



De
Cuna
a 3er.
Grado

Como Iniciar

Una Guia para Familias que son Nuevas en el Ámbito de la Ceguera y Baja Visión

Bienvenidos a Como Iniciar

Que tal,

Bienvenidos a Como Iniciar: Una Guía para Familias que son Nuevas en el Ámbito de la Ceguera y Baja Visión. Este manual le ayudará y apoyará en cualquier etapa de su recorrido, ya sea que tenga algunas preocupaciones sobre la visión de su hijo o si su hijo recientemente fue diagnosticado con una condición ocular, o si usted ya está familiarizado con la condición ocular de su hijo.

Este manual le proveerá información sobre:

- Desarrollo visual en los niños.
- Un diverso grupo de profesionales, quienes podrán ser parte del equipo de su hijo y el papel que desempeñan Navegando en Servicios de Intervención Temprana y Plan Individualizado de Servicios Familiares (IFSP).
- Navegando en un Programa Educativo Individualizado (PEI).
- Recursos específicos en su Estado.
- Agencias y Grupos de Apoyo.
- Adaptando su hogar.
- Creando actividades rutinarias seguras, entornos de aprendizaje estructurado.
- Apoyando el aprendizaje temprano, incluyendo Literatura de Braille Temprana y Orientación y Movilidad.
- Recursos adicionales para educar y criar a un niño que es ciego o de baja visión.

[APH FamilyConnect®](#) Pretende continuar proveyendo apoyo que va más allá de nuestro manual de Como Iniciar. APH ConnectCenter® provee seminarios en línea, blogs y otros artículos con la información más actualizada, para respaldar con sus necesidades.

Deseamos ofrecerle oportunidades para que Usted pueda generar vínculos con otros y seguir creciendo su red de apoyo. Queremos asistirle con sus necesidades e invitarle a que nos contacte, nos diga su punto de vista y nos de sus sugerencias. Consulte con nosotros llamando al 1-800-232-5463 a la Línea de Información y Referencia

de APH o mande un correo electrónico a: connectcenter@aph.org.

Anhelamos asistirle a usted y a su hijo.

En Su Recorrido Usted No Está Solo.

De acuerdo a Iniciativas de Salud de la Visión de los Centros para el Control de Enfermedades. [Resumen de Datos sobre la Pérdida de la Visión](#) (2020) aproximadamente el 6.8% de niños Estadounidenses menores a los 18 años de edad, tienen una condición del ojo o visión diagnosticada. Casi un 3% de niños menores a 18 años, están ciegos o tienen baja visión, lo cual se define como tener dificultad de ver, aun cuando usan lentes o lentes de contacto.

¡Usted no está solo, aun cuando su historia es única!. Conociendo más acerca de la condición visual de su hijo; buscando y encontrando sistemas y grupos de apoyo; aprendiendo acerca de proveedores específicos y el rol que ellos tienen en el desarrollo, crecimiento y educación de su hijo; le ayudará a usted y a su niño en su recorrido.

Desarrollo Visual de los Niños.

La siguiente sección le provee de información referente, a cómo la visión generalmente se desarrolla, como puede usted ayudar a su hijo a desarrollar aptitudes visuales o pedir ayuda.

Desarrollo Visual Habitual Temprano.

- Un bebe de cuatro a cinco semanas de edad, empezará a enfocarse en un objeto o cara alrededor de cinco a ocho pulgadas de distancia.
- De seis a ocho semanas de edad, la mayoría de los bebés comienzan a sonreír cuando ven caras o juguetes que le son familiares.
- Durante los primeros dos meses de vida, los ojos de un bebe aun no se logran coordinar y podrían dar la impresión de estar deambulando o vagando, inclusive de estar con su vista



entrecruzada. Esto usualmente es normal. Sin embargo, si un ojo da la apariencia de estar constantemente invertido hacia adentro o afuera, una evaluación será necesaria.

Qué es lo que Pueden hacer los Padres para Ayudar con el Desarrollo Visual de los Bebés

Al nacer, los bebés no pueden ver tan bien como los niños más grandes o como los adultos. Sus ojos y su sistema visual aún no se han desarrollado por completo; pero una mejoría significativa, ocurre durante los primeros meses de vida. Los siguientes logros e información del libro [Acercate y Enseña: Ayudando a su Hijo que es Discapacitado Visual Aprender y Crecer por el Dr. Kay A. Ferrell](#) (2011) brinda a los padres y profesionales, información referente a cómo se desarrolla la visión de su hijo y que es lo que usted puede notar o compartir con su doctor, si es que existe alguna preocupación. Para obtener una lista completa acerca de logros visuales e ideas de cómo apoyar a su hijo, por favor enterese un poco más en el libro Reach Out and Teach disponible en la Imprenta de APH.

La [Asociación Estadounidense de Optometría](#) recomienda lo siguiente:

- Mantenga los juguetes interactivos alrededor de ocho a doce pulgadas de su bebe, permitiendo que se enfoque, solo en los juguetes.
- Brindele tiempo suficiente para que su hijo investigue respecto de todos sus sentidos.
- Juegue con él, usando juegos de manos como “Tortillitas para Mamá” o “La Araña Pequeñita” y mueva las manos de su bebe mientras dice o canta la letra de la canción en voz alta.
- Ayude a mejorar sus habilidades de memoria visual, practicando juegos como Las Escondidillas (con su cara y/o algún juguete).
- Ayude a ampliar su vocabulario nombrando a los objetos por su nombre.
- Juegue con varios artículos que rueden, como una pelota o un carrito, para así poder alentar a su hijo a que siga objetos en movimiento.

