

arariú

REVISTA
PARA PADRES
CON NECESIDADES
ESPECIALES

número 24

nov'98-enero'99

**INTELIGENCIAS
MÚLTIPLES**
Estrategias para aprender

IDEAS SUELTAS
Trastorno por
Déficit de Atención

EMOCIONES
Pensar con el corazón

DOCUMENTO ESPECIAL
LESION MEDULAR

\$20.00



DIRECTORA

Alicia Molina

COORDINACION GENERAL

Erika de Uslar Alexander

CONSEJO DE REDACCION

Guadalupe Camacho

Ana Cecilia Carvajal

Carmen Cortés

Priscilla Délano

Martha Tostado

COLABORADORES

Laura Bermeo

Dolores Carbonell

Yulia Espín

Regina Ferrari

Ma. Fernanda Navarro Nava

Dora Ma. Ruiz Galindo

Judith Santos

Luz Valencia

CORRECCION DE ESTILO

Ana Cecilia Carvajal

DISEÑO

D.G. Roberto De Uslar A.

PORTADA

Lourdes Grobet

FOTOGRAFIAS

Lourdes Grobet

Verónica Macías

ILUSTRACIONES

D.G. Magdalena Alvarez

D.G. Guadalupe Gómez

Claudia Montoya

Manolo Soler

D.G. Jazmín Velasco

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

CASA AUTREY, SA de CV

División publicaciones

Av. Taxqueña No. 1798 México D.F.

Gerente General

Martha Rovirosa

Promotores

Guadalupe Beltrán

658•9309 y 658•3257

Ararú©, 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 MadIn 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.

Saber Ver

por Laura G. Bermeo



El poder de la observación (reportaje)

8



Emociones

por Psic. Judith Santos

Pensar con el corazón (artículo)

10



Regina

por Regina Ferrari

¡Préstame atención! (testimonio)

12



Ideas Seltas

por Dolores Carbonell Iturburu

Trastorno por Déficit de Atención (reportaje)

13

Inteligencias Múltiples

por Dora Ma. Ruiz Galindo



Estrategias para aprender (artículo)

16



Olé

por Luz Valencia

Un espacio estimulante (reportaje)

24



Un momento

por Carmen Cortés y Guadalupe Camacho

Déjame pensar (entrevista)

26



Jugar

por Yulia Espín

Es cosa seria (reportaje)

30



En las páginas centrales de este número busque el documento especial: **Lesión Medular.**

Editorial **5**

Padres preguntan, Padres responden **6**

Para tu videoteca **29**

Divertido **34**

Para su directorio **35**

“Para ser el que quieres ser tienes que saber quién eres”. Voltaire decía esto hace ya más de tres siglos. Pero ¿dónde y cuándo iniciamos ese largo viaje que nos lleva al encuentro con nosotros mismos? Sabemos que hay dos dimensiones en esa búsqueda, dos vías que deben confluir: el viaje interior que nos pone en contacto con nuestro ser esencial, nuestros sentimientos, y el espejo que construyen las miradas de los otros.

Quizá una de las misiones más importantes como padres es llegar a ser un espejo para que nuestros hijos aprendan a mirarse. Sin embargo, no existen espejos neutros. Nuestra refracción puede ser muy deformante cuando en ella se reflejan, también, nuestras falsas expectativas, nuestras frustraciones, la injusta comparación con los seres perfectos que guardamos en nuestra imaginación.

Cómo llegar a ser un espejo que refleje con amor y realismo lo que cada uno de nuestros hijos es hoy. Quizá una de las estrategias sea abatir nuestros prejuicios, dejar a un lado nuestras fantasías y temores y observarlos amorosamente, con el asombro inaugural de enfrentar algo nuevo, e ir descubriendo en sus reacciones e interacciones con los demás la persona que es, con sus intereses, destrezas y limitaciones, con sus modos y estrategias personales para expresarse, aprender y crecer. Darnos cada día el espacio y el tiempo necesarios para mirarlos. Buscar los caminos y los modos de entrar en contacto y tener un encuentro profundo con ese hijo, no como parte nuestra sino como ese Ser otro, diferente y único.

Las ‘medidas objetivas’ que todos buscamos desesperadamente cuando iniciamos el peregrinaje por un diagnóstico pueden terminar por convertirse, también, en prejuicios. Un I.Q. de 60, 90 ó 140 es algo importante de determinar sólo si de ello se desprende un tratamiento específico pero no cuando *el número* nos impide ver a la persona, cuando *el número* se convierte en una etiqueta que determina cómo se van a recibir sus respuestas y cómo la vamos a tratar.

A veces esa cifra se puede convertir en la hoja que nos impide ver el bosque, valorar sus otras formas de inteligencia y nutrir su autoestima y su vida emocional.

Estamos acostumbrados a pensar que la clasificación numérica es una norma objetiva. Sólo podemos conocer al otro desde nuestra más radical subjetividad, pues sólo desde ahí podemos amarlo. En ese diálogo de subjetividades se construye el espacio de lo objetivo.

No queremos llegar a una objetividad que convierta al otro en un objeto inamovible sino a una que lo acepte en su subjetividad, en su proceso de crecimiento y desarrollo.♦



Ma. Fernanda Navarro Nava

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!

RED DE PADRES

Somos padres de un niño especial, quien a pesar de todos los pronósticos tiene ya varios meses de dar sorpresas a todos los que participamos en su atención. Nuestro niño, Emiliano, fue diagnosticado desde el 7º mes de embarazo con una Holoprosencefalia semilobar (HPE), confirmada con una resonancia magnética al nacer.

Emiliano llegó a nuestra familia el 10 de octubre de 1997. Desde pequeño luchó por su vida: no presentó ningún tipo de malformación, calificaron su caso de 'raro entre los raros', tampoco ha tenido crisis convulsivas ni otro tipo de problemas en su alimentación. En las pruebas neurológicas salió muy bien —tomando en cuenta el problema—; de hecho, los médicos pensaban que no lograría ver, cosa que hace perfectamente. Desde el primer mes de nacido comenzamos una terapia en la cual va muy adelantado; su audición es bastante deficiente pero no se descarta que mejore con ayuda de un auxiliar.

Mi esposa y yo queremos conocer otros padres de hijos con

Holoprosencefalia semilobar, ya sea por carta (Ararú tiene nuestra dirección) o vía correo electrónico: **lobo08@mich1.telmex.net.mx**.

*Fernando y Victoria Villalobos
Morelia, Michoacán*

PARA UNA AMIGA

Tenía tiempo que deseaba escribirles. Me llamo Graciela Castillo de Valencia, tengo dos hijos, el mayor de seis años diagnosticado (aunque todavía me siento un poco escéptica) con Déficit de Atención, y la segunda, Cecilia, de dos años con síndrome de Down.

Ararú me encanta por muchas razones: soy profesora de la carrera de Comunicación en el Tec de Monterrey, Campus Chiapas, y aunque no soy comunicóloga me doy cuenta del trabajo profesional que hay detrás de la revista.

Por otro lado, Ararú me presentó a la Familia Font (antes de conocerlos personalmente).

Además, me ha dado pistas para crecer con mis hijos, me ha recomendado libros, me ha dado oportunidad de asistir a eventos, de conocer opciones, de llorar y de reír, pero sobre todo de reafirmar mi convicción de que cada persona

tiene derecho a ser y que nuestra función como padres es poner a los hijos frente a las oportunidades que les permitan desarrollarse al máximo.

Como mamá con necesidades especiales quiero presentar Ararú a los papás de mi Estado, pues vivo en una zona en la que hay mucho por hacer.

Por otra parte, quisiera que sus lectores me apoyaran en la búsqueda de información. Tengo una amiga que acaba de dar a luz una bebé albina; quisiera saber si hay médicos especialistas, centros o asociaciones para tratar a pequeñitos con esta condición y, quizá, papás que leen Ararú y estén pasando por la misma experiencia.

*Graciela Castillo
Tuxtla Gutiérrez, Chiapas
gcastill@campus.chs.itesm.mx*

DESUNION FAMILIAR

Hace unos meses mis suegros celebraron 50 años de casados. Las actividades de todos giraban alrededor de la fiesta: contratación de músicos, salón, iglesia, comida y, por supuesto, fotógrafo.

Dos días antes del evento recibí una llamada de mi cuñada. Le daba muchísima pena tener que decirme esto pero "la familia" pensaba que

PADRES RESPONDEN

sería mejor que Felipe, mi hijo, no saliera en la foto.

Ante mi sorpresa tuvo que aclararme que mi hijo iba a "desentonar" (Felipe tiene síndrome de Down). Furiosa, le dije que él era tan nieto como los otros nueve y que si no aparecía en la foto, nadie en "mi familia" aparecería y menos, asistiríamos a la fiesta.

Finalmente, mi marido me apoyó y nadie fue a la celebración lo que resultó en un escándalo familiar.

Lo que al principio consideré una reacción justa se ha vuelto contra mí. Al tratar de integrar a Felipe en la familia, sólo he logrado apartarlo; ahora no asistimos ni a las comidas de los domingos o a ningún otro evento familiar.

También me preocupa la relación entre mi esposo y sus padres. Dejaron de hablarse y ellos son una pareja ya mayor. No me gustaría que murieran antes de reconciliarse con mi esposo y con Felipe.

Sin embargo, no estoy dispuesta a pedir disculpas. Creo que son ellos los que nos ofendieron y me gustaría que dieran el primer paso. Sobre todo, lo que busco es que acepten a Felipe como lo que es: parte de la familia. ¿Qué hago?

*Mamá resentida
México, D.F.*

PADRES RESPONDEN

TOXINA BOTULINICA

En el número 23 de Ararú publicamos una carta de Cecilia Lara, mamá de Iván, un joven de 13 años con parálisis cerebral. Cecilia preguntaba acerca del tratamiento con toxina botulínica para reducir la espasticidad.

La toxina botulínica es una proteína elaborada por la bacteria 'clostridium botulinum'. Cuando los alimentos (carne o vegetales) son contaminados por esta bacteria producen, al ingerirlos, una intoxicación llamada botulismo. Recientemente, los investigadores descubrieron que otro efecto de esta toxina consiste en bloquear la transmisión del impulso del nervio al músculo provocando un debilitamiento del mismo.

Si bien los resultados han sido muy prometedores, no lo son para todos los tipos de parálisis cerebral. Los primeros ensayos con Botox —su nombre comercial— comenzaron en 1987 con pacientes con espasticidad. Desde entonces se ha encontrado que mejora el funcionamiento y la apariencia del músculo, el movimiento, la habilidad

para caminar y reduce el dolor. El 70% de los niños tratados con esta toxina responden favorablemente.

Los mejores resultados se han visto en niños de entre dos y ocho años ya que es un periodo de alto crecimiento, y es ideal para reducir la espasticidad y mantener el efecto —que dura de dos a seis meses— con una buena rehabilitación física. La toxina no tiene efecto cuando hay contracturas ya establecidas.

Antes de realizar cualquier tratamiento con la toxina, es necesario realizar una serie de exámenes médicos, entre ellos un electromiograma (EMG) para saber qué músculos están sobreactivados y por qué.

La aplicación de la toxina siempre debe ser supervisada por un médico.

*Dr. Enrique Garrido
APAC, Ciudad de México*

¿Tiene respuestas?

¿Preguntas?

*Escríbanos a Ararú:
Comercio y Admón. No. 29.
Col. Copilco-Universidad,
México D.F. C.P. 04360.*

*Mándenos un fax al
658•9309 y 658•3257*

*o un mail:
revista_araru@hotmail.com*

saber ver

LAURA G.
BERMEO

El poder de la observación

Establecer con el niño una relación profunda de amistad y respeto que nace de la observación cotidiana es el primer paso para facilitar su crecimiento. Aprender a observar exige —a maestros y padres— un proceso de autoconocimiento que nos permita deslindar nuestras expectativas y acercarnos al niño sin prejuicios para que sea él quien nos dé la pauta de sus verdaderas necesidades y capacidades.

“Todos los seres vivos traen consigo una especie de sabiduría que los lleva a desarrollarse de acuerdo con un plan cósmico. Es muy fácil detectarlo en un bebé, pues advertimos cómo empieza a descubrir el mundo y lo va haciendo suyo: maneja su cuerpo, aprende a caminar tras repetidos intentos, corre y brinca, hace suyo el lenguaje después de superar la etapa del balbuceo; lo cual nos dice, claramente, que el niño es un ser en continua evolución sin necesidad de que alguien siempre le enseñe”, afirma Olga Dantus, Directora y Guía en la Casa de los Niños (NAN) y Coordinadora del Centro de Educación Continua para Entrenamiento de Guías Montessori.

“En mi experiencia la escuela Montessori es un espacio preparado con todos aquellos materiales que el niño va a necesitar para su desarrollo personal y social donde los objetos se encuentran al alcance de su mano y puede escoger los que despiertan su interés. Así va descubriendo su lugar en el mundo y desarrollando las habilidades que necesita para conquistarlo”.

El poder de la observación

“La función del educador es detectar los intereses de cada niño, las actividades que le resultan más placenteras,

su potencial y limitaciones, y cómo puede ir cambiando y seleccionando los materiales que le ayudan a su perfeccionamiento individual.

“En el sistema Montessori la base de la relación guía-niño es muy estrecha y nace de una mirada atenta a las necesidades del pequeño. Un guía ve con detenimiento cómo se desenvuelve el niño en un determinado ambiente y debe separar su propia observación de la de los otros. Parte del propio conocimiento, para después conocer a los demás.

