



Guía de atención temprana para familias:

Todo lo que debes saber y hacer para acompañar a tu peque



MACARENA HUMANES MONTERO

Pequeña introducción...

Esta guía se elabora con el propósito de ayudar a las familias que están empezando en este camino o, a pesar de llevar años en él, no han podido encontrar a nadie que les diga cómo ayudar desde casa a sus hijos.

Sentimientos de no saber si se están haciendo las cosas bien o si se está haciendo todo lo que se puede aparecen, especialmente cuando se observa estancamiento en algún momento o si los avances son muy lentos.

Mi objetivo, por tanto, será proporcionarte toda la información que poseo gracias a mi experiencia (personal y profesional) para que podáis usarla a favor de vuestro peque.

Contenido



Tiempos

Edad para el aprendizaje y terapias



Qué tienes que trabajar

Básico para estimular e impulsar a tu peque



Cómo trabajar

Consejos



Juegos importantes

Mis imprescindibles



Las terapias

Información que deberías conocer



¿Qué más se puede hacer?

Estimulación ambiental y medicación



Elección del cole

Por si necesitas ayuda con esta importante decisión



Lo que sirve y lo que no

(Para el día a día)

Tiempos

Así tu peque tenga 15 meses o 6 años (o más), si necesita atención temprana por sospecha o diagnóstico (TEA, TDL, TDAH...) **la constancia de trabajo es clave.**

Lo sé, suena fuerte, pero es lo que les toca “trabajar”, eso sí, mediante el juego. Si las sesiones en terapia están bien diseñadas, los peques no tienen por qué percibir que realmente están trabajando objetivos a conseguir.

Volviendo a lo que te decía, la constancia en el trabajo debe ser fundamental (a no ser que se trate de dificultades simples que en poco tiempo comprobamos que desaparecen). En mi experiencia, los resultados que aprecio en el día a día no me dejan dudas, **terapia de media 4 días a la semana para ver resultados importantes a corto y a largo plazo.** Y no, ni es demasiado pequeño, ni demasiado grande para terapia, es atención temprana, y se llama así por algo. Los primeros años nuestro cerebro tiene mejores habilidades para conseguir aprendizajes y los aprendizajes importantes si no se enseñan no van a producirse por sí solos. Es la característica principal que tienen los peques con necesidades educativas especiales.



0 - 6 años

Tiempo ideal para estimular

Máximo impacto en desarrollo y lenguaje.



6 - 9 años

Tiempo adecuado para estimular

Aún se consiguen avances importantes, aunque con más esfuerzo.



Más de 10 años

Tiempo límite para estimular

*Se pueden lograr progresos, pero de forma más lenta
y con expectativas realistas.*



Después no es que no se siga aprendiendo, pero cuesta mucho más, sobre todo si el niño no ha sido expuesto a la estimulación adecuada, especialmente en lo que se refiere al desarrollo del lenguaje.

El trabajo en casa también es importante, especialmente si el niño no acude con especialista regularmente. Más adelante te explico cuestiones importantes sobre esto.

Qué tienes que trabajar

Área cognitiva. Funciones ejecutivas, atención, memoria, discriminación visual y auditiva, flexibilidad mental, clasificación, resolución de problemas.

Lenguaje. Expresivo y comprensivo, crear oportunidades de interacción y medios para hacerlo (lenguaje bimodal, imágenes/pictogramas...). Modelos verbales, seguimiento de instrucciones sencillas, conceptos básicos para su día a día y lo más acorde a su edad. Evolución de fases (hasta poder llegar a empezar o mantener una conversación)

Área social. Habilidades sociales, imitación, saludos, peticiones, juego funcional, juego simbólico y recíproco, toma de turnos...

Área motora. Trabajar motricidad fina y gruesa.

Autonomía. Demandar respuestas / acciones en todas las actividades que realizamos en el día a día, acorde a su nivel de comprensión y habilidades,

intentando mejorar siempre (guardar sus juguetes, ayudar a limpiar, poner la mesa, proporcionar la comida de nuestra mascota, control de esfínteres...)

Exacto, no es poca cosa. ¿verdad? Es necesario que inicies poco a poco, como puedas. Y que te apoyes en un profesional que te ayude, incluso te recomiendo hacer cursos y formaciones siempre que puedas. Escucha también a otras familias que lleven recorrido en esto... toda información es valiosa y os puede servir.

Cómo hacerlo en casa

Primero de todo, organiza el espacio de trabajo. Un espacio en el que esté lo justo y necesario, es decir, evitemos estímulos y distracciones externas (me refiero a demasiados juguetes a su alcance, ruido de fondo, espacio amplio donde puede querer buscar otra cosa, correr, o no centrarse en lo que esperamos). Puede ser en una alfombra en el suelo o en una mesa, pero sin forzar.

