



Guía

*Para la detección y atención temprana
de Niños y Niñas con discapacidad visual*

Índice



Objetivo e Introducción 3



1. Mi hijo, ¿ve bien? 4



2. ¿Qué hago cuando ya sé que mi hijo no ve o ve muy poco? 5



3. ¿Cómo lo alimento? 6



4. ¿Y a la hora de dormir? 9



5. ¿Cómo le hablo? 10



6. Tengo miedo de que se lastime, ¿cómo le ayudo a moverse? 12



7. ¿También el juego es importante para mi hijo? 14



8. Tips adicionales 16



Objetivo

Proporcionar a padres de Niños y Niñas con discapacidad visual información y estrategias sencillas para la detección y atención de problemas visuales, de modo que sus hijos sean atendidos de manera oportuna y eficaz.



Introducción

Si tu bebé tiene algún problema de visión, queremos asegurarte que no estás sola. Cuenta con nosotros si necesitas ayuda. Queremos recordarte que tú eres la persona más importante para que tu hijo crezca sano y sea feliz.

Sabemos que la tarea de criar a un niño con necesidades especiales no es fácil para ninguna mamá del mundo, pero entre más pronto le des la atención que necesita, podrás ayudarlo mejor a aprender, y a conocer sus habilidades y sus limitaciones.

Con esta guía, queremos apoyarte para que, desde los primeros días de su vida, tu hijo crezca como una persona autosuficiente y segura de sí misma, para que se integre a tu familia y a la comunidad.

Por difícil que te parezca ahora, verás que, con una buena orientación, tu hijo o hija puede tener una vida plena, igual a la de cualquier otro niño.

1

Mi hijo, ¿ve bien?

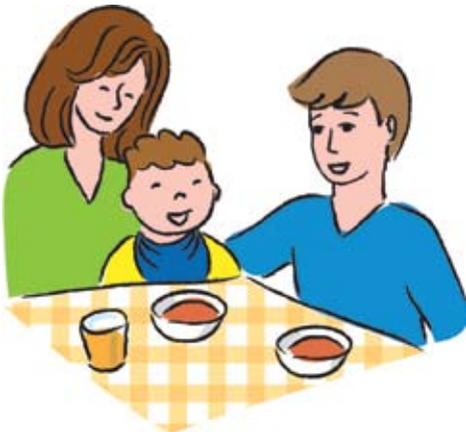


Para saber la respuesta, **OBSERVA:**

- Los ojos de tu bebé, ¿se ven de un color o tamaño normal?
- Los ojos o los párpados de tu bebé, ¿están rojos?
- ¿Le lloran mucho sus ojitos?
- ¿Lo negro del ojo está muy grande o nublado?
- ¿Siempre tiene lagañas?
- ¿Abre y cierra sus ojos muy rápido y muy seguido?
- ¿Le molesta la luz?
- ¿Sus ojos siempre están “bailando”?
- ¿Hace bizcos?
- ¿Sus párpados están caídos?
- ¿Mueve la cabeza hacia atrás o hacia adelante para ver un objeto?
- ¿No te hace caso cuando le enseñas algo?
- ¿No le atina al objeto que le acercas?
- Cuando mira, ¿cierra un ojo?
- ¿Pone de lado la cabeza o la voltea para ver mejor?
- Al caminar, ¿tropieza con los muebles u otros objetos?
- ¿Busca los objetos con las manos, tanteando el aire, en lugar de tomarlos directamente?

2 ¿Qué hago

cuando ya sé que mi hijo no ve o ve muy poco?



Aunque no pueda verte, tu bebé te reconoce, te escucha, te siente..., por esto:

- Todo el tiempo, háblale con palabras cariñosas. Verás que detiene sus movimientos, y pone atención a lo que le dices; también te regalará sonrisas y balbuceos.
- Cárgalo para que sienta tu calor.
- Acerca tu nariz a su mejilla para que sienta tu aliento.
- Háblale al oído.
- Dirige las manitas de tu bebé para que te sienta.
- Si vas a acostarlo o a moverlo, háblale antes para que no se sobresalte cuando lo toques.
- Si lo dejas solo, háblale al entrar al cuarto.
- Dile que vas a prender la licuadora o cualquier otro aparato que haga ruido para que esté preparado y no llore o se asuste con el sonido.
- Es importante que pueda escuchar tus pasos o los del papá cuando se acercan, y que aprenda a reconocer los sonidos del ambiente familiar, por eso te recomendamos que no tengas prendidos todo el tiempo el radio ni la tele.
- Al hacerlo así, verás que tu bebé estará más atento a todo lo que lo rodea, querrá tocarlo y conocerlo.