El educador puede tener como referencia que un pequeño es desordenado o berrinchudo —porque posiblemente eso es lo que otros han visto en él—; pero el guía se atiene a su propia experiencia y descubre la verdadera naturaleza de la criatura, la que requiere de condiciones especiales para revelarse, la que se desarrolla en determinadas circunstancias. Como educadores establecemos un compromiso con la formación y desarrollo de cada uno de los niños con los que trabajamos.

¡Atención papás!

“Los padres de familia deben aprender a observar a sus hijos de la misma manera que lo hacen los maestros, siguiendo las pautas, consejos o sugerencias que marquen los guías, pero lo más importante es involucrarse en una relación personal profunda con el niño, porque es a través de la intuición que conocemos las necesidades del otro.

“Uno de los elementos más importantes para observar —continúa la maestra Dantus— es desterrar nuestros prejuicios y ver al niño como un ser nuevo a cada

instante; ver al *niño nuevo*, como decía la Dra. María Montessori. Si cada vez que me acerco a él lo veo como un desconocido, le doy la oportunidad de que me muestre facetas de su personalidad que diez minutos antes no había descubierto.

“Esto es especialmente cierto cuando nos relacionamos con un niño con discapacidad, ya que si adoptamos una actitud de superioridad frente a ellos o los encasillamos en una etiqueta —que impone la discapacidad y no el ser humano— les impedimos hacer uso de todas sus facultades y limitamos su relación natural de comunicación con otros chicos. Los adultos debemos concederles, siempre, el beneficio de la duda.

“En una clase Montessori —continúa Olga Dantus— la atención principal se centra en el trabajo del niño; su conducta, el desarrollo de su voluntad y de sus intereses particulares. Además, se observa con detenimiento sus períodos de concentración —largos o cortos—, y sus relaciones interpersonales, debido a que hay niños de diferentes edades en el grupo.

“La dinámica que se da es muy interesante. El trabajo se basa en la cooperación y no en la competencia. Se alcanzan metas de tolerancia y perseverancia con facilidad, porque sólo hay una cosa para cada quien y, si por ejemplo, el pequeño quiere pintar y alguien está



ocupando los colores debe esperar a que los desocupen. Él decide lo que quiere hacer y vive las consecuencias de sus propias decisiones, de manera que trabaja con naturalidad”.

Los padres de familia necesitan involucrarse y armonizar con la cotidianidad de sus hijos; solamente así estarán en condiciones de disfrutar y valorar el desarrollo de sus chiquitines. Vivir en libertad, pero con límites adecuados, mostrará al adulto cómo educar sin sobreproteger y no considerar las actitudes del niño como definitivas dado que, como seres humanos, están en continua evolución. ♦

Ilustración: Manolo Soler

EMOCIONES

JUDITH SANTOS

Pensar con el corazón

A partir de la publicación del libro de Daniel Goleman *La inteligencia emocional*, se han actualizado viejas preocupaciones para los estudiosos de la inteligencia. Después de torturar a la humanidad desde 1905 con la medida y clasificación de las personas a partir de su cociente intelectual (CI), hoy asistimos al redescubrimiento de la Inteligencia Emocional como el factor más importante a considerar en el éxito y la felicidad de los seres humanos.

La inteligencia es la capacidad de responder, de la mejor manera posible, a las demandas de interacción con nuestro medio. En cada respuesta que damos, el cociente intelectual y el emocional se complementan. La forma como actuamos ante las circunstancias que se nos presentan diariamente no depende sólo de nuestra capacidad intelectual sino de nuestros recursos para manejar las emociones que estas situaciones nos provocan.

La Inteligencia Emocional, dice Goleman, implica "habilidades tales como ser capaz de motivarse y persistir ante a las decepciones; controlar la respuesta impulsiva y demorar la gratificación; regular el

humor y evitar que los trastornos disminuyan la capacidad de pensar; mostrar empatía y abrigar esperanzas".

Las emociones tienen el poder de influir en nuestros pensamientos, estados de ánimo, salud y bienestar físico. También pueden generar un descontrol de personalidad que nos lleve a realizar actos destructivos, aun en contra de nosotros mismos.

Por todas estas razones, no cabe duda que algo debemos hacer para desarrollar nuestra propia Inteligencia Emocional y ayudar a nuestros hijos a fortalecer su carácter a través del manejo adecuado de sus emociones.

La Inteligencia Emocional puede estimularse desde la más temprana edad ofreciéndole a nuestro hijo un contexto familiar en el que se sienta seguro para expresar sus sentimientos, y enseñándole a reflexionar antes de actuar.

Para poder apoyar el crecimiento de la Inteligencia Emocional en los niños los adultos —maestros y padres— tenemos que mirarnos primero a nosotros mismos, porque es un hecho que los pequeños aprenden del ejemplo. Si nosotros no hemos aprendido a entrar en contacto con nuestros propios sentimientos, tampoco vamos a poder enseñar a los chicos cómo hacerlo.

Para reconocer sus sentimientos el niño requiere que sus padres lo apoyen avalando las emociones que expresa. Los adultos desarrollamos muchas respuestas negadoras de los sentimientos: "eso no es para llorar", "no es para tanto", etcétera.

Este reconocimiento de los sentimientos del niño no implica aceptar conductas desadaptativas como los berrinches. Nuestro hijo debe aprender a expresarse en un contexto que implica límites que no son una mera restricción, sino un contexto claro que le da seguridad.

Una de las formas de ayudarlo a entrar en contacto con sus sentimientos es hablarle de ellos. Generalmente preguntamos: "¿qué piensas?" en lugar de "¿qué sientes?", respecto a determinadas situaciones. La primera pregunta nos lleva a un proceso racional y la respuesta puede estar muy distante de lo que el niño está sintiendo.

Para darnos cuenta del grado de madurez emocional del niño, los padres debemos volvernos observadores cuidadosos, sobre todo de sus reacciones ante situaciones nuevas. Eso nos da un parámetro. Cómo se siente en la escuela nueva; cómo entabla relación con compañeros que no conoce; cómo reacciona ante los retos. Si la respuesta es de angustia, inseguridad o miedo, el niño nos está diciendo que necesita apoyo para fortalecerse y crecer emocionalmente.

Los estímulos que demos a los niños deben ir enfocados a:

1. Ayudarlo a ir tomando conciencia de sus emociones y reacciones; de sus puntos fuertes y limitaciones; de su lugar en la familia, en el grupo de amigos y de cómo lo perciben los demás. La autoconciencia se desarrolla cuando padres y maestros los ayudamos a confrontar la realidad e iniciar el proceso de conocerse a sí mismos.

Cuando el niño aprende a identificar lo que siente, el siguiente paso es expresarlo sin que sus emociones lo rebasen aumentando así, poco a poco, su autocontrol y capacidad para manejar sus sentimientos sin caer en ansiedad o estrés.

Una fórmula sencilla para introyectar en los pequeños la importancia de asumir el control es lo que en algunas escuelas se conoce como "semáforo emocional". En el momento en que el niño percibe su propio enojo, frustración o irritación, por ejemplo, pone su semáforo en rojo. La maestra entonces se acerca a él, porque sabe que el niño necesita un interlocutor.

Ponen entonces el semáforo en preventiva (amarillo) para detenerse y reflexionar sobre cuál sería la forma más efectiva de expresarse y también de resolver el problema que le está provocando esa emoción. Es una manera de enseñarle a planear estrategias antes de poner el semáforo en verde y actuar.

Este tipo de recursos motivan al chico cuando necesita cambiar. La motivación juega un papel muy importante pues le permite ser tenaz y no desanimarse rápidamente cuando las cosas no salen bien a la primera. Es importante que el niño tenga claros sus objetivos y alguna manera de evaluar sus logros. Los cambios son visibles cuando podemos medirlos, por eso es importante que el niño defina y escriba sus metas.

2. Otro parámetro fundamental del crecimiento emocional es la capacidad de empatía y la habilidad social que el niño va desarrollando.

Empatía es la capacidad de ponerse en los zapatos del otro y percibir lo que siente. Esta capacidad se traduce en la habilidad para tratar a las personas de diferentes ámbitos y edades con las que convive, para sentir alegría y mostrarse cálido y afectuoso con los demás.



Es necesario participar activamente en la vida emocional de nuestros hijos, compartiendo con ellos alegrías, triunfos, tristezas y dándoles un soporte emocional efectivo. Para esto requerimos desarrollar una atención positiva, esto es, poner atención no sólo a las actitudes negativas sino reconocer y elogiar sus conductas positivas, así como los cambios progresivos que el niño va logrando.

También se requiere un tiempo especial para la interacción padre-hijo

que permita desarrollar y compartir con él un marco de valores claro y una disciplina positiva que, respetando su dignidad, le dé la seguridad que necesita.

El desarrollo de la persona debe estar encuadrado en un sistema de valores a partir del cual se construyen relaciones sanas con los demás y que parte de la capacidad que inculcamos en el niño de amar a los demás.

Los valores éticos no son materia de enseñanza-aprendizaje formal, sino vivencias que se comparten desde la primera infancia. El chico aprende cuando ve cómo se relacionan sus papás entre sí, cómo reaccionan frente a las necesidades de los otros, cómo viven los valores que predicán. Son modelos que se introyectan y luego se reflejan en sus actitudes.

3. El otro pilar de la Inteligencia Emocional es la **disciplina**. Los límites claros le dan estructura a la personalidad del niño. Todos los padres, de alguna forma, disciplinamos, pero cuando no lo hacemos de manera positiva podemos dejar profundas heridas emocionales en los niños y lesionar nuestra relación con ellos. Es muy importante aprender a corregir la conducta sin ofender ni denigrar, establecer sanciones y consecuencias racionales, proporcionales a la falta, y ser firmes con las normas establecidas.

Asimismo debemos considerar que, como adultos, tenemos mucho que aprender en lo que a Inteligencia Emocional se refiere. Podemos emprender el camino junto con nuestros niños pues es la experiencia de crecer lo que enriquece profundamente a las personas. ♦

Regina

REGINA
FERRARI

¡Préstame atención!

Cuando niña mi vida en la escuela fue muy desagradable. No comprendía lo que leía y me parecía que las matemáticas eran para que las entendiera un extraterrestre. Cuando la maestra de Quinto Año me pidió que escribiera el número 2543 yo escribí: 2000, 500, 40, 3. Odiaba los rompecabezas y me costaba 'la vida' entender los quebrados: no le veía nada divertido ni útil a partir un pastel en un sin fin de pedazos de igual tamaño, si lo importante era comérselo y ya.

Nunca pude quedarme sentada sin moverme, ni siquiera un ratito. A mis compañeras les molestaba que me moviera constantemente porque "hacía ruido y eso no las dejaba *prestar atención*".

Como nunca había experimentado lo que era eso de 'prestar atención', me preguntaba: "¿a quién se la presto y cómo se presta eso? ¿Sería un material escolar que seguramente había perdido?"

No entendía lo que nos decía la maestra; casi siempre llevaba a la escuela una tarea que no tenía nada que ver con lo que mis compañeros hacían. Me distraía hasta con el vuelo de una mosca.

Por supuesto que me la pasaba castigada, haciendo planas, repitiendo mil veces las tablas de multiplicar para que, al día siguiente, se me olvidaran.

Era muy difícil que me creyeran todos mis olvidos: "¿Qué te pasa? —me decían— ¡No eres tonta para lo que quieres! ¡Si quisieras podrías lograr todo! ¡Eres una floja, no le echas ganas... apúrate!"

Todavía hoy, cuando oigo esas palabras, me retumban los oídos. Por supuesto que **sí** quería sacarme buenas calificaciones, por supuesto que prefería pasar de año



a reprobar. Me gustaba jugar y no pasármela castigada pero... ¿realmente sería yo tonta? Me lo cuestioné muchas veces y me lo creí durante muchos años.

¿Para qué era buena?

Hacía las mejores travesturas, nadie me ganaba a patinar, volé muy lejos con mi imaginación, no me aburría nunca, llevé a cabo planes jamás imaginados por nadie. En las noches

aprovechaba que todo mundo dormía para hacer lo que a mí me gustaba: dibujar; oír música, bailar, cantar, leer historietas, jugar timbiriche, parkasé y gato yo sola (para ensayar y jugar luego con mis amigas y, algunas veces, ganarles).

Me hice muy hábil copiando en los exámenes, inventando acordeones (que, de hecho, me ayudaron para estudiar). Tenía muchas amigas pero me consideraban 'rara', diferente; creo que les caía bien, sobre todo por lo que me atrevía a hacer y ellas no.

Entrar a la secundaria fue una tortura pero también ahí empecé a ver que necesitaba hacer más cosas que los demás; aprendí que 'no entender' no significaba 'ser tonta' sino que necesitaba más tiempo que los demás para llegar a la misma meta.

Aprendí que no soy diferente; soy capaz en muchas cosas que los demás no y podía y puedo hacer muchas cosas bien. Aprendí que 'querer' no significa 'poder', y que yo no podía porque no sabía 'cómo'.

Todavía me pasan mil cosas pero he aprendido a reírme de ellas; no pasa nada, lo vuelvo a intentar y si no sale pues pido ayuda.♦

Ideas Sueeltas

DOLORES
CARBONELL

Trastorno por Déficit de Atención

“No se puede tratar a un niño con Déficit de Atención como si no lo tuviera”; ésta es la primera estrategia que se recomienda para enfrentar una discapacidad de origen neurológico con la que se nace, y con la que es necesario aprender a vivir por siempre...