Segundo, selecciona los juegos. Mínimo 4 (como expectativa, luego en la práctica podría ser que sólo podamos usar 2 o 3). No los dejes a su vista. Coge uno y los otros tres colócalos en alto. Qué sean motivantes para él/ella, pero variados (por ejemplo, un puzle, un pompero, un cuento y una pelota). Alterna entre juegos que necesitan más concentración y otros más dinámicos o relajantes. Intenta que permanezca jugando contigo unos 20-30 minutos. Si no llegáis a media hora o a jugar con todo, no pasa nada, poco a poco. Recuerda, mejor que esté receptivo a que se sienta mal o forzado y relacione el aprendizaje con una mala sensación.

Tercero, recuerda: estamos jugando, no debemos forzar, ni mostrar enfado o dar constantes órdenes si queremos que el niño esté receptivo y le guste, porque, aunque consigas que haga lo que quieres, lo hará por obligación pero no estará

interiorizando el aprendizaje como para ponerlo después en práctica por él sólo en otros contextos (esto no significa que no podamos enseñar a través de instrucciones o normas, pero hay que saber hacerlo de forma natural, y poco a poco según el carácter y las necesidades del niño)

Cuarto, pasamos a la acción: presenta el juguete que has elegido para empezar y si él/ella prefiere coger otro aprovecha para que te lo pida. Si estas empezando en este mundo, es decir, si tu peque es pequeño y aun no tiene lenguaje, te recomiendo que aproveches para llevar tú el control del juego. Es decir, para enseñarle a hacer un puzzle, ve ofreciéndole las piezas de una en una, a medida que las vais colocando. Con las pompas, crea pompas para que le divierta, pero después haz pausas para que te pida “más”, o las nombre (“pompas”), dale alternativa, “¿pompa grande o pequeña?”. Con el cuento igual, léelo primero tú, haciendo pausas si ya lo conoce, para crear oportunidades de interacción, una vez termines ya podrías dárselo. Con la pelota, cuenta “1, 2 y ...” (haz pausa para que diga “3”), a la de 3 se la pasas, aunque no esté mirando.

Y de eso se trata, de que adaptando el juego vayamos creando estrategias para que el niño/a tenga que comunicarse. **Siempre con un lenguaje claro. Fomentando contacto ocular, en la medida de lo posible nos situaremos frente a frente.**

Si el niño es más mayor o tiene ya un lenguaje y comprensión básica, podemos dar un enfoque más natural, enfocado a seguir el juego del niño y a la vez seguir ampliando vocabulario (con libros de busca y encuentra, por ejemplo), creando frases más largas a través de peticiones “mamá, quiero pompas por favor”. Con el puzle podemos pedirle objetos sin decir el nombre, para trabajar comprensión (“dame un animal que puede volar”); con la pelota, que siga instrucciones o imite (“ahora rápido/lento”, “con la cabeza/pie”), la puedes esconder y trabajar la pregunta (“¿dónde está?”) y las respuestas (“debajo de la mesa”). Volvemos a lo mismo, adaptamos el juego a las necesidades del niño y los objetivos a conseguir.

Juegos y actividades importantes

- Puzles** (vocabulario, peticiones, instrucciones, tienen muchas posibilidades)
- Juegos de emparejar** (encontrar iguales o memoria)
- Plastilina** (motricidad fina, imitación haciendo modelos, experimentar con la textura, jugar a grande/pequeño, largo/corto...)
- Juegos de clasificar** (animales de la granja con animales salvajes, por ejemplo, formas, colores...)
- Cuentos de todo tipo** (cantados, clásicos, acumulativos, con texturas, solapas, grandes, pop ups...)
- Juego simbólico** (alimentos, *Playmobil*, juego de profesiones... empezar por accesorios, pasando por descripciones básicas, hasta trabajar diálogos)
- Juegos de mesa** (seguir instrucciones, normas, ampliar vocabulario, respetar turnos...)
- Dados narradores** (para hacer frases, crear historias en individual o en conjunto...)
- Inferencias** (para trabajar la lógica, los “porqués”, las preguntas...)
- Colores de todo tipo** (ceras, rotuladores, esponjas, sellos...)

Si es adaptado a sus intereses y tenemos una estrategia detrás, mejor. Es la diferencia entre estimular y provocar interacción real.

Y por supuesto...

No te olvides de los juegos de tú a tú, cosquillas, pasarnos la pelota, juegos de falda, de movimiento... esos en los que sabes que habrá risas y brillo en los ojos asegurados, estos serán momentos de conexión y el mejor terreno para mejorar vínculo y comunicación.