3

¿Cómo lo alimento?



- Cárgalo y dile que vas a darle de comer.
- Avísale que vas a darle tu pecho, acércaselo poco a poco, permítele que lo huelga, que lo toque...
- Déjale un bracito libre para que te toque mientras mama.
- Si le das biberón, avísale que vas a poner el chupón en su boca.
- Ayúdalo para que sostenga el biberón; además de aprender a tenerlo, podrá sentir la tibieza de la leche.
- Cuando ya le des papillas, permítele que descubra cómo es su comida usando sus manos y su nariz. ¡Deja que se embarre!
- Todos los niños necesitan aprender a mover la lengua para empujar la comida hacia dentro de su boca. Ten paciencia mientras tu bebé logra hacer esto.
- Dale alimentos molidos cuando controle su cuello, sostenga su cabeza y comience a mantener su cuerpo derecho. Si no se mantiene derechito, usa almohadas o rollos de tela para ayudarlo a estar erguido mientras come.
- Pasa poco a poco de los alimentos molidos a los picados o machacados y luego, a los sólidos.
- Si tu bebé no quiere abrir la boca, embarra sus labios con el alimento para que lo pruebe.

- Es importante que antes de comenzar, le muestres dónde están ubicadas las cosas que vas a usar para alimentarlo y cómo se llaman: el plato, la cuchara, su babero, etcétera.
- Antes del año de vida, NO le des alimentos difíciles de masticar ni trozos grandes para evitar que se atragante.
- Enséñalo a tomar alimentos (una galleta) con la mano y ayúdalo a que los ponga en su boca.
- Dale la cuchara, permítele que juegue con ella, que la conozca; luego, ayúdalo a que la ponga en su boca, mostrándole el movimiento correcto con tu mano llevando la mano de tu bebé.
- En cada comida, pon los utensilios para comer en el mismo lugar. De este modo, tu niño se familiarizará con ellos y aprenderá a buscarlos sin ayuda.
- Ayúdalo a encontrar el vaso o la taza en la mesa enfrente de él, y enséñale a ponerlo en donde estaba cuando termina de beber.
- Cuida que coma siempre en el mismo sitio, además de que esto le da seguridad, también le facilita ir reconociendo los lugares de la casa.
- Procura que tu bebé coma con toda la familia, y explícale todo lo que sucede mientras comen.



- Si sabes que tu niño ve un poco, usa platos, vasos, cucharas, de colores oscuros si la mesa donde come es de color claro; por el contrario, si la mesa es de color oscuro, usa utensilios de colores claros. Además, acércalos a sus ojos, moviéndolos, porque puede ver mejor las cosas en movimiento.
- Llevando a la práctica estas sugerencias, verás que la hora de comer será un momento de placer para ti y tu hijo.



¡Atención!

Si tu bebé vomita constantemente, se ahoga con frecuencia, no puede succionar o masticar, consulta a un especialista. Esto no tiene nada que ver con su problema de visión.

4 ¿Y a la hora de dormir?



- Ten horas fijas para darle de comer, bañarlo y acostarlo a dormir.
- Ayúdalo a distinguir el día de la noche, apagando todas las luces y que todo quede en silencio.
- Si es posible, acostúmbalo a dormir solo desde pequeño; así aprenderá a sentirse seguro y a llamarte cuando te necesite.

¡Atención!

Si tu hijo se despierta mucho en la noche, llorando o molesto sin motivo; si está despierto mucho tiempo en las noches, sin pedir atención, consulta a un especialista. Esto no tiene nada que ver con su problema de visión.

5

¿Cómo le hablo?