- Ofrezca cubos y otros objetos con todo tipo de formas y tamaños para alentar el desarrollo de sus habilidades motoras finas (visual, auditiva y táctil).

Cuando Usted Debe Buscar Ayuda.

Hable con su Pediatra y Oftalmólogo si usted observa lo siguiente:

- Si sus ojos se mueven rápidamente de un lado a otro (Nystagmus)
- Si sus ojos no siguen su cara o un objeto en particular
- Si no hacen contacto visual con familiares o amigos
- Si sus ojos no reaccionan a una luz que se prende y apaga en una habitación
- Si sus pupilas se ven blancas o borrosas en vez de verse oscuras -lo que también se pudiera notar eso en fotografías
- Si sus ojos se invierten hacia su nariz o hacia afuera hacia sus orejas (esto puede suceder ocasionalmente o muy seguido)



Niños en Edad Preescolar

La [Asociación Estadounidense de Optometría](#) recomienda lo siguiente:

Los ojos de su hijo deben ser examinados antes de iniciar el preescolar y kinder, en donde el Oftalmologo checara para

asegurarse que su visión se está desarrollando adecuadamente y no existe ningún tipo de evidencia de alguna enfermedad ocular. Los resultados del examen pudieran establecer que su hijo necesite lentes o que deba someterse a terapia visual para corregir un problema de desarrollo visual.



Lo que los Padres pueden hacer para ayudar con el Desarrollo Visual de los Niños de edad Preescolar

Usted puede incluir la siguientes actividades y rutinas para apoyar el avance de las habilidades visuales:

- Practique el aventar y atrapar balones, pequeños objetos u objetos suaves, globos o frisbees.
- Léale a su hijo en voz alta y permita que vea las fotos que acompañan la lectura.
- Promueva sus capacidades de escritura con gis, plumones y crayolas.
- Invite a su hijo a que tape y destape los plumones, juegue con rompecabezas sencillos y cubos magnéticos que le ayuden a mejorar su coordinación mano-ojo.
- Practique con juegos, los cuales requieran de habilidades de visión y memoria.
- Corte, pegue y coloree manualidades con diferentes texturas.
- Juegue con él, al aire libre con balones, juguetes y en columpios.

Niños de Edad Escolar, de 6 a 8 Años de Edad.

Los ojos de un niño están en constante uso, en el salón de clases y mientras juegan. Cuando su visión no está funcionando apropiadamente, su educación y la participación en ciertos deportes, puede verse impactada; por ende ellos se beneficiarán del uso de equipo y métodos adaptados.

Los requerimientos comunes para los niños en edad escolar, incluyen: lectura, escritura, trabajo en el pizarrón y el uso de computadoras. Varias fuentes de información, ofrecen ideas útiles y consejos para apoyar a su hijo con estas tareas.

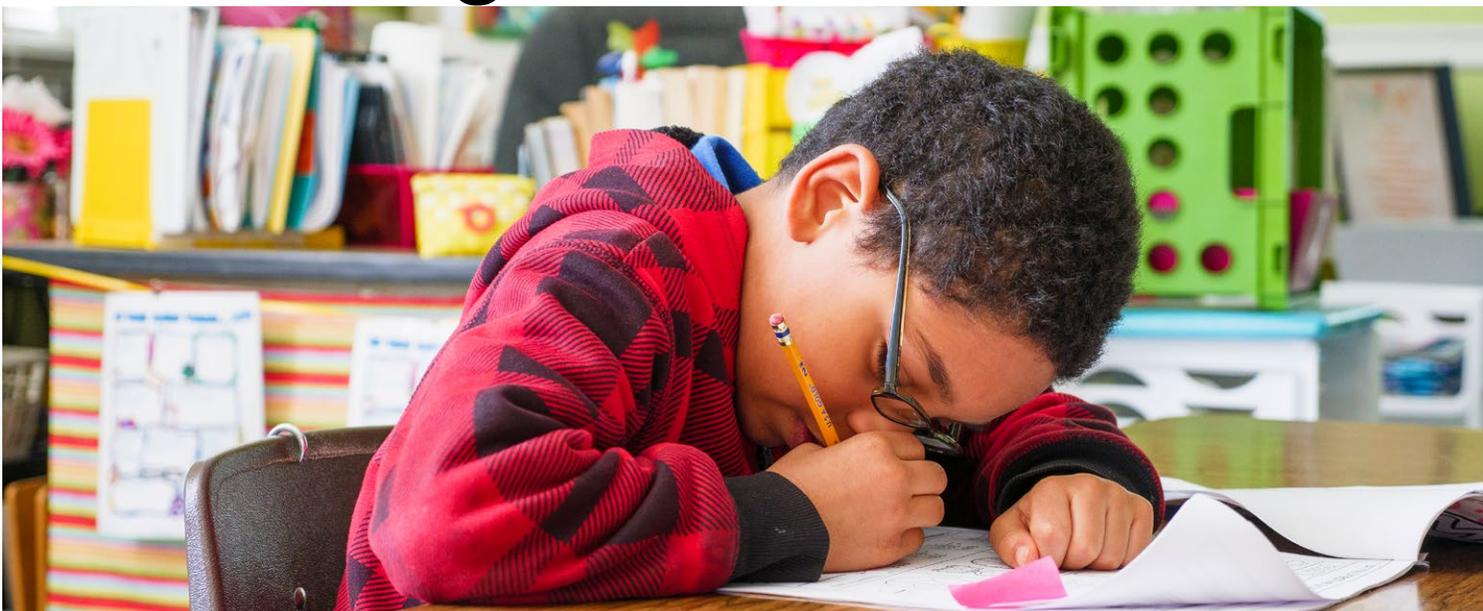
Recursos para familias y maestros incluyen el [APH FamilyConnect](#), [Vías de Perkins hacia la Literatura](#), [TPedagogía para Estudiantes con Discapacidades Visuales](#), y [Visión de los Niños de Edad Escolar de 6-8 Años de Edad](#).