Terapias

Las dos básicas para trabajar objetivos que le corresponden por edad en cuanto a lenguaje y educación son las incluidas en las ayudas becas NEAE: **“Reeducación pedagógica”** y **“Reeducación del lenguaje”**.

Dependiendo de las necesidades de tu peque pueden serle útiles otras como “terapia ocupacional”, para trabajar autonomía y alimentación. Para trabajar aspectos socioemocionales y otras habilidades, “musicoterapia, natación especializada o equinoterapia” son las más conocidas y con resultados positivos.

-Enfoque y metodología.

Puedes encontrar terapias con una metodología específica, o con varias (según la formación de la terapeuta) o ninguna, porque la terapeuta a pesar de sus estudios que le permiten legalmente ejercer puede no estar especializada en atención temprana o en las necesidades concretas de tu hijo. Este punto es importante porque hay familias que piensan que cualquier terapia que ofrezca atención temprana va a ser igual a otra. Y no, no es así, la calidad de la intervención cambia bastante.

A la hora de elegir, ten en cuenta:

-Profesional con ratio numeroso (más de 6 niños al día): no tiene tiempo de personalizar la sesión, y es habitual que haga lo mismo con todos los niños que van entrando y saliendo de la consulta. No tiene tiempo tampoco de descansar ni física ni mentalmente. Cuanto más bajo es el precio de la sesión, más bajo el sueldo de la terapeuta y por tanto su motivación para enseñarle al niño. Por no hablar de no poder sacar tiempo ni dinero para mantenerse actualizada.

-Profesional sin especialización. Psicóloga, pedagoga, logopeda, maestra... pueden ejercer en atención temprana simplemente con su título universitario. Eso no significa que estén realmente preparadas, sino que tienen una formación general de todos los perfiles y necesidades que pueden encontrar en los niños que vayan conociendo.

Para ir a lo seguro, busca alguien que esté especializada en atención temprana y voy más allá, en las necesidades de tu hijo. Si existen sospechas de autismo, por ejemplo, aunque no tenga diagnóstico, llévale con un especialista en autismo, con formación concreta en TEA. Y no vale “no tiene formación, pero si 17 años de experiencia” porque puedes llevar 17 años sin usar estrategias adecuadas.

-Enfoque y metodologías. Hay enfoques totalmente dirigidos, totalmente naturales o “mixtos”, igual que metodologías, piensa que no hay dos niños iguales ni dentro de un mismo diagnóstico, quién vaya a trabajar con tu peque debe valorar y conocerlo bien y adaptar la sesión en cuanto a lo que él necesite en cada momento. Por ejemplo: una sesión totalmente dirigida si el peque ya tiene un vocabulario y comprensión básica no le va a servir para desarrollar un lenguaje fluido y espontáneo si sólo recibe instrucciones para hacer. Para asegurarte de que se trabaja y se hace lo necesario con tu peque debes mantener una comunicación fluida con su terapeuta y resolver las dudas que tengas. **Te deben explicar no sólo a lo que juegan sino para qué y de qué forma.** También para que puedas aplicarlo en casa de refuerzo.

Además de las terapias

Siempre nos solemos preguntar qué más podemos hacer. Y aquí quiero destacar la estimulación ambiental. Paseos rutinarios, museos interactivos, música, arte, manipulación de elementos en naturaleza, excursiones dónde potenciemos todos los sentidos... Usa todas las posibilidades que tengáis, incluso en el día a día, hora de la comida, baño, juego, sueño... modela lenguaje, intenta fomentar su autonomía, y todo lo que pueda mejorar la calidad de vida, la suya y la vuestra como familia.

Por otra parte, si sientes que el día a día es agotador, porque tu peque no para, no atiende, es difícil todo, incluso en el colegio... pide revisión de su evolución con su especialista (neuropediatra o psiquiatra), tal vez tu peque presente TDAH, sólo o acompañado de algo más. Y de ser así, puede que os recomienden medicación. Tú decides, pero no te alarmes, quiero que sepas que suelen ser dosis muy bajas, no tiene por qué ser para siempre. Muchos adultos que la toman o niños que hablan fluido, describen sentir su cuerpo y mente en calma, pudiendo organizar sus pensamientos y concentrarse y desenvolverse mejor en el día a día. La medicina con buen uso y estando justificada, está para ayudar si es necesario. Eso sí, antes de los seis años no es aconsejable, sólo en casos muy justificados dónde se observa que sí o sí su día a día y su desarrollo y aprendizaje se están viendo muy afectados.

