estos confunden; platica constantemente con el bebé, toda esta estimulación sentará las bases para que él desarrolle el lenguaje, pero lo más importante es la comunicación y recuerda que no sólo nos comunicamos con palabras sino con todo el cuerpo.

El llanto del pequeño es un medio de comunicación pero procura que no sea el único, observa los movimientos que hace cuando tú le hablas y procura ser receptivo y responder a ellos, cuando respondes adecuadamente a lo que intenta decir con su cuerpo o algún sonido le provocas que lo siga haciendo porque se da cuenta de que funciona.

Avísale cuando entras a la habitación donde se encuentra y así mismo cuando sales, puedes utilizar el hola para cuando llegas y adiós cuando te vas. Al no ver no puede saber qué es lo que acontece a su alrededor, los sonidos se convierten en ruidos cuando nadie los explica, así que pláticale lo que haces y lo que se oye para que de esta forma dé sentido a los sonidos y pueda formarse nuevos conceptos.

Al hablarle, pon sus manitas en tu boca y cuello para que pueda sentir los movimientos que haces y las vibraciones que se producen cuando hablas.

Procura que cuando le hablas de algo lo pueda tocar, oír, oler o probar, si no tiene la experiencia real puede desarrollar verbalismos, esto es que dice muchas palabras pero sin comprender realmente lo que dice.

Conforme va creciendo es importante aumentar la demanda, no adivines o respondas a sus necesidades y deseos antes de que él te los exprese, puede ser que la “mamá adivina” y el “papá mago” sepan desde antes lo que requiere, no obstante es importante que le demos la oportunidad a que intente manifestarlo, esto le ayudará a madurar su comunicación y lenguaje.

Cuando hables con él (desde que es un bebé) deja espacios entre lo que tú dices y esperas que él conteste para que se inicie el intercambio verbal, este se manifiesta de muchas formas desde movimientos corporales, sonidos, balbuceos o intentos de palabras. Muchas veces cometemos el error de hablar y hablar sin esperar ninguna respuesta, lo cual no le permite al niño comprender el patrón de la conversación, ni se siente motivado a contribuir en tu monólogo.

Cántale canciones infantiles, desarrolla juegos silabeando: ba, ba, ma, ma, pa, pa, etc., dile el nombre de los objetos con los que tiene contacto: su ropa, juguetes, etc. Hazle bromas en las que él se divierta y te pida que la repitas.

A muchos bebés les gusta que les soples, les hagas cosquillas con la boca en su panza, que los bailen, les hagan caballito, etc., tú puedes encontrar diversos juegos que le producirán tanto placer que de alguna forma te pedirá que los repitas, eso es comunicación.

Cuando le des masajes menciona las partes de su cuerpo luego pon su manita en tu cuerpo y nombra las partes del tuyo.

Cántale canciones cortas para que las memorice, cuando consideres que ya las ha escuchado suficiente detente en algún punto de la secuencia y observa si el bebé intenta seguirla aunque sea con balbuceos o sonidos.

Cuando aparezcan los primeros balbuceos festéjalos, así mismo sus primeras palabras (18 a 20 meses, a los 24 aumenta considerablemente su vocabulario).

Procura rescatar el significado que le da a cada palabra según el momento en que la expresa, por ejemplo si dice “*agua*” puede ser que tenga sed, quiera bañarse, esté mojado o escuche caer agua de algún lado. En ocasiones cometemos el error de que cada vez que los niños mencionan una palabra les hacemos la misma referencia: ¿quieres agua?, vuelve a decirlo y nuevamente va la pregunta ¿quieres agua?, si no es lo que quiere la comunicación se rompe y el niño se siente frustrado.

Léele cuentos, esta actividad además de favorecer la relación entre padres e hijo, le ayuda a desarrollar lenguaje interno del que posteriormente echará mano.

Es común observar que el niño ciego o con visión baja se exprese más en ambientes tranquilos, cuando hay mucho ruido tiende a concentrarse en la identificación de lo que escucha.

Al moverme conozco y aprendo: ¡Hacia la independencia!

El desarrollo motor del niño es sumamente importante, en la medida que el niño inicia a tener control sobre su cuerpo puede empezar a tener control de su entorno, y entre más interacción tenga con lo que le rodea mayores serán las experiencias de aprendizaje.