Lo que a continuación se presenta, son aptitudes visuales utilizadas en áreas cotidianas de aprendizaje y lectura:

- **Enfoque del Ojo** La habilidad de mantener un enfoque mientras la distancia de los objetos cambia.
- **Registro Ocular** La habilidad de usar los ojos para seguir un objeto que se mueve como: un balón que rueda o los ojos siguen un párrafo o línea de un escrito.
- **Habilidad para Usar o Ver con Ambos Ojos** La habilidad de usar ambos ojos al mismo tiempo para completar alguna tarea visual.
- **Coordinación de Ojo-Mano** La habilidad de usar información visual para la movilidad motriz. Como, cuando se colorea una foto o se alcanza un vaso de agua.
- **Percepción Visual** La habilidad de separar dos imágenes bidimensionales en algo impreso y solamente poder identificar letras, palabras y fotos de manera individual, y como se relacionan con otros elementos en esa misma hoja.

Hable con su Pediatra acerca de una Evaluación de un Oftalmólogo.



La visión de un niño puede cambiar con frecuencia y debe tener revisiones habituales de sus ojos ya sea cada año o como el doctor lo recomienda.

La [Asociación Estadounidense de Optometría para Niños de Edad Escolar de: 6 a 8 años de edad](#) provee una lista de comportamientos que pudieran indicar que su hijo tiene ciertas necesidades visuales. Si usted considera que su hijo pudiera tener dificultad con su visión, hable con su doctor si se ha dado cuenta de lo siguiente:

- Si su hijo sujeta objetos muy cerca de su cara.
- Si su hijo se talla sus ojos con frecuencia o le informa, que sus ojos se sienten cansados.
- Si su hijo evita tareas visuales en la escuela.
- Si su hijo se queja de tener visión borrosa.
- Si su hijo tiene los ojos borrosos o rojos.
- Si su hijo inclina o gira su cabeza, o se cubre solo un ojo cuando está viendo objetos cercanos o algo impreso.
- Si su hijo se cansa después de haber estado enfocándose en algo, por ejemplo: mientras lee, dibuja o juega con algún dispositivo portátil (celular o tableta, etc.)
- Si su hijo parece ver mejor durante el día que durante la noche.
- Si su hijo parece tener sus ojos entrecruzados, invertidos o entrecerrados.
- Si su hijo parece un poco torpe, por ejemplo si con frecuencia tira objetos y sin darse cuenta se tropieza con otros.



Tipos de Prestadores de Servicios para la Salud Ocular.

Usted puede encontrar varios profesionales quienes apoyan la salud visual. Es importante que usted sea atendido por los mejores proveedores para las necesidades de su hijo. Pregúntele a su Pediatra o a su Prestador de Servicios para la Salud Ocular que lo refiera con el Especialista(s) más apropiado(s) de acuerdo a las necesidades específicas de su hijo.

Tipos de Prestador de Servicios para la Salud Ocular y Especialistas incluyen:

- **Oftalmólogos** Es un profesional quien provee medicamentos y lleva a cabo operaciones. Los Oftalmólogos son Médicos Especializados quienes pueden escoger una sub-especialidad.
- **Optometrista** Es un profesional quien provee servicios de cuidados primarios para la visión. Estos profesionales llevan a cabo exámenes oculares y de visión, prescriben y administran lentes correctivos y pueden detectar ciertas irregularidades del ojo.

- **Tecnico Optometrista** Es un técnico entrenado para diseñar y ajustar lentes correctivos y armazones, lentes de contacto y cualquier otro tipo de aparato para corregir la visión de las personas.
- **Especialista en Córnea** Es un Especialista quien diagnostica y trata condiciones de la córnea. Ellos pueden llevar a cabo cirugías como trasplantes de córnea y cirugía refractiva de la córnea.
- **Especialista en Glaucoma** Es un Especialista quien trata condiciones del ojo como glaucoma, donde el exceso de fluido ocular ejerce presión en el ojo, causando daño al nervio óptico.
- **Neurooftalmólogo** Oftalmólogo que se especializa en problemas de visión relacionados con la forma en que el ojo se comunica con el cerebro, los nervios y los músculos.
- **Oftalmólogo Pediátrico** Es un Oftalmólogo que trata a bebés y niños con afecciones oculares infantiles.
- **Especialista en Retina** Es un Especialista que puede diagnosticar y tratar condiciones oculares de la retina. Esto puede implicar la reparación quirúrgica de retinas desgarradas o desprendidas.

