

Ararú

180797
CITEM
\$15.00

**REVISAR
PARA PA
CON NECESIDADES
ESPECIALES**

número 18
mayo-julio '97



SER MAMA
Dar raíces y dejar crecer las alas

EXPECTATIVAS
El origen del conflicto

**DOCUMENTO ESPECIAL:
ESTIMULACION TEMPRANA**

\$15.00



DIRECTORA

Alicia Molina

COORDINACION GENERAL

Erika de Uslar Alexander

CONSEJO DE REDACCION

Guadalupe Camacho

Ana Cecilia Carvajal

Carmen Cortés

Priscilla Délano

Martha Tostado

COLABORADORES

Saúl Efrén Díaz Rivero

Yulia Espín Valencia

Nany Font

Carmina Hernández

Ana María Hernández

Dra. Anna Rosa Navarro

María Sánchez-Aedo

Jaime Soberón Sánchez-Aedo

Dr. Javier Villarreal

T.F. Patricia Villegas

CORRECCION DE ESTILO

Ana Cecilia Carvajal

DISEÑO

D.G. Celia Gutiérrez Noriega

PORTADA

Lourdes Grobet

FOTOGRAFIAS

Lourdes Grobet

Verónica Macías

Jesús Ordóñez

ILUSTRACIONES

Pablo Almeida

D.G. Magdalena Alvarez

D.G. Roberto De Uslar

Carmina Hernández

D.G. Jazmín Velasco

Manolo Soler

OFICINAS DE REDACCION

(PUBLICIDAD Y SUSCRIPCIONES)

Comercio y Admón. No. 29

Col. Copilco-Universidad

México D.F. C.P. 05360

Tel/Fax. 658•9309 y 658•3257

DISTRIBUCION

Guadalupe Beltrán y Martha Roviroso

658•9309 y 658•3257

PUBLICACIONES CITEM SA CV

Av. Taxqueña No. 1798 México D.F.

Aranú©, Revista para Padres

con Necesidades Especiales es editada

y publicada cuatro veces al año

por Alternativas de Comunicación

para Necesidades Especiales, A.C.

Comercio y Admón. No. 29,

Col. Copilco-Universidad, México D.F.

C.P. 04360. Tel/Fax. 658•9309 y 658•3257.

Certificado de licitud de título No. 8872

y de licitud de contenido 6246 expedidos

por la Comisión Calificadora

de Publicaciones y Revistas Ilustradas,

de la Secretaría de Gobernación, el 15 de

septiembre de 1995. Ararú es nombre

registrado en la Dirección General de

Derechos de Autor con el No. de reserva

003792/94.

Impreso en México por Madín Impresores S.A.

Lago Chalco No. 77, Col. Anahuac, México D.F.

C.P. 11320. Tels. 396•0016 y 341•0991.

©1993 Alternativas de Comunicación para

Necesidades Especiales, A.C. Todos los

derechos reservados. Prohibida la

reproducción total o parcial del contenido sin

permiso del editor.

"El contenido de cada uno de los artículos es

responsabilidad de su autor".

**A
Contrapunto**

por Carmina Hernández

Ojo con los obstáculos (testimonio)**8****Enseñar
a Amar**

por Erika de Uslar

**John McGee: teoría y práctica (reportaje)****10****Manuela
y Melissa**

por Yulia Espín

Salir del silencio (entrevista)**12****Creer
Juntos**

por Ana María G. de Hernández

**Darle la palabra a Eduardo (testimonio)****14****Ser
Mamá**

por Alicia Molina

Dar raíces y dejar crecer las alas (artículo)**16****Expectativas**

por Dr. Javier Villarreal

**El origen del conflicto (artículo)****24****Grupos
de Apoyo**

por Dra. Anna Rosa Navarro

Una invitación de Ararú (artículo)**26****Margarita**

Poema de Rubén Darío

**34****arArú**En las páginas centrales de este número busque el documento especial: **Estimulación Temprana.**Editorial **3**Padres preguntan, Padres responden **4**¡No Inventes!!! **29**Divertido **31**Album familiar **33**Para su directorio **36**

araru

EDITORIAL

Apapachosa, apapachadora... eso dicen de las mamás mexicanas, y en esa definición se esconde una crítica: lo asociamos con cariñosa y cálida, pero también con demasiado indulgente, consentidora, poco firme.

Apapachar es una palabra enraizada en nuestra cultura, que viene de la lengua Quiché y quiere decir "curación del alma".

¿Qué tipo de abrazos, qué apapachos curan el alma? Es evidente, en la experiencia de cada uno, que el afecto tiene un efecto sanador, pero también que hay formas de afecto que no son liberadoras, hay abrazos que nos vuelven frágiles y vulnerables; nos convierten en bebés.

¿Qué hay, en cambio, detrás del afecto que nos hace crecer? No es el abrazo que nos sostiene, sino el que nos hace encontrar nuestro propio centro para levantarnos por nosotros mismos. Es el abrazo aceptante de lo que somos, el que confía en nuestros propios recursos, el que transmite energía y nos hace generar y usar nuestras propias capacidades. El que nos da, pero también espera con naturalidad, que nosotros demos. Como las enzimas en nuestro organismo, esta energía estimula los recursos sanadores que están en el interior de nosotros mismos.

Este tipo de apapacho no está reñido con la disciplina, con la exigencia alentadora de quién nos cree capaces de dar el salto, de usar nuestro cien por ciento. No el cien por ciento imaginario de nuestras falsas expectativas, ni el del vecino, o el de la media estadística, sino nuestro propio cien por ciento.

Este apapacho que cura el alma, que nutre la autoestima y nos impulsa a seguir es el que las madres queremos dar y es, también, el que necesitamos. Las descalificaciones y las críticas nos paralizan. Necesitamos redes de apoyo y energía. Información confiable, oportuna, que nos permita definir nuestras expectativas de una manera realista para poder ayudarle a nuestros hijos a descubrir y a dar su cien por ciento.♦

**REVISTA
PARA PADRES
CON NECESIDADES
ESPECIALES**

araru
3



Pablo Soberón feliz en los brazos de su mamá.

PADRES PREGUNTAN

Esta sección es un punto de encuentro donde los padres pueden preguntar cuestiones que solamente otros padres —que han pasado por la experiencia de un reto semejante— pueden responder.

Este espacio en ARARU está abierto para que usted pregunte sus dudas y aporte su experiencia para resolver las inquietudes de otros padres. ¡Todos podemos darnos la mano!

PADRES Y TERAPEUTAS

Rafael, uno de mis pacientes, es un niño de seis años que nació con una condición muy rara, llamada síndrome de Saethre-Chotzen o Acrocéfalo Sindactilia del tipo tres.

Los niños con la condición de Rafael nacen con craneostenosis, es decir, su cráneo está sellado y requieren una operación llamada craneotomía. Sus ojos están sumamente separados uno del otro y su frente es abombada. Presentan rigidez en todo el cuerpo—por esta razón Rafael camina de una manera muy característica—, generalmente, les faltan falanges en la mano y esto les dificulta cerrar el puño.

Hemos logrado muchos avances en el desarrollo de Rafa pero, tanto a sus papás como a mí, nos gustaría conocer a otras familias con niños con este síndrome para compartir experiencias y buscar juntos nuevas alternativas.

Ma. Dolores Pérez Cortázar
México, D.F.

¿Tiene una respuesta para En Familia

(Ararú 17) o Padres y Terapeutas?

¿Tiene una pregunta sin respuesta?

Escríbanos a Ararú: Comercio y Admón.
No. 29 Copilco Universidad, México D.F.
C.P. 04360. También nos puede mandar
un fax al 658•3257 y 658•9309.

PADRES RESPONDEN

ENTRE PRIMOS

Recibimos la carta de Jose Luis Madrid quien se alió con su primo Lalo en la búsqueda de información sobre una operación para que las personas dejen de salivar.

Querido amigo de Ararú:

Me llamo Beatriz Molina, pero todos en mi casa me dicen Beaty, así que me puedes llamar de igual manera.

Tengo parálisis cerebral y de chica babeaba mucho. Al grado de tener que cambiarme hasta dos veces al día y usar el molesto babero.

La solución me la dio uno de los diez cirujanos más famosos del mundo, el Dr. Fernando Ortíz Monasterio quien me operó a los diez años las glándulas salivales con excelentes resultados.

Por experiencia personal, te recomiendo que te operes. Si te decides, comunícate conmigo al teléfono: 662•2518 (por las tardes). ¡Anímate!

Tu amiga, Beaty
México D.F.

PARA ESCUCHAR MEJOR

Verónica Mojarro todavía no decide qué método utilizar para su hija quien tiene problemas auditivos.

RESPUESTA 1.- Lo primero que debemos tener claro es que cada niño y cada familia, representan un caso distinto. Por la experiencia que he tenido con mi hija y por otros casos que he podido conocer de niños y jóvenes con pérdida auditiva, no dudaría en recomendarle que como primera opción, para proporcionarle a su hija un medio de comunicación, opte por la oralización, el método que más posibilidades de integración social le abre.

Le recomiendo el método auditivo. El cual, realmente le abre a su hija posibilidades de oír hasta donde sus restos auditivos lo permitan. Más adelante, quizá sea necesario explorar otros métodos en la medida en que los restos auditivos de su hija lo requieran.

Le sugiero que se ponga en contacto con OIRA: Protasio Tagle N° 103, Col. San Miguel Chapultepec, México D.F. C.P. 11850 Tel. 515•6898 y 271•1499 y solicite informes.

Martha Tostado
México, D.F.

RESPUESTA 2.- Trabajo con niños sordos y conozco adultos que gracias al método de oralización, han terminado una carrera y la ejercen como personas independientes e integradas a la sociedad.

En mi opinión, esto no sucede con las personas que se comunican por medio del lenguaje manual, ya que en este país no existen instituciones de educación superior que impartan clases utilizando señas.

Mi recomendación es que acuda al IMAL, donde trabajan con el método de oralización: Avenida Progreso No. 141-A Col. Escandón, México D.F. C.P. 11800. Tel. 277•6444 y 277•6821.

Maru
México, D.F.

ENAMORADA

Hace seis meses, Enamorada conoció a un hombre maravilloso, el problema es que todavía no le ha dicho que ella tiene una niña con discapacidad.

RESPUESTA 1.- Te quiero felicitar por tener la capacidad de volverte a enamorar. Dentro de todas las situaciones lamentables en las que te has visto envuelta, esto es un signo de que te quieres y eso es grandioso.

Yo también me enamoré casi al mismo tiempo de saber el diagnóstico de mi hija, ya mi esposo y yo estábamos separados, él se había ido de la casa y cuando le

comenté lo de nuestra hija no me quiso respaldar y se procedió al divorcio. Yo estaba dispuesta a volver con él por el bien de la niña y a renunciar a mi nueva ilusión, pero al ver su reacción pensé que no valía la pena.

Platiqué con mi novio sobre la discapacidad de mi hija, él lo tomó con entereza y nos ayudó a salir adelante. Lo hizo por amor.

Hoy tenemos casi ocho años de casados, él sigue siendo un gran apoyo para mi hija y para mí. Nos quiere a las dos.

Si la persona con la que compartes tus sentimientos se entera por otras personas sobre la discapacidad de tu hija, se sentirá herido porque tú no se lo confiaste. Pero, si de veras te quiere y tú lo ayudas, él entenderá tus razones y aprenderá a amar a tu hija.

Si las cosas no resultan favorables en principio, dale tiempo. Si aun así, no quiere seguir la relación, ni hablar, déjalo ir. No todos somos capaces de amar sin barreras.

¡Buena suerte!
M.A.F.V.

RESPUESTA 2.- Usted sabrá lo maravilloso que es ese hombre en el momento en que le cuente que su hija Beatriz tiene síndrome de Rett.

Si está dispuesto a querer a la niña, tanto como a usted y a compartir el reto que representa sacarla adelante, no dudo que sea un hombre maravilloso. Pero, ¿puede ser realmente maravillosa una persona que sólo está dispuesta a amarla

a usted, haciendo a un lado aquello que le es más querido, su hija, sin importar que tenga o no una discapacidad?

Cuanto más pronto conozca él su realidad, mejor para usted; pues sólo entonces podrá saber si es realmente maravilloso, o evitar sufrir enamorándose de alguien que no vale la pena. El amor auténtico es totalizador no desintegrador; es decir, acepta al compañero en su totalidad, y su hija—con o sin discapacidad—es una parte suya.

Le deseo, de corazón, que ese hombre sea realmente maravilloso.

Ana Misterio

RESPUESTA 3.- No puedo dar una respuesta a tu dilema porque mi esposo siempre ha estado ahí para mí y para nuestra hija Denise quien también tiene síndrome de Rett, pero, me gustaría que mi esposo conociera a tu pareja y platicaran sobre Beatriz y Denise.

Pertenezco a la Asociación Mexicana de síndrome de Rett y creo que podemos hacer equipo para resolver los problemas entre todos. Te invito a que vengas a una de nuestras reuniones o me llames para que platiquemos. Mi hija Denise también tiene ocho años así que seguro tenemos mucho en común.

La presidenta de nuestra Asociación es la señora Beatriz Martínez, su hija Astrid, también tiene síndrome de Rett. La dirección de nuestras reuniones, que por lo pronto se hacen en casa de Beatriz es: Callejón Aztecas No. 8-A Col. Magdalena Atlazolpa en Iztapalapa y el teléfono es el 634•2085.

Te esperamos
Elvia Martínez
884•0636
México, D.F.

¡A Votar!

Una Invitación con Puertas Abiertas



Los derechos ciudadanos son producto de una conquista cotidiana. El voto es, indudablemente, uno de esos logros. Un tema en el que resulta fundamental dar cabida a la multiplicidad de voces que integran nuestra sociedad, entre ellas las de las personas con necesidades especiales...