La visión es un estimulante natural del desarrollo motor, el bebé se siente motivado a mover su cabeza hacia las cosas interesantes que ve, después de tener control sobre su cabeza empieza a jugar con sus manos y pies para después intentar alcanzar con sus manos objetos de su interés y así sucesivamente hasta que logra caminar y disfrutar de curiosear por todas partes sin depender de nadie.

Cuando hay dificultades en la visión es común encontrar retrasos en el desarrollo motor, debido a que el estimulante natural, la visión, no proporciona la animación adecuada para motivar el movimiento; es por ello que los padres o cuidadores deberán encontrar otros medios de estimulación para invitar al niño a moverse y así a lograr el control de cabeza, sentarse, gatear, pararse, caminar, correr, etc.

A continuación te brindamos algunas sugerencias para que facilites en tu bebé la adquisición de cada uno de los movimientos y actividades motoras propias de su edad:



Es importante estimular su piel y músculos desde los primeros meses de vida, para ello son recomendables los masajes, pon un poco de aceite o crema en tus manos y suavemente en forma de círculo toca su cuerpo de pies a cabeza, primero por un lado y luego por el otro, también lo puedes hacer apoyándote en una pelota pe-

queña suave con la que recorras todo su cuerpo, no olvides hablar dulcemente con tu bebé mientras realizas el masaje; dile cuánto te encanta que estén juntos.

Cuando lo bañes acaricia su cuerpo con el jabón, al dejarle caer agua en diferentes partes de su cuerpo, al secarlo con la toalla; háblale mucho sobre su cuerpo y lo bello que es, de esta forma iniciará a formarse una imagen mental de su cuerpo y empezará a establecer un concepto sobre sí mismo.

Cambia al bebé frecuentemente de posición y muévelo de un lugar a otro de la casa para que empiece a identificar los diferentes ambientes.

Juega con él, mécelo, balancéalo, sáltalo como conejo, baila con él, pero siempre háblale de porqué lo mueves o del juego que pretendes desarrollar con él, si sólo lo mueves y sacudes sin hablarle le provocarás temor y preferirá quedarse acostado.

Ayuda al bebé a hacer estiramientos de sus brazos y piernas. Puedes encogerlos y estirarlos suavemente o en posición de reposo dar pequeños jaloncitos desde sus manos y pies.

En los primeros meses es importante que logre controlar su cuello y mantener erguida la cabeza cuando se le carga sentado y cuando está boca abajo.

Ponlo boca abajo con el vientre sobre una almohada (aprovecha y siempre ponle debajo diferentes texturas que su piel sin ropa sienta, y no se acostumbre a las mismas texturas) y con una lámpara invítalo a que busque la luz levantado su cabeza, háblale y felicítalo ante sus pequeños avances, después de que logre sostener su cabeza levantada por algunos segundos se le mueve lentamente la lámpara en forma de péndulo para que gire su cabeza hacia los lados. Puedes



hacerlo también con juguetes de luz y sonido. Es frecuente que a los niños no les guste esta posición y lloren, no desistas ni lo fuerces, hazlo por períodos breves pero frecuentes, da mejores resultados.



Es bueno ponerlo sobre su vientre en un pequeño rodillo, que puedes hacer enredando una toalla, dale unos suaves empujoncitos e invítalo a que se apoye en sus manos; esto para que empiece a levantarse sobre sus brazos.

También podemos aprovechar su preferencia por algún juguete de luz o sonido instándolo a que lo alcance con sus manos. Guía sus manos suavemente hacia el sonido del juguete, a medida que él empieza a tomarlo se le disminuye la ayuda y se le apoya guiándolo del brazo, después puedes motivarlo sólo con un empujoncito sobre sus hombros para que lo agarre.

Pon en sus manos o pies pulseras con cascabeles para que cuando el niño mueva esa parte de su cuerpo escuche el sonido que se produce y se motive a continuar moviéndose. Muéstrale cómo alcanzar sus pies con las manos, cántale canciones para que él solo juegue con sus pies y manos.



Ponle móviles suspendidos de su cuna o el techo cerca de donde él los pueda alcanzar con sus manos o rozar con sus pies al moverse, quizá al principio necesites llevar tanto sus manos como sus pies a rozar el móvil, pero poco a poco él aprenderá y podrá jugar por si mismo, estas actividades no sólo le sirven para moverse, sino que le permiten aprender que él puede actuar sobre los objetos para producir un efecto deseado.

Cuando pongas objetos en sus manos descríbeselos mientras guías su mano por el objeto, háblale de la forma, el color, la textura, temperatura, sonido que hace y si tiene algún olor o sabor en particular.