- Tu bebé tiene un oído muy sensible por lo cual se asusta con los ruidos nuevos, las voces desconocidas, los sonidos fuertes.
- Para evitar que se asuste, dile que vas a llevarlo a un lugar nuevo, avísale que va a sonar un aparato, explícale cuando algo se caiga.
- En cualquier situación desconocida o inesperada, tu voz suave y amorosa y tus brazos cálidos lo tranquilizarán.
- Háblale por su nombre, y dile todo lo que quieras, pues él te escuchará con atención.
- Acércalo para que toque todas las cosas que hay en la casa, principalmente las que le son útiles o necesarias.
- Dile cómo se llama cada cosa, para qué sirve cada una y explícale cómo funcionan. Esto le ayuda a hablar y a conocer todo lo que hay en el ambiente.
- Para tu bebé es muy enriquecedor escucharte y platicar contigo, con su papá, con sus hermanos, con sus abuelos..., por eso enciende el radio o la tele sólo por ratos.
- Deja que escuche los sonidos de su ambiente para que vaya reconociendo cada uno.
- No dejes que repita el nombre de cosas que no conoce.



- Ayúdalo a que conozca todo lo que nombra.
- Repite las frases que dice tu hijo, agregándoles algo más.
- Pon atención a lo que hace tu hijo y a lo que sucede a su alrededor para que entiendas lo que trata de decirte cuando repite algo que escuchó o que le dijiste.
- Une el lenguaje a la vivencia, relacionando las palabras con un objeto o un recuerdo.
- Hazle saber que es importante lo que él quiere comunicar, y no que repita lo que dicen otras personas.
- Fomenta la convivencia con muchas personas diferentes en distintas situaciones.
- Si tu hijo hace una pregunta tras otra para llamar tu atención, respóndele para que se sienta escuchado y acompañado. Cuando estés ocupada, explícaselo para que aprenda a esperar y buscar formas de entretenerse solo, por ratos. Esto le ayudará a ser paciente y a relacionarse bien con las personas.
- Descríbele las nuevas experiencias antes de que tu hijo las viva.
- Anímalo a que escuche a los demás.
- Enséñale a hacer preguntas que le ayuden a conocer a las personas.
- Poco a poco, disfrutarás platicando con tu hijo.



¡Atención!

Si tu bebé no balbucea cuando tiene entre 6 y 8 meses de edad; si después de cumplir un año, no emite sonidos o nada más repite palabras o ruidos, consulta a un especialista. Esto no tiene nada que ver con su problema de visión.

Es normal que tu niño no quiera estar con gente que no le es familiar, necesita más tiempo y paciencia para conocerlos, pero si pasa mucho tiempo sin que cambie y se aísla cada vez más, consulta a un especialista.

6 Tengo miedo

de que se lastime, ¿cómo lo ayudo a moverse?



- Tu bebé tendrá miedo de explorar un mundo que no ve, por eso es muy importante tu compañía para que se sienta seguro.
- Estimula a tu bebé con sonidos para que se mueva buscándote o buscando un juguete.
- Ponlo a jugar en el piso, primero sobre un cobertor o colchoneta, y aliéntalo para que se mueva y vaya descubriendo todo lo que puede hacer, sintiéndose cada vez más seguro.
- Tócalo continuamente y anímalo con tu voz para que explore el cuarto donde están.
- Quita todos los obstáculos.
- Dile cuando se acerque a un mueble u otro objeto, y deja que lo toque.
- Recuerda decirle cómo se llaman los objetos que toca y para qué sirven.
- Puede que tu niño no gatee al tiempo que lo hacen los demás niños, cuanto más lo alientes y ayudes, más rápido lo logrará.
- Al año de edad, tu bebé tendrá suficiente fuerza en sus piernas para pararse con tu ayuda.
- Tómalo por debajo de los brazos, guíalo para que dé pasitos.
- Ayúdalo a pararse agarrado de un mueble, y dale un juguete que le guste mucho para que suelte una mano.