En este terreno, el IFE ha buscado integrar las demandas de ese importante segmento de la población mexicana que, en pleno uso de su derecho, desea participar en la elección de sus gobernantes. Una tarea de grandes dimensiones donde las metas se han ido alcanzando poco a poco.

Rumbo al 6 de Julio, Paso a Pasito

Ya en las campañas televisivas del Instituto Federal Electoral para inscribirse en el padrón electoral, las personas con necesidades especiales fueron protagonistas. Ahora, en vísperas de elecciones, resulta especialmente importante estar al tanto de los derechos ciudadanos y del proceso de votación, para sufragar conscientes e informados.

La Ley plasmada en el Código Federal de Instituciones y Procedimientos Electorales (Cofipe) es muy clara al indicar quiénes tienen derecho a votar. "Pueden hacerlo—explica el Lic. Rogelio Murillo

Vargas, Director de Capacitación Electoral del IFE— todos los ciudadanos mexicanos con mayoría de edad y en pleno uso de sus facultades mentales. En previsión de quienes no saben leer o tienen alguna discapacidad física que les impida marcar sus boletas de voto, dicho documento señala, en su Artículo 28, Fracción 2, que *podrán hacerse asistir por una persona de su confianza que les acompañe.*"

Esta indicación aparece —escrita e ilustrada— en los Manuales de Capacitación entregados a los ciudadanos durante el curso en el que fueron preparados para desempeñarse como funcionarios de casilla. Este esfuerzo de capacitación se dirigió a 720 mil personas, encargadas de atender las 103 mil casillas donde, el 6 de julio, se elegirá por vez primera al Gobernador del Distrito Federal.

"Sin embargo—aclara el Director de Capacitación Electoral del IFE—, no basta con que esos conceptos se difundan en estas fechas. El Instituto los incluye en su tarea permanente de capacitación cívica, realizada también en años no electorales con el apoyo de su Dirección de Educación Cívica. Dicho trabajo busca divulgar, mediante las denominadas Jornadas Cívicas, la cultura democrática en escuelas primarias y de enseñanza media, en donde se



realizan, incluso, simulacros de votación que ayuden a la formación de una cultura política que asuma y respete las diferencias.”

Los Espacios, un Tema que Requiere más Tiempo y Esfuerzo

“Este año—recuerda el Lic. Rogelio Murillo—varios dirigentes de grupos de personas con discapacidad escribieron al Presidente del Consejo General del IFE, Lic. José Woldenberg, solicitándole se tomaran medidas para facilitar el acceso a las casillas. Por supuesto, se trata de una petición legítima que, lamentablemente, no estamos en condiciones de atender a plenitud por el momento.

“Nuestro país ha abordado lentamente el tema de las necesidades especiales. Las personas con discapacidad han debido aguardar mucho tiempo antes de encontrar eco a sus demandas en otros segmentos de la sociedad. Su tenacidad les ha ido abriendo espacios y no dudo que el tema de las adecuaciones físicas para las elecciones llegue a ser otro de sus logros. Hoy día, buscar sitios con rampas y accesos para ubicar 130 mil casillas rebasa la capacidad organizativa y de acción del IFE.”

No obstante, la elección de los lugares donde podrían establecerse las casillas no está sujeta al azar. El Cofipe establece, en su Artículo 194 Fracciones 1 y 2, una serie de requisitos encabezados por el *fácil y libre acceso a los electores*. A éste se suma el que sean propicios para la instalación de cancelas o elementos modulares que garanticen el secreto en la emisión del voto. En el caso de locales que reúnan estas dos características, el Código indica que se preferirán los ocupados por escuelas y oficinas públicas.

Esto asegura, en principio, que se buscará ubicar las casilla en sitios espaciosos localizados en plantas bajas, evitando torres habitacionales y similares, así como largos desplazamientos desde el domicilio del votante. Estas indicaciones no implican por sí mismas la ausencia de barreras arquitectónicas, pero sí aseguran un nivel mínimo de comodidad para los ciudadanos.

La construcción de la democracia es un hecho, va de la mano con la aceptación y el respeto de la diversidad. Un proceso que demandará más tiempo y esfuerzos sostenidos por parte de todos, y que, inevitablemente, estará influido por el transcurrir



social general. Hoy, la tarea invita al ejercicio del derecho a sufragar para elegir a nuestros gobernantes. Una invitación de puertas abiertas para todos aquellos que cuentan con credencial de elector y que irá afinando su perfil a fin de recibir, cómodamente también, a quienes demandan de una atención especial.

Estar informado *habla bien de tí*

- Si eres una persona con necesidades especiales y tienes tu credencial de elector, recuerda que la Ley te reconoce el derecho a votar acompañado por alguien de toda tu confianza que pueda auxiliarte al momento de marcar tu boleta.
- Si has sido elegido para ser miembro de la Mesa Directiva de Casilla, ten presente que éste también es un derecho de las personas con discapacidad y de quienes no saben leer.
- Si eres un funcionario electoral con discapacidad, recuerda tus derechos y los de quienes, como tú, acuden a emitir su voto.

A contrapunto

**CARMINA
HERNANDEZ**

El amor de mi madre y mi abuela

Desde que nací, a todo lo largo y ancho de mi vida, hoy siempre, Ellas me han acompañado y ayudado infinitamente con ese verbo tan cotidiano y profundo que es vivir. Infinitamente, palabra que utilizamos a veces cuando en ninguna



corría entre las barras. Entonces sí, ¡fantástico!, me sentía que hasta corría.

En verdad, de pequeña, tanto en mi casa como en casa de mis Abuelos, yo me sentía casi o como una niña "normal". A mis primos, a mis hermanos y a mí nos encantaba quedarnos con Ellos. Entre las

otra cabe lo que quisiéramos nombrar, pero infinito amor es lo que siempre he recibido de Ellas: mi Madre y mi Abuela. Como cuando niña y ejercitaban mis extremidades a contrapunto, así, Ellas, siempre han estado en mi andar: en contrapunto.

Por un lado mi Abuela, con su gran tenacidad, su permanente actividad y creatividad, su alegría juguetona y su amor fiel e irrevocable. Por el otro, mi Madre, Madre Mujer con mayúscula, de esfuerzos titánicos, apoyándonos a todos, todo el tiempo y en el mismo segundo (no sé cómo, pero así es).

Mi abuela Herminia

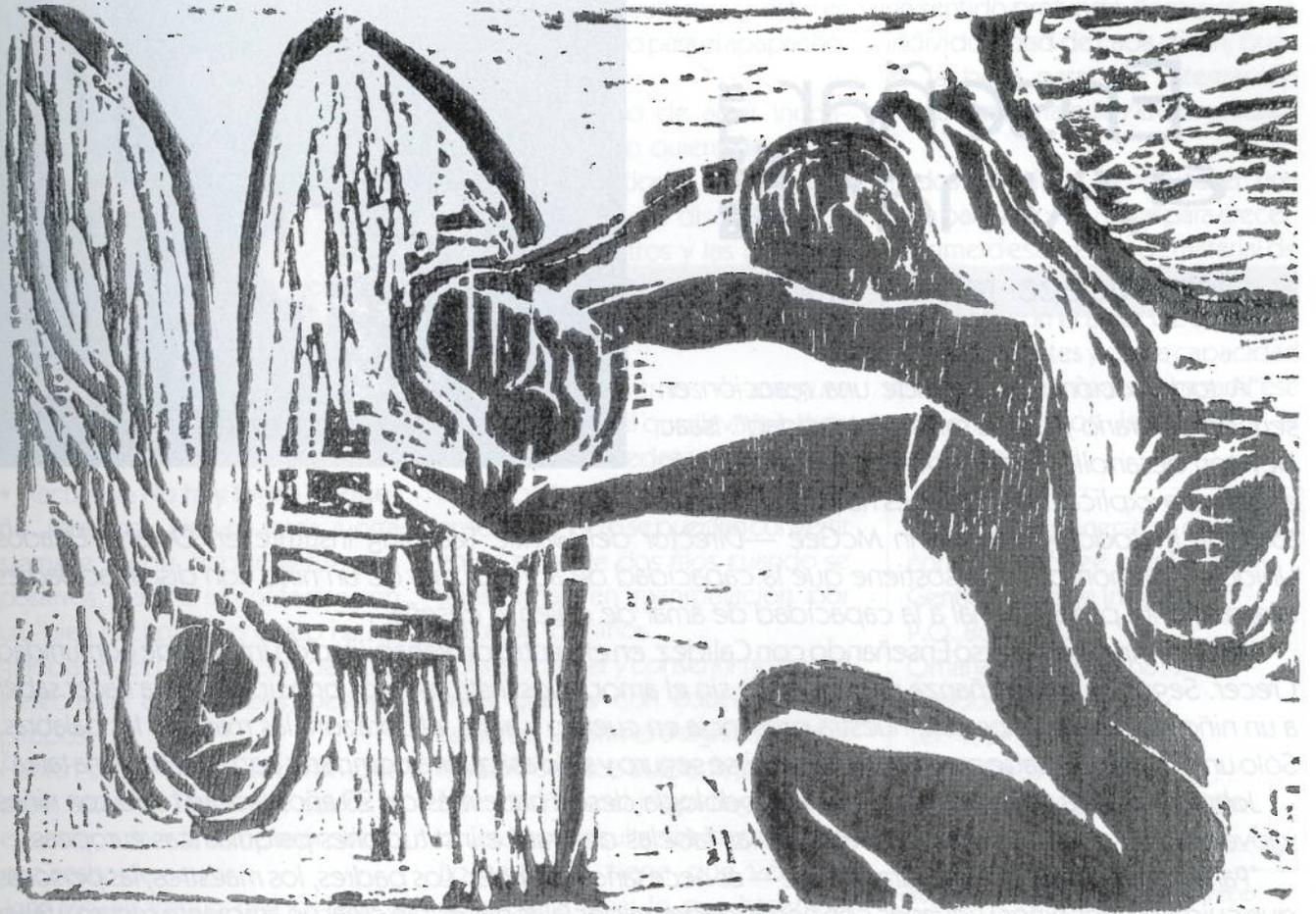
Recuerdo, cuando aún no caminaba (caminé a los ocho años) el doctor pidió que me hicieran dos barras paralelas para que, sostenida de ellas, comenzara a caminar. ¡Imposible!, no era suficiente, yo me caía. Entonces mi Abuela ideó un cuadro, con un agujero en el centro por el que mi cuerpo penetraba, y que a su vez

muchas travesuras de mi Abuela, nunca olvidaré una tarde cuando se avecinaba una fuerte lluvia —a mi Abuela siempre le gustó mojarse—; mi prima, mi hermana y yo estábamos viendo esas grandes nubes y mi Abuelita nos invitó a salir por unas galletitas. De ida, aunque las nubes nos amenazaban, no hubo ningún problema, pero de regreso caían cántaros de agua; nosotras felices, gritando, jugando, muertas de la risa.

Como ven, mi Abuela no tenía ningún problema en sacarme a pasear por la calle. Claro está que luego nos dio un baño caliente y nos planchó las pijamas y las sábanas de la cama.

Mi madre Blanca

Lo que más agradezco y admiro de mi Madre es que —dentro de una familia tradicional como la nuestra— y pese a su propia forma de ser y de pensar siempre nos brindó, a mis hermanos y a mí, todo el apoyo y la libertad para ser y abrirnos nuestro camino. Sé que esto



nunca ha sido fácil para Ella, que muchas veces le ha costado dolor y lágrimas. A pesar de esto, mi Madre no sólo nos dejó ser sino que también nos ayuda a ser. Lo que implica un gran amor y un gran respeto hacia el otro.

De mi Madre, también existen un sin fin de circunstancias en donde me ha apoyado y me sigue apoyando. Cuando decidió incorporarme a la escuela regular, su búsqueda fue infinita. Yo no me daba cuenta lo duro que era para Ella, el ir conmigo a miles de kínderes donde me rechazaban, hasta que encontró uno. Yo, en cambio, era feliz conociendo tantos y tantos jardines de niños.

En la primaria, secundaria, CCH, recorrió las más largas distancias, pues las escuelas donde me admitían y que me convenían siempre eran las más distantes. Así que, además de ser mi mano derecha para todo, era una linda chofera que recorría toda la ciudad conmigo.

En todo momento, mi Madre me dio la oportunidad de desarrollarme y de codearme con la gente. Sé que esto implicaba un gran esfuerzo; por un lado el cuidarme y protegerme, por otro, dejarme aprender y crecer por mí misma; esto es lo más difícil.

Por otra parte, debo y quiero decir que en muchas ocasiones siento que le robaba demasiado tiempo, de ese espacio de desarrollo personal que toda madre, como mujer, debe tener. Hoy me siento feliz cuando la veo ir tan entusiasmada a sus clases de historia, literatura y música.

Sin embargo, en el presente, ya adulta, a pesar de que me siento bastante independiente, Ellas me siguen ayudando muchísimo, ya que con mi parálisis cerebral, no puedo hacer todo. En este momento, mi Abuela enreda unas madejas de lana para mis tapices, y mi Madre (entre muchas otras ayudas) es mi excelente asistente de impresión.

Reconozco que en gran medida uno es lo que es gracias a sus relaciones humanas: a su gente. Valga este artículo como un agradecimiento y un pequeño homenaje a Ellas, tan especiales, tan diferentes; como todos los seres humanos deberíamos ser. ♦

*Obra Gráfica: "Nacer" y "Chiquitos Vienen" de Carmina Hernández
Fotografías de la obra: Jesús Ordóñez*

Enseñar a Amar

ERIKA
DE USLAR

John McGee: teoría y práctica



“A toda acción corresponde una reacción en sentido contrario y con la misma intensidad”. Isaac Newton desarrolló esta ley de física; que también es útil para explicar las relaciones humanas y, sobre

todo, la metodología de John McGee —Director del Gentle Teaching Institute en Omaha, Estados Unidos— un hombre que sostiene que la capacidad de aprendizaje de un niño con discapacidad es directamente proporcional a la capacidad de amar de quien le enseña.