Es normal que el niño se lleve los objetos a la boca para explorarlos, la lengua le proporciona información detallada del objeto. Permítele esta experiencia pues aunque para ti pueda resultar aberrante es un proceso normal en todos los niños; esto no debe suceder más allá del primer año de vida. Procura que los juguetes del niño sean de un

tamaño seguro y estén limpios.

Al estar el bebé acostado boca arriba puedes enseñarle a rodar llevando una de sus manos al extremo contrario, con un suave empujoncito ayúdale a girar su cadera, al principio es probable que deje el otro brazo atrapado sobre su cuerpo pero con delicadeza enséñale a sacarlo. Repite esta actividad varias veces al día y poco a poco reduce el apoyo para



que sea el niño quien empiece a darse vueltas. No olvides acompañar la actividad con palabras gratificantes.



Sienta al bebé con apoyo, puede ser entre tus piernas o entre almohadas coloca juguetes a su alrededor y permítele estar en esta posición por algún tiempo, cuando empieza puede irse hacia delante por falta de fuerza en su vientre y espalda, con el tiempo logrará mantenerse erguido.

Para favorecer la fortaleza en su vientre

pueden jugar a hacer abdominales, acostado boca arriba préstale tus dedos para que se tome de ellos (no lo tomes tú a él, que sea él quien se aferre a ti) y con un ligero movimiento insinúale que se levante, hazlo algunas veces y déjalo descansar. Es importante que no haya acabado de comer pues le puedes provocar molestias.

Otro juego que favorece su movilidad es, estando el niño boca arriba, hacer círculos con su cadera girándola hacia la derecha y hacia la izquierda tomándolo de sus piernas.



Conforme se mantenga erigido al sentarlo retira el apoyo que le brindas, algunos niños sienten temor a quedarse sentados sin ningún apoyo, para ello, puedes darle confianza con tus palabras y, en ocasiones, tocando su cuerpo con uno de tus dedos para que sienta que estás ahí para apoyarlo, no debes dejar que esto se vuelva repetitivo, **hay que avanzar no retroceder.**

Cuando logra sentarse solo, es común que los padres continúen cerca vigilando por aquello de las ladeadas, si está en un lugar seguro y amplio como colchoneta puedes dejar que se vaya de lado para luego mostrarle cómo hay que meter las manitas para no caerse, si siempre lo detienes tú, él no tendrá necesidad de aprenderlo y le hará falta no sólo en ese momento sino cuando aprenda a caminar y no sepa meter sus manos ante una caída. Todo esto es importante para su protección.

Ponlo bocabajo y con tus manos empuja suavemente la planta de sus pies para que se impulse y arrastre hacia delante mientras le ofreces un juguete de su preferencia para que lo agarre, después puedes agregar a este juego el levantarlo sobre su abdomen y para ello recurre a la toalla o cobija en forma de rodillo.

Cuando logre tomar cosas con su mano y se le caigan, colócalo en posición y, tomando su mano, guíale a que él mismo dé con el

objeto para que lo tome y, poco a poco, motívale a que lo busque por sí solo. No te angusties lo logrará cuando menos lo esperes.

Para iniciar el gateo es importante proporcionarle espacios amplios, seguros y libres de obstáculos, donde él pueda arrastrarse poco a poco sobre sus brazos e iniciar el gateo; recuerda que para moverse necesita motivantes como luz, sonido o tu voz llamándolo.

Algunos niños alcanzan la marcha antes que el gateo, es decir empiezan a caminar y, tiempo después, usan el gateo para desplazarse según la necesidad. Sin embargo motívalo a que gatee antes de caminar.

Es recomendable poner sobre la pared tiras con alguna textura (al alcance de su mano) para que le sirvan como guía, si utilizas diferentes texturas para cada área de la casa, pronto el niño reconocerá cada uno de los espacios que explora.

En cuanto pueda sostenerse de pie, aunque sea con apoyo, lo podemos animar a que dé pasos pequeños tomado de nuestras manos, después podemos reemplazar esta ayuda por un palo, un aro o cualquier cosa que le permita jugar con el equilibrio mientras lo dirigimos. Es importante en todo momento utilizar referentes verbales sobre el espacio tales como: arriba, vamos a subir, abajo, alto, atrás, adelante, a la derecha o a la izquierda, y estas palabras las podemos aplicar desde sus primeros meses de vida.