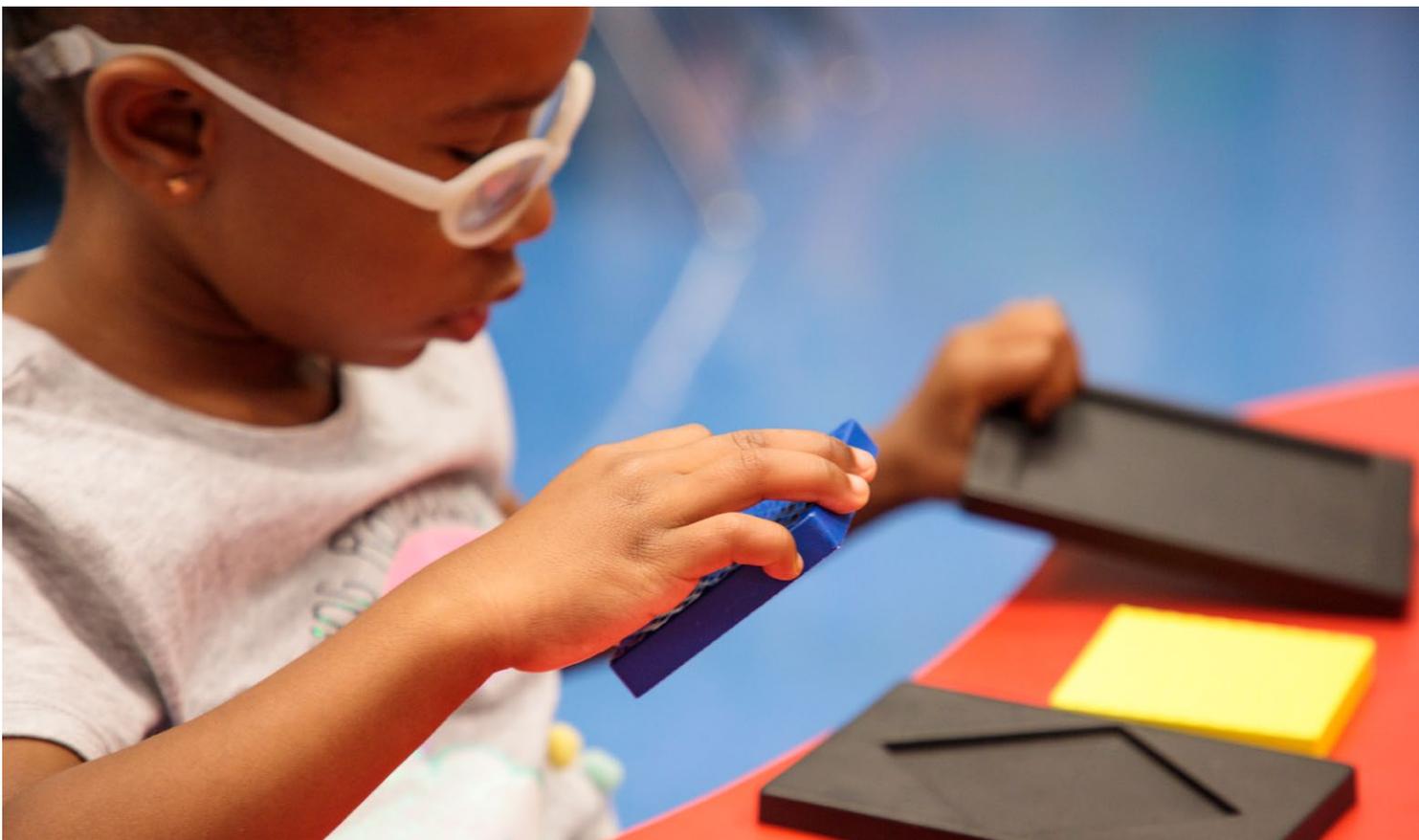
Tipos de Proveedores de Servicios

Además de Proveedores Oftalmológicos, existe una variedad de Proveedores de Servicios que pueden satisfacer las necesidades educativas y habilidades para la vida funcional de los niños ciegos o con baja visión. Aun cuando no es una lista exhaustiva, los Proveedores de Servicios pueden incluir los siguientes:

- **Terapeuta Certificado de Baja Visión (CLVT)** Según la Academia para la Certificación de Profesionales Educativos y de Rehabilitación de la Visión, un CLVT es un profesional que fue capacitado por medio de estudios profesionales, quienes cuentan, con conocimientos sobre baja visión y aparatos ópticos. Al igual que un Profesor de Estudiantes con Discapacidad Visual, estos profesionales realizan

evaluaciones funcionales de baja visión para evaluar los campos visuales, la visión de los colores, el funcionamiento visomotor y las habilidades visuales de su hijo para actividades como lectura, escritura y matemáticas.