McGee impartió el curso Enseñando con Calidez en el Centro de Rehabilitación Integral de Comunidad Crecer. Según él “la enseñanza es imposible sin el amor, y los instrumentos principales para hacer saber a un niño que lo amamos son: nuestra presencia en cuerpo y alma, el corazón, las manos y las palabras. Sólo un niño que se sabe amado podrá sentirse seguro y sólo así querrá compartir con nosotros una tarea”.

John McGee ha trabajado con esta metodología desde hace más de 20 años, sobre todo con niños y jóvenes con discapacidades severas de las fabelas de Brasil e instituciones psiquiátricas europeas.

“Para poder enseñar—asegura McGee— es necesario aprender. Los padres, los maestros, las personas que cuidan de los niños y jóvenes con necesidades especiales necesitan crear un ambiente seguro y tener presente que aprender es cosa de dos”.

Haz conmigo para que aprendas a hacer solo

Para hablar, caminar u obedecer, los niños necesitan una razón. “No importa la discapacidad —afirma John McGee—, ésta no es más que una herramienta para conocer las reacciones que pueden tener los niños; pero los chiquillos no son un diagnóstico, son personas.

“Para que un niño pueda aprender es necesario que pase de la fase autocentrista —normal a los dos años— a una conducta “otrocentrista”; es decir, donde el valor y el énfasis están en los demás, en la convivencia con la comunidad.

“Educar —continúa John— es un proceso de altas y bajas, de triunfos y frustraciones pero, sobre todo, es un proceso compartido”.

Para que además resulte placentero, McGee ha desarrollado los siguientes pasos:

- Las tareas u obligaciones siempre deben empezar por lo más sencillo, lo más simple; sólo cuando se ha dominado esta tarea se puede pasar a un segundo nivel. Por ejemplo, quizá el niño no pueda lavar trastes todavía pero puede sentarse junto a nosotros mientras lo hacemos, luego podrá contarlos, luego secarlos... Mientras lavamos los trastes hay que explicar al niño lo que estamos haciendo, platicar con él, que toque el agua tibia o la espuma. Ser tan sólo un espectador no lo motivará para pasar al segundo nivel. Se necesita creatividad para interesar al niño en una tarea.

- En todo momento hay que pensar: **estamos haciendo juntos**. Aunque en un principio el chico no participe, debe saber que forma parte de la acción. Antes de recibir debemos dar: miradas, porras, contacto...

- Nunca debemos esperar una respuesta instantánea si no queremos frustraciones. Paciencia, perseverancia y más paciencia es el secreto. El proceso puede ser largo pero los resultados valen la pena.

- No hay que tomar de manera personal las reacciones agresivas del chico—si las tiene— son una manera de expresión, nada más. Poco a poco, hablándole bajo, acariciándolo suave y besándolo seguido conseguiremos respuestas cariñosas.

- Los niños que saben compartir aprenden a obedecer. Si en nuestras casas la responsabilidad, el cariño y las obligaciones están distribuidas de manera equitativa, el niño entenderá que él también debe participar, porque él también forma parte de esa familia.

- Cuando platique con el niño empiece siempre por los temas que le interesan a él. ¿No los conoce?, averígüelos; ése es un acto de amor. Pronto pasarán a temas comunes.

- Recuerde: **No hay logro pequeño.** Para pasar de una tarea a otra siempre debe haber refuerzos positivos, pero no se conforme con un "bien hecho". Si el chico ha logrado algo, es un logro compartido. ¡Celébrelo! con abrazos, besos y piropos.

Hablen sobre lo que tuvieron que pasar antes de llegar ahí, sobre el esfuerzo, sobre la dimensión de lo que acaba de ocurrir...

John McGee asegura que los latinos

tenemos una ventaja sobre las personas de otras culturas, y ésta es nuestra capacidad para el apapacho.

- ¡Cuidado! Esto de amar incondicionalmente no quiere decir que debemos abandonar o pasar por alto los límites y la disciplina. Los papás, los maestros y las personas que cuidan a los niños y jóvenes con necesidades especiales son la autoridad.

Juntos aprendemos —asegura McGee— pero el que lleva la batuta es el maestro. Ceder y ser flexibles forma parte de nuestras tácticas de enseñanza; pero se pueden convertir en un arma de dos filos cuando se transforman en manipulación por parte de los niños.

Sobreproteger y consentir no tienen nada que ver con educar amorosamente. Lo primero significa que el maestro se hace a un lado para dejar que el niño o el joven haga lo que quiera con resultados desastrosos. Lo segundo tiene que ver con aprender a amar lo que hacemos,

con poner límites y reglas, pero con un sentido profundo de respeto a la individualidad de cada quién; pues es la base para una integración verdadera a la familia y la comunidad.

Todos los niños deben tener una casa para vivir y un hogar para crecer. El primero está hecho de material de construcción; el segundo se construye con el amor de cada uno de sus habitantes y con la capacidad que éstos tienen para compartir ese sentimiento con la familia y la comunidad. ♦

Si le interesa ponerse en contacto con John McGee escriba a:
 Gentle Teaching Institute
 P.O. Box 24505
 Omaha, Nebraska 68124
 Estados Unidos
 Tel. 402•393•7971
 Fax. 402•399•9602
 E-mail: GTIMCEE@AOL.COM

Fotografía: Cortesía Comunidad Crecer.

NO

No es no
 y hay una sola manera de decirlo: No.
 Sin admiración, ni interrogantes, ni puntos suspensivos.
 No, se dice de una sola manera.
 Es corto, rápido, monocorde, sobrio y escueto.
 No. Se dice una sola vez,
 No.
 Con la misma entonación,
 No.
 Como un disco rayado,
 No.
 Un No que necesita de una larga caminata o una reflexión en el jardín no es No.
 Un No que necesita de explicaciones y justificaciones, no es No.
 No, tiene la brevedad de un segundo.
 Es un No para el otro porque ya fue para uno mismo.
 No es No, aquí y muy lejos de aquí.

No, no deja puertas abiertas ni entrapa con esperanzas, ni puede dejar de ser No, aunque el otro y el mundo se pongan patas arriba.

No, es el último acto de dignidad.
 No, es el fin de un libro, sin más capítulos ni segundas partes.

No, no se dice por carta, ni se dice con silencios, ni en voz baja, ni gritando, ni con la cabeza gacha, ni mirando hacia otro lado, ni con símbolos revueltos, ni con pena, y menos aún, con satisfacción.

No es NO porque no.
 Cuando el No es No, se mirará a los ojos y el No se descolgará naturalmente de los labios.

La voz del No no es trémula, ni vacilante, ni agresiva y no deja duda alguna.

Ese No, no es una negación del pasado; es una corrección al futuro.

Y sólo quien sabe decir No puede decir Sí.

Anónimo.

Manuela y Melissa

**YULIA
ESPIN**

Salir del silencio

para Lucero

La de Manuela Fernández es una historia con capítulos comunes a la de muchas madres de niños con discapacidad. Una exigencia que rebasó la capacidad de respuesta de su pareja la dejó al frente de su hogar con una doble responsabilidad: ser madre y padre de una niña con hipoacusia lateral severa. Papel que ha desempeñado con notas sobresalientes gracias a su carácter y a la convicción profunda de que no habría podido asumir el reto de una forma distinta.

Melissa, su hija, nació por cesárea tras siete meses de embarazo afectados por una rubeola que no se detectó formalmente sino hasta muy avanzada la gestación. La pequeña permaneció 60 días en terapia intensiva, donde su cuadro fue complicándose cada vez más ante la aparición de septicemia y el desarrollo de un grado grave de desnutrición. Ante esa situación, su madre decidió que el mejor lugar para Melissa era y seguiría siendo su casa; con ella en brazos abandonó el hospital y se dedicó a cuidarla hasta que recuperó su salud.

Pasaría algún tiempo antes que las dudas sobre la capacidad auditiva de Melissa obligaran a Manuela a iniciar un recorrido, por demás familiar para la mayoría de los padres de niños con necesidades especiales. “Los pediatras —recuerda— acabaron diciéndome

que era una madre muy aprehensiva; que mis temores eran infundados. Finalmente, tomé la decisión correcta: acudí a un especialista, quien confirmó mis sospechas”. Melissa todavía no cumplía un año.

Terapias de 24 horas

Diagnóstico en mano, “la desesperación y la tristeza ocuparon mi mente y mi corazón —reconoce Manuela—. La primera se fue después de unas horas... la otra seguirá conmigo siempre. Pero no podía permitir que el dolor me cegara; así que empecé a preguntarme qué podía hacer para mejorar mi situación”.

No obstante, Manuela tendría que enfrentar un reto adicional antes de poner manos a la obra con las terapias de oralización para Melissa. El padre de la niña “rechazó la idea, nunca pudo aceptar que la discapacidad

había llegado para quedarse”. Tras nueve años de relación, el tema del divorcio saltó a la mesa de discusión y la separación dejó a Manuela con un solo objetivo en mente: sacar adelante a su hija.

“Nunca me pregunté por qué. Acepté a mi hija tal cual es, y decidí que no habría reto capaz de resistir mi empeño por ayudarla a ser feliz a partir de sus capacidades. Las terapias se convirtieron en el eje de mi vida. Dejé mi empleo para concentrarme en esas tareas, lo cual fue posible gracias al apoyo de mi familia, de los profesionales que atendían a mi hija, y de muchas personas de gran calidad humana que me tendieron la mano.”

Pronto los audífonos y el tratamiento comenzarían a dar resultados. “El día que Melissa volvió la cara para atender mi llamado lloré, lloré y lloré”.

No empeorar es ir bien

Originaria de República Dominicana, Manuela había conocido al padre de Melissa durante una visita a México, donde decidió establecerse siguiendo los dictados de su corazón.

“Su reacción ante la situación de Melissa fue definitiva para optar por el divorcio. Provengo de una familia donde las dificultades se encaraban con valentía, decisión y carácter. Y ese fue el modelo que decidí seguir ante la discapacidad de Melissa. Obviamente, no podía compartir el reto con alguien que se negaba, de entrada, a aceptar a su hija tal como era.”



El tratamiento de la niña acrecentó las diferencias. "Los familiares de su padre me pedían que evitara recogerle el cabello porque eso dejaba a la vista los audífonos. Hasta llegaron a quitárselos porque

consideraban que su uso era muy doloroso para ella. Yo siempre he pensado que sus audífonos son una extensión de sus oídos, como la silla de ruedas para alguien que no puede desplazarse por sí mismo. Por eso, la

motivo a cuidarlos y la reprendí cuando, en un arranque de ira, los tiró al suelo. Ese día le dije: quien los necesita eres tú, así que piensa bien cómo los tratas".

Por otra parte, las visitas del padre casi siempre enfrentaban a Manuela con la consideración de ser demasiado estricta con Melissa. "Algunas veces tuve que negarme a adivinar sus balbuceos y señas cuando me pedía que le acercara algo. Me mantuve firme en la decisión de no mover un dedo hasta que no lo pidiera correctamente. No tenía alternativa, no podía doblegarme ante la fatalidad. Eso no va conmigo".

Manuela ganó la custodia de Melissa y con ello la posibilidad de seguir adelante con su tratamiento. Hoy, la niña está completamente oralizada y, salvo la omisión de la letra ese, su dicción es muy clara. "Una omisión que le eché en cara a su terapeuta y que ella, inteligentemente, rechazó atribuyéndola por completo a mi acento".

Poco tiempo después de su separación legal, Manuela contrajo matrimonio con Nicolás, su actual pareja. Ahora Manuela se prepara para un nuevo reto; la cercanía con la adolescencia abre la posibilidad de que la condición de Melissa empeore. Nuevamente, su actitud frente a la vida toma la delantera. "Mis amigos me preguntan si hay novedad sobre el tema y yo les contesto: vamos bien. Y digo la verdad: no empeorar es ir bien". ♦

Fotografía: Verónica Macías

Crece juntos

ANA MARIA G.
DE HERNANDEZ

Darle la palabra
a Eduardo

Tan solo habían pasado 60 minutos después de haber nacido mi bebé —el cuarto de mis hijos y mi único varón— cuando recibí la visita del pediatra quien me dijo: “Todo parece indicar que el niño nació con trisomía 21, mejor conocida como síndrome de Down.”

Las palabras del médico llegaban a mi mente entre ideas y emociones confusas, desconcierto y temor de iniciar un camino en terreno desconocido.

El pediatra continuó diciendo, “es muy común que se presenten complicaciones de salud en estos casos, pero éstas las resolveremos en su momento; por lo pronto, descansa”.

Sin embargo, el doctor no abandonó mi habitación sin antes decirme con su singular tono norteño las siguientes palabras, mismas que llegaron a mis confundidos oídos y me causaron una gran impresión, de tal forma que hoy, ocho años después, sigo recordándolas como las escuché esa tarde: “Estos niños llegan hasta donde la mamá quiere que lleguen; en estos tiempos,



gracias a la estimulación temprana los logros con todos los niños son notables”. Afortunadamente, las complicaciones de salud no se presentaron y, salvo una ictericia leve, el bebé abandonó la maternidad un día después que yo.

Un ambiente de tristeza, angustia y preocupación se percibía en la familia; no era una situación de rechazo ni sentimientos de culpabilidad, sino más bien un mundo de preguntas para las que no teníamos respuesta. ¿Por qué sucede esto? ¿Qué futuro le espera al niño y a nuestra familia? ¿Será justo que venga a sufrir? ¿Qué pasó con los sueños e ilusiones que apenas hace unos días acariciábamos! No encontramos argumentos en esos momentos que

sirvieran de consuelo.

Yo deseaba encontrar la mejor forma de ayudar a mi hijo, y me repetía constantemente las palabras del Dr. Villarreal: “La estimulación temprana logra notables avances en todos los niños, y los niños llegan hasta donde la mamá quiere”; estas palabras me hablaban de entrega y lograron forjar en mí un gran compromiso.