El Trastorno por Déficit de Atención (TDA) —conocido en inglés como ADD, *Attention Deficit Disorder*— es uno de esos padecimientos que se enmascaran. De hecho, gran parte de sus síntomas podrían confundirse con las actitudes e inquietudes propias de la niñez. Sin embargo, cuando una serie de esos síntomas se presentan juntos y por periodos prolongados de tiempo, es hora de buscar un diagnóstico y encontrar respuestas.

“Los niños con TDA son ‘inteligentes’, sin embargo hay algo que interfiere en su capacidad de atención y concentración que mina su éxito académico, los hace olvidadizos y les lleva a un cambio constante de actividad. Al tiempo que pueden ser brillantes lectores y escritores, paradójicamente pueden ser incapaces de contar del uno al diez...”, asegura Regina Ferrari, Coordinadora de Educación Especial del Centro Educativo Tomás Moro, escuela que cuenta con un Programa de Apoyo Escolar para atender a pequeños con esta discapacidad, y que también ha diseñado un Taller de Alternativas Pedagógicas que funciona por las tardes.

El TDA suele detectarse en la primaria, justo cuando empiezan las tareas y se exigen mayores periodos de atención a los niños. “Ahí —señala Regina— empiezan los olvidos y se manifiesta ese vuelo libre de ideas que distingue a los chicos con Déficit de Atención”. Las ideas vienen y les es difícil elegir cuáles son importantes y cuáles no. De ahí la dificultad para concentrarse aún cuando se tenga toda la intención de hacerlo. Esta suerte de hiperactividad mental los lleva a interrumpir conversaciones por temor a que ‘la idea se les vaya’.

Aunado a lo anterior los problemas para relacionarse con los demás; la impulsividad; la inconsistencia en los actos y la desorganización patológica generan un daño a la autoestima que resulta inevitable en un pequeño que comienza a enfrentar el fracaso de una forma mucho más dura que el promedio de sus compañeros.


Si la mala noticia es que un niño con TDA será un adolescente, un joven, un adulto y un viejo con TDA; la buena es que el asunto puede combatirse y controlarse.

El principio de la solución

Reconocer a tiempo el TDA es el principio de la solución. Cuando un niño sabe que tiene un Déficit de Atención, que hay una explicación a todo lo que le pasa y que además existen formas para resolverlo, su vida cambia radicalmente.

Sin embargo, su diagnóstico no es sencillo. El bajo rendimiento de un alumno puede tener multitud de orígenes. Muchos chicos con TDA son diagnosticados como niños con “problemas de aprendizaje”. Se buscan como causas: una mala escolarización, la presencia de un impedimento físico, distintos grados de discapacidad intelectual, trastornos emocionales, etc. No obstante, la conducta de un niño con TDA no obedece a ninguna de ellas.

“Aun cuando la palabra trastorno implica clínicamente una enfermedad con características especiales —advierte Regina—, en este caso no existe una lista de síntomas que se presenten en forma invariable. De hecho, las conductas que se observan son diversas dependiendo de la edad y severidad del problema. Cada niño con TDA es único y sus síntomas se ven influenciados por su propia personalidad y ambiente. Por si fuera poco, esos síntomas pueden darse un día sí y otro no (un pequeño con problemas de concentración logra, ocasionalmente hacerlo muy bien). Es precisamente esta inconsistencia la que desconcierta al que la padece, a sus padres, amigos y maestros”.



El diagnóstico de TDA exige una visión integral. Comprende—explica Regina— una evaluación psicológica (emocional), una pedagógica (detectar lo que puede o no hacer), una neurológica y, finalmente, la del medio donde el niño se desarrolla.

Hasta ahora los especialistas distinguen dos grupos de personas con TDA: una con gran dificultad para dominar sus periodos de atención; la otra, muestra una tendencia hacia la hiperactividad e impulsividad.

“Es horrible tener Déficit de Atención y que no te lo diagnostiquen —afirma Regina quien tiene, precisamente, TDA—. La frustración es enorme; te sabes inteligente pero no te consideras inteligente, de ahí el problema de autoestima. Por su parte la sociedad te exige una serie de parámetros con los que te es imposible cumplir.”

Combatir una autoestima muy dañada es una de las batallas más importantes y difíciles de librar para quien padece un Déficit de Atención. “A pesar de poseer un coeficiente intelectual promedio o superior —subraya Regina—, tu rendimiento académico se encuentra por debajo de lo esperado y esto, evidentemente, trastorna la autoestima. Quien padece Déficit de Atención se percibe incapaz para realizar adecuadamente lo que se le solicita y que no cumple con las expectativas de sus padres, maestros o amigos”.

Por eso en el momento en que el TDA se manifiesta los peores enemigos pueden ser los padres, porque su reacción natural es corregir, castigar, regañar, gritar, enojarse...

Una vez realizado el diagnóstico, aceptar que nuestro hijo tiene Déficit de Atención es resolver una buena parte del problema. A partir de esa aceptación será posible dirigir todas las baterías a resolver el asunto.

“Cuando un niño que ha experimentado constantes fracasos en muchos frentes descubre que tiene un Déficit de Atención —asegura Regina— se quita un enorme peso de encima. Si hasta ese momento se ha sentido culpable por su ‘incapacidad’ para hacer las cosas bien, de pronto descubre que, ¡guau!, hay algo que explica su conducta y que, por añadidura, hay solución”. Entre las más importantes, está la selección de una escuela con un enfoque más adecuado para enfrentar su problema—como Montessori o aquéllas con sistemas personalizados—, y la adopción y práctica de una serie de medidas especiales.

Aunque podría pensarse lo contrario, la autoestima y el desempeño escolar no se recuperan con estrategias en las que la disciplina férrea es la regla. “Cuanto más duro se trate al niño peores resultados se tendrán. La primera regla, entonces, es la tolerancia con límites que deben quedar muy claros. Se trata, pues, de aprender a aplicar una serie de estrategias de conducta y organización. “Por ejemplo —sugiere la terapeuta—, tener en el cuarto de tareas una lista de los útiles necesarios que el niño deba palomear todos los días como una rutina, para evitar cualquier cosa que lo distraiga de su objetivo: hacer la tarea.

“En la escuela es conveniente que el chavo guarde un estuche que no tenga que traer y llevar cada día, para evitar los clásicos olvidos.”

Así como éstas, existen otras fórmulas:

- Fomentar la práctica de auto-instrucciones verbales para resolver problemas (p.ej. no puedo salir de la casa si no cierro las ventanas y me aseguro de llevar las llaves)

- Usar listas de chequeo en casa y en la escuela (p.ej. antes de salir para la escuela debo asegurarme de llevar, dentro la mochila, mi tarea, los

cuadernos y libros que voy a necesitar hoy, el estuche con mis lápices y dinero para el *lunch*)

- Adoptar rutinas y horarios estructurados y hacerlos por escrito (p. ej. me levanto, me baño, me visto, desayuno, llevo los trastes al fregadero, me lavo los dientes, tomo la mochila, le doy un beso a mis papás y a las 7:30 salgo a esperar el camión de la escuela)

- Cuidar la longitud de las tareas (¡ojo maestros!)

- Desarrollar técnicas de estudio y de responsabilidades diarias (calendarios, hojas de actividades y responsabilidades, codificación por colores, etc.)

En pequeños que presentan TDA con hiperactividad la terapia de neurodesarrollo, combinada con una de naturaleza educativa es, quizá, lo más indicado. Por otra parte si el niño tiene un problema emocional, derivado de una autoestima dañada, entonces requeriremos de un apoyo sicoterapéutico además de una terapia educativa.

Pensar positivamente

Cacha a tu hijo haciendo las cosas bien, no lo caches haciéndolas mal —es la recomendación de Regina—. Y es que los chicos con TDA necesitan que quienes los rodean seamos capaces de descubrir sus capacidades, lo que están haciendo bien; en lugar de fijarse en los puntos negros.

“También en el contexto de lo positivo es importante distinguir los puntos a favor de una persona con TDA. Entre otros su capacidad para centrar su atención de un momento a otro si la actividad lo motiva; su flexibilidad de pensamiento, que le lleva a adoptar nuevas estrategias con facilidad; su capacidad de observación y para percibir más detalles que los demás; su impulsividad, que le conduce a hacer cosas que otra persona no haría.

Esto último lo lleva a atreverse a buscar soluciones creativas, diferentes...

Adolescencia con TDA, batallas por el poder

Si el Déficit de Atención no ha sido diagnosticado en una etapa como la adolescencia, es muy probable que quien lo padece ya se haya echado uno o dos años reprobado en la primaria.

En la secundaria, con maestros diferentes y materias cada 50 minutos, se vive un infierno. Sin la planeación y organización necesarias el adolescente observa, con desesperación, que todo le sale mal y que ya nadie cree en sus olvidos. Comienza entonces una batalla sin cuartel por el poder, por ver quién puede más...

Ese chico —advierte Regina— “vive una vida llena de excusas y fracasará seguramente en uno de los asuntos más importantes para el adolescente: el establecimiento de relaciones y la pertenencia de grupo”.

Por si fuera poco, su manejo del dinero se dificulta terriblemente; en la primera salida se lo gasta todo, porque no planea. Además, es mucho más probable que un chavo así tenga problemas de adicción y alcohol, que se embarace (si es mujer), o que embarace a su pareja (cuando es hombre).

Pero aunque la solución se vislumbra mucho más complicada en esta etapa de la vida del hijo, nunca no es tarde para buscar ayuda, ensayar nuevas estrategias y cambiar las cosas. El TDA nunca puede ser una excusa para que persistan los problemas, debe ser controlado.

Al lado de la ayuda neurológica, terapéutica y pedagógica, Regina recomienda a los padres que “quieran mucho a sus hijos, no se desanimen, destaquen todo su potencial y no los sobreprotejan. Más bien, deben ayudarles a trabajar y a adquirir conciencia de su conducta, porque será en esa medida en la que podrán controlar su propia vida”.

Las señales a tomar en cuenta

De acuerdo con las estadísticas, se calcula que en los Estados Unidos entre un seis y un ocho por ciento de la población padece el Trastorno por Déficit de Atención; en España, Inglaterra y Alemania el promedio es de poco más del 6%. En México, donde no existen investigaciones al respecto, se calcula que dos de cada 25 escolares lo padecen.

Se trata pues de una deficiencia extendida cuyas señales más notables son:

1. PERIODOS CORTOS DE ATENCION
2. IMPULSIVIDAD
3. VUELO LIBRE DE IDEAS
4. DIFICULTAD PARA ORGANIZARSE
5. HIPERACTIVIDAD

Otros síntomas asociados al TDA son: insaciabilidad, inmadurez social, inconsistencia en los actos, inflexibilidad, cambios de humor y disfunción de la memoria. Esta última se caracteriza por la tendencia a llenar la mente con detalles insignificantes. En cambio no se puede recordar la ortografía, el mecanismo de una multiplicación o la tarea para mañana.♦



Inteligencias

DORA MA. RUIZ GALINDO

Estrategias para aprender

Cuando un 'principal' Tzeltal, en los altos de Chiapas, me dijo: "para poder ser un buen maestro se necesita abrir el corazón, los ojos y los oídos", comprendí que los seres humanos aprendemos con todo nuestro ser. Por eso, no basta una sola manera de enseñar; porque no hay sólo una manera de aprender.

¿Qué comprendes y puedes hacer **muy bien**? ¿Cómo llegaste a comprenderlo? y ¿Qué evidencia tienes de que lo haces **bien**? Oí por primera vez estas tres preguntas, bastante simples, en un auditorio de casi 300 personas en la Universidad de Harvard en Estados Unidos. Desde entonces las he compartido con muchos maestros en diferentes ámbitos. Ahí, entre los 300, y cada vez que las planteo, he aprendido cosas nuevas de cómo conocemos los seres humanos y cada vez identifico maneras de comprender que, a lo mejor, nunca había tomado en cuenta como educadora, madre, maestra o terapeuta.

Les invito a preguntarse y a preguntarle a otros lo mismo sin importar cuál sea el objeto de comprensión: un pastel o una fórmula de física. Si nos detenemos a reflexionar parece casi trivial pero si "miramos con el corazón", veremos que las respuestas dan cuenta de una gran variedad de maneras de comprender y expresar aquello que comprendemos.

Si seguimos reflexionando descubriremos que hay maneras de comprender que son clave para nosotros, más significativas que otras y que nos ayudan en el proceso de conocer. Es importante identificarlas, porque estas formas de conocimiento determinan muchas veces nuestros gustos y necesidades.

Algunos pensamos a través de las palabras; otros, de las imágenes; unos más se relacionan con los ritmos, y hay quien piensa a través de las sensaciones corporales y el movimiento.

Casi siempre lo hacemos de más de una manera, pero es un hecho que a algunos les gustan los cuentos o dibujar; unos más prefieren bailar o tararear, mientras otros disfrutan de cuestionar, organizar, meditar y planificar. Casi todos podemos hacer casi todo pero algunos caminos se nos facilitan más que otros; nos gusta más caminar por ellos y no sólo los disfrutamos sino que nos permiten llegar mejor a nuestro destino.

¿Por qué, entonces, se mide y se piensa en la 'inteligencia' de una sola manera? Esta y otras preguntas llevaron al psicólogo norteamericano Howard Gardner—hacia 1983— a desarrollar la teoría de las Inteligencias Múltiples. Para él la inteligencia no es un elemento estático sino la capacidad para resolver problemas o crear productos que sean valiosos en uno o más ambientes culturales.