En cualquier caso, revisa también la **rutina** en casa, colegio, terapia... muchas veces el problema está en que **el entorno o las exigencias son demasiado altas para el niño/a** y éste termina por presentar ciertas conductas como desregularse, ponerse nervioso, empezar a pegar a otros o así mismo, “meterse en su mundo” sin prestar atención a los demás, no parar quieto o por el contrario presentar “ausencias”. Por ello es muy importante la comunicación fluida con todos los profesionales que rodean al niño/a para conocerle bien y poder ayudarle juntos, siguiendo la misma dirección.

ELECCIÓN DEL COLE

No sé qué edad tendrá tu peque, pero si está próximo a entrar en el colegio y tiene sospechas o diagnóstico de TEA sería interesante que investigaras sobre los centros que hay con mayores recursos, que además de contar con figuras como “PTIS”, maestro/a de pedagogía terapéutica (PT), y maestro/a de audición y lenguaje (AyL), posean aula tea o aula específica.

Los niveles de apoyo cambian y tu hijo/a también, y tal vez no llegue a necesitar un aula que no sea la ordinaria, pero, como prevención, por la falta de recursos que existen y la falta de preparación del profesorado, puede que te ahorres un gran sofocón a la hora de tener que buscar otro colegio más adelante, mientras estás esperando para ver si hay plazas o no, y tu peque y tú lo estéis pasando mal, posiblemente con profesores que te hacen sentir que tu niño/a es un estorbo. De corazón, por experiencia profesional y personal, te recomiendo que busques un cole con opciones amplias por lo que pueda suceder. No necesitamos más piedras y obstáculos en el camino, debemos tener la mente abierta y pensar lo mejor para él/ella e intentar tener la serenidad de poner en balanza todo. Habla con familias que tengan camino adelantado, os ayudará mucho.

Lo que sirve y lo que no

Vamos llegando al final de la guía y quiero dejarte algunas ideas importantes para tu día a día con vuestro peque

SÍ ayuda (y mucho):

- Seguir sus intereses: para conseguir su máxima atención y colaboración, su cerebro tiene que estar receptivo, aprovecha sus intereses para enseñarle cualquier cosa, sólo tienes que pensar y adaptar.
- Modelar lenguaje sin exigir ni frustrar, evita correcciones directas y en negativo, pon directamente las palabras que aún no sabe decir.
- Celebrar intentos, no solo logros. Empieza a trabajar objetivos con mucha ayuda y ve retirándosela poco a poco hasta que pueda hacerlo sólo/a o con alguna adaptación.

No ayuda (nada):

- Comparaciones con otros niños. Cada uno sigue su camino, su propia forma de aprender y su propio ritmo, lo importante es avanzar, y siendo felices, creo que es el primer objetivo al que deberíamos aspirar en la vida.
- Forzar palabras. De nada te sirva que repita algo que no entiende, que lo hace por obligación y por ello no pondrá en práctica por sí sólo en otros contextos.
- Vivir en alerta y con culpa constante. Es importante aprender a soltar. Hacemos lo que podemos y de la mejor manera que sabemos. Si estás leyendo esto y has llegado hasta aquí es porque eres una super mamá, aunque hubieras preferido no tener que serlo. Lo eres y de las buenas. Te veo y tienes toda mi admiración.

Por último, quiero decirte que:

No estáis solos en este proceso, muchas familias consiguen la estabilidad que en el momento de comprobar que nuestro hijo/a necesita ayuda, perdemos, pero no es fácil y muchas veces es un antes y un después en nuestras vidas. Por eso es importante sentirnos acompañados por personas cualificadas y de confianza.

Yo soy **Macarena Humanes**, mamá de un niño autista al que amo con toda mi alma, pedagoga y terapeuta de atención temprana, especializada y en constante formación (por él), en autismo y trastornos de desarrollo del lenguaje. Acompaño a peques como el mío o que tienen dificultades similares para ayudarles a avanzar desde un enfoque respetuoso y personalizado.

Ojalá esta guía te ayude a tomar decisiones con más claridad, menos miedo y más confianza en tu mirada como madre o padre. Si en algún momento me necesitas, en mi centro “**Humanes, Atención Temprana**” estaremos encantadas de que forméis parte de nuestra pequeña gran familia.

Un abrazo.

*“Elegir la ayuda adecuada en atención temprana es una de las formas más
eficaces de cuidar e impulsar”*

Macarena Humanes Montero



Aviso legal

Esta guía, incluido su contenido, diseño y material gráfico, es propiedad de su autora y está protegida por la normativa vigente en materia de derechos de autor.

No está permitida su reproducción, distribución o utilización con fines comerciales sin la autorización expresa de la autora.

Este material se ha creado con fines educativos y de acompañamiento a las familias.