Si en mis manos estaba el ayudar a mi niño, por mí no quedaría esfuerzo por hacer.

El único contacto que había tenido con niños que presentaban “algún problema” era con el hijo de Toño y Elsa, una pareja de amigos cercanos. Su hijo no tenía síndrome de Down, sino una lesión cerebral

severa sufrida al momento de nacer por falta de oxigenación. Con Elsa y su niño aprendí lo que significaba rehabilitación o estimulación temprana. Eduardo Patricio, mi hijo, la recibía durante muchas horas del día respetando, por supuesto, sus horarios de sueño, alimento y sus buenos ratos de apapacho.

En ocasiones me preguntaron si yo no había sufrido un *shock* en esos primeros días. Definitivamente no fue fácil, pero el deseo de sacar adelante a mi bebé me impulsó a trabajar, estudiar y, a veces, a llorar al mismo tiempo. La familia entera contribuía: mi esposo, mis hijas, hasta familiares como mi hermana, mi cuñado y mis sobrinos.

Yo seguí buscando información y mediante observación y sentido común añadí a la estimulación lo que me parecía lógico. Al mismo tiempo continuaba con mis lecturas, pues me faltaba mucho por saber para ir completando el rompecabezas que significa el desarrollo de un niño con síndrome de Down o de cualquier otro niño con necesidades especiales.

El que persevera... alcanza

Durante esos años pasamos también por épocas de desesperanza. Cuando parecía no haber avances visibles, recordaba la recomendación que había escuchado de otros padres: "nunca somos culpables si el niño no avanza tanto como deseamos".

Recuerdo cuántos errores de juicio se cometieron tanto de mi parte como de profesionales en cuanto al diagnóstico del desarrollo de la conducta de mi hijo.

Es fácil cometer errores con niños que, como Eduardo, tienen dificultades para expresarse verbalmente y adquieren conductas fácilmente confundibles con otros diagnós-

ticos, como hiperactividad o autismo. En muchos de estos niños sus potenciales son altos, pero sus problemas nos impiden verlos.

Esos errores se despejaron cuando Eduardo comenzó a comunicarse por escrito. ¡Qué acierto fue haberle enseñado a leer!, ya que por medio de la escritura se abrió ante nosotros un panorama nunca imaginado. Al fin conocíamos sus pensamientos, sus deseos, sus recuerdos y sus sentimientos...

Ahora que ya puede comunicarse, está escribiendo un libro sobre sus recuerdos. Yo le asisto, ya que a él se le dificulta manipular hábilmente la pluma, pero cada una de las palabras que ahí aparecen serán las que él haya escrito. También he respetado el orden de sus ideas.

A partir de que Eduardo comenzó a escribir y a expresar sus pensamientos, la mayoría de las preguntas que nos hicimos en los primeros días después de su nacimiento han quedado contestadas; al menos para nosotros.

Más de una vez me he preguntado qué pensarán otras personas de un niño de ocho años con síndrome de

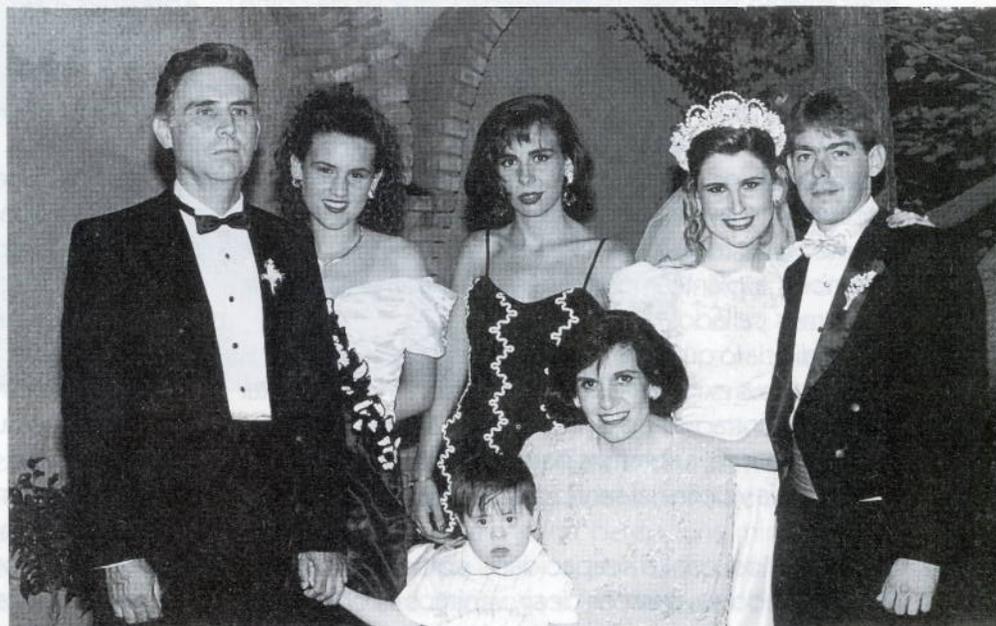
Down que comienza su libro con estas palabras: "Una vez una mamá tuvo un bebé con síndrome de Down y su vida ya no fue la misma, tuvo que hacer muchas cosas para ayudarlo a aprender..."

Eduardo aún tiene que superarse en el lenguaje verbal y adaptación social, pero estamos observando avances importantes.

La experiencia con nuestro hijo, llevando un programa exhaustivo y de sacrificio durante los primeros años de su vida, nos enseñó la importancia de trabajar en equipo, nos ha hecho más fuertes, nos ha enseñado a valorar muchas cosas, a compartir penas y alegrías y, sobre todo, a entender y conocer el valor de la perseverancia.

No podemos saber hasta dónde llegará Eduardo, pero en casa todos nos sentimos muy orgullosos de él y felices de que fuera enviado precisamente a nuestra familia. ♦

Ana María de Hernández vive en Monterrey, Nuevo León. Asesora a diversas instituciones educativas sobre estimulación temprana y presta una mano amiga a madres que, como ella, crecen con un niño con necesidades especiales. Fotografías: Cortesía Familia Hernández.



Eduardo en primera fila para festejar, con toda su familia, la boda de su hermana.

Ser Mamá

ALICIA MOLINA

Dar raíces y dejar crecer las alas



Ser mamá es una de las formas más exigentes de crecimiento personal. La maternidad, que se da como un signo de madurez en nuestro cuerpo, listo para dar fruto, nos ofrece la oportunidad de crecer y madurar interiormente.

El bebé indefenso al que debemos nutrir, proteger, cuyos sentidos tenemos que despertar para ayudarlo a reconocer y a usar su cuerpo, a expandir y a utilizar su mente viene también a renovar nuestra capacidad de asombro, a plantearnos preguntas fundamentales que habíamos callado.

Nadie da lo que no tiene y muchas veces son nuestros hijos, con sus exigencias, los que nos hacen ver y aceptar nuestras contradicciones, nos obligan a enfrentar lo que hemos eludido, a nutrirlos para alimentarlos, a buscar la coherencia y definir el sentido de la vida que queremos ofrecerles.

Los niños con discapacidad, como los grandes transformadores, parecen decir: venimos a contradecir. Al romper nuestras expectativas, el sueño acariciado de

gestar la perfección nos enfrenta a nuestras limitaciones, ponen de cabeza nuestro pequeño mundo en el que creíamos que todo estaba bajo control.

Es una forma de crecer que no elegimos y por eso nos rebelamos. Aceptar, decir sí, un sí fuerte y consistente es nuestra forma de elegir, y de esa aceptación depende que, en su momento, nuestro hijo sepa decirse sí a sí mismo. La aceptación también nos lleva a la parte medular de la experiencia de ser mamá: el gozo.

El parto es la gran metáfora: te abres, con dolor y con gozo, para que él sea otro, distinto, y también distante de ti. Es la experiencia de salir de sí para gozarse en otro.

Las madres que tenemos hijos con discapacidad, en un clarísimo concepto de la Dra. Ma. Luisa Ramón Laca, corremos el riesgo de convertirnos en eternas gestantes: "sientes que como tu gestación no fue completa ese bebé es tu única responsabilidad y debes seguir gestándolo, en un intento de que llegue al término deseado".

Una parte de mí se reconoce en esta descripción y veo reflejada también la experiencia de muchas mamás que he conocido a través de Ararú; y es que un niño con discapacidad viene a poner un lente de aumento sobre las paradojas de la maternidad.

Aprender a ser

Por mucho que queramos no podemos amamantar sin nutrirnos; cómo dar alegría y estímulo cuando estamos viviendo la experiencia drenante y angustiosa de enfrentar los diagnósticos, los exámenes minuciosos que harán la lista detallada de las carencias de nuestro bebé. Esto nos obliga a poner todas nuestras energías en el rol de mamá: quisiéramos protegerlo de las miradas de los médicos, de la curiosidad de los vecinos, de nuestro propio dolor; darle lo que sentimos que la vida le niega.

Ser mamá se convierte así en una tarea de tiempo completo; sin embargo, la intención generosa de dar la vida por tu hijo puede llevarte a vivir por tu hijo y no darle espacio a nadie, ni siquiera a él mismo.

Uno puede no darse cuenta porque parece que todo lo que se hace por un niño con discapacidad es poco: bañarlo, vestirlo, correr con él de una terapia a otra; ser su abogado defensor para encontrar la escuela adecuada, apoyarlo con las tareas; inventarle juguetes o

material didáctico adecuados; hacerse cargo "discretamente" de sus silencios, saber antes que él lo que quiere y lo que necesita; ayudarlo también a hacer amigos, a integrarse; llevarlo a las fiestas, al parque, a nadar, porque también la recreación es necesaria, y después de un largo etcétera... puede pasarle como a mí.

No me dí cuenta hasta un día en que, tocando el interfón de la casa de mi hermano con una mano, mientras con el otro brazo cargaba a mi hija Ana de siete años, a la pregunta ¿Quién es?, contesté automáticamente "Soy Ana y Alicia". Mi hermano bajó a toda prisa y muy escandalizado me preguntó como en la tele ¿Y tú... quién eres?

Ser yo misma requería un tiempo, un espacio y un afecto que no me estaba dando; a pesar de mis esfuerzos tuve que reconocer que nadie puede ser mejor mamá que persona.

El recurso más importante que tiene el niño para salir adelante son sus propias capacidades y la red de apoyo exigente que es una familia integrada. Pero son esas dos cosas las que están en riesgo cuando nace un bebé con discapacidades, en primer término porque

la discapacidad nos obliga a centrarnos en ella; el peregrinaje de un médico a otro, la necesidad de estímulos específicos, la urgencia de la rehabilitación que consume energía, tiempo y todos los ahorros que pudieramos tener nos centra en la discapacidad y nos hace olvidar que lo más importante son sus capacidades que también requieren estímulo para desarrollarse.

La familia, riqueza básica para cualquier niño, es para nuestros hijos con discapacidad un recurso de sostén emocional, una red de apoyo para toda la vida; pero el reto de la aceptación, la carga extraordinaria, emocional y de trabajo, la tendencia a centrarnos en él y sus necesidades, obstaculiza el diálogo que mantiene y hace firme la relación entre los esposos, la equidad entre los hermanos. Los roles

en la familia no se alteran sin pagar un costo, se requiere una gran flexibilidad, una buena dosis de paciencia y humildad en el diálogo de pareja, una mirada atenta sobre cada uno de los hijos, para hacer un equipo en el que cada uno mantenga su individualidad, en el que nadie se sienta atropellado por las necesidades del



otro. Somos mejores mamás cuando los papás son buenos papás y los hermanos buenos hermanos.

A la hora de repartir las tareas no hay que dejar a nadie fuera; para que no pese la carga hay que saber distribuirla. Al protegerlos del "problema" asumiéndolo nosotras, no les evitamos el dolor pero sí les robamos la parte más positiva de este reto, responder a él para crecer todos juntos.

Cuando decidimos que somos un equipo con nuestro hijo con discapacidades y no sólo alrededor de él, cuando nos damos cuenta que las culpas fantasiosas son un fardo y las hacemos a un lado, podemos empezar a vernos y a escucharnos.

Si nos ponemos en paz con nosotras mismas también estaremos en posibilidad de oírlos a ellos: a nuestro esposo, a los otros hijos y al niño con necesidades

especiales. Sea cuál sea su discapacidad, tiene cosas importantes que decir; lo que tiene que expresar, lo que es él o ella misma merece toda nuestra atención.

Lamentablemente, Ana no hablaba cuando tenía dos meses y los médicos empezaron a emitir dictámenes.

Han tenido que pasar muchas cosas y 18 años para aprender juntas algunas cosas esenciales. Hablando sobre un amigo suyo que tiene discapacidades múltiples, Ana me dijo contundente: "Ay má, no entiendes nada. Jorge, si no lo comparas, es perfecto..."

Tenía razón, si no comparo a Ana, si la miro tal cual es, puedo gozar su perfección. Y también me puedo reconciliar conmigo misma. Si no me comparo, soy perfecta.♦

Obra Gráfica: "Lluvia 130" de Pablo Almeida. Fotografía de la obra: Jesús Ordóñez



El Centro de Rehabilitación y Educación para Problemas de Comunicación Humana

Con 21 años de experiencia, ofrece sus servicios de Estimulación Temprana, Rehabilitación y Educación para lactantes, preescolares, escolares, adolescentes y adultos con problemas de: Comunicación Humana originados por diversas etiologías.



El Instituto de Docencia e Investigación en Comunicación Humana

I.D.I.C.H.