Algo que no debemos olvidar es que el niño con dificultades visuales, especialmente quien tiene ceguera, no logra un control rápido del espacio y por ello puede tardarse un poco más en decidirse a explorar por sí solo diferentes lugares. Es recomendable que tú papá te vendas los ojos y camines por espacios que desconoces para que puedas comprender un poco mejor los temores ante los que se enfrenta tu pequeño, la buena noticia es que con tu apoyo logrará vencerlos.

Acomoda los muebles de tu casa de una forma que no impliquen un peligro para el niño mientras se desplaza, cubre las esquinas de los muebles con los que puede pegarse, quita de su alcance

objetos peligrosos. El niño hace rutas mentales de sus recorridos, no hagas cambios repentinos en la distribución de los muebles, si los cambias frecuentemente o dejas cosas tiradas con las que pueda tropezarse, su temor aumentará.

Enséñale a reconocer pistas y señas del ambiente aún cuando sean un poco desagradables, como sonidos característicos del baño, olores de la cocina, el ruido de la calle, el tráfico en la esquina y mil cosas más; esto le ayudará a ubicarse, a saber dónde se encuentra y hacia dónde puede ir.

Anímalo a caminar descalzo sobre una variedad de superficies, tierra, pasto, lodo, arena, alfombras, etc.

Muéstrale como subir y bajar escaleras por sí solo, si todavía gatea enséñale cuáles deberán ser sus movimientos para subir y cuáles para bajar; cuando ya camina que lo haga tomado de la baranda. Una vez que se desplace con seguridad y confianza anímalo a desplazarse en circuitos de juego propios de su edad, como resbaladeros, túneles, puentes, columpios, etc.



Cada vez que logre hacer algo nuevo felicítalo y no lo vuelvas a hacer por él, cada logro es un paso hacia la autonomía, más adelante hará uso de todo lo que haya aprendido en su primera infancia y quizá se anime a hacer cosas extraordinarias.

¡Mmm! ¡A comer!

Las horas de comida son un momento especial, es cuando como familia conversamos, relatamos sucesos ocurridos y hacemos de este tiempo un espacio agradable y placentero. De igual forma es importante hacer de la alimentación del bebé un tiempo grato.



Cuando le des pecho o biberón es importante que platiques con él, quizás no pueda sostenerte la mirada o no te vea; pero disfruta enormemente de tu voz; no olvides pintarte cejas y labios fuertemente para que te alcance a ver.

Forra sus biberones con líneas blancas y negras para estimular su visión sea cual fuere, puedes hacerlas de diferentes texturas.

Pon sus manitas sobre el biberón, en un principio no para que lo sostenga, sino para que esté en contacto con él, cuando notes que tiene fuerza para sostenerlo déjaselo.

Llévalo a la cocina y háblale de los diferentes aromas que se despiden al cocinar los alimentos. Cuando vayas de compras llévalo contigo y permite que toque y huela las diferentes frutas y verduras que encuentres, así despertarás su interés por distintos alimentos.

En cuanto el bebé empiece a comer papilla es importante motivarlo a que la tome con sus manos y la lleve a la boca, este ejercicio es previo para que luego pueda usar la cuchara y llevarla acertadamente hacia la boca. Cuando empieces a darle trocitos de comida córtalos de tal forma que los pueda tomar con su mano y comerlos. Así mismo dale galletas para que coma. Enséñale a bus-

car sus alimentos rastreándolos al pasar la mano suavemente por la mesa.

Dale variedad de alimentos (sabores y texturas), si no se hace en una etapa temprana, puede mostrarse renuente a consumirlos ya más grande y costará más trabajo convencerlo.

Algunos niños presentan hipersensibilidad a ciertas texturas en los alimentos, el jugar con ellos antes de probarlos puede ayudarles a disminuir su ansiedad o temor a comerlos. Dile qué va a comer y permítele que lo huela primero, para que tome confianza poco a poco. Permítele jugar con el espagueti, la gelatina, la papilla, el plátano, los trocitos de carne, etc.