- **Especialista en Baja Visión** Un Especialista en Baja Visión es un Oftalmólogo u Optometrista que ha llevado a cabo una capacitación y certificación adicional en el área de baja visión y puede brindar una evaluación clínica de baja visión o una evaluación de baja visión, para determinar si hay problemas ópticos, no ópticos y/o artefactos no visuales, los cuales ayudarán a un niño a realizar labores distantes, intermedias y cercanas de manera más eficiente. Por ejemplo; pueden proveer lentes graduados para ver la televisión, lentes de sol graduados, un podium para lectura y papel a rayas, lupas, monoculares o magnificador para vídeo.
- **Terapeuta Ocupacional (OT)** Un OT es un Terapeuta que brinda servicios para ayudar a niños a desarrollar la coordinación motora fina y las habilidades de la vida diaria necesarias, para su éxito en la escuela y en la comunidad.



- **Especialista en Orientación y Movilidad (O&M)** Un especialista en O&M es una persona que fue capacitada por medio de estudios profesionales y que enseña a estudiantes ciegos o con baja visión, diversas técnicas para moverse dentro de un ambiente escolar y en la comunidad de manera segura, eficiente e independiente.
- **Fisioterapeuta (PT)** Un PT es un profesional que se enfoca en desarrollar un programa que asista los movimientos corporales generales, el tono muscular, la coordinación, el equilibrio y la estabilidad de un niño a medida que avanzan en la progresión del desarrollo infantil.
- **Terapeuta Patólogo del Habla y el Lenguaje (SLP)** Un SLP es un profesional, con experiencia en la identificación y diagnóstico de dificultades del habla y el lenguaje. Suministra terapia al niño, así como consultas con el personal de la escuela.
- **Profesor de Estudiantes con Discapacidad Visual (TVI)** Un TVI tiene un rol central en el equipo educativo de un niño con ceguera o baja visión. Este es un profesional con experiencia en cómo los padecimientos oculares afectan el desarrollo y el aprendizaje de su hijo, así como las estrategias y herramientas que pueden ayudar a su hijo a aprender sobre el mundo; realizar actividades cotidianas y participar en el plan de estudios generales y otras actividades escolares.
- **Directorio de Servicios de APH ConnectCenter** Utilice nuestra lista de búsqueda para encontrar profesionales locales quienes ofrecen servicios para la visión, Agencias Estatales, grupos de defensa y apoyo y otros recursos de acuerdo a su ubicación Estatal.



Entendiendo Términos Educativos.

El equipo que apoya a su hijo en su educación, con usted como miembro integral, le apoyará durante sus años escolares. Es conveniente comprender los siguientes términos y procedimientos educativos mientras planifica la educación individualizada de su hijo.

- [Estándares Fundamentales](#) Según el sitio de internet, del Consejo de Directores Escolares Estatales, los Estándares Estatales Básicos Comunes se desarrollaron para establecer pautas claras y consistentes en Matemáticas y Artes del Lenguaje Inglés (ALI) desde el jardín de infantes hasta el doceavo grado escolar.



- **Habilidades del Plan de Estudios Básico Ampliado (ECC)**
Todos los niños reciben instrucción en áreas con contenido académico mientras están en la escuela. Los niños con ceguera o baja visión habitualmente requieren instrucción directa en áreas de habilidades adicionales porque pueden perder la secuencia del aprendizaje, por falta de visión. El Plan de Estudios Básico Ampliado (ECC) es un conjunto de nueve áreas de instrucción, que se enseñan con el fin de apoyar la independencia y la participación de los niños con ceguera o baja visión, en los salones de clase y comunidades. El ECC incluye acceso compensador, eficiencia sensorial, tecnología de asistencia, Orientación y Movilidad, vida independiente, habilidades de interacción social, recreación y descanso, educación profesional y autodeterminación.
- **Plan de Educación Individualizado (IEP)** El propósito del IEP es el apoyar el acceso de su hijo a la instrucción, la vida independiente, la educación superior y el empleo. Después de que el equipo educativo evalúe cuidadosamente a su hijo, el equipo determina un IEP que establece los objetivos de su hijo y el tipo y la cantidad de servicios que recibirá. Haga clic en el enlace de arriba para aprender más acerca del IEP.



- **[Plan de Servicio Familiar Individualizado \(IFSP\)](#)** Un IFSP es un documento legal que indica los apoyos y servicios de intervención temprana, que un niño necesitará en función de una evaluación detallada. Indicará los proveedores, la frecuencia de cada uno de los servicios y las metas a lograr que tanto el proveedor como la familia trabajarán para llevar a cabo en conjunto, su cometido. Haga clic en el enlace de arriba para aprender más acerca del IFSP.
- **Plan de Servicio Individualizado (ISP)** Un ISP apoya el acceso a servicios para niños con discapacidades en entornos educativos escolares los cuales no son públicos.

Conéctese con Grupos de Apoyo

El equipo de educación que usted ha formado para su hijo, no tiene por qué ser su única fuente de apoyo. A continuación le compartimos diferentes tipos de agencias y recursos que pueden ayudarlo en su trayecto.