Informa de sus Programas

- Diplomado para Docentes
- Escuela para Padres
- Asesoría a Instituciones Educativas

Así como los Eventos

- Encuentro con el Adolescente
- Una Tarde con los Abuelos
- Dos Tardes con los Maestros

¡Te esperamos, podemos ayudarte!
"COMUNICARSE ES VIVIR"

Norte 81-A No. 509 Col. Electricistas
México, Distrito Federal

Tels: 352-4330 y 352-6304 Fax: 353-1265

El Centro Univeritario de la Danza te prepara profesionalmente.

Te ofrecemos las siguientes opciones:

↪ Carreras Técnicas en Danza Terapéutica y Diseño Coreográfico

Para egresados de preparatoria o bachillerato. Horarios matutinos y vespertinos. Duración 3 años. Validez oficial INBA, SEP y Dirección de Educación Física.

↪ Diplomados en Danza Terapéutica

Dirigido a psicólogos, terapéutas, profesores de educación especial y padres de familia. Tres módulos de 12 sesiones cada uno. Sábados de 8 a 14:15 horas.

↪ Curso Intensivo en danza terapéutica

(Julio 14 al 30 y Julio 31 al 8 de Agosto, 1997)

Seminario: Análisis del Movimiento con Fines Terapéuticos (Agosto 18 al 22, 1997)



CENTRO UNIVERSITARIO DE LA

Informes

Colina de la Rumorosa 59
Residencial Boulevares
Naucalpan, Edo. de México
y Rebsamen 123, Col. Narvarte
Tel/Fax: 91(5) 373-9878



**ESTIMULACION
TEMPRANA**

EMPEZAR A TIEMPO

El hombre, dicen los filósofos y lo confirman los neurólogos, es un ser inacabado. Aun cuando su sistema neurológico y sus sentidos están completamente formados al nacer, necesita de estímulos, protección y afecto para aprender a desarrollarlos. Cada respuesta nueva genera nuevas

conexiones entre sus neuronas; cada nueva experiencia lo activa, lo hace crecer y completarse.

El bebé—más indefenso al nacer que cualquier otro ser vivo— está, sin embargo, equipado con recursos poderosos para voltear el mundo de cabeza. El llanto, unos cuantos reflejos básicos y unos sentidos incipientes le permiten expresar sus necesidades e iniciar un diálogo

con mamá y papá. Al principio esta relación depende completamente de la mirada atenta y la respuesta amorosa de los adultos, pero poco a poco sus movimientos y sus sentidos adquieren más coordinación, destreza e intencionalidad, y el diálogo con sus padres y el mundo se va haciendo cada vez más rico.

Reflejos

La mayoría de los movimientos que hace el recién nacido son reflejos, es decir, respuestas automáticas a estímulos externos.

Algunos de estos reflejos, como el de succión, le permiten sobrevivir. Otros son la base que lo prepara para desarrollar más tarde el control muscular. Muchos de ellos se pierden muy pronto y reaparecen, más tarde, convertidos en conductas voluntarias y en un comportamiento cada vez más estable e integrado. Algunos de los reflejos del bebé parecen ayudarlo a protegerse del medio ambiente y constituyen una señal muy importante del tono muscular y del estado de su sistema nervioso.

- El **reflejo de Moro** hace que el bebé arquee la espalda y eche los brazos hacia atrás cuando se siente asustado e inseguro.
- El **reflejo de marcha** hace que mueva las piernitas y “camine” mientras una persona lo sostiene y lo apoya, de pie, sobre una superficie.
- El **reflejo de Babinsky** hace que cierre y abra los dedos de los pies cuando se le pasa la mano suavemente por la planta y dorso del mismo.
- El **reflejo de prensión** hace que cierre la mano cuando siente un estímulo en la palma.
- El **reflejo de succión** hace que “chupe” cuando siente cualquier objeto en su boca.

Recuadro: Norma Romero.

ESTIMULACION
TEMPRANA

El desarrollo normal del bebé

Cada niño tiene su propio ritmo de desarrollo, pero existen pautas generales en el proceso. Durante el primer año de vida el bebé va afinando sus sentidos y los va coordinando en actividades cada vez más complejas e intencionadas. Si su bebé no ha conseguido aún los logros que corresponden a su edad, estimule las conductas deseadas y **consulte a su pediatra.**

1 MES

- Levanta la cabeza ligeramente cuando está boca abajo
- Fija la vista para mirar el rostro de las personas

2 MESES

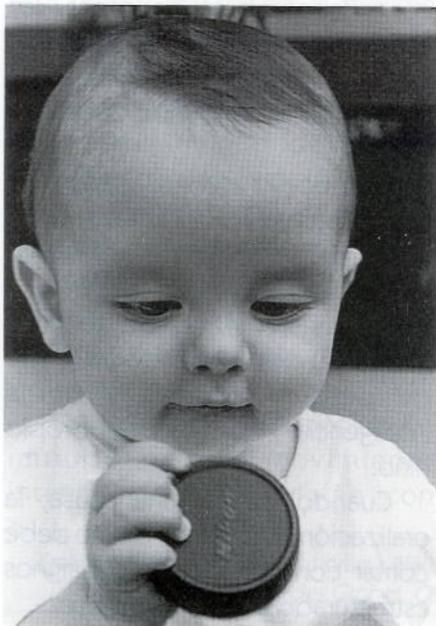
- Sonríe como respuesta a un estímulo

BEBES EN RIESGO

La misteriosa complejidad del desarrollo puede sufrir, desde el momento de la concepción, en la gestación y durante el nacimiento, alteraciones debidas a agentes internos o externos. Hay condiciones de riesgo para el bebé que nos ponen en situación de alerta para observar cuidadosamente su desarrollo y darle el estímulo adicional y la intervención terapéutica inmediata necesaria. Sólo así podremos evitar o disminuir las consecuencias negativas que pueden presentarse cuando se da alguna de estas circunstancias:

- Abortos repetidos
- Niños con defectos graves o leves en la pareja o la familiares cercanos han tenido al nacimiento

- Uno de los integrantes de la pareja padece alguna enfermedad
- Los padres son familiares
- Padres menores de veinte o mayores de cuarenta años
- Enfermedad o problemas durante el embarazo
- La madre ha estado expuesta a sustancias tóxicas
- Prematurez o problemas durante el parto
- El bebé nace muy bajo de peso
- Reducción de la provisión de oxígeno antes, durante o después del parto
- El bebé presenta problemas respiratorios al nacer
- El bebé ha estado hospitalizado o en terapia intensiva.



ESTIMULACION O INTERVENCION TERAPEUTICA

Cuando el bebé presenta una deficiencia sensorial o un retraso en su desarrollo los padres, generalmente, inician la búsqueda, angustiada, de un diagnóstico claro.

En algunos casos éste es difícil de precisar y, en general, los pronósticos son aventurados; pero aun cuando no exista un diagnóstico claro es importante iniciar un proceso de estimulación específica para las necesidades del niño conjuntamente con una intervención terapéutica.

El término Estimulación Temprana, tan generalizado hoy día, puede provocar confusión en los padres.

En general estos programas consisten en presentarle al niño, según su etapa de desarrollo —durante los primeros 18 meses de vida— los estímulos sensoriales y motores que requiere, en forma de juego. Aprender a jugar es una oportunidad para que padres e hijos vivan juntos una experiencia muy enriquecedora.

ESTIMULACION
TEMPRANA

- Sigue con la mirada los objetos colocados frente a él
- Reacciona cuando oye un timbre
- Vocaliza; se arrulla

3 MESES

- Boca abajo sostiene la cabeza un poco más erguida y por más tiempo
- Voltea la cabeza para seguir los objetos con la mirada

4 MESES

- Boca abajo sostiene la cabeza completamente erguida
- Sigue con la mirada los objetos de un lado a otro

5 MESES

- Mantiene la cabeza firme cuando está derecho

- Boca abajo mantiene la cabeza erguida y levanta el pecho apoyándose en los brazos
- Puede voltearse de lado
- Pone atención a los objetos muy pequeños
- Sonríe espontáneamente
- Grita de felicidad
- Estira la mano para tratar de agarrar las cosas
- Al acercarle la sonaja la toma con las manos



Sin embargo, cuando un niño ha tenido riesgos pre o post natales importantes este tipo de estimulación es insuficiente; el bebé en riesgo necesita una intervención profesional, adecuada y oportuna en la dirección correcta, de acuerdo con las múltiples necesidades neurológicas, motoras, ortopédicas, visuales, auditivas... que presente.

Todos los niños se benefician de los programas de estimulación planeada y sistematizada para promover su desarrollo óptimo. Este tipo de intervención debe hacerse lo más tempranamente posible con el objeto de frenar los procesos que alteran la postura, el crecimiento y el aprendizaje tanto del movimiento como de las diferentes habilidades del ser humano.

No podemos esperar uno o dos años a que un niño reaccione o madure por sí solo, porque se habrá perdido un tiempo muy valioso.

Es verdad que la plasticidad cerebral permite que las funciones cerebrales se reorganicen y reestructuren aun en los adultos, pero si dejamos que se establezcan patrones anormales de movimiento el trabajo terapéutico correctivo será mucho más complejo.

El bebé con problemas auditivos

Afortunadamente existen ya los recursos tecnológicos adecuados para evaluar con precisión la respuesta auditiva del bebé aun antes de que él pueda darnos reacciones diferenciadas y evidentes a los estímulos sonoros. Siempre que

haya sospechas de que el niño pudiera tener una pérdida auditiva debe hacerse una **audiometría**. Si tiene dudas, aunque su pediatra no le dé importancia, insista en una valoración auditiva completa.

Si se confirmara una disminución en la audición es imprescindible adaptarle auxiliares (audífonos) que le permitan aprovechar al máximo los restos auditivos de que disponga.

Es fundamental un entrenamiento auditivo y apoyo especializado, específico y sistemático tanto para la comprensión del lenguaje como su expresión, porque el lenguaje juega un papel crucial en el desarrollo del pensamiento abstracto. Su niño necesita nombrar las cosas, las cualidades de las cosas, las personas y las relaciones entre ellas para entender el mundo en el que vive.

El proceso de oralización de los niños sordos es muy complejo y requiere del apoyo de profesionales calificados, y de la paciencia y trabajo sistemático de toda la familia. Su éxito depende del grado de pérdida auditiva y de la inteligencia y voluntad del propio niño.

Cuando, por alguna causa, la oralización no es viable el niño debe contar con un lenguaje de signos estructurado para comunicarse.

6 MESES

- Sostiene la cabeza alineada con el cuerpo cuando lo llevamos a la posición de sentado tomándolo de las manos
- Empieza a combinar vocales y consonantes; dice *a-gú*

7 MESES

- Se come una galleta con su propia mano
- Hace "trompetillas"

8 MESES

- Se sienta sin apoyo
- Sostiene algo de peso en sus pies cuando lo paramos
- Pasa un objeto de una mano a otra

- Puede empujar un objeto pequeño y agarrarlo con la mano
- Se voltea en dirección del sonido

9 MESES

- Trata de alcanzar un juguete que está lejos
- Busca un objeto cuando se le cae

Es importante usar todos los recursos para que el bebé se exprese, manifieste sus necesidades y sepa que es amado.

El bebé con problemas visuales

EL 80% de la información y de los estímulos ambientales provienen de lo que vemos. Un bebé que nace con la visión disminuida, de manera parcial o total, debe ser atendido primero —médicamente— por el oftalmólogo para establecer el grado de pérdida y el tipo de auxiliares ópticos necesarios para aumentar su grado de visión; luego hay que darle al bebé y a sus padres el tratamiento oportuno y la orientación para aprender cómo acercarle el mundo a su niño y aprovechar al máximo todas las capacidades que sí tiene.

Un bebé que no ve, o que ve parcialmente, tendrá que aprender a percibir el mundo de manera diferente, apoyándose más en sus otros sentidos para orientarse, conocer y aprender. El tacto, el oído y el gusto deben ser educados pues son el medio por el cual aprendemos a discriminar, reconocer y discernir.

La visión es, en gran medida, un impulso para el movimiento intencionado. En el niño con

discapacidad visual el desarrollo motor tiene que ser provocado de manera diferente, pues el bebé carece del estímulo y la motivación natural hacia la imitación.

Un niño que ve bien se puede comunicar aun antes de hablar. Reconoce nuestra presencia y expresa sus preferencias con sonrisas o gestos. Con la sonrisa o la mirada obtiene reacciones, provoca respuestas. Para un niño ciego o débil visual el lenguaje es especialmente importante, sin embargo es posible que le lleve más tiempo que a otros niños decir sus primeras palabras y adquirir el lenguaje. Los padres necesitan orientación especial para enseñarle a aprender a percibir las cosas, las personas y las relaciones que aprenderá a nombrar.

El bebé con daño neurológico

En el primer año de vida el desarrollo motor y la habilidad física se perfeccionan; ello permite al bebé interactuar con su ambiente, adoptar diferentes posiciones y alcanzar un repertorio amplio de movimientos.

El niño con daño neurológico presenta una serie de características que dificultan su movilidad o hacen que éste adopte

patrones considerados, "anormales". Es muy frecuente que niños con daño neurológico presenten, en alguna medida, uno o más de los siguientes signos: Dificultad para la succión o la deglución; manos cerradas o empuñadas; brazos continuamente flexionados; cabeza y tronco empujando fuertemente en extensión. Falta de control de la cabeza; dificultad para mantenerse sentado; piernas cruzadas; pies apoyando en punta; persistencia de reflejos primitivos como el de agarre que impide al niño abrir sus manos y extender los brazos para asir los objetos. Alteraciones del tono muscular, que puede ser muy alto (hipertonía o espasticidad) o muy bajo (hipotonía o flacidez).

Estas alteraciones interrumpen los procesos de control de cabeza y tronco; claves en el desarrollo motor. El bebé necesitará tratamiento, lo más temprano e intensivo posible, en el que el terapeuta trabajará para inhibir los movimientos anormales y facilitará que el niño adquiera patrones de movimiento tan normales como sea posible; en un proceso en el que los movimientos correspondientes a cada etapa lo preparan para los de la siguiente. ♦

Este material es una producción de Ararú® Revista para Padres con Necesidades Especiales con asesoría de la T.F. Patricia Villegas. Fotografías: Lourdes Grobet. Obra Gráfica: "Maternidad" de Pablo Picasso. Fotografía de la obra: Jesús Ordóñez.

