

Hablemos ACERCA DE...

La espina bífida y los problemas de aprendizaje en el hogar

La espina bífida puede causar que su hijo tenga problemas de aprendizaje en el hogar y en la escuela. Usted puede ayudar a su hijo mediante la adaptación de juegos y actividades de aprendizaje en el hogar. A continuación se describen algunas opciones.

¿Cómo puedo ayudar a mejorar las habilidades (destrezas) visoespaciales y visomotrices de mi hijo?

(Consulte el folleto *Hablemos acerca de...*

Los problemas de aprendizaje, que explica las habilidades visoespaciales y visomotrices).

- Haga que su hijo participe en actividades como un LEGO®, bloques de construcción, rompecabezas, colorear, pintar, recortar, pegar, hacer moldeado con arcilla, correspondencia de formas, laberintos, búsqueda de palabras, juegos de correspondencia visual y de ubicación de figuras escondidas.
- Ayude a su hijo en edad preescolar a aprender ideas relacionales básicas como arriba/abajo, adentro/afuera, superior/inferior e izquierda/derecha. Empiece a enseñarle estos conceptos utilizando objetos concretos (como bloques y juguetes).
- Mejore la percepción del espacio de su hijo a través de actividades como rodar, girar y hacer piruetas.

¿Cómo puedo mejorar la comprensión verbal y de lectura de mi hijo?

- Dedique tiempo todos los días a leerle y haga que su hijo lea para usted. Háblele acerca del

relato y hágale preguntas. Ayúdele a prestar atención a los detalles del relato señalando oraciones temáticas, palabras clave y hechos interesantes.

- Si su hijo es mayor, pídale que lea preguntas acerca de un relato o capítulo antes de leer el texto.
- Haga que su hijo actúe el relato.
- Asegúrese de darle explicaciones o instrucciones breves.
- Pídale a su hijo que repita lo que usted le dijo.

¿Cómo puedo ayudar a mi hijo a prestar atención?

- Si su hijo tiene dificultad para prestar atención en la escuela, llévelo con el pediatra, psiquiatra infantil o psicólogo.
- Pídale a su hijo que lo mire a usted antes de darle instrucciones.
- Dele instrucciones breves y haga que su hijo las repita.
- Divida las tareas en partes pequeñas y dele una a la vez. Aumente gradualmente la cantidad de partes dadas.
- Fije objetivos en los que su hijo obtenga una recompensa al concluir una tarea o por prestar atención por un período de tiempo determinado. Aumente gradualmente la meta a medida que sea capaz de hacer más cosas. Por ejemplo, al principio puede recompensarlo por prestar atención durante 5 minutos. Cuando

alcance este objetivo, puede aumentar el tiempo a 7 minutos, 10 minutos y así sucesivamente. No cambie la meta hasta que su hijo alcance constantemente la original.

- Dele a su hijo un lugar donde no haya distracciones para que haga las tareas escolares.

¿Cómo puedo ayudar a que mi hijo mejore sus habilidades de memoria?

- Identifique la manera con la que su hijo recuerda mejor las cosas. Un psicólogo puede ayudarlo con esta tarea. Ayude a su hijo a usar sus mejores habilidades de memoria. Por ejemplo, un niño con buena memoria visual puede imaginarse un relato mientras éste es leído.
- Emplee juegos de memoria.
- Enséñele a su hijo a utilizar recordatorios como notas, imágenes, alarmas y calendarios para recordar la información. Ayude a su hijo a tener presentes las tareas importantes mediante el uso de alarmas o cronómetros.

¿Cómo puedo ayudar a que mi hijo mejore sus habilidades de organización?

- Ayude a su hijo a establecer un sistema para organizar sus pertenencias. Al principio deberá recordarle a su hijo que utilice el sistema hasta que se convierta en un hábito.
- Ayude a su hijo a establecer rutinas diarias y semanales para las tareas, como acomodar su mochila en el mismo lugar todos los días.
- Anime a su hijo a pensar en los elementos que son necesarios antes de comenzar una actividad. Haga que reúna estos artículos con anticipación. Diseñe listas de comprobación para utilizarlas en actividades repetitivas; por ejemplo, las cosas que necesita llevar a la escuela o para dormir en casa de uno de sus amigos.

¿Cómo puedo ayudar a que mi hijo desarrolle mejores habilidades de resolución de problemas y razonamiento?

- Motive a su hijo para que solucione problemas por sí mismo. Enséñele los siguientes pasos para solucionar un problema:
 - Identificar el problema.
 - Enumerar todas las soluciones posibles.
 - Enumerar los resultados posibles de cada solución.
 - Elegir la mejor estrategia para solucionar el problema.
- Haga que su hijo piense acerca de las relaciones de causa y efecto, o que realice deducciones cuando le esté leyendo un cuento (por ejemplo, si ve humo, ayúdele a entender que puede deberse a un incendio).

¿Cómo puedo ayudar a mi hijo a desarrollar buenas habilidades sociales?

- Hágale comentarios simples y específicos en situaciones sociales para enseñarle sobre las señales para saber cómo actuar. Sea amable y positivo. Por ejemplo, puede decirle: Es muy bueno que te lleves bien con Mandy y que quieras estar cerca de ella, pero a veces a los otros niños no les gusta que los tomes del brazo todo el tiempo. ¿Viste que Mandy se alejó de ti cuando le agarraste el brazo? . No le dé demasiada información porque sentirá que lo está criticando. Además, el exceso de información provocará que se le dificulte pensar y actuar al respecto.
- Considere inscribir a su hijo en un grupo de orientación en habilidades sociales, ya sea en la comunidad o en la escuela. Es probable que estos grupos estén disponibles en las agencias locales, como los centros de salud mental o los centros

de orientación para pacientes externos que ofrecen servicios de salud mental para niños.

Para obtener más información, consulte los siguientes folletos:

- *Hablemos acerca de... La espina bífida y los programas educativos*
- *Hablemos acerca de... La espina bífida y los planes 504*
- *Hablemos acerca de... Los problemas de aprendizaje*