Es importante saber que el niño requiere de experiencias continuas, por ello debemos hacer esta actividad cada vez que se le va alimentar, sin prisas ni ropa que lamentemos que ensucie; tomarlo como un juego hará que la comida sea más placentera para él. Seguramente las primeras ocasiones comerá más su ropa, pero poco a poco la experiencia le permitirá llevar la mano a la boca de forma precisa. Mamá y papá: ***¡mucho paciencia!***

El entrenamiento en el uso de la cuchara llevará tiempo y requerirá de constancia; utiliza cucharas de mango ancho que le permitan agarrarla con mayor facilidad y de plástico para que al topar con su cara no le lastimen. En un primer momento quizá sea necesario ponerse detrás de él y guiar sus manos en la toma de la comida y el traslado hacia la boca. Después motivarlo a que lo intente solo. Otra técnica es darle la cuchara, permitirle que él mueva la comida y tomándolo del antebrazo llevar la mano con la cuchara a la boca. Es conveniente empezar con alimentos algo espesos para que no se le caigan de la cuchara con tanta facilidad.

Recuerde que debe haber una atmósfera de tranquilidad para que no se vuelva aburrido y frustrante.

El uso del vaso debe promoverse desde el primer año de vida, dándole pequeños traguitos de sus bebidas favoritas. El uso del biberón no debe prolongarse más allá del año y medio a menos de que sea una situación muy especial, a esa edad aún puede necesitarlo para irse a dormir pero no durante el día. El dejarle el biberón por períodos prolongados puede afectarle en su habla y dejárselo acostado o por la noche le puede afectar sus oídos, dientes y causar bronco-aspiración, por ello no es justo que nos escudemos con la frase: “el niño no quiere dejarlo” porque no lo dejará hasta que como papás se propongan retirárselo, recuerden que el no invertir tiempo a tiempo puede llevarnos a perder mucho más tiempo después.

NOTA:

*A través de la alimentación (al masticar, acomodar la comida con la lengua, etc.) podemos conseguir que la lengua realice ejercicios más complicados, facilitando las pautas para articular sonidos. Si el niño mantiene más allá de los dos años el biberón, el chupón o la succión de dedo, las probabilidades de que tenga problemas con el lenguaje o con los dientes aumentarán.**

* www.phonoslogopedia.com

¡Soy un niño grande! ¡Ya no uso pañal!

El control de esfínteres en el niño es un paso muy significativo hacia la autonomía, sin embargo no es algo fácil y requiere de un acompañamiento afectivo y paciente del adulto.

Desde bebé cuando lo cambiamos le platicamos sobre su popó o su pipí, hacemos expresiones como “fuchi” o “guácala” en son de broma por los olores despedidos; platicando y jugando probablemente logremos hacer del cambio de pañales una actividad placentera tanto para el bebé como para el adulto.

Al pasar del tiempo el niño empieza a permanecer seco y limpio por periodos más largos, pero no lo hace de forma consciente. Es posible que la incomodidad que le producen las heces en el pañal al niño lo lleven a controlar la defecación, pero la orina no le molesta tanto y por ello tal vez no le disguste seguir dejándola sobre el pañal.

Comúnmente primero se produce el control de las heces durante la noche y después el control de las heces durante el día. Posteriormente, se produce el control de la orina durante el día y finalmente el control de la orina durante la noche.

Cada niño es diferente y no todos logran comenzar el control de esfínteres a la edad considerada como “óptima” pero como padres debemos ayudar a que sin preocupaciones ni ansiedades el niño lo logre; para ello te recomendamos que observes las horas a las que suele hacer pipí y popó, tomando en cuenta este horario sienta al niño en la bacinica unos minutos todos los días a la misma hora. Es probable que las primeras veces sea meramente un acercamiento a la bacinica, pláticale qué pretendes y déjalo ahí dos o tres minutos, cuando atine a hacer pipí o popó, festéjale y hazle sentir que te agrada mucho lo que hizo.

Trata de conocer las señales que manifiesta cuando quiere orinar o defecar para que puedas llevarlo a su bañito sin asustarlo

con frases como: “¡no hagas! ya vamos a la nica” pues esto lo puede asustar y hacer que inhiba su necesidad y no logre hacerlo en la bacinica. Cuando se moje en su calzón no lo cambies de inmediato dale unos minutos para que se haga consciente de la incomodidad que produce el hacerse en su ropa.

También es importante llevarlo con nosotros al baño y platicarle qué vamos a hacer, dejar que escuche como suena nuestra pipí al caer, el depósito del agua al descargarlo; cómo usamos el papel y la importancia de lavarse las manos, así podrá familiarizarse con este suceso más rápidamente.

Puede ser que el niño por curiosidad desee tocar su orina y heces, platicando con él debemos hacerle ver que aunque él lo arrojó, eso no sirve.