10 MESES

- Se para agarrándose de una persona
- Si está sentado se puede poner de pie
- Protesta si le quitan un juguete
- Juega al escondite: "¿Dónde está el bebé?"
- Dice mamá o papá indiscriminadamente

11 MESES

- Puede pasar de boca abajo a sentado
- Recoge objetos muy pequeños usando dos dedos
- Entiende la palabra NO

12 MESES

- Da sus primeros pasos apoyándose en los muebles.

Conocer a su bebé, empezar a trabajar para ayudarlo, es un principio que le ayudará a aceptarlo con sus limitaciones y a amarlo sin límites.

ESTIMULACION
TEMPRANA

Expectativas

El origen del conflicto

JAVIER
VILLARREAL

El infante cae en pedazos a menos que se le mantenga unido, y en estas etapas el cuidado físico es cuidado psicológico.

D.W. Winnicott

Un niño nace sano y fuerte, con todo el potencial para luchar en la vida. El que este potencial se aproveche adecuadamente depende primero de los padres, segundo del propio niño y tercero de la sociedad.

Cuando el bebé nace con una discapacidad, su proceso de desarrollo y el de la familia se alteran. Aún antes de concebir a su hijo, los padres tienen una serie de ambiciones, ideales, ilusiones y sueños con respecto a él, todos de naturaleza normal. Se despiertan muchísimas expectativas conscientes e inconscientes en ambos de cómo va a ser el bebé, si será niño o niña, sus características, etc. Algunos padres dicen renunciar a todas sus expectativas "con tal de que venga bien, de que nazca sano".

El impacto de una condición incurable, crónica e irreversible en el niño es brutal para los padres: todas sus fantasías, ambiciones e ilusiones se hacen añicos; acaba de infringírseles una herida en el ego difícil de sanar. Se activan culpas, reproches, desalientos conscientes e inconscientes por su "fracaso", con graves dificultades para afrontar la realidad

ante la impotencia para remediar la situación adversa, que pareciera que se les viene encima.

En algunos padres se despierta la fantasía de que "no sirven como padres", de que hay defectos en ellos; de que algo malo han hecho para merecer tal castigo, etcétera.

Sólo mediante un gran trabajo interno pueden los padres desarrollar la sabiduría que les permite aprender de esta experiencia, para así comprender y asistir a su hijo, y a otros.



En la gran mayoría de los padres, el sentimiento de gozo interno por la llegada del niño se ve mermado por el dolor y demás sentimientos que causa la discapacidad.

El deseo normal que siente todo padre de mostrar al mundo y presumir a su hijo se reduce notablemente. La imposibilidad de idealizar a ese bebé afecta la estructura psicológica de los padres y, en consecuencia, la de los hijos.

Sentimientos ocultos

La gran mayoría de los padres no dispone de ayuda efectiva para tratar estos problemas; de ahí que lo que hacen esté contaminado por su dolor. Este, poco a poco se convierte en depresión, en tristeza, que con el tiempo puede transformarse en melancolía. Este sentimiento, por mucho que los padres traten de ocultarlo, es percibido por el niño.

Los padres muy jóvenes, los que provienen de hogares desintegrados están más expuestos a no llevar a buen término esta situación; a diferencia de la pareja estable, madura, con un ingreso económico adecuado y procedente de familias integradas que, en determinado momento, pueden contribuir a que la carga sea menos pesada. En algunas parejas, el hijo con discapacidad será un pretexto para deshacer el vínculo conyugal, en otras, la unión se hará más sólida a través de ese hijo.

En un principio todas las parejas se derrumban; las inestables, difícilmente se recuperan, lo cual da lugar a una relación enfermiza entre la pareja, su hijo y la sociedad. Las respuestas inapropiadas van desde el abandono y la indiferencia hasta la sobreprotección.

La culpa inconsciente los lleva a

negar la situación y puede hacer que los padres adopten posturas de resignación aduciendo que "así lo quiso Dios" o "ya no hay nada que hacer"; perdiendo, con esta actitud, tiempo muy importante para la rehabilitación del hijo. Se esconde

madre-hijo la cual se tornará, poco a poco, en una relación simbiótica que lo excluye a él.

Con el pretexto de que tiene mucho trabajo, irá permitiendo que esta relación enfermiza —donde él no tiene cabida— se desarrolle. Le

complicando la situación, de por sí precaria, del niño con necesidades especiales.

Lo que el niño percibe

Para el niño puede resultar difícil conciliar su percepción de unos padres enojados, desilusionados y deprimidos, con aquella de unos padres entusiastas, que tienen mucha disposición y ganas de ayudarlo.

Un niño que percibe la desilusión de sus padres, siente que no está a la altura de sus expectativas.

Dado el tipo de pensamiento egocéntrico normal en todos los niños, aquel que tiene necesidades especiales tiende a creer que las acciones negativas que percibe en su entorno son "por culpa de su discapacidad".

La conducta de los niños va en concordancia con sus pensamientos, sensaciones y percepciones. Esta puede variar desde una abierta y franca rebelión hasta una conducta sumisa, pasiva y apática, pasando por una amplia gama de respuestas cargadas de ansiedad. Todas estas conductas tienden a proteger al niño en un principio, aunque a la larga resulten contraproducentes por despertar un malestar aún mayor en los padres. Se crea un círculo vicioso: desilusión de los padres, conducta alterada del hijo, mayor desilusión de los padres...

Romper este círculo vicioso es una tarea en la que se necesita ayuda. Sólo cuando los padres reciben el apoyo necesario estarán en condiciones de darse, a ellos mismos, y a su hijo una nueva oportunidad. ♦

al niño con necesidades especiales y se le deja en el descuido encubierto por una madre que se dedica "en cuerpo y alma" a cuidar a su hijo. El padre juega en todo esto, un papel muy importante. Con su ausencia fomenta esta relación

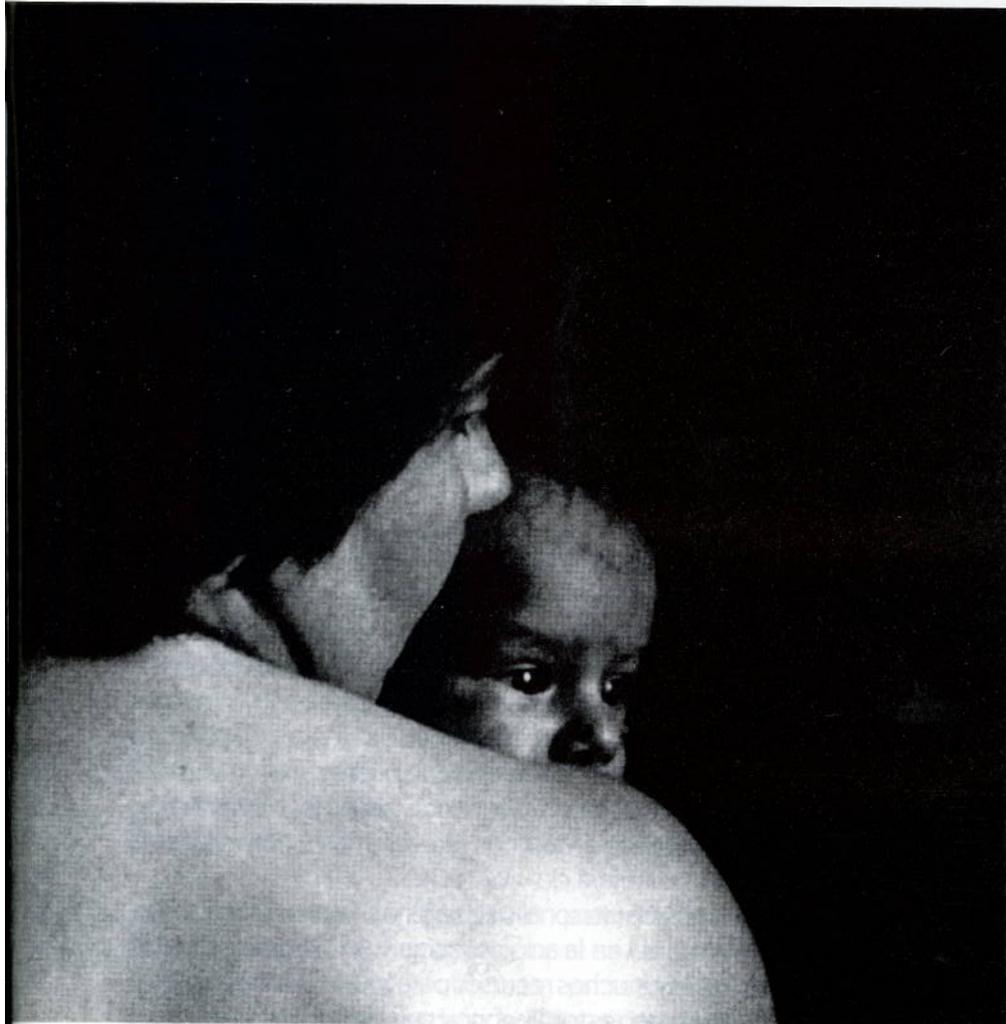
deja a la madre toda la responsabilidad y toda la gloria permitiendo que caiga en el error de enfocar toda su vida en el hijo.

A la larga, el padre termina abandonando esta relación y desproteje aún más al hijo,

Versión resumida de la ponencia "Aspectos psicológicos de la persona con discapacidad motora y su familia", dictada durante el Segundo Congreso Internacional "La Discapacidad en el Año 2000". Si le interesa el documento en su versión original, por favor escriba al correo electrónico del Dr. Villarreal: tanuria@data.net.mx

Dr. Javier Villarreal, médico psiquiatra y psicoanalista titular de la Asociación Psicoanalítica Mexicana.

Retoque electrónico: D.G. Roberto De Uslar. Fotografía: Stefano Robino del libro "The Joy of Life" de Philip B. Kunhart Jr.



de Grupos Apoyo

ANNA ROSA
NAVARRO

Una invitación de Ararú

Con frecuencia oímos decir de alguien: "¡qué fuerte es!" Se dice con admiración, como tratándose de una condición deseable de alcanzar. Pero ¿en qué consiste eso de "ser fuerte"?; ¿para qué sirve?; ¿por qué es deseable ser fuerte?

Generalmente la persona que consideramos fuerte es descrita como alguien que mantiene la serenidad en los momentos críticos; que toma decisiones orientadas a la solución del problema. La persona con fortaleza interna protege, defiende, lo que ama, no se deja llevar por los arrebatos del carácter; emprende actividades que favorecen su crecimiento y acepta la frustración inevitable cuando las cosas no salen como hubiera deseado. La persona fuerte hace frente, en vez de huir, a la ansiedad que provoca el mero hecho de despertar cada mañana para ganar el pan, para lidiar con los hijos, para cumplir con los deberes inherentes a su rol doméstico, de trabajo, de padre o de hijo.

Otro aspecto importante de la personalidad fuerte es su capacidad para tolerar la frustración. En la vida hay frustraciones y hay que aprender a aceptarlas, para hallar una salida o una satisfacción sustituta para ese deseo contrariado. La frustración moderada temple el carácter y lo fortalece. Cuando una persona ha sufrido demasiadas frustraciones corre el riesgo de amargarse y doblegarse ante lo que considera el peso del destino pero una frustración moderada bien puede servir de acicate, de reto para alcanzar el objetivo.

La persona fuerte no depende irracionalmente de los demás; se hace cargo de sí misma y de las responsabilidades que le corresponden. Posee una mayor serenidad en la toma de decisiones, y puede prestar esa fuerza a alguien, que en un momento dado, la necesite. Ya que el sufrimiento es inevitable, tener con qué soportarlo es lo menos a lo que podemos aspirar. La personalidad, a la manera de la casa que elegimos para habitar, deberá estar construida con paredes que soporten los embates de la naturaleza.