- Ayúdalo a recoger del suelo un juguete que le guste, sin que se suelte del mueble del que está agarrado.
- Coloca dos sillas frente a frente, formando un pasillo para que dé unos pasos sosteniéndose de las dos sillas.
- Tú y los demás miembros de la familia deben animarlo con sus voces y palabras de cariño para que haga "solitos".
- Recuerda que eres la persona que tu bebé necesita para sentirse seguro y atreverse a moverse, gatear, caminar. Por eso, cuanto más apoyo le brindes, más rápido aprenderá a desplazarse sin lastimarse.



¡Atención!

Si tu bebé no intenta moverse de donde lo dejas, si no quiere tocar y conocer cosas nuevas, si se asusta y llora cuando lo pones boca abajo o lo paras, consulta a un especialista, pues es posible que esto no tenga relación con su problema visual.

7

¿También

el juego es importante para mi hijo?



- El juego le ayuda a tu bebé a descubrir el mundo que lo rodea. Es una forma de aprender.
- Sobre todo en sus primeros días de vida, ofrécele juguetes que tengan sonido.
- Deja que se meta los juguetes a la boca.
- Cuelga juguetes sobre su cuna y ayúdalo a tocarlos.
- Procura que tu bebé siempre tenga juguetes cerca.
- Pon los juguetes en el mismo lugar para que tu niño los encuentre fácilmente.
- Ayúdalo a aplaudir, a imitar gestos, a bailar y moverse mientras cantan o escuchan una canción.
- Juega con tu bebé a lo que tú propongamos, pero también date tiempo para observarlo, escucharlo y ver qué juegos y actividades desea hacer él.
- Llévale su juguete favorito cuando vayan a un lugar extraño para él.
- Ayúdalo a tocar objetos con diferentes texturas: esponjas, estropajos, arena, juguetes de tela, de plástico, papeles, barro, etcétera.
- Juega con tu hijo cuando quieras o puedas, pero también deja que, por ratos, se entretenga solo. Esto le ayudara a descubrir qué puede hacer y a sentirse seguro aunque esté solo.
- Como a casi todos los niños, a tu bebé le encantará el agua.

- Enséñalo a verter de un recipiente a otro durante el baño y pon juguetes en la tina para que se divierta más.
- Enséñale a chapotear con sus brazos y piernas.
- Dale un masaje suave al ponerle el jabón.
- Ponle el jabón en sus manitas, y ayúdalo a que lo huela. Explícale para qué sirve, y cómo se usa.
- Pon las cosas de baño en el mismo lugar y enséñale a tomarlas de ahí.
- Aprovecha la hora del baño para jugar con tu bebé y relajarte con él.



¡Atención!

Si tu niño prefiere estar todo el tiempo quieto o acostado, si no le interesa tomar los objetos o sólo los golpea, los tira o los chupa, consulta a un especialista. Esta falta de actividad o de interés no está relacionada con su problema de visión.

8 *Tips adicionales*



- Recuerda que, para tu bebé, no existe todo aquello que está lejos de sus manos.
- Acércale todo para que lo conozca y no le tema.
- El contacto de tu cuerpo y la cercanía de tu voz le darán la seguridad que necesita para crecer y conocer.
- Aunque ahora te parezca difícil, día a día verás los avances de tu hijo y descubrirás todo lo que es capaz de hacer.
- Queremos ayudarte a descubrir que, para tu hijo, es muy importante que le permitas llegar a ser una persona independiente y segura de si misma.
- Deseamos que te comprometas a NO hacer las cosas por tu hijo, y Sí a ayudarlo a que él produzca, haga y experimente los ejercicios y actividades, que le permitan conocer sus capacidades y desarrollarlas.



AUTORA:
Sandra Marcos Tapiero

REVISIÓN DE CONTENIDOS:
Laura Guzmán Rodríguez

CORRECCIÓN DE ESTILO:
Laura Guzmán Rodríguez

DISEÑO EDITORIAL E ILUSTRACIONES:
Miguel Andrés Ortega Salas



ilumina

Ceguera y Baja Visión

Fundación Villar Lledias

Contáctanos

Villahermosa 21 A
Hipódromo Condesa
Cauhtémoc,
México, D.F., CP 06100

Tel: (55) 5256-2813
5515-4381

info@ilumina.mx

www.ilumina.mx

Este material es una producción de Fundación Villar Lledias IAP con el apoyo del Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia.
Ciudad de México 2011.