El entrenamiento puede empezarse a los 2 años, de preferencia en primavera-verano, pues esta época permite dejar al niño sin pañal y si se moja es menos factible que se enferme. Cualquier entrenamiento se lleva por lo general 3 meses, sin generalizar pues puede llevarse más o menos tiempo; lo importante es que una vez iniciado no se desista pues las inconsistencias producen en el niño resistencia y dificultad para asimilar la información sobre la importancia de dejar el pañal, la rutina lo puede llevar al hábito.

Sentarlo en el baño de los adultos en un primer momento le puede resultar traumatizante. Cuando hay dificultades en la visión el espacio es más difícil de comprender y controlar, por ello la bacinica debe brindarle seguridad y comodidad, el niño debe poder poner sus pies en el suelo y sus pompis deben encontrar soporte alrededor de ellas.

Por favor evita regaños o palabras ofensivas esto puede hacer que el niño se tarde más tiempo en lograr el control de esfínteres.

Las cosas que pueden parecer evidentes, claras y fáciles para nosotros; para él pueden ser difíciles de comprender, aprender y hacer de ello un hábito, sé paciente.

¡Cuidame de las estereotipias!

Las estereotipias son movimientos repetitivos o “tics” que suelen presentarse en algunas personas, para quienes tienen poca o ninguna visión estas estereotipias llegan a hacerse obsesivas y el niño puede lastimar su cuerpo, afectar su aprendizaje, y su relación con otros niños

Es muy común observar en el niño con discapacidad visual que se frota y hunde los ojos con sus dedos, o en el bebé que se recarga en los hombros de su mamá y así los talla, esta conducta suele ser llamada cieguismo ya que sólo se presenta en niños con ceguera o visión baja. Algunos niños ejercen tanta presión que se hundan el ojo profundamente y con el tiempo queda dañado físicamente. Es probable que lo hagan porque alcanzan cierta gratificación visual es decir perciben luces.

Otras conductas comunes son la agitación constante de los dedos y manos, dar vueltas sin control, balancearse sobre los pies, brincar de forma excesiva, y una estereotipia verbal es hablar, hablar y hablar sin un objetivo concreto.

¿Por qué se presentan? La razón más frecuente es la falta de estimulación del ambiente. Cuando el niño no recibe ningún estímulo comprensible tiende a *autoestimularse*, de esta forma con descargas motoras o verbales calma la ansiedad de no entender lo que sucede a su alrededor.

Cuando manifiestan estas conductas se concentran tanto en ellas que no ponen atención a otros estímulos, por lo cual se afecta su aprendizaje, gastan energía vanamente y, las personas o sobre todo los niños, pueden rechazarlos por considerar estas acciones inapropiadas.

Cuando las estereotipias se convierten en un hábito para el niño es muy difícil desaparecerlas, por ello te recomendamos que cuando observes que tu hijo empieza a presentar alguna de ellas no

las pases por alto o le des poca importancia, a tiempo puedes evitar que tu hijo se lastime y sea rechazado por otros.

¿Cómo podemos evitarlas? Bríndale estímulos de forma continua. Ayúdale a entender lo que sucede a su alrededor, si empieza a picarse los ojos puedes poner en su mano algún juguete u objeto de su interés para que enfoque su atención y energía hacia ese nuevo estímulo, pocas veces funciona el decirle continuamente ¡no! y quitarle la mano o privarlo de lo que está haciendo; si no le das otra fuente de estimulación lo volverá a hacer. Si está dando vueltas o brincando invítalo a dar un paseo y distráelo hablándole de lo que ocurre a su alrededor, llévalo a un parque y motívalo a que suba a los juegos, lo más importante es que le ofrezcas un estímulo que capte su atención y lo distraiga de lo que estaba haciendo.

Si se presenta el verbalismo (hablar sin comprender o conocer el significado de lo que dice) o ecolalia (repetición de palabras o frases dichas por otros), sin realmente buscar un diálogo, es importante que le expliquemos el significado de lo que dice, de preferencia, con una experiencia real que le permita comprenderlo claramente; platicar con él y no permitir que la “conversación” se vicie en información sin control, si te comenta o pregunta algo varias veces contéstale o pláticale al respecto lo que consideras necesario, después ignora su pregunta o comentario o háblale de otra cosa más interesante. En ocasiones cometemos el error de estar contestando a la misma pregunta una y otra vez, el niño en lugar de cambiar de pregunta la refuerza y la hace de forma continua, no porque le interese la respuesta sino porque ha encontrado una forma de distraerse.