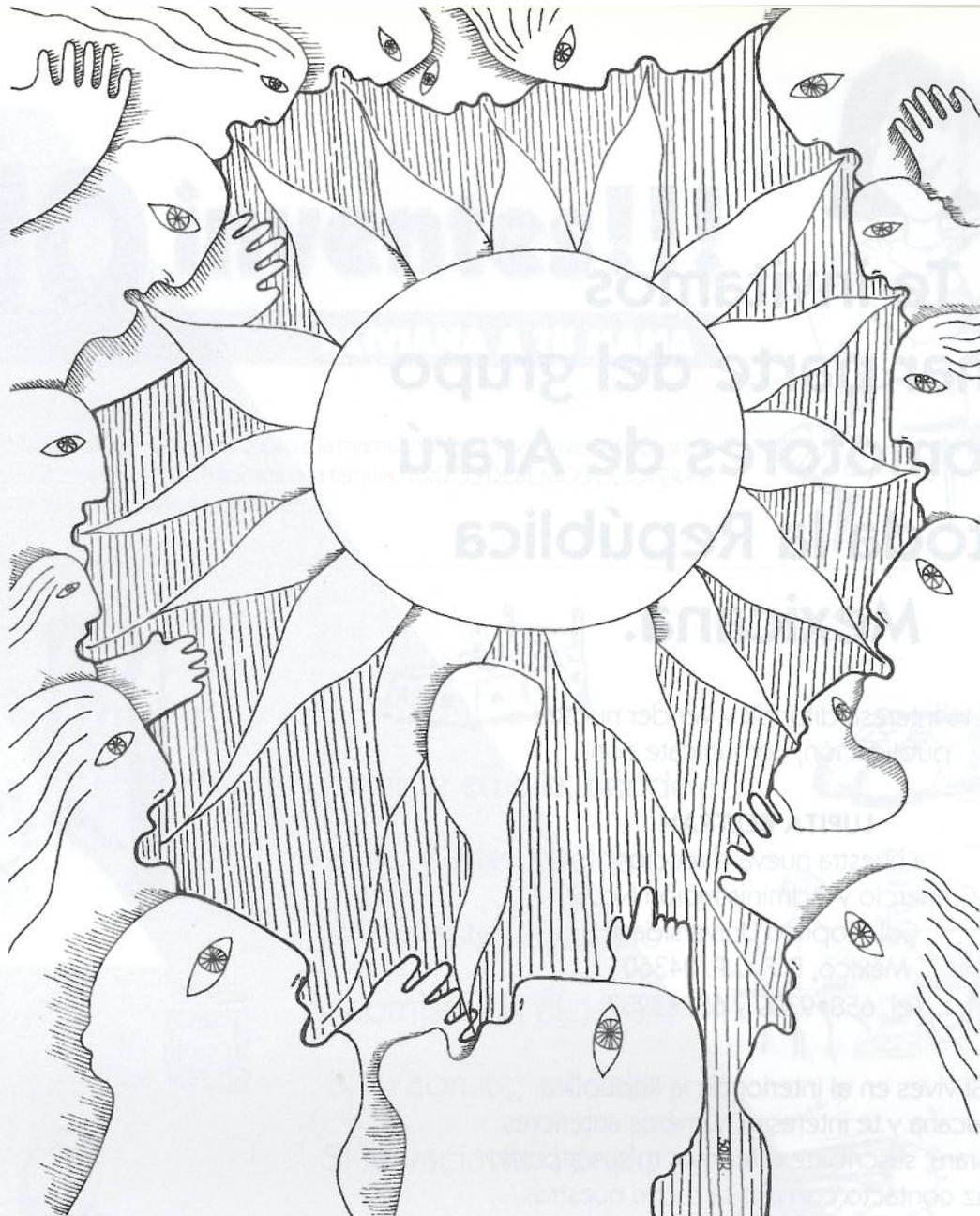
Puesto que es imposible proteger a los hijos de los altibajos de la vida, lo mejor que podemos hacer es ayudarlos a construir una personalidad con fortaleza, de

modo que cuando toque a su puerta el sufrimiento tengan las armas necesarias para enfrentarlo. La humanidad es una interminable cadena de eslabones en donde los padres son un enlace entre los abuelos y los hijos, y así sucesivamente. Una parte de la fortaleza se construye con la herencia genética y la otra con las experiencias que van modelando al niño desde edades muy tempranas. En estas vivencias los padres tienen un papel de mucho peso, aunque no del todo determinante, ya que a su vez ellos dependen de los aspectos fuertes que sus propios padres les han ayudado a desarrollar a lo largo de su crecimiento.

Para formar una personalidad con fortaleza es indispensable que alguien crea en nosotros; que confíe en nuestra habilidad para salir adelante. Que en el hogar haya reglas claras y bien definidas; que, dentro de lo posible, no haya inconsistencias en la educación para que el niño sepa a qué atenerse. La firmeza de los padres es para la formación incipiente de la personalidad, lo mismo que los barandales de un puente ante un abismo. Cuanto más firmes y confiables sean esos barandales, con mayor seguridad nos atreveremos a emprender la riesgosa aventura de vivir.

Aunque la personalidad se forja en edades tempranas, se consolida en la adolescencia y se ejercita en la vida adulta, hay muchos recursos para ayudarla a fortalecerse. El primer paso es tomar conciencia de la propia debilidad y darnos cuenta de que, no importa qué tan fuertes nos consideremos, necesitamos apoyarnos en algo o alguien. Es preciso admitir que cuando nos ocurren cosas dolorosas nuestra personalidad se ve afectada. En ocasiones, cuando nos cuesta trabajo reconocer el dolor psíquico (emocional), el cuerpo lo manifiesta enfermándose, diciéndonos sin palabras que algo ocurre y que debemos poner atención. Aceptar nuestra debilidad no nos hace más débiles; la debilidad consiste en no aceptarla, en negar su existencia en vez de afrontarla.

El simple hecho de encontrar un espacio en el cual exponer nuestras preocupaciones o nuestro dolor, o las inquietudes que suscita el futuro de este hijo especial



resulta un apoyo de gran valor para fortalecer la personalidad. El ser humano siempre se ha agrupado para luchar por los problemas; ya sean aquéllos ocasionados por la crueldad de la naturaleza o por las necesidades que se originan en la debilidad de nuestro ser individual. La posibilidad de compartir, de encontrar que otros están pasando por situaciones similares, la oportunidad de intercambiar experiencias resulta una

ayuda muy apreciable para seguir teniendo fuerzas y continuar por el trayecto que, forzosamente, tenemos que seguir.

Tenemos que aprender a ser cada vez más fuertes para comunicar esta fortaleza a los hijos.

Para ello es necesario colmar los propios huecos de calor y afecto, y aumentar la resistencia, encontrando nuestro reflejo en el dolor de otra persona que sufre. ♦

Por todas estas razones Ararú se ha orientado a la formación de un Grupo de Apoyo para las madres de niños con discapacidad. Con el objeto de que la labor de Ararú incluya, no solamente un centro de información, sino también un lugar para el intercambio de experiencias entre padres con la misma preocupación. Si deseas más información sobre el Grupo de Apoyo Ararú, comunícate al 658•9309 y 658•3257.

*Dra. Anna Rosa Navarro: Licenciada en Psicología por la UDLA; terapeuta de grupo por la Asociación Psicoanalítica Mexicana.
Ilustración: Manolo Soler.*

Te invitamos a formar parte del grupo de Promotores de Ararú en toda la República Mexicana.

Si te interesa difundir y vender nuestra
publicación, comunícate con:

LUPITA BELTRAN

a nuestra nueva dirección:
Comercio y Administración No. 29
Col. Copilco Universidad
México, D.F. C.P. 04360
Tel. 658•9309 y 658•3257

Si vives en el interior de la República
Mexicana y te interesan números anteriores
de Ararú, suscribirte o renovar tu suscripción
haz contacto con Lupita o con nuestros
Promotores en:

CHIHUAHUA

Profra. Olivia Cardoza Torre Molinos No. 8020
Fracc. Country Raquet Club, Ciudad Juárez-Chihuahua
C.P. 32469 Tels. (91-16) 17•40•08 y 17•96•80

TABASCO

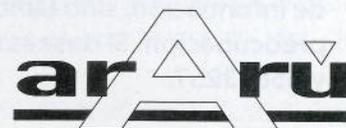
Sr. Gustavo Ramos Tiro No. 212 Fracc. Ciudad Deportiva,
Villahermosa-Tabasco Tel. (91-83) 51•04•84

TIJUANA

Sra. Amelia Iglesias de Fábregas Avenida Virreyes No. 10
Edif. 2 Dpto. 502 Col. Cacho, Tijuana-Baja California
C.P. 22150 Tel. (91-66) 34•69•68

VERACRUZ

Sra. Laura Martínez de Sánchez Circuito Las Aguilas No. 88
Fuentes de las Animas, Xalapa-Veracruz
Tel. (91-28) 12•64•27

The logo for 'Ararú' features the word 'arArú' in a stylized, lowercase font. The 'A' is significantly larger and more prominent than the other letters. The 'r' is smaller and positioned between the two 'A's. The 'Arú' part is in a standard lowercase font. The entire logo is set against a dark background.

¡NO inventes!!!

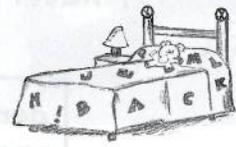
ALIVIANA A TU MAMA



El trabajo de la casa no corresponde sólo a la mamá y tampoco es divertido cuando alguien tiene que hacerlo sólo. Si somos una familia, TODOS DEBEMOS COOPERAR. Para que no se te olvide pégalo en tu refri:



Si dormiste en ella, tiéndela



Si lo usaste, cuélgalo



Si lo tiraste, levántalo



Si comiste en él, lávalo

Si lo abriste, ciérralo

Si lo vaciaste, llénalo

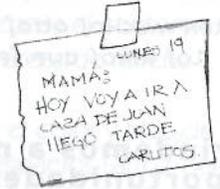


Si suena, contesta



Si tocan, abre

Si vas a llegar tarde, avisa



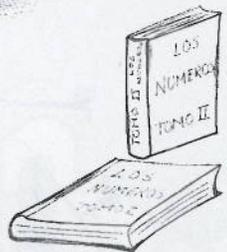
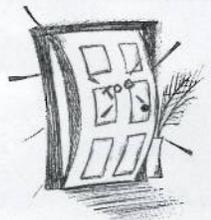
Si maúlla o ladra, dale de comer

Si lo pediste prestado, devuélvelo



Si no te gusta, dílo

Si te gusta, demuéstalo



Ilustraciones: D.G. Magdalena Alvarez.

20 aniversario

1977 - 1997

¡Derechos con las niñas y los niños!

1

derecho a una mejor calidad de vida

Desde el vientre materno, el bebé tiene derecho a una vida sana. Las madres que fuman, beben o consumen drogas, afectan la salud de su hijo.

- cualquier niña o niño, sin importar el color de su piel ni su nivel socioeconómico, tiene derechos fundamentales que debemos cumplir y hacer cumplir.

2

derecho a ser feliz

Para ser felices, las niñas y los niños necesitan cuidados, cariño, atención, apoyo, estímulo, libertad y buenos ejemplos de sus padres.

3

derecho a la seguridad social

Las niñas y los niños tienen el derecho a beneficiarse de la seguridad social para su mejor desarrollo.

4

derecho a la no violencia

Pegarle a un niña o a un niño es una cobardía. Sustituye la violencia y el miedo por cariño y amor. La paz comienza por tu casa.

existen muchos otros derechos que tienen las niñas y los niños que se deben poner en práctica.

●
Brindemos a nuestros pequeños las oportunidades necesarias para que crezcan sanos.



DIF

Las niñas y los niños primero

Hacer Cajas DIVERTIDO es

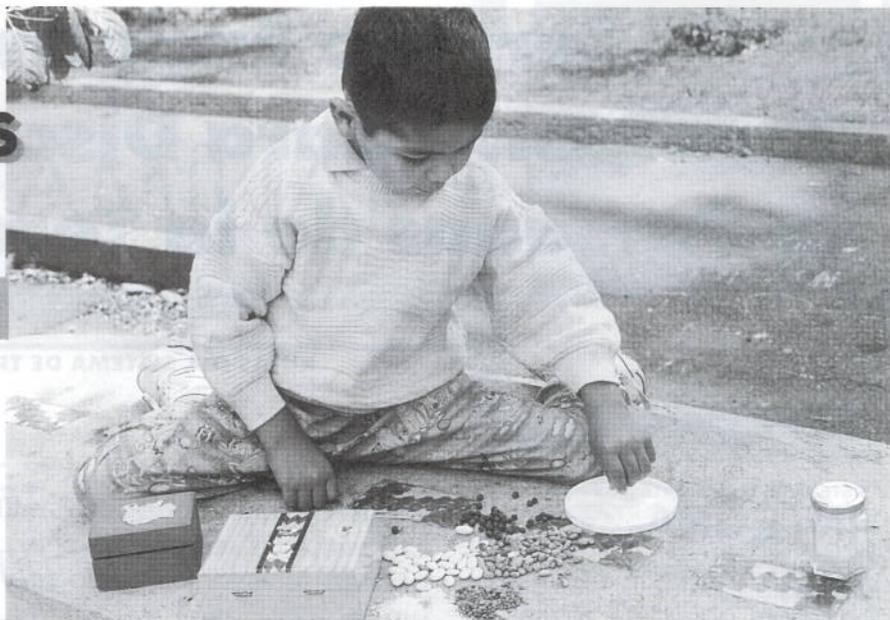
CAJITAS DECORADAS

Si todavía no tienes regalo para darle a tu mamá este 10 de mayo, te sugerimos que te pongas a trabajar en una caja diseñada especialmente para ella.

Sigue las instrucciones de Saúl Efrén Díaz Rivero para hacer un regalo único y con tus propias manos.

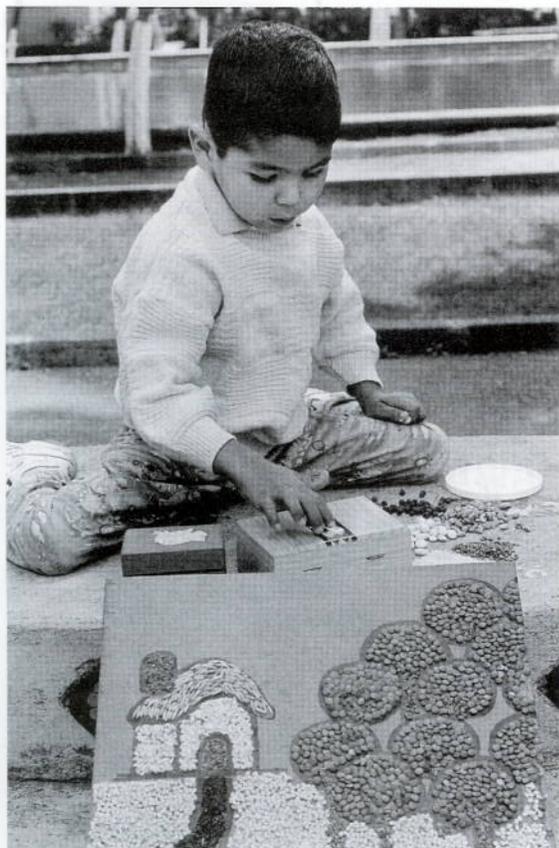
NECESITAS:

Tiempo, paciencia, buen humor y la complicidad de tus hermanos o tus amigos.