Se es inteligente cuando se puede comprender y se comprende, cuando se puede poner en práctica lo que se comprende; cuando no sólo se tienen conocimientos y habilidades sino que se utilizan para pensar y actuar de forma creativa y competente en el mundo.

Si bien su mirada, como la de otros, es diferente a la del concepto rígido que se tenía de inteligencia, su gran aportación es la de visualizar que no **hay sólo una manera de comprender**, luego, **no hay sólo una inteligencia**.



“Todos los seres humanos—dice Howard Gardner— somos capaces de conocer el mundo al menos de siete maneras diferentes a las que denomino *Siete Inteligencias Humanas*: Lingüística, Lógico-matemática, Espacial, Físico-kinestésica, Musical, Interpersonal e Intrapersonal”.

Encontrar e identificar la manera de conocer de cada quien es el reto. Aprovechar este conocimiento en el desarrollo de una pedagogía adecuada es la tarea. Como dice el mismo Gardner: “es verdad que el reconocimiento de diferentes maneras de representar y adquirir conocimientos complica las cosas... pero también es un signo de esperanza. No sólo hay más oportunidades de adquirir comprensión si se reconocen y usan muchos puntos de entrada, sino además, se amplía el concepto de comprensión. Y una genuina comprensión surgirá y será más visible para otros, si se tienen diferentes maneras de representar un concepto o habilidad”.

Los educadores que soñamos con ser factor de desarrollo de otros, difícilmente podemos instalarnos en mirar a la inteligencia como algo exclusivamente lingüístico y/o lógico-matemático, que son los caminos desde los que casi todos los sistemas educativos están planteados y llevan al fracaso a muchos niños que tienen maneras distintas de comprender o expresar lo comprendido.

Thomas Armstrong desarrolló un sistema para explicar las Inteligencias Múltiples que puede servir de introducción a esta nueva manera de mirar la inteligencia, lo que sin duda nos plantea retos y esperanzas a los que apostamos a que todo ser humano puede desarrollarse.

Según Armstrong los niños con marcada tendencia **lingüística** piensan en palabras: aman leer, escribir, contar cuentos, recitar y aprender trabalenguas; por tanto necesitan que los acerquemos a los libros, a material para escribir y leer (papel, periódicos) y a actividades donde predomine el diálogo y el debate...

Los chicos con tendencia **lógico-matemática** piensan razonando: aman experimentar, cuestionar, solucionar y calcular, por tanto hay que poner a su disposición materiales para explorar, experimentar, diseñar e investigar.

Aquellos con marcada tendencia **espacial** piensan en imágenes: aman dibujar, visualizar y diseñar, por tanto hay que acercarlos a pinceles y pinturas, videos, cine y museos.

Cuando la tendencia más importante es **físico-kinestésica** los niños piensan a través de las sensaciones corporales: aman bailar, correr, tocar, gesticular. Por eso disfrutan el teatro, el movimiento y el aprendizaje manual.

Los muchachos con orientación **musical** piensan a través de ritmos y melodías: aman cantar, silbar, escuchar, tocar instrumentos. Necesitan estar cerca de la música y el ritmo.

Las personas orientadas hacia la comunicación **interpersonal** piensan a través del intercambio de experiencias con otros: aman dirigir, organizar, ir a fiestas y estar entre la gente, por eso es más fácil que aprendan en un ambiente donde hay juegos, actividades de grupo y trabajo en equipo.

Finalmente, aquéllos cuyo fuerte es la relación **intrapersonal** piensan íntimamente: aman definir sus metas y meditar. Son niños que necesitan tiempo a solas y calma.

La teoría de las Inteligencias Múltiples ha tenido éxito porque avala científicamente algo que muchos maestros y padres saben: las mentes de los niños son muy diferentes unas de otras, tienen fortalezas y debilidades, y es un error pensar que hay una sola inteligencia, desde la cual todos los niños pueden ser comparados.

Tenemos que abrir los ojos y los oídos para que, desde la reflexión de nuestro mirar, podamos descubrir esas fortalezas y debilidades, para crear puntos de entrada diversos y diferentes maneras de expresión.♦

Dora Ma. Ruiz Galindo es licenciada en Psicología por la Universidad Iberoamericana y co-fundadora del Centro Educativo Tanesque, A.C. Ilustración: D.G. Jazmín Velasco



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

Te invitamos un café

Si eres una mamá con necesidades especiales te invitamos a tomar un café el último lunes de cada mes de 10:00 de la mañana a 12:30 del día.



Te esperamos en:
Comercio y Admón. No 29
Col. Copilco Universidad
México, D.F.
658•9309 / 658•3257





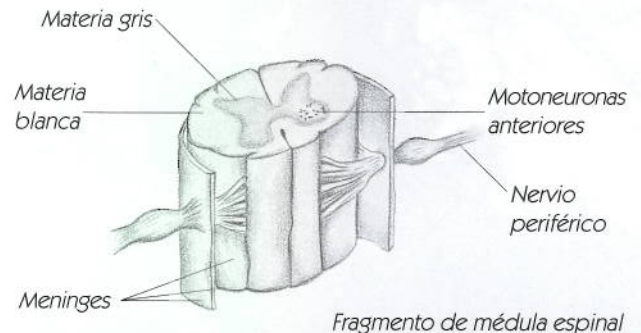
LESION
MEDULAR

¿QUE ES UNA LESION MEDULAR?

La médula espinal es un cordón de tejido nervioso que se extiende desde la base del cerebro hasta la parte baja de la espalda y está recubierta, a su vez, por tres capas llamadas **meninges**. Todas estas formaciones son protegidas por la columna vertebral, la cual está conformada por una serie de huesos mejor conocidos como vértebras.

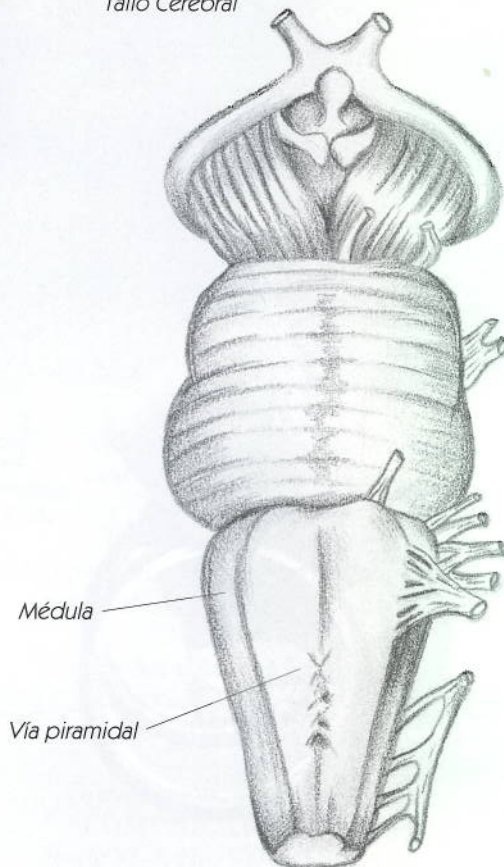
Al igual que el cerebro, la médula espinal está formada por células nerviosas; de ella salen los nervios hacia todo el cuerpo. Es un conducto cuya función principal es la de transmitir los mensajes motores y sensoriales que viajan de y al cerebro.

Si la médula se lesiona —ya sea por un accidente o una malformación congénita como la espina bífida— los mensajes que envía y recibe el cerebro se interrumpen a partir del área dañada, de lo cual resultará la pérdida de sensación y movimiento.



SENSACION Y MOVIMIENTO

Tallo Cerebral



Para que una persona pueda moverse, es necesario que un impulso nervioso lleve la orden desde el cerebro a la médula espinal y se conecte a un nervio periférico que transmita la señal al músculo.

Esta comunicación es de doble vía; los nervios periféricos envían y reciben señales: las **fibras motoras eferentes** llevan las señales del cerebro al músculo para producir el movimiento mientras que las **fibras sensoriales aferentes** llevan los impulsos del músculo al cerebro para indicar la posición de la articulación y el tono muscular del área. Es la interacción entre estos dos tipos de nervios la que nos permite movernos armónicamente.

Para que haya un buen tono muscular debe existir una relación adecuada entre las fibras motoras y sensoriales. Aun en reposo los músculos tienen tono debido a este intercambio de información. En otras palabras el tono depende del sistema nervioso y no del músculo.

La parálisis se da cuando hay una lesión en las fibras motoras del sistema nervioso periférico; los músculos pierden tono y se vuelven flácidos (**hipotónicos**). La falta de movimiento hace que el músculo se encoja y —si la persona no se somete a una terapia de rehabilitación— se atrofia.

El tono muscular se ve alterado también cuando hay una lesión en las vías **piramidal** y **extrapiramidal**, localizadas en el tallo cerebral. Si se trata de la vía piramidal aumentan tanto el tono como los reflejos. Un estiramiento rápido del tendón provoca una serie de movimientos involuntarios (sacudidas) llamados **clonus**. La combinación de estas características se conoce como **espasticidad**. Por el contrario, con una lesión extrapiramidal es posible el movimiento voluntario pero éste se ve exagerado por un patrón de movimientos retorcidos, serpenteados, llamado **coreoatetosis**.

Otra función que se ve alterada con una lesión medular es el control de esfínteres. En los bebés y niños muy pequeños, hacer pipí o popó es un reflejo, es decir, el niño orina o defeca cuando su vejiga e intestino grueso están llenos.

Entre los 18 y los 24 meses, los niños aprenden a controlar este impulso. La corteza cerebral envía mensajes —a través de las fibras nerviosas— a la médula espinal

y de ahí a los músculos intestinales y la vejiga. Cuando se presenta una lesión en tallo cerebral o en médula espinal se pierde esta inhibición y con ella el control voluntario de los esfínteres.

La lesión medular puede ocurrir a cualquier edad, pero la población en mayor riesgo son los jóvenes entre 15 y 24 años. Los accidentes automovilísticos encabezan la lista de causas de una lesión, seguidos por caídas, heridas con puñal o bala y accidentes en la práctica de algún deporte (hay que tener especial cuidado con los clavados en aguas poco profundas).

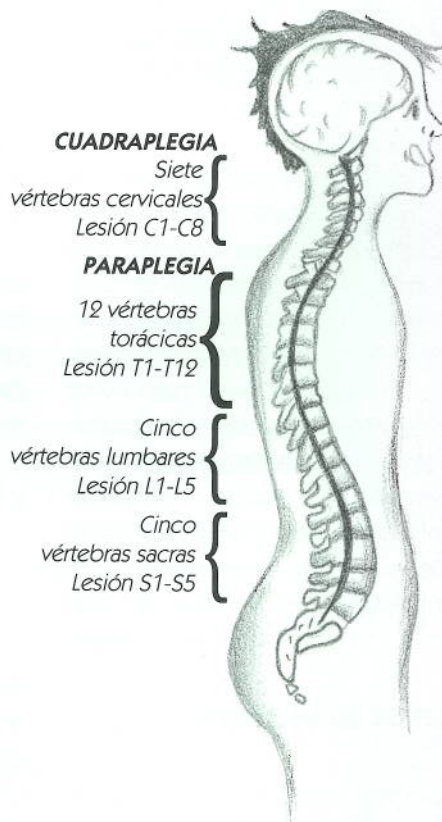
Sin embargo el daño a la médula puede deberse también a una infección viral como la poliomielitis o una bacterial como la meningitis (de ahí la importancia de vacunar a todos los niños contra la polio antes del primer año de edad). En los pequeños, las lesiones por meningitis son irreversibles; para prevenirla, es importante controlar las infecciones y la presencia de fiebres altas.

TIPOS DE LESION

El nivel o altura de la lesión medular en la columna vertebral determina qué partes del cuerpo quedan afectadas puesto que los mensajes que envía el cerebro se interrumpen a la altura de la lesión. Cuanto más alta la herida mayor será el área afectada. De la altura de la lesión depende la pérdida de determinadas sensaciones y movimientos: C1-C8 corresponde a la región cervical (cuello), T1-T12 área torácica (pecho), L1-L5 área lumbar (abdomen y espalda baja) y la lesión más alejada del cuello S1-S5 sacro.

Cuando la parálisis es sólo en piernas, ya sea parcial o total, ésta recibe el nombre de **paraplegia**; si las cuatro extremidades están parcial o completamente paralizadas se le llama **cuadraplegia**.

La pérdida de movimiento está relacionada también con el tipo de daño que sufre la médula espinal y el tallo cerebral. Si la lesión es parcial puede quedar algo de sensibilidad y movimiento; también es factible que esto se recupere poco a poco a lo largo de varios meses de rehabilitación.



RIESGOS Y COMO EVITARLOS

Cuando una persona ha sufrido una lesión medular hay cuatro riesgos que tenemos que evitar:

Escaras o llagas de presión

Cuando una persona está en una sola posición, sin moverse durante mucho tiempo, los vasos sanguíneos se cierran y el oxígeno no puede llegar a la piel lo que provoca lesiones, que sin tratamiento, llegan a costar la vida a la persona.

La primera señal de una escara es una mancha roja u oscura en la piel. Hay que tener mucho cuidado porque las llagas pueden empezar a formarse en la piel y profundizar hasta llegar a hueso o a la inversa, desde el hueso a la piel.