- **Consejo Americano para Ciegos** Usted no debe afrontar solo la baja visión y la ceguera. El Consejo Americano para Ciegos (ACB) le da la bienvenida y lo reconoce. Guiada por sus miembros, ACB defiende, guía, y busca la igualdad de las personas ciegas o con baja visión; pretende inspirar a la comunidad y la conecta con vías educativas, recursos entre sí para apoyar su autonomía.
- **Conexión Familiar de APH** Es un servicio, el cual es ofrecido por American Printing House for the Blind (APH) para brindar a Padres y otros familiares de niños ciegos o con baja visión, y a los profesionales que trabajan con ellos, un lugar de apoyo para compartir y encontrar recursos para criar a sus hijos, desde que nacen y hasta llegar a edad adulta. Todos los padres se preguntan: “¿Haré un buen trabajo criando a mi hijo?”. Si su hijo es ciego o tiene problemas de visión, usted tendrá la misma pregunta... y muchas más. APH ConnectCenter tiene las respuestas que usted necesita. Ya sea que su hijo haya sido diagnosticado



recientemente, haya vivido con ceguera o baja visión durante años o tenga discapacidades múltiples, encontrará el apoyo personal, la información y los recursos que necesita.

- **Conexión para Padres de APH** is Este es un grupo de asistencia familiar en asociación con el Grupo Virtual de Apoyo para Padres del Chicago Lighthouse. APH FamilyConnect y el The Chicago Lighthouse ofrecen un grupo de apoyo virtual para padres y familias de niños ciegos o con baja visión. Estas sesiones se ofrecen mes a mes, permitiendo que las familias puedan conectarse y aprender unas de otras, sobre las alegrías, desafíos y las aventuras de criar niños ciegos o con baja visión. Llame al 800-232-5463 para obtener más información o regístrese para las reuniones [AQUÍ](#).
- **Línea Directa de Información y Referencia de APH ConnectCenter** La línea de Información y Referencia (I & R) es una línea telefónica gratuita de APH ConnectCenter, su número es el 1-800-232-5463, con personal que le puede atender de 8 a.m. a 8 p.m. (hora del Este). Las preguntas que son enviadas por correo electrónico a connectcenter@aph.org serán respondidas lo más rápido posible.
- **Centro de Transición APH ConnectCenter** Este es un recurso integral para Programas de Transición en todo el país. Los servicios de transición auxilian a estudiantes con discapacidades a transitar rumbo a la edad adulta. Puede buscar programas por Estado y temporada (es decir, verano, otoño, todo el año, etc.). Además, puede buscar si los programas son gratuitos o si tienen algún costo.
- **APH CareerConnect®** is Este es un recurso de información laboral, el cual es ofrecido por el ConnectCenter del American Printing House for the Blind. Ofrece información laboral, herramientas de exploración profesional y orientación para la búsqueda de empleo para personas ciegas o con baja visión y a su vez para los profesionales que trabajan con ellas.

- **Los Bebés Cuentan** Esta es la única base Nacional de Datos en los Estados Unidos de América, que recopila información epidemiológica y demográfica, acerca de los bebés recién nacidos hasta los 36 meses que son ciegos o tienen baja visión. Esta base de datos es utilizada para abogar por el financiamiento y la expansión de programas y a su vez indica el progreso y el crecimiento de los niños en todos los Estados. Pida que su hijo sea incluido en Babies Count. Platique con su Proveedor de Intervención Temprana o visite [Los Bebés Cuentan](#) para descubrir más.
- **Cuidado Visual para los Bebes: InfantSEE® dirigido por Optometry Cares®** La Fundación AOA es el Programa de Salud Pública de la Asociación Estadounidense de Optometría, diseñado para garantizar que el cuidado de los ojos y la visión se convierta en una parte integral del bienestar infantil, para mejorar su calidad de vida. Dentro de este programa, los Médicos Optometristas, participantes brindan una evaluación ocular integral para los bebés que tienen entre 6 y 12 meses de edad; ofrecido como un servicio público gratuito.
- **Organización Nacional de Padres de Niños Ciegos** La alfabetización temprana y las altas expectativas que se tienen de nuestros niños, son mayormente logradas cuando cuentan con el respaldo de la Tríada de Hogar, Comunidad y Educador. La Organización Nacional de Padres de Niños Ciegos da la bienvenida a padres, familiares, educadores, adultos ciegos y otras personas interesadas en fomentar oportunidades para niños ciegos.
- **Federación Nacional de Ciegos (NFB)** La NFB coordina numerosos programas, servicios y recursos para defender los derechos de los Estadounidenses quienes están ciegos. También brinda información y apoyo a niños y adultos ciegos y ayuda a construir una comunidad que cree en un futuro, el cual está lleno de oportunidades.



Es en tu hogar donde vive tu corazón: Adaptando su hogar para crear un mejor entorno para su hijo

Las modificaciones con accesibilidad en el hogar crean un hogar más seguro y más adecuado para las necesidades únicas de su hijo. Cada área o actividad de su casa puede ser modificada para aumentar la accesibilidad y la seguridad. La mayoría de las modificaciones pueden ser implementadas de una manera relativamente fácil y económica.