MATERIAL:

- Una caja de madera del tamaño que prefieras
- Semillas de cualquier tipo (arroz, lentejas, frijoles, alpiste...)
- La idea para un dibujo o papel carbón para trazar uno
- Pegamento blanco
- Palillos de madera
- Pintura de agua



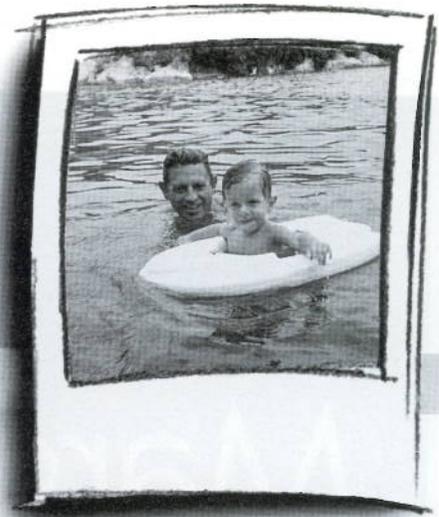
COMO HACERLAS:

- 1 Pídele a tus hermanos o tu amigos que te acompañen a comprar una caja de madera.
- 2 Límpiela muy bien para que no tenga polvo.
- 3 Traza con lápiz el contorno de tu dibujo sobre la tapa, o cálcalo usando el papel carbón. Repasa el contorno con un marcador negro para que las áreas de relleno queden separadas.
- 4 Según el dibujo que escogiste, elige el color y tipo de semilla con el que vas a rellenar los espacios (arroz para las nubes, frijol para un camino empedrado, etcétera).
- 5 Cubre con pegamento blanco pequeñas áreas de tu dibujo y rellénalas con semillas. Si te cuesta trabajo, puedes ayudarte con palillos para ir acomodando las semillas.
- 6 Una vez terminado tu dibujo, puedes pintar el resto de la caja con pintura de agua. ♦

Coordinación e ideas de esta sección: Ana Prieto.
Fotografías: Lourdes Grobet, miembro del SNCA.

ALBUM FAMILIAR

Decoración de interiores



No fue muy difícil escoger mi carrera. Siempre me gustó la Decoración Interior y aprendí a observar las casas y las personas por dentro. Sin obtener mi título, decidí casarme con un campeón quien, además de esquiar, me enseñó un estilo de decoración diferente; muy difícil de lograr pero que dura toda la vida.

Se nos concedieron dos espacios, dos hijos para darnos gusto poniendo en ellos lo mejor que teníamos. Jorge, como papá, les regaló su capacidad de decisión, su disciplina, su fuerza, su deseo de triunfo y los impulsó a ser campeones. Yo me moría de ganas de ejercer mi carrera con ellos.

En noviembre de 1968 comenzamos a decorar nuestra primera

obra. Nació Jorge con una sonrisa como la de un candil enorme, listo para que le colocáramos cualquier cantidad de luces; todas las que quisiéramos. Incluso podíamos invitar a encender una cada día a aquellos que con cariño se acercaban. Los abuelos y los tíos quisieron ser los primeros y trajeron de esas luces que jamás se apagan.

Dos años más tarde recibimos un regalo maravilloso. Ahora sí nuestro equipo estaba completo: llegó Sergio con esos ojos que reflejan el tesoro que lleva dentro. Jorge papá le vio madera de campeón. Yo no daba crédito y vi en él un espacio para lucirme. Jorge, su hermano, descubrió desde entonces en él esas cualidades que hasta hoy admira.

Qué oportunidad tan increíble, cómo disfrutamos trabajando en esta Decoración Interior. Los cuatro recorrimos el mundo recogiendo trofeos y medallas como recompensa a las muchas, muchas horas de entrenamiento.

Esquiando, entrenando un día en marzo de 1988, nos caímos. Aunque fue Jorge quien resultó con la lesión medular, los cuatro tuvimos que recuperarnos poco a poco.

Qué importante resultó esa "Decoración Interior", qué difícil debe ser levantarse y volver a empezar cuando no se tiene nada dentro.

Trabajando como siempre, con la disciplina que el deporte nos ha dejado y apoyándonos mutuamente, conocimos otro mundo, diferente, hermoso, lleno de luces. Jorge regresó al esquí, Sergio nunca lo dejó.

Volvimos por medallas —ahora sentados— agradeciendo a todos aquellos que en momentos de oscuridad encendieron de nuevo nuestro candil.

Como Decoradora puedo firmar mis dos obras con el título que más me gusta:

Soy la mamá de los Font.

Texto: Nany Font.

Fotografías: Cortesía de la Familia Font.



Servicio Exclusivo de Transporte para Discapacitados y Personas de la Tercera Edad

A partir del 3 de marzo, el Gobierno del Distrito Federal pone al servicio de las personas con discapacidad y de la tercera edad, el nuevo servicio especializado y exclusivo:

SISTEMA DE TRANSPORTE **INTEGRA**

El nuevo Sistema de Transporte **INTEGRA** proporciona

- Servicio seguro y cómodo, de 6:00 a 22:00 horas en autobuses y de 7:00 a 22:00 horas en trolebuses.
- Atención de personal capacitado a bordo de las unidades.
- Cupo de hasta ocho sillas de ruedas y alrededor de 25 pasajeros más.
- Autosuficiencia de los usuarios en traslados dentro de la ciudad.
- Enlace con puntos de interés médico, comercial, de negocios, servicios, cultural, histórico y de esparcimiento.
- Conexión con estaciones del Metro y otros medios de transporte.
- Intervalos regulares de paso.
- Señalización adecuada para identificación de autobuses y trolebuses y puntos de ascenso y descenso.
- Tres rutas.

La Villa-Auditorio Nacional
(Por autobús vía Paseo de la Reforma)

La Villa-Estadio Azteca
(Por autobús vía Insurgentes)

Panteón San Lorenzo-CU
(Por trolebús vía Taxqueña)

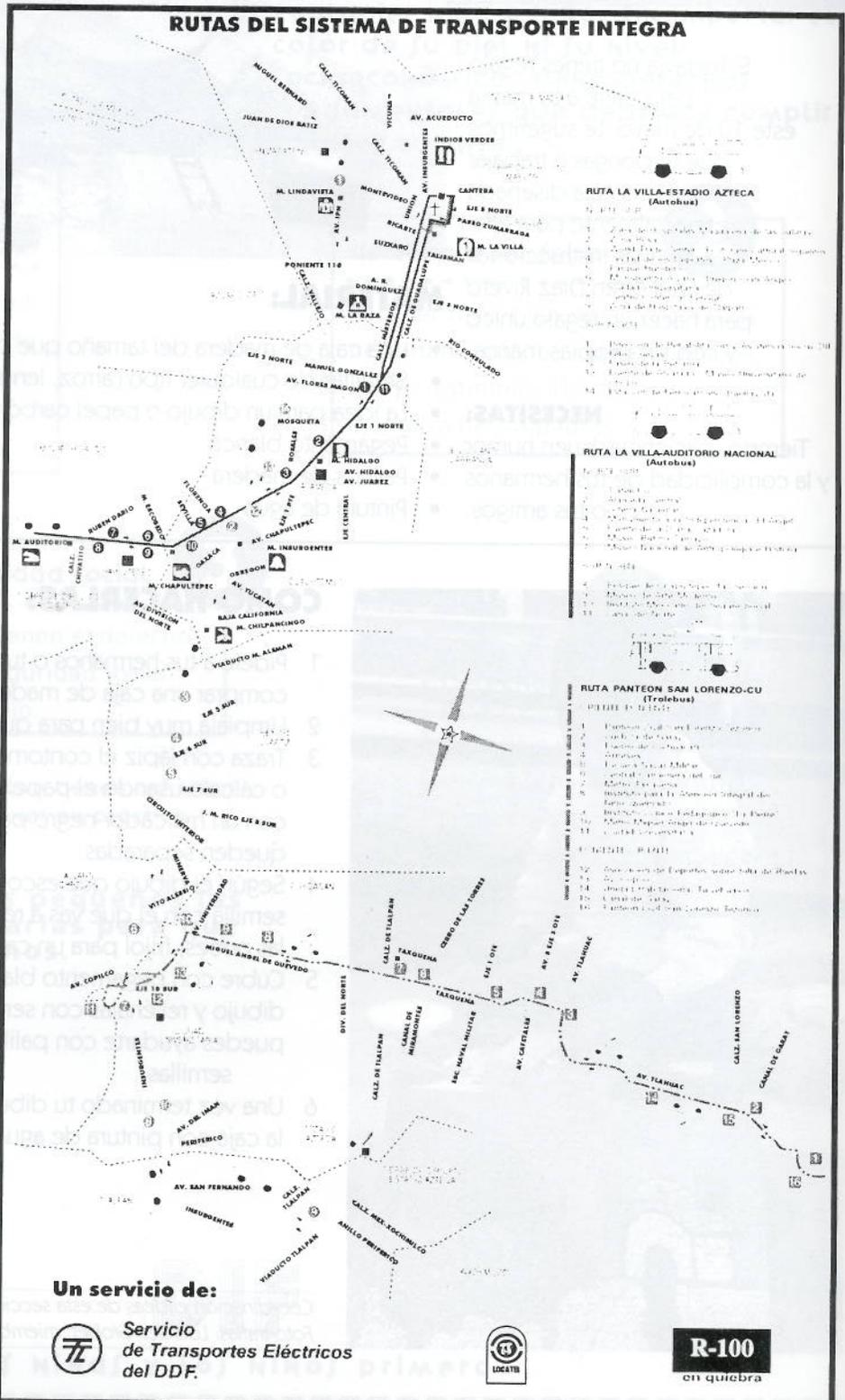
Los autobuses y trolebuses están acondicionados con rampas hidráulicas que permiten al usuario abordar en sillas de ruedas; audio interno y señalización; asideras, botiquín y sirena, entre otros.

INFORMES

Unidad de Comunicación Social y Atención Ciudadana de
AUPR-100 en quiebra
566 59 59

Servicio de Transportes Eléctricos del DDF
539 65 00 ext. 209

LOCATEL
658 11 11



DEPARTAMENTO DEL DISTRITO FEDERAL



Servicio de Transportes Eléctricos del DDF.



R-100
en quiebra

Margarita

RUBEN DARIO

Dedicado a todas las niñas y mujeres valientes
que salen a realizar sus sueños.

Margarita, está linda la mar,
y el viento lleva esencia sutil
de azahar;
yo siento en el alma una alondra
cantar: tu acento.

Margarita, te voy a contar
un cuento.

Este era un rey que tenía
un palacio de diamantes,
una tienda hecha de día
y un rebaño de elefantes,
un kiosco de malaquita,
un gran manto de tisú,
y una gentil princesita,
tan bonita, Margarita,
tan bonita como tú.

Una tarde la princesa
vio una estrella aparecer;
la princesa era traviesa
y la quiso ir a coger.

La quería para hacerla decorar
un prendedor,
con un verso y una perla,
y una pluma y una flor.

Las princesas primorosas
se parecen mucho a ti:
cortan lirios, cortan rosas,
cortan astros. Son así.

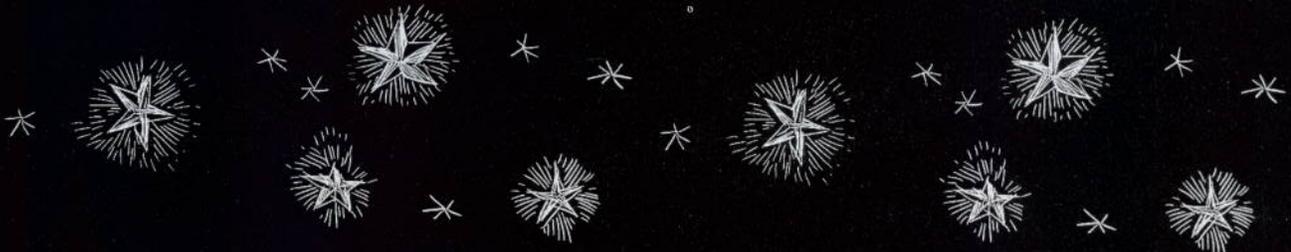
Pues se fue la niña bella,
bajo el cielo y sobre el mar,
a cortar la blanca estrella
que la hacía suspirar.
Y siguió camino arriba,
por la luna y más allá;
mas lo malo es que ella iba
sin permiso del papá.

Cuando estuvo ya de vuelta
de los parques del Señor,
se miraba toda envuelta
en un dulce resplandor.
Y el rey dijo: "¿Qué te has
hecho?"

Te he buscado y no te hallé;
y ¿qué tienes en el pecho,
que encendido se te ve?"

La princesa no mentía.
Y así, dijo la verdad:
"Fui a cortar la estrella mía
a la azul inmensidad".





Y el rey clama: "¿No te he dicho que el azul no hay que tocar? ¡Qué locura! ¡Qué capricho! El Señor se va a enojar".

Y dice ella: "No hubo intento; yo me fui no sé por qué; por las olas y en el viento fui a la estrella y la corté".

Y el papá dice enojado: "Un castigo has de tener: vuelve al cielo, y lo robado, vas ahora a devolver".

La princesa se entristece por su dulce flor de luz, cuando entonces aparece sonriendo el buen Jesús.

Y así dice: "En mis campiñas esa rosa le ofrecí: son mis flores de las niñas que al soñar piensan en mí".

Viste el rey ropas brillantes, y luego hace desfilar cuatrocientos elefantes a la orilla de la mar. La princesita está bella, pues ya tiene el prendedor en que lucen, con la estrella, verso, perla, pluma y flor.

Margarita, está linda la mar, y el viento lleva esencia sutil de azahar: tu aliento.

Ya que lejos de mí vas a estar, guarda, niña, un gentil pensamiento al que un día te quiso contar un cuento. ♦

Ilustraciones: D.G. Jazmín Velasco
MARGARITA
Poema de Rubén Darío
Ediciones Ekaré-Banco del Libro
Venezuela, 1994.