Puesto que ha perdido la sensibilidad, la persona no se da cuenta de la escara hasta que es demasiado tarde. De ahí la importancia de que los muchachos o aquellos que los asisten en su cuidado, aprendan a revisar minuciosamente cada parte del cuerpo y tratar inmediatamente cualquier indicio de escara que aparezca. Lo más práctico para la persona—si su lesión lo permite—es usar un espejo después de bañarse.

Las escaras más frecuentes aparecen en: glúteos, caderas, rodillas, tobillos, dedos gordos de los pies, la parte de atrás de la cabeza, hombros, homóplatos (paletas), codos, coxis y talones.

Para prevenirlas: no permanezca más de dos horas en la misma posición y muévase tanto como pueda para estimular la circulación. Use cojines o asanas (piel de borrego) en la cama o en la silla de ruedas; las sábanas de la cama deben ser suaves, limpias y secas; el baño debe ser diario, seque muy bien la piel y no use cremas, aceites o talco (excepto en manos y pies) para evitar que se resequen; calce zapatos cómodos y holgados.

Es importantísima una buena alimentación para evitar las llagas: coma bien pero no demasiado—recuerde que la falta de movimiento hará que suba de peso si no controla lo que consume—. Prefiera alimentos ricos en proteína, hierro y vitamina C: frutas, verdura de hoja verde, frijoles, lentejas, huevo, pescado, leche y queso.

Infecciones urinarias

La mayor parte de las personas con lesión medular pierden la capacidad para vaciar vejiga e intestino; esto puede conducir a infecciones urinarias peligrosas.

Si la vejiga no se vacía totalmente la persona deberá aprender a usar una sonda para vaciarla mecánicamente y estar pendiente de cualquier alteración de color, olor o consistencia así como la presencia de dolor, fiebre o aumento en la presión arterial. Si cualquiera de estos síntomas se presentan hay que acudir **inmediatamente** al médico.

Para la persona que no controla esfínteres la meta es mantenerse seco y limpio. El método ideal es el que le permite vaciar completamente la vejiga de manera fácil, regular e independiente. Hable con el médico sobre el mejor método para usted.

Incluya en su dieta manzanas y uvas enteras o en jugo para hacer la orina más ácida; esto hace más difícil que proliferen las bacterias. ¡Ojo! Evite los cítricos (naranja o limón) porque hacen la orina menos ácida.

Estreñimiento severo:

Aunque la actividad muscular que controla el intestino se pierde después de una lesión medular, la persona puede aprender a evacuar a las horas del día que más le convienen para no interferir con actividades de su vida cotidiana como la escuela, el trabajo o la recreación.

Un estreñimiento leve puede ser de ayuda pero a veces puede causar problemas serios como la **impacción** (oclusión intestinal) o la **disreflexia** (dolor de cabeza, carne de gallina, sudor constante y presión alta), ambas motivo de emergencia médica.

Para apoyar el buen funcionamiento del intestino pida a su médico que le haga un “programa intestinal”, tome mucha agua, manténgase activo e incluya en su dieta alimentos ricos en fibra (salvado), cereales de grano entero (arroz y trigo integral), fruta, verdura, frijoles y nueces.

Importante: La frecuencia del uso de lavativas y laxantes debe ser supervisada por el médico.

Contracturas

Es necesaria una buena rehabilitación física para que las articulaciones y los músculos trabajen. La falta de movimiento atrofia el cuerpo y facilita la formación de contracturas (encogimiento de los músculos que causa deformidad) sobre todo en codos, pies y manos. Utilice almohadas y cojines para mantener los pies apoyados, los codos derechos y las manos abiertas.

Para una vida independiente, otras habilidades son más importantes que caminar: aprender a vestirse, bañarse, levantarse y acostarse, ir al baño, transportarse...

El tipo de rehabilitación es distinto para cada persona y su tipo de lesión pero lo primordial es contar con un programa que vigile nuestro desarrollo físico y mental. La persona que ha sufrido una lesión medular y su familia pasan por periodos de depresión, rabia y angustia por el futuro; todos estos sentimientos son válidos pero es necesaria también mucha voluntad para superar los retos que la lesión nos presenta y retomar nuestra vida cotidiana.

Sobre todo a los jóvenes les preocupa no poder hacer una vida en pareja después de una lesión

medular. Esto no tiene por qué ser así. Muchas personas se casan y forman familias después de la lesión. Tanto hombres como mujeres pueden aprender a disfrutar plenamente su sexualidad y, si deciden tener hijos, éstos pueden llegar vía un embarazo normal, inseminación artificial o adopción en las parejas donde el hombre no tiene erección o eyaculación.

Tanto la familia como la persona deben trabajar duro para recuperar la "normalidad" en sus vidas: regresar a la escuela y el trabajo; a las actividades recreativas; a la vida familiar y de pareja.

Los amigos son siempre un apoyo. Hacer amistades nuevas con personas que tengan también una lesión medular puede resultar muy importante y enriquecedor.

PREVENCIÓN

Como mencionamos anteriormente la mayor parte de las lesiones medulares pueden evitarse si nos preparamos:

- Todos los niños, todas las vacunas
- Cruza la calle sólo por las esquinas, mira a los dos lados y asegúrate que los conductores te han visto, sobre todo, los choferes de camiones que por la altura tienen poca visibilidad del peatón
- Cuando manejes no tomes, cuando tomes no manejes
- Utiliza **sin excepción** el cinturón de seguridad cuando viajes en la parte de delantera o trasera de un vehículo
- Mide la velocidad y maneja con precaución
- Pónte el casco siempre que uses la bici, la moto, los patines o la patineta
- Evita la violencia y nunca portes armas
- Si practicas algún deporte asegúrate de contar con el entrenamiento adecuado, el equipo necesario y las condiciones de seguridad suficientes.

*Este material es una producción de Ararú© Revista para Padres con Necesidades Especiales con asesoría del neurólogo, Roberto De Leo y el Lic. Jorge Font, Presidente y Director, respectivamente, de Piensa Primero.
Foto: Verónica Macías Ilustraciones: D.G. Magdalena Alvarez.*





Un espacio estimulante

Olé (*Optimal Learning Environment*) por sus siglas en inglés, nació en California, Estados Unidos en la década de los ochenta. Este proyecto de *Ambientes Optimos de Aprendizaje* suma adeptos en nuestro país, donde ha apoyado a estudiantes con y sin discapacidad para aprender a hablar, leer, escribir, y hasta editar sus propios cuentos.

Los doctores Nadeen Ruiz y Richard Figueroa son padres de una niña —hoy adolescente— que perdió el oído a causa de una meningitis. Neurolingüistas de profesión, buscaron ayudarle a conservar sus avances en el lenguaje tanto en inglés como en español. Su búsqueda los llevó a recorrer escuelas bilingües especiales y derivó en un estudio del cual se desprendería el proyecto Olé.

La primera fase de Olé se centró en una revisión de la educación especial. En la siguiente estudió los programas de enseñanza vigentes y las características de los mismos. En la tercera etapa, puso en práctica un modelo encaminado a la creación de ambientes óptimos para el aprendizaje del lenguaje y la alfabetización.

En la cuarta fase el proyecto ya era conocido por más de 150 escuelas del estado de California y se abocaba al entrenamiento de maestros de escuelas regulares.

Regar la semilla

¿Cuál es la explicación del éxito de Olé? El proyecto trabaja a partir de tres ejes fundamentales: centrarse en el niño, ofrecer experiencias auténticas, y construir una comunidad de aprendizaje. A partir de ellos, Olé presenta 12 condiciones indispensables para crear un ambiente óptimo donde los alumnos desarrollen sus habilidades y cultiven su gusto por la lectura y la escritura: dejar elegir a los niños; estimular su participación activa; favorecer las respuestas inmediatas, independientemente

de que sean o no las esperadas por el maestro; trabajar con metas altas, con un propósito auténtico; entre otras.

Inmerso en este ambiente, el alumno puede sacar ventaja de algunas de las estrategias de aprendizaje propuestas por Olé, como la realización de un libro sobre un tema elegido por él mismo. Con apoyo del maestro, el niño reunirá la mayor información posible sobre un tema de su interés, de modo que cuente con los elementos necesarios para contar una historia. La búsqueda pone énfasis, primero, en las ideas, y luego en la forma. El trabajo irá depurandose poco a poco, tratando que las correcciones ortográficas, por ejemplo, se hagan en las etapas más avanzadas del proceso.

El proceso lleva al chico a redactar y escribir su historia, para luego sumergirlo en la ilustración de sus textos y, más adelante, enseñarlo a editar su propio libro. Durante todo este tiempo, el grupo es bombardeado con información relativa a un proyecto que persigue un fin auténtico.

Se crea un ambiente que se contraponen radicalmente a la enseñanza reduccionista en la cual los niños participan pasivamente, son dirigidos por sus maestros —quienes



eligen por ellos— y trabajan a partir de información fragmentada, lo cual reduce la capacidad de comprensión de los alumnos. Un ejemplo de este modelo es la enseñanza de la lecto-escritura a partir de las letras y sílabas (partes) para luego ir al concepto (todo).

El ambiente de motivación que propone Olé ayuda al maestro a sacar partido de la curiosidad natural de quienes viven “dedicados” a descubrir el mundo. Es decir, el profesor estimula las inquietudes de sus alumnos hacia la adquisición de información y el desarrollo de su creatividad; un proceso que también le demandará un intenso trabajo para reaprender una nueva forma de relacionarse y trabajar con los chicos.

Olé en México

Olé se dió a conocer en México en 1995 durante el Primer Congreso sobre Discapacidad. “En esa ocasión conocí a Nadeen y a Richard—recuerda Andrea García, neurolingüista y representante de Olé en México— y más adelante los visité en California donde me invitaron a un taller de entrenamiento”.

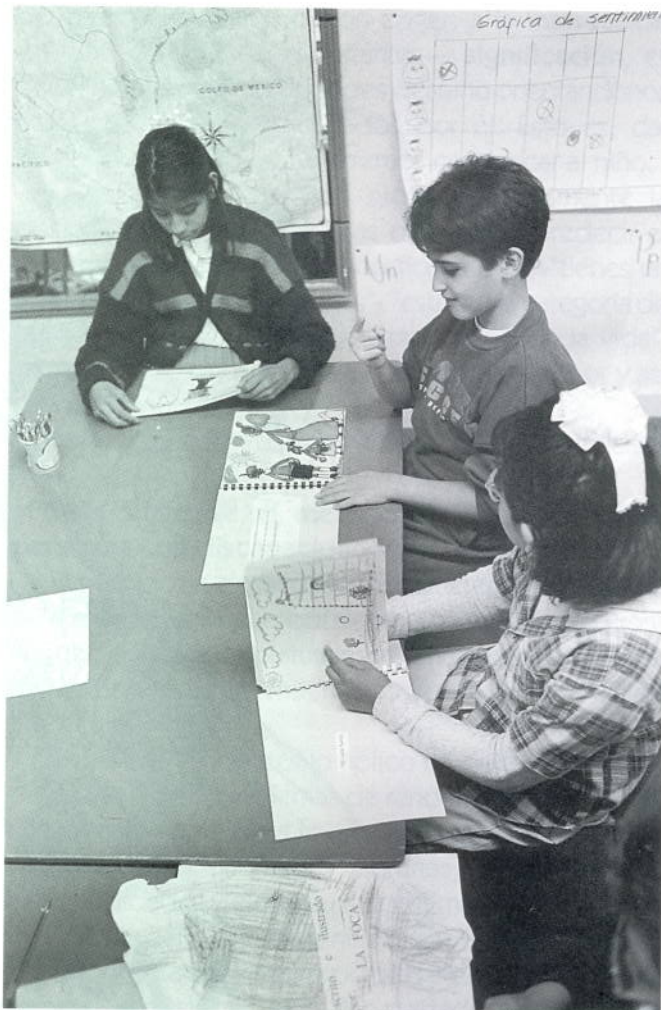
La difusión del proyecto Olé se realiza a partir de dos componentes: los Institutos de Entrenamiento —con una duración de tres o cuatro días—, y las Juntas de Colaboración, realizadas en el sitio de trabajo de los maestros y que reúnen a quienes han asistido, por lo menos, en un Instituto de Entrenamiento Olé.

Impactada con el proyecto Andrea participó en la organización del primer Instituto Olé en nuestro país, que se llevó a cabo en junio de 1996 con la asistencia de 150 maestros de educación especial y regular. Asimismo, aplicó lo aprendido a un grupo de niños con problemas de aprendizaje en el departamento de Foniatría del Hospital Gea González de la Ciudad de México.

Multiplicar los beneficios

En 1996, Mercedes Obregón, terapeuta del lenguaje y Coordinadora del IPPLIAP (Instituto Pedagógico para Problemas del Lenguaje), asistió a un Instituto Olé. “Decidí llevarlo a la práctica de inmediato —relata—. Platicué con la directora y con mis compañeras terapeutas. Las expectativas que ofrecía el proyecto eran prometedoras y contrastaban fuertemente con los avances logrados hasta entonces.