Papá, mamá no olvides que...

El niño ciego o con visión baja requiere de estimulación continua sistematizada en rutinas que le permitan comprender lo que sucede a su alrededor. Procura el orden y la organización tanto en espacios físicos como en el tiempo, busca alimentarlo, bañarlo, llevarlo a la bacinica y dormirlo en horarios establecidos que le permitan comprender de forma más sencilla las actividades del día y que esté listo para descansar en las noches.

Estimula continuamente sus sentidos proporcionándole diferentes experiencias auditivas, táctiles, olfativas, gustativas y si conserva visión bríndale muchas experiencias visuales.

Si tu hijo presenta alguna otra necesidad además de la visual, ya sea auditiva, motora o intelectual, busca apoyo específico para esa situación, es importante que atiendas todas sus necesidades, no solo las que se deriven de la discapacidad visual.

Cada niño es diferente como cada padre lo es, no compares a tu hijo con otros, plantéate metas acordes a él y no en referencia a lo que otros hacen o dejan de hacer.

Cualquier duda que tengas en cuanto al desarrollo y desempeño de tu hijo pregunta a los especialistas que lo atienden; mantente informado pero, sobre todo, lleva a cabo las sugerencias que se te proporcionen, todo en beneficio de tu hijo.

Papás, dediquen tiempo a tiempo para que su hijo pueda desempeñarse de la manera más óptima. Crean que puede y trabajen para que pueda.

Como institución esperamos que la presente guía te sea de utilidad, si tienes sugerencias o comentarios que puedan enriquecerla por favor hazlos llegar a

Ver Contigo, a.c. - Área de Atención Temprana en el Hogar
Julio Luján 101, Ampl. los Ángeles
Torreón, Coah. MÉXICO

Anexos

La siguiente tabla del desarrollo, sus ítems y la temporalidad en su adquisición fue realizada con base en la información que proporciona la escala de Leonhardt (1992)* la cual nos indica que del 50 al 75% de los niños ciegos logra dicha acción aproximadamente entre los meses mencionados; lo cual nos permite comprender que habrá quién lo logre antes y quién un poco después.

El propósito de agregarla en esta guía de estimulación no es que como padres califiquen a su hijo, sino que puedan conocer cómo es el desarrollo en un niño ciego durante los primeros dos años de vida, si tienes alguna duda sobre el desarrollo de tu hijo consulta a tu asesor en Atención Temprana.

Tabla del Desarrollo para Niños Ciegos De los cero a los dos años

Ítems	Meses
Sigue la voz con la cabeza	2
Sonríe	2
Mantiene la cabeza erguida cuando se le carga	2- 4
Juega con sus manos	2-4
Controla la cabeza y los hombros	2-4
Vocaliza	3
Ríe cuando hablan	3-5
Mira con el oído	3-4
Juega con sus manos	3-5
Reconoce voz de padres y hermanos	4- 6
Levanta la cabeza al encontrarse boca abajo	4-5
Se arrastra como soldadito	4 - 6
Juega a hacer avioncitos	5-6
Busca la boca de la madre	5-8
Pasa un objeto de una mano a otra	5-8
Juega con sus pies	5
Logra la coordinación mano-oído	6-8
Si se le caen los juguetes los busca	9-11
Interés por explorar con manos y boca	7-9
Silabea	7- 9

* La escala de Leonhardt fue elaborada con base en un estudio realizado en España con niños ciegos congénitos sin deficiencias asociadas.