- **Color** Los colores pueden ser utilizados de diversas formas para asistir a los niños para que utilicen su visión de forma más eficaz. Proveen combinaciones de colores de alto contraste (por ejemplo, cereal de color beige claro en un plato azul oscuro) puede ayudarle a su hijo a encontrar comida, objetos o juguetes. Además, si hay un color que su hijo ve más fácilmente, puede usarlo de manera intencional en toda la casa, por ejemplo para organizar sus objetos o juguetes cotidianos.
- **Contraste** Un alto contraste de color entre los objetos y el fondo puede asistirle a su hijo a encontrar alimentos, cosas o juguetes más fácilmente. Para generar contrastes coloque artículos de colores más claros sobre un fondo oscuro, como algún objeto blanco sobre una bandeja o cobija negra, o viceversa.
- **Muebles** A medida que su hijo se mueva por su casa, creará un mapa mental de las habitaciones y los muebles. Considere no reorganizar sus muebles y dejarlos como están. Puede también poner cinta adhesiva sobre las esquinas o debajo de los tapetes para evitar que su hijo se resbale o tropiece. Otra forma de prevenir caídas y tropezones, es mantener los juguetes y pisos libres de obstáculos.
- **Luz** La iluminación personalizada puede disminuir la fatiga

visual y generar autonomía. Puede utilizar persianas o cortinas para modular la cantidad de luz que entra en la habitación. La iluminación para labores, como una lámpara, puede beneficiar a un niño que necesita luz adicional cuando lee o trabaja.

Aunque no es expresamente una modificación de su hogar, provea a los niños de suficiente **tiempo** para practicar con o explorar nuevos juguetes, capacidades o entornos. Ese tiempo añadido le dará a su hijo, la oportunidad de practicar habilidades y aprender a hacer cosas por sí mismo.

Prácticas Rutinarias y el uso de la Técnica Mano-Bajo-Mano.

Estudios hechos acerca de la intervención temprana y educación infantil, han demostrado que las rutinas son benéficas para los bebés y niños pequeños para aprender autocontrol. Saber lo que sucederá después animará a los bebés y niños pequeños a confiar en que los adultos afectuosos y responsables, les proporcionarán aquello que necesitan. Las rutinas también producen oportunidades repetidas para aprender y practicar el desarrollo de habilidades.

¿Qué son las prácticas basadas en rutinas?

Considere las acciones habituales que comparte con su pequeño, como por ejemplo: despertarse por la mañana, comer con regularidad, jugar, bañarse y prepararse para dormir. Las prácticas basadas en rutinas le permiten a usted y a su hijo trabajar destrezas específicas varias veces al día, en base a actividades ya establecidas.

Utilice American Printing House for the Blind y APH ConnectCenter para ayudarlo a identificar prácticas que puede incorporar, en la rutina habitual de su hijo. Para obtener información general sobre cómo poner en marcha, llevar a cabo y brindar apoyo a las rutinas de su hijo, visite [La Importancia de las Rutinas para Niños con Discapacidad Visual](#).



Técnica Mano-Bajo-Mano

Mientras usted organiza prácticas basadas en rutinas, exploremos una estrategia de enseñanza la cual es fundamental, para apoyar el aprendizaje de su hijo de una manera que ofrezca información sensorial y le ayude a desarrollar confianza e independencia.

Después de haberle dado tiempo a su hijo de explorar un objeto de manera independiente, puede orientarlo para que le permita dejar que sus manos demuestren el uso adecuado del objeto. Utilizando sus manos para guiar las manos de su hijo, se le conoce como la técnica mano-bajo-mano (la mano del adulto sobre la mano del niño). Considere utilizar esta estrategia de enseñanza al aplicar elementos en las rutinas diarias.

Rutina Matutina

Como ejemplo de prácticas basadas en rutinas, considere su rutina matutina. Su hijo puede aprender muchas habilidades importantes acerca de su autonomía, durante su rutina con la que inicia su día y mientras se prepara para el resto del día.

Melisa, madre de dos niños con Albinismo y Profesora de Intervención Temprana para Estudiantes con Discapacidad Visual, comparte cómo asesora, a las familias para fabricar una Rutina Matutina para niños pequeños:

- Tenga un principio, intermedio y final para las rutinas diarias de su hijo. Durante la rutina de las comidas, ofrezca oportunidad para que sus hijos participen en los preparativos de las comidas; la preparación de la comida sirve como el "inicio" en la secuencia de preparación, alimentación y limpieza.
- Describa lo que está haciendo mientras prepara las comidas. Ofrezca elementos que su hijo pueda tocar y explore de forma segura mientras cocina.
- Deje que su hijo sienta cada uno de los alimentos Ejemplo: plátano, manzana, calabaza y luego déjele sentir los pedazos de dichos alimentos, una vez que los haya cortado (a veces horizontalmente, a veces verticalmente, a veces en ángulo). Describa también las piezas finales.
- Permita que su hijo sienta y huela los alimentos crudos y los cocidos. La mayoría de los alimentos por ejemplo: zanahorias, apio, papas, peras; son más suaves cuando se cocinan y su textura puede cambiar según la receta y la forma en que se utilice.
- Hable y explore los diferentes tipos de temperatura entre artículos congelados, fríos, a temperatura ambiente, tibios y calientes.

[Conexión familiar de APH](#) y otros sitios de internet como [Enseñar a estudiantes con discapacidad visual ofrece recursos en línea para desarrollar y apoyar rutinas.](#)

Vida Autónoma desde el Principio.

Para garantizar la seguridad y la independencia como adultos; a los niños ciegos o con baja visión se les debe enseñar habilidades intencionales, para poder llevar una vida independiente. Puede enseñarle sobre el cuidado personal/higiene personal, tareas y preparación sencilla de comidas durante sus rutinas diarias.