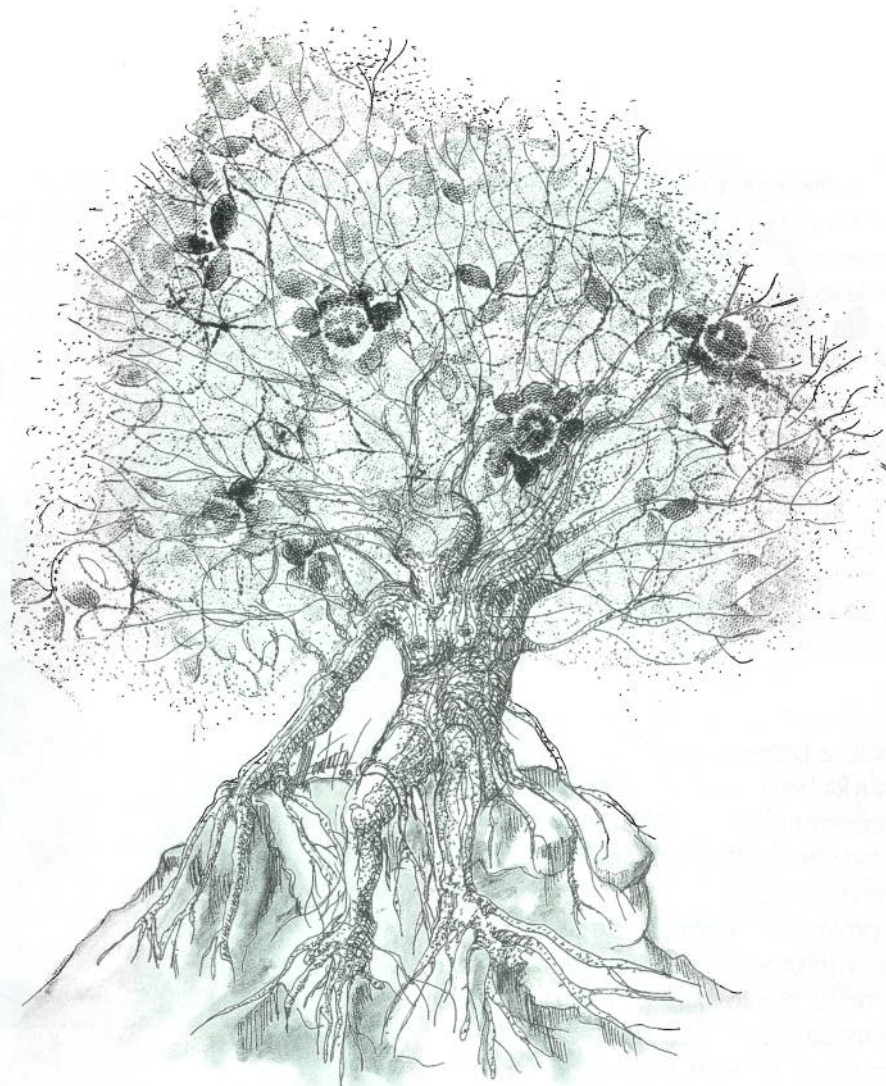
“Hoy, IPPLIAP aplica las estrategias Olé en todos los grupos que atiende. Suprimimos casi por completo las terapias individuales y formamos grupos de acuerdo a los niveles de desarrollo cognitivo de los niños. En la tarde tenemos cinco Talleres de Lectura y cinco de Lenguaje, donde los pequeños conviven, se estimulan y se enriquecen mutuamente... Los resultados han sido sorprendentes”, asegura Mercedes.



Las estrategias de Olé también llegaron a los grupos de niños sordos del IPPLIAP, quienes “han aprendido a leer y escribir muy rápido y aumentado su información y conocimiento del mundo de manera asombrosa. Publican sus libros, ilustraron otro que yo hice; hacen diarios interactivos donde ellos escriben y la maestra responde”.

Pero no sólo los niños ganan con Olé. “Para los maestros —explica Mercedes Obregón— el proyecto presenta retos que obligan al crecimiento permanente, al desarrollo de la creatividad y un profundo sentido de respeto hacia los otros”.

Recientemente la Secretaría de Educación Pública convocó a un Taller de Integración Educativa en Pátzcuaro, Michoacán. Ahí, maestros con puestos de responsabilidad regional se capacitaron en las estrategias Olé. Un esfuerzo que seguramente tendrá efectos multiplicadores en escuelas regulares y especiales de los Estados de la República. ♦



M^{Un} Momento

Déjame pensar

**CARMEN
CORTES
GUADALUPE
CAMACHO**

Josefina Díaz Infante, mejor conocida entre sus alumnas y exalumnas como Madame Paz, es pedagoga y actualmente dirige la secundaria del Colegio Francés. Tiene estudios de posgrado en Desarrollo Intelectual en Israel y Estados Unidos, ha sido discípula de importantes pedagogos como Pierre Fauré —de quien es traductora— y de Luvianska de Lenval, alumna de María Montessori.

Quien conoce la trayectoria de Mme. Paz puede ver en ella un ejemplo viviente del principio rector de la teoría de Reuven Feuerstein: “la inteligencia humana es modificable a cualquier edad, de los cero a los 99 años”.

Feuerstein desarrolló su teoría pedagógica a partir de su trabajo en Israel con niños y adolescentes huérfanos, sobrevivientes del Holocausto, y en Marruecos con pequeños de colonias marginadas.

Platicamos con Mme. Paz para conocer de viva voz la experiencia de una discípula de este pedagogo

rumano-judío, quien tenía como lema la frase que titula esta entrevista: *Un momento, déjame pensar*.

Según Mme. Paz, “lo más estable en el hombre es su capacidad de cambio, de estar siempre abierto a la modificación —decía Feuerstein—. Incluso si se quiere hablar en términos religiosos el concepto de ‘ser creado a imagen de Dios’ implica un dinamismo que no es únicamente un derecho sino un deber para el hombre: desarrollarse, crecer. Este cambio es una característica exclusivamente humana que intentamos englobar en el término: *modificabilidad*”.

El camino a Feuerstein

Cuando el *aggiornamento de la Chiesa*, después del Concilio Vaticano II, varias órdenes religiosas salieron de su ámbito, de su encierro y permitieron a sus congregantes salir al mundo a ‘desempolvarse’ y trabajar con los más necesitados.

“Primero fui a Francia a estudiar Pedagogía y poco después —junto con nueve compañeras religiosas— trabajé en Mejoramiento del Magisterio de la SEP, una dependencia de la Secretaría de Educación Pública encargada del perfeccionamiento de maestros de Educación Básica”, cuenta Madame Paz.

“La Secretaría decidió comisionarme, becada por la Fundación Alberto Merani, al Instituto Hebreo en Israel. Reuven Feuerstein había trabajado ahí desde los años 50 con niños con privaciones culturales; con ellos desarrolló su teoría, método y programa llamado de “enriquecimiento personal”. Años después hizo extensiva su práctica hacia niños con discapacidad intelectual y adolescentes que no podían alcanzar éxito académico”.

¿Cómo defines el concepto ‘privación cultural’?

Según Feuerstein la privación cultural deteriora las funciones cognitivas. Son niños a los que les ha faltado lo que llamamos mediación; es decir la cercanía y el estímulo de padres, amigos, maestros...

Los niños y jóvenes de quienes se ocupó no contaban con las condiciones intelectuales o afectivas para aprovechar y organizar los estímulos. Tenían dificultades para aplicarlos en procesos mentales; eran inseguros y su autoestima baja.

A sus 80 y tantos años Feuerstein sigue convencido de que todos los seres humanos tienen el potencial necesario para desarrollarse, aun aquellos que han sido abandonados o que presentan una discapacidad.

Para Reuven Feuerstein, maestro profundamente religioso, la fe es un motor importante. Es un maestro que se fija más en el proceso que en el resultado. Concibe al individuo como un ser abierto al cambio, susceptible de mejorar siempre y cuando tenga una atención pedagógica adecuada.

En esto difiere de otros psicólogos que evalúan la inteligencia y tienen una concepción estática de la misma. Feuerstein no se limita a describir la lógica de las operaciones mentales sino los aspectos en que pueden mejorar sus capacidades, explica Mme. Paz.

He aplicado este método en jóvenes con lesiones leves y dificultades de aprendizaje. Para ello siempre ha sido necesario trabajar con quienes Feuerstein define como *mediadores*: los padres, hermanos, amigos, maestros o las personas que trabajan en la casa.

Reuven Feuerstein establece varios criterios para que la mediación sea fructífera: **intencionalidad**, porque el acto educativo no es casual, tiene un propósito; **reciprocidad**, ya que el compromiso educativo es tanto del mediador como del niño; **trascendencia** hacia objetivos que rebasen las necesidades actuales

del muchacho y que dieron origen a la **interacción** y —uno de los más importantes— **significación**, es decir, partir de las necesidades del niño orientándonos hacia objetivos muy valorados por él. Esto es, dar sentido y valor a lo que queremos comunicar al niño.

La teoría de Feuerstein niega absolutamente la posibilidad de clasificar a las personas y predecir el desarrollo humano con diagnósticos como: “tienes un nivel intelectual de cinco años”; “estás en la categoría de los ‘retrasados’ y ahí vas a permanecer toda la vida”, o bien “eres un individuo de inteligencia superior y así será siempre”.

Todas las personas tienen la opción de desarrollarse.

¿Puede utilizarse el método de Feuerstein con personas con discapacidad?

El método se desarrolló ampliamente y con mucha profundidad para el crecimiento intelectual de personas con privaciones culturales y se ha hecho extensivo, a menor escala, a muchachos con discapacidad intelectual leve.

En el Colegio Francés lo aplico en chicas de secundaria que tienen problemas de rendimiento escolar. Es un programa paralelo a la currícula regular y sirve para dar más seguridad a las alumnas, desarrollar sus potencialidades y elevar su autoestima.

A través del programa la niña debe entender por qué se ha equivocado en sus respuestas. Nunca le digo a una alumna: “Eso está mal” sino “Pon cuidado. Eres capaz de dar una mejor respuesta”. Lo importante es darle confianza, acompañarla en su proceso. No dejarla sola.

¿Hay relación entre Freire y Feuerstein?

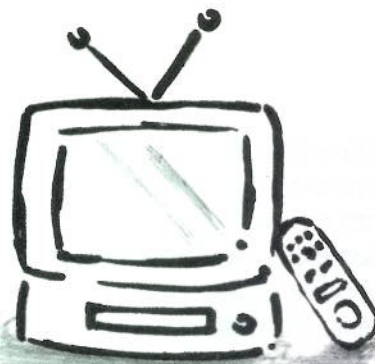
Ambos hablan de la educación como un proceso liberador. Parten de la vida y no de programas establecidos desde fuera por sujetos ajenos al contexto real del pueblo y de la región en la que está insertada la persona a quien vas a “mediar”, a quien vas a facilitar la oportunidad de que crezca por sí mismo.

Feuerstein parte de lo que es familiar, de lo que es significativo para el alumno porque, si le imponemos nuestros significados, el joven no se va a interesar.

Reuven Feuerstein quiere hacer de la educación una *Ciencia Humana*. Ciencia en cuanto que proviene de una teoría validada científicamente, y Humana o Humanizada por su fe en el hombre; confianza basada en su fe religiosa, un factor energético que lo empuja a buscar verdades. El cree en la afirmación del profeta Isaías: “Y saldrá un nuevo retoño del tronco de Yaweh”.♦

Obra gráfica: Claudia Montoya

Para tu Videoteca



Retos y Respuestas II

Retos y Respuestas II es una serie de televisión de 17 programas que son testimonio del trabajo de las personas con discapacidad y de algunas de las instituciones que los apoyan.

El Instituto Latinoamericano de Comunicación Educativa (ILCE), la Secretaría de Educación Pública (SEP) y Canal 22 decidieron que *Retos y Respuestas I* merecía una segunda parte, por el tono y la calidad de producción que Ararú logró en la primera serie de 13 programas que fue transmitida por Televisión Nacional el año pasado.

Todos los que trabajamos en Ararú nos sentimos muy orgullosos de este trabajo y queremos compartirlo con nuestros lectores.

Gracias a cada una de las personas que intervino en la realización de estos programas y a los amigos que generosamente nos prestaron su historia de vida.

Retos y Respuestas II se transmite en el Distrito Federal por Canal 22 y en el interior de la República por Canal 16, todos los sábados a las 13:00 horas ¡No te la pierdas!



Un niño es un niño

(5 de sept.)

Esta es una invitación a la integración social, a partir de la reflexión sobre el hecho de que todos somos diferentes pero todos podemos jugar, aprender, ser amigos y participar.

A pesar del silencio

(12 de sept.)

Los jóvenes sordos, no oralizados, enfrentan serias dificultades en la educación, socialización y capacitación laboral. Algunos de ellos han conseguido trabajar y llevar una vida independiente. En este programa nos dan su testimonio de cómo lo lograron.

El Arca

(19 de sept.)

La comunidad El Arca es una familia especial donde todos tienen un lugar. Un grupo de jóvenes decide convivir con niños con discapacidad abandonados y ofrecerles una verdadera familia. La vida en El Arca tiene efecto en una comunidad cerca de Iztapalapa.

Unidos

(26 de sept.)

Unidos es una organización nacida en Monterrey, donde jóvenes, con y sin discapacidad, se reúnen para compartir toda clase de actividades recreativas. La amistad es el centro y objetivo de este proyecto.

Piña Palmera

(3 de oct.)

Piña Palmera es una comunidad de esperanza, donde jóvenes voluntarios mexicanos y extranjeros dan atención a los habitantes de la sierra de Oaxaca y preparan promotores especializados para la rehabilitación de niños con discapacidad en zonas rurales.

Todos ganan

(10 de oct.)

La integración de los niños con discapacidad a las escuelas regulares es un reto para toda la comunidad: padres, maestros, compañeros y especialistas. En la experiencia de muchas escuelas que han aceptado este desafío, cuando la integración se logra todos salen ganando.



Campeones sin límites

(17 de oct.)