Ítems	Meses
Extiende los brazos para que lo tomen	7-10
Reconoce sonidos familiares	7-10
Se gira de estar boca abajo a boca arriba	7-8
Se gira de estar boca arriba a boca abajo	8-10
Se mantiene sentado	8-10
Coge juguetes con los pies	8-10
Poniéndolo de pie salta sobre sus pies	8-10
Busca y explora la cara conocida	8-10
Realiza apoyos laterales	9-11
Golpea dos objetos entre sí o contra una superficie	9-11
Discrimina voces	8-10
Salta sobre sus pies	8-13
Se mantiene de pie con apoyo	9-11
Hace palmas	10-13
Se desplaza sentado	14-16
Da pasos cogido de la mano	10-13
Imita y produce diferentes sonidos	10-12
Hace adiós	10-13
Entiende y responde con su cuerpo arriba y abajo.	11-13
Conoce y toca las partes de su cuerpo bajo demanda	12-15
Manifiesta lo que quiere	12-17
Se sienta solo	12-14
Se pone de de rodillas	12-13
Se desplaza de forma lateral	13-15
Se desplaza hacia adelante	13-16
Juega a tirar objetos	13-16
Gatea	14-16
Dice mamá intencionadamente	14-17
Se levanta y permanece de pie	13-17
Baila sin desplazarse	14-16
Se da impulsos en el balancín	14-16
Da pasos solo	14-17
Baila cuando oye música	14-17
Juega con las puertitas	14-18
Se baja de la silla en busca de un objeto	15
Busca la fuente sonora	15-18
Abraza a los padres cuando se lo piden	15-18
Mide distancias por sonido	15-18
Imita palabras y ritmos	15-18
Imita palabras repite lo que oye	17-18
Dice 8 palabras con sentido	17-19
Gatea un escalón y lo explora	17-19
Hace cuclillas y se levanta	17-20
Sube y baja escalones sin ayuda	18-21
Busca el teléfono desde otra habitación	18-22
Se desplaza sin ayuda por la casa	16-19
Presenta la mano derecha cuando se le pide	18-21
Busca partes de la cara de otra persona cuando se le pide	18-21

Ítems	Meses
Salva pequeños obstáculos	18-22
Comprende ordenes complejas	18-25
Anda dos pasitos hacia atrás apoyándose	19-23
Une dos palabras	20-23
Dice su nombre y los años que tiene	20-23
Corre dos pasitos	20-23
Busca activamente jugar con adultos	20-23
Busca objetos por las estancias de la casa que reconoce mejor	20-25
Aumenta considerablemente su lenguaje	21-29
Sentado hace botar una pelota	21-25
Da puntapiés a una pelota en un rincón	21-25
Monta un triciclo sin pedalear	21-23
Va deprisa o despacio cuando se le indica	21-24
Sigue una conversación interviene adecuadamente	22-23
Inicio del juego simbólico	23-26
Trepa y baja los muebles	23-26
Le gusta escuchar cuentos simples	23-32
Cierra botes vertical y horizontalmente	23-27
Abre un cierre	23-25
Pone dos piezas en agujero correspondiente	24-27
Metete todos los aros en un palo	24-27
Puede abrir la puerta y caminar por la acera (vigilado)	24-27
Juega a tirar cosas más lejos de su cuerpo y recuperarlas	25-29
Puede recordar un hecho pasado	26-31

Bibliografía

- Antología “Atención al niño de intervención temprana preescolar que presenta discapacidad visual” (2003); CEIAC Chihuahua, Chih.
- BARDISA Ruiz M. D. y colaboradores. Equipo EICS (1983) Guía de estimulación precoz para niños ciegos Madrid, España.
- GONZALEZ MARIÑO y Santaballa Figueredo (1988) La educación del niño ciego en la familia, en los primeros años de vida..
- GUINEA, C., y LEONHARDT, M. (1987): Watch Me Grow! - ¡Miradme! Barcelona: SEREM-Caixa.
- HALL, Lueck A. y colaboradores; (1997) Guía para el desarrollo de niños deficientes visuales de corta edad: Manual de intervención temprana., E.U.A.
- HYVÄRINEN L., (1988) La visión normal y anormal en los niños ONCE Madrid.
- LEONHARDT M. Diagnóstico funcional u estimulación visual para niños a partir de 0 años; Servicios de Atención Precoz del Centro de Recursos Educativos
- LEONARDT M. kit de estimulación visual. Servicios de Atención Precoz del Centro de Recursos Educativos Joan Amades. ONCE. Barcelona
- Joan Amades. ONCE. Barcelona
- LEONHARDT, M. (1992): Escala Leonhardt. Escala de desarrollo de niños ciegos de 0 a 2 años. Barcelona: ONCE - CRE Joan Amades.
- LUCERGA, R. y Gastón E., (2004) En los zapatos de los niños ciegos Guía de desarrollo de cero a tres años, Madrid
- O’MARA, Barbara (1989) Camino hacia la independencia, Destrezas de orientación y Movilidad para su bebé. The Lighthouse Inc.
- Orientaciones para padres de niños ciegos (1979), Córdoba Argentina

Notas de Papá y Mamá

Anota las dudas y comentarios que vayan surgiendo para la hora de la entrevista con el profesional de Ver Contigo y recuerda: ¡siempre lleva tu Manual!