Nadar, jugar fútbol, tenis de mesa o basquetbol son placeres del cuerpo y del espíritu, que fortalecen a quienes participan como personas y como equipo. Quienes tienen una discapacidad encuentran en el deporte una forma de volver a apropiarse de su cuerpo y seguir creciendo; son campeones que no tienen límites.

Y después, es ahora

(24 de oct.)

La experiencia de volver a empezar, cuando una discapacidad adquirida nos obliga a reaprender cada paso y cada palabra, es dolorosa e intensa para quien la vive y para quienes lo acompañan. Francisco Chávez da su testimonio en este programa y nos cuenta su proceso cotidiano de volver a la vida.

El parque

(31 de oct.)

Cada sábado en un parque de la Ciudad de México un grupo numeroso de familias se reúne para hacer un día de campo. Niños, jóvenes y adultos juegan, hacen deporte y se divierten. Son familias con hijos con discapacidad intelectual que reciben el apoyo de jóvenes estudiantes.

De pueblo en pueblo

(7 de nov.)

En una camioneta de APAC todos los días viaja un grupo de especialistas. Su misión es ir *de pueblo en pueblo*, identificando a los niños con discapacidad y

estimulando la organización de las comunidades para darles el apoyo que necesitan.

Seña y Verbo

(14 de nov.)

Las personas sordas aprenden, desde niños, que sus manos, su rostro y su cuerpo son un instrumento de comunicación. Alberto Lomnitz descubrió en ellos actores muy talentosos y fundó la Compañía Teatral *Seña y Verbo*, que ha viajado por México y el mundo difundiendo el arte y la comunicación.

Festejar la vida

(21 de nov.)

La fiesta de cumpleaños de Tavo, Cintia y Aurora es una ocasión de encuentro y regocijo para los integrantes de El Arca. Es la manera de decirles que su vida es importante y valiosa y de sanar las heridas que sufrieron a causa del abandono de sus familias de origen.

En El Arca se aprenden verdades esenciales.

Lugar común de lo diferente.

Viaje interior

(28 de nov.)

Sensibilizar a la comunidad para integrar a la sociedad a las personas con discapacidad exige modificaciones personales profundas, entrar en contacto con nuestras propias limitaciones y hacer un viaje interior al que Carmina Hernández, una artista con discapacidad motora, invita a maestros y padres de familia.



Calidad total

(5 de dic.)

¿Cómo se capacita para el trabajo a un grupo de jóvenes con discapacidad intelectual?

La evaluación de sus capacidades y un trabajo de seguimiento y supervisión muy cuidadoso, les permite llegar a ser trabajadores competentes y responsables, personas útiles que se sienten orgullosas de sus propios logros.

Crecer en la sierra Mixe

(12 de dic.)

La desnutrición es causa importante de discapacidad intelectual en México. En la zona Mixe de Oaxaca una mujer —Sor Marta— está comprometida con cada uno de los 1000 niños a los que da de desayunar todos los días.

Cambiando el milenio

(19 de dic.)

De cómo las computadoras abren posibilidades de comunicación, aprendizaje y trabajo a las personas con discapacidad.

¡Abran cancha!

(26 de dic.)

Un mosaico de propuestas y respuestas. Para abatir las barreras físicas e impulsar la integración y una cultura de aceptación de la diversidad, debemos aprender a convivir con nuestros propios límites para respetar los de los otros.



Jugar

YULIA
ESPIN

Es cosa seria

Aparentemente desplazados por el video y la computadora, pareciera que los cantos de Doña Blanca y las rítmicas palmadas de *Ma-ri-ne-ro-que-se-fue-a-la-mar-y-mar-y-mar...* estuvieran guardados con llave en algún cajón. No es así. El estímulo lúdico es prácticamente invencible y, hasta donde se sabe, no discrimina, lo cual asegura que todos, los niños y nosotros, seguiremos recibiendo sus beneficios.

Diversas teorías han hecho del juego motivo de estudio, aunque esto suene contradictorio. Hay quienes hablan de él como una puerta de salida para la energía biológica excedente en el cuerpo, mientras otros consideran que nos prepara para la vida seria al transmitirnos valores y enseñarnos la forma en que otras generaciones concebían el mundo.

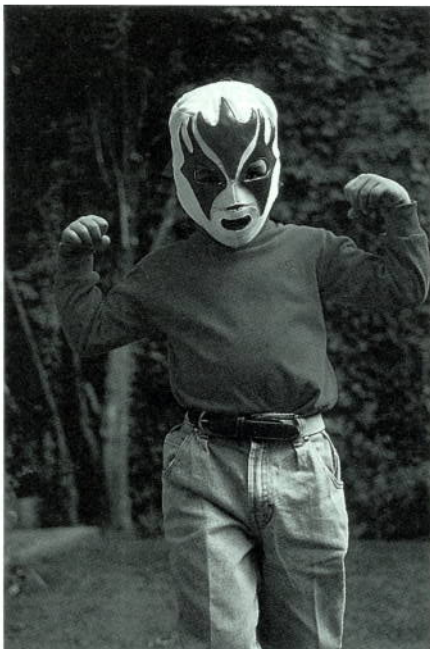
En su libro *Cómo jugar con su hijo*, el autor A. Arnold lo define por oposición: mientras que para el adulto representa un entretenimiento, o una forma de evasión, para el niño es un verdadero trabajo, un medio por el cual recibe nuevas experiencias.

El juego que todos jugamos

Para Luis Machado, coordinador de Estululu (Estudio Lúdico Luichi) el juego es todo eso y más, según expuso

durante el curso-taller *Jugar y dejar jugar* impartido en julio pasado en la Ciudad de México.

Con sede en Uruguay, Estululu reúne a profesionales con más de 20 años de experiencia en juego, recreación, campamentos, educación física y popular, teatro, pantomima, animación juvenil y formación de recursos humanos.



“Podemos hablar de dos grandes tendencias al explicar el concepto de juego, —explica Luis, mejor conocido por Luichi—. Una lo considera una herramienta importante en tanto contribuye al estímulo y desarrollo de otras esferas de actividad; explicación muy vinculada con la corriente socio-pedagógica. Otra lo entiende como elemento esencial y constitutivo del hombre, confiriéndole un valor y un espacio propios.

“Como sea —continúa— todos necesitamos jugar, porque todos tenemos un impulso lúdico que va más allá de nuestras capacidades diferenciadas. Es decir, tenemos habilidades para ciertas cosas y para otras no”. Por eso hay juegos para todos los gustos y todas las posibilidades, de modo que se pueda ser campeón en alguno: de competencia (ajedrez, fútbol), de azar (ruleta, solitario), de simulacro (dramatizaciones), de vértigo (tobogán, montaña rusa), de interacción social (escondidas),



coordinador de Estululu— que los juegos no son neutros. Muchos de ellos están basados en la competencia, enfrentan a los participantes entre sí, exhiben sus habilidades y su falta de destreza. Y sucede que los ganadores, a veces, no son los mejores sino los más tramposos.

Luichi incluye en sus talleres juegos con metas colectivas, en los cuales la participación de todos es la base para el triunfo. “El juego cooperativo —afirma— libera de la competencia, pone énfasis en la participación y disminuye la presión; incluye a todos; tiene reglas flexibles, de modo que puede adaptarse al grupo, a los recursos, al ambiente y al objetivo de la actividad; y elimina las estructuras que requieran agresión”.

Producto de la investigación que lleva a cabo Estululu, esta aportación busca promover los valores de la cooperación, la solidaridad y el trabajo en equipo. “Hay temas que generan polémica entre los participantes de los talleres, como la competencia o la desaparición de los juegos tradicionales. El tema nos interesa y estamos trabajando en el rescate de algunos de ellos, pero no nos oponemos a los nuevos. Hay que reconocer que los juegos de video y de computadora, por ejemplo, han desarrollado habilidades y destrezas en las nuevas generaciones”.

Tradicionales o modernos, sofisticados o sencillos, cibernéticos o artesanales; en ciudades pequeñas o en grandes metrópolis, con los vecinos o con un animador profesional, solos o con ayuda, los juegos reservan sorpresas para quienes se atreven a jugar. ♦

individuales (trompo, la cometa), grupales (las rondas), etcétera.

“El juego nos permite transgredir, probar, equivocarnos y hacer el ridículo —asegura Luichi—. Genera un espacio donde se puede intentar sin temores, donde lo que importa es divertirse, algo que puede aprovecharse al máximo en el caso de personas con necesidades especiales. Un tema que, me parece, generalmente se trata con excesiva seriedad”.

Luichi ha trabajado en Uruguay con pacientes de una clínica de obesidad. A partir de esta experiencia afirma “no es indispensable contar con instrumentos especiales, lo fundamental es cómo presentamos el juego a estos grupos. En este sentido yo hablo de escalones bajos. Es decir, muchas veces las personas no participan en una actividad porque técnicamente les resulta difícil, o porque no encuentran la motivación necesaria, así que entonces llevo el juego a un nivel más accesible”.

Esto puede lograrse al simplificar las órdenes, flexibilizar las reglas, suplir los instrumentos por otros más sencillos, incluir variantes menos complicadas, etcétera.

En este proceso también es importante “darle tiempo al participante para descubrir la mecánica del juego, aun cuando eso demore las cosas, en lugar de querer resolverle la tarea de antemano. A veces él mismo sugiere adaptaciones que facilitan su participación”.

Competir v.s. participar

Ciertamente jugar no siempre produce alegría, sobre todo cuando se pierde o quedamos eliminados en la primera ronda. “Hay que reconocer —comenta el



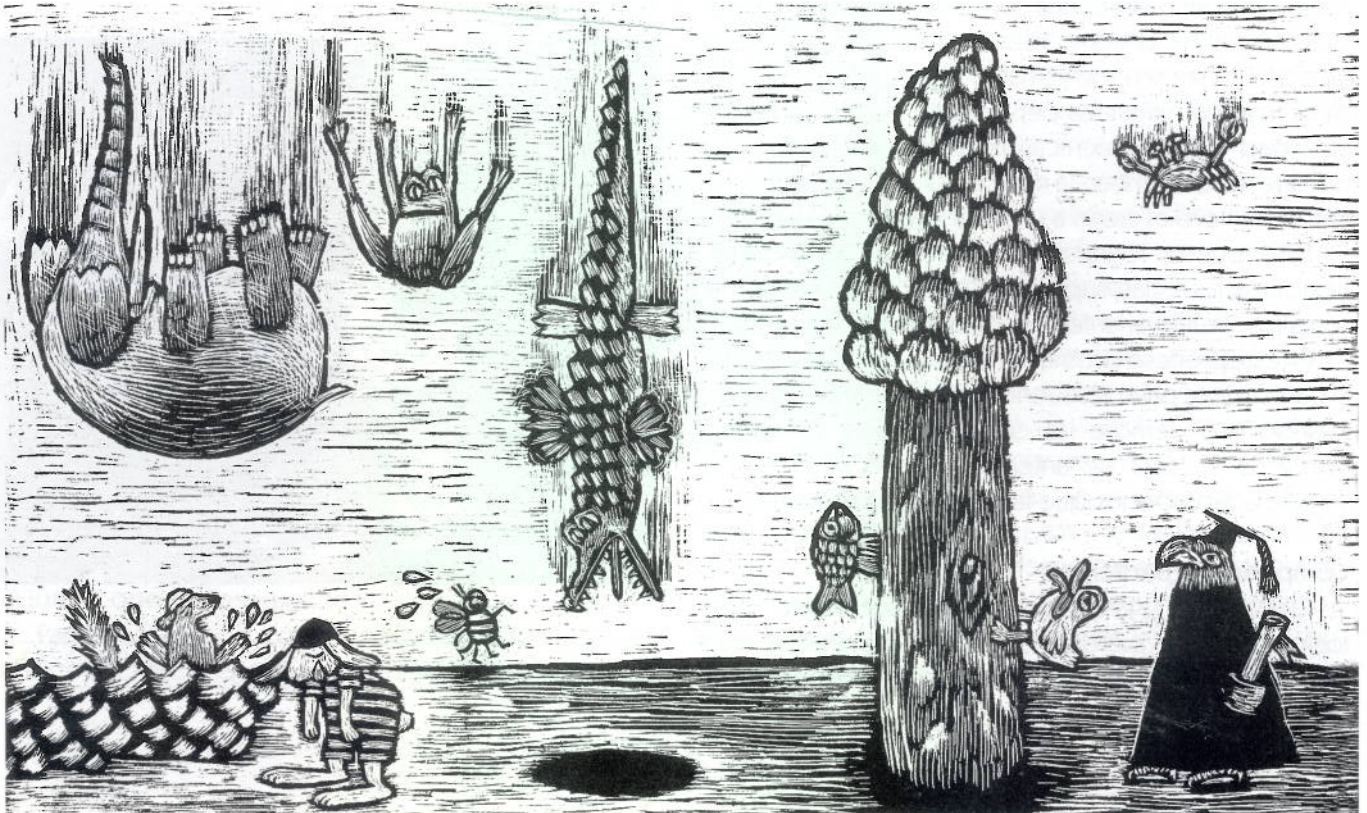
Fotografías: Lourdes Grobet

El Primero de la Clase

Un día los animales decidieron hacer algo para enfrentar el reto de preparar a sus cachorros para el *Nuevo Milenio*, y organizaron una escuela muy moderna. Después de pensarlo mucho adoptaron un currículum de actividades múltiples que consistía en correr, trepar, nadar y volar.

Querían darle a todos los cachorros una educación integral, "polivalente" y democrática así que cada uno debía cubrir la totalidad de las asignaturas de manera obligatoria. Después de una cuidadosa selección de maestros, abrieron la escuela.

El Pato era un estudiante sobresaliente en la asignatura de natación, podría decirse que nadaba aún mejor que su maestro. Obtuvo un suficiente en vuelo, lo que quiere decir que pasó casi de panzaso; pero, en carreras, ahí sí que le fue muy mal. Su maestro lo reprobó en el primer examen y explicó a sus padres: "este jovencito es de lento aprendizaje para las carreras. Tendrá que quedarse en la escuela después de clases y abandonar la natación para practicar la carrera de larga distancia y hacer sus primeros ejercicios de trepar. Le veo realmente muy pocas aptitudes".



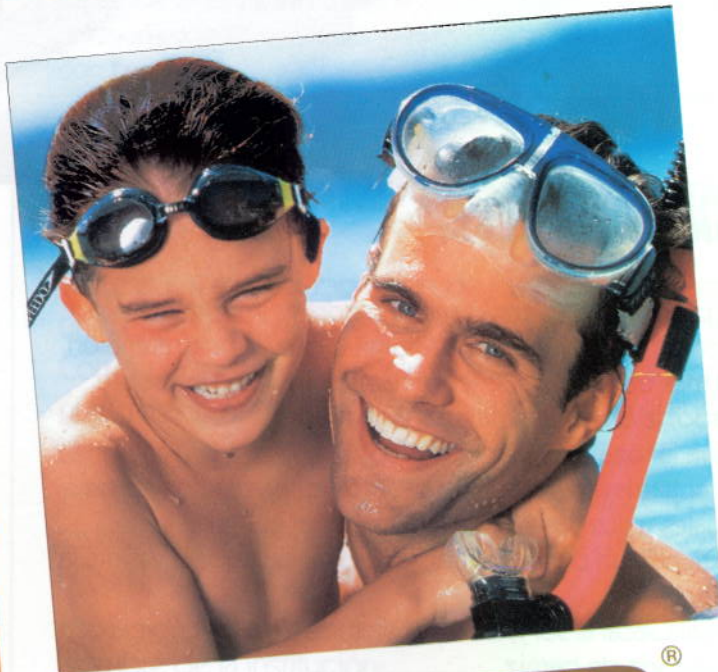
El Pato se esforzó muchísimo, tanto que las membranas de sus patas se fueron desgastando. No consiguió correr ni trepar pero, eso sí, se convirtió en un alumno mediocre en natación y vuelo. Los alumnos mediocres no le interesan a nadie, así que a nadie le preocupó lo sucedido salvo, como es natural, al Pato.

La Liebre comenzó el curso como el alumno más distinguido en carreras pero dos meses después sufrió un grave colapso nervioso por exceso de trabajo en natación. Sus padres tuvieron que sacarlo de la escuela.

La Ardilla era sobresaliente en trepamiento hasta que manifestó un síndrome de frustración en la clase de vuelo, donde su maestro le hacía comenzar desde el suelo en vez de hacerlo, como acostumbraba su familia, desde la copa de un árbol. Además, empezó a tener calambres por exceso de esfuerzo, apenas alcanzó un "suficiente" en trepamiento y lo reprobó en carrera.

El Aguila era un chico problema cuando llegó al salón. Recibió muchos reportes y hasta un cero en conducta, pues se empeñaba en hacer las cosas a su modo. Por ejemplo, en el curso de trepamiento superaba a todos los demás en el ejercicio de subir hasta la copa de un árbol, pero se obstinaba en hacerlo a su manera. Fue un alumno muy rebelde; sin embargo, al terminar el año escolar el trabajo de sus maestros había logrado frutos: ya no era un Aguila cualquiera, ahora podía nadar de manera sobresaliente, correr y trepar un poquito —aunque ahora volaba bajito y distancias muy cortas—. Gracias a su esfuerzo y a los nuevos métodos de enseñanza, ganó el promedio superior del grupo y la medalla al mejor alumno.

Ilustración: D.G. Jazmín Velasco



VTP[®]

**¿Quién dijo
que a los niños
no les gusta
bañarse?**

Consulta a tu agente de viajes o llama al: **448 88 71 o 01(800) 50 220 00**



MEXICANA

Hacer pisapapeles es divertido

Piedras pintadas

Lo único malo de dejar las ventanas abiertas es que el viento revuelve todo lo que esta a su paso, sobre todo los papeles que dejamos sobre el escritorio.

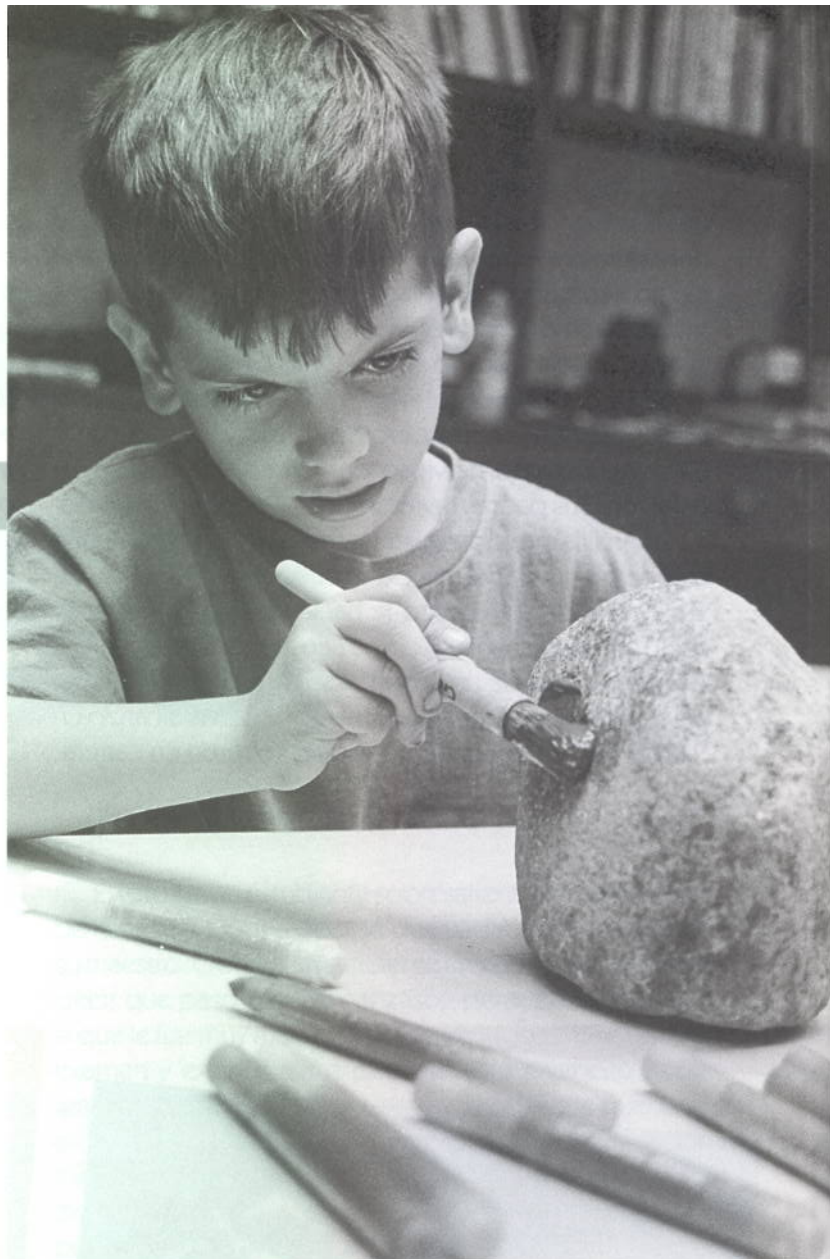
La solución: un pisapapeles que puedes hacer tú mismo siguiendo las instrucciones de Valente Viveros Alvarez:

NECESITAS:

Tiempo, paciencia, buen humor y toda la voluntad para encontrar "una roca perfecta".

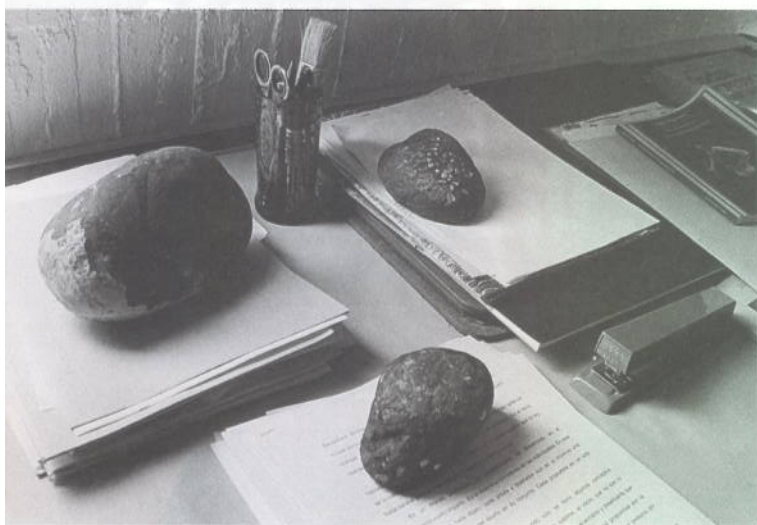
MATERIAL:

- Una piedra de río
- Pinturas de agua o acrílicas
- Barniz (si vas a utilizar pinturas de agua)
- Pinceles
- Periódico



COMO HACERLAS:

1. El proceso de selección de la piedra es importante. No te conformes con cualquiera; elige la que llame tu atención, la más bonita, la que tenga formas interesantes; sobre todo, la que merezca estar en tu casa
2. Lava la roca y déjala secar al sol
3. Mientras lavas la piedra piensa cómo se vería con colores; cuáles utilizarías y cuántos, ¿debe tener figuras?...
4. Extiende un periódico sobre tu lugar de trabajo y pinta la piedra
5. Déjala secar al sol y, si usaste pinturas de agua cúbrela con una capa de barniz
6. Coloca la piedra sobre los papeles y deja que sopla el viento.



Fotografías: Lourdes Grobet

Idea y coordinación de esta sección: Ana Prieto



PARA SU DIRECTORIO

En esta página ponemos a su disposición nuestro Directorio.

En éste número le ofrecemos los datos de algunas instituciones que trabajan con niños, jóvenes y adultos con **Lesión Medular**.

PIENSA PRIMERO

Hospital ABC: Sur 138 No. 116 (esquina Av. Observatorio) Col. Américas Tacubaya, México D.F. C.P. 01120. Tel. 230•8000 ext. 8018.

INSTITUTO NACIONAL DE NEUROLOGIA

Insurgentes Sur No. 3867 Col. La Fama, México D.F. C.P. 14269. Tel. 606•5822.

INSTITUTO NACIONAL DE ORTOPEDIA

Av. Othón de Mendiozabal No. 195 Col. Zacatenco, México D.F. C.P. 07360. Tel. 586•7558 y 586•0300.

HOSPITAL SHRINERS

Suchil No. 152 Col. El Rosario-Coyoacán, México D.F. C.P. 04380. Tel. 618•1120.

HOSPITAL INFANTIL DE MEXICO

Dr. Márquez No. 162 Col. Doctores, México D.F. C.P. 06720. Tel. 228•9917.

INSTITUTO NACIONAL DE MEDICINA Y REHABILITACION

Mariano Escobedo No. 150-PB Col. Ahahuac, México D.F. C.P. 11320. Tel. 250•7378.

CENTRO DE REHABILITACION "ZAPATA" DEL DIF

Emiliano Zapata No. 300 Col. Portales, México D.F. C.P. 03300. Tel. 629•2376.

OFICINA DE APOYO A PERSONAS CON DISCAPACIDAD DEL DIF

Emiliano Zapata No. 340-1er. piso Col. Santa Cruz Atoyac, México D.F. C.P. 03100. Tel. 601•2222 ext. 2056 y 629•2300.

ASOCIACION DE MEDICOS ORTOPEDISTAS, REHABILITADORES Y OTROS EN SOLIDARIDAD ASISTENCIAL

Torre Médica: Insurgentes Nte. Río Blanco esquina Real del Monte (entre la estación del Metro Basílica y Potrero) México D.F. Tel. 577•4609.

Para informar tenemos que estar bien informados

Necesitamos la colaboración de los padres de familia del Distrito Federal y área Metropolitana para integrar un mejor directorio que nos de SERVICIO A TODOS.

Como padres, cada uno de nosotros hemos recorrido muchos lugares en busca de la mejor atención para nuestros hijos. NUESTRA EXPERIENCIA ES VALIOSA por eso solicitamos su colaboración para encontrar: escuelas especiales —públicas y privadas—, escuelas regulares que integran niños con discapacidad, centros de estimulación temprana, terapias de rehabilitación de todo tipo, lugares de recreación y deporte, residencias o internados, en fin, todos los recursos y alternativas que hemos ido encontrando para nuestros hijos.

Nombre de la institución: _____

Calle _____ No. _____ Col. _____

Delegación: _____ C.P. _____

Teléfono: _____ Fax _____

E-mail: _____

Puede fotocopiar esta ficha las veces que considere necesario. Una vez llenas le agradeceremos nos las haga llegar via fax al 658•3257 ó 658•9309 o por correo a nuestras oficinas de redacción ubicadas en Comercio y Admón No. 29 Col. Copilco Universidad, México D.F. C.P. 04360. **¡MIL GRACIAS!**