Autocuidado/Higiene Personal.

Para poder obtener consejos sobre cómo enseñar habilidades de higiene; visite el artículo: [Enseñando a Estudiantes con Discapacidad Visual](#) de Carmen Willings.

Ir al baño de manera Independiente

Para obtener consejos sobre cómo enseñar a ir al baño, visite: [Como ayudar a sus niños en edad preescolar a usar el baño solos.](#)

Vestirse

Si su hijo tiene limitaciones físicas, [Desarrolle una relación de colaboración con el Terapeuta Ocupacional \(OT\)](#). El OT está capacitado para ayudar a los niños con función motora limitada, a aprender habilidades motoras finas para vestirse e ir al baño. El APH FamilyConnect [le provee de sugerencias y consejos para enseñar a todos los niños la capacidad de vestirse](#), incluidos aquellos con discapacidades, agregando si tienen necesidades causadas por ceguera y la baja visión.

Labores de Limpieza en la Casa (limpieza de cocina)

Para obtener consejos y ejemplos para enseñar una variedad de habilidades de limpieza del hogar, visite: [Artículo de Carmen Willings sobre la Enseñanza de Estudiantes con Discapacidad Visual.](#)

Preparación de Comida

Para obtener consejos sobre cómo enseñar la preparación de alimentos, visite: [Cómo aumentar la Autonomía de su Niño en Edad Preescolar Ciego o con Baja Visión en la Cocina y durante las Comidas.](#)



Ideas de Aprendizaje y Alfabetización Temprana

Además de las prácticas rutinarias, las siguientes experiencias sensoriales pueden motivar a su hijo a explorar e interactuar con su entorno. También pueden fomentar el aprendizaje y el desarrollo de la alfabetización.

- **Clasificación de Experiencias Sensoriales** Facilite el uso de contenedores sensoriales usando elementos con diferentes texturas, tamaños y olores, como lo son; el arroz, arena, frijoles, cereales (que tengan una variedad de tamaños, olores y texturas), piedras, sal entera, piedras lisas, nieve artificial, césped, pinzas, palas, cucharas, tazones, tazas y embudos.
- **Mesa Sensorial** Una mesa sensorial, es una mesa llena de materiales que animan a los niños a utilizar los cinco sentidos. La mesa está preparada para permitir que los niños aprendan y activen sus sentidos interactuando con todo lo que se les presenta. [El DIY Lighthouse tiene sugerencias en su página de internet.](#)
- **Experiencias Táctiles** Llene globos táctiles/guantes desechables con cualquiera de los siguientes elementos: arena, plastilina, arroz, frijoles, maicena, gel para el cabello, frijoles y canicas.
- **Habitaciones Pequeñas** La Dra. Lilli Nielsen desarrolló “Little Rooms” para apoyar el aprendizaje activo y ayudar a los niños con visión limitada a desarrollar conceptos tempranos cruciales, como ideas sobre objetos, conciencia de su entorno y de objetos permanentes y mucho más. Para conocer más sobre el trabajo del Dr. Nielsen visite [Aprendizaje Activo en Habitaciones Pequeñas.](#)
- **Palitos Sensoriales para Tocar y Sentir** Reúna elementos sensoriales como bolas de algodón, cintas texturizadas, flecos de pompones, hilo texturizado, plumas de aves, fieltro, abate-lenguas y pegamento para manualidades. Agregue elementos texturizados como un abate-lenguas,

tubos de plástico con pegamento para manualidades. Esta idea surge de [Montessori Desde el Corazón](#).

- **Hula Hoop Sensorial** Reúna un aro de hula y materiales como pedazos de cinta, flecos de pompones, hilo texturizado, collar de plumas, esponjas, plumeros, juguetes de peluche, campanas, tubos de foam para piscina, tela texturizada y esponja vegetal. Envuelva el hilo, los restos de cinta, los flecos de pompones y el hilo texturizado alrededor del aro. Adjunte los elementos colgantes. Coloque los elementos colgantes, como lo sugiere [Wonder Baby](#).
- **Cortina Sensorial** Reúna una bandeja para hornear galletas, una regla de madera, bolitas de Mardi Gras en una variedad de colores, cartulina negra y pegamento para manualidades o velcro. Fabrique un tipo de cortina con los elementos que arriba se mencionan, para así poder crear una cortina sensorial.
- **Cajas Temáticas** Las cajas temáticas son un conjunto de elementos coleccionados y conectados por una idea, concepto o lugar. Los ejemplos de los temas pueden incluir; la Primavera, el Verano, el color azul o todo lo que comience con la letra "A". Las cajas generan diversas posibilidades para explorar y ampliar el vocabulario de su hijo a través de pláticas y momentos enriquecedores.
- **Libros de Vivencias** Con la ayuda de su hijo, Usted puede crear un libro de sus vivencias, el cual puede ser un medio para poder ayudarlo a reflexionar sobre una experiencia previa; como un día en el lago. Un libro de vivencias, le ofrecerá a su hijo una historia significativa que podrá compartir con los demás. Esta idea surge de [Vías rumbo a la Alfabetización](#).
- **Cajas de Historias** Las cajas de historias son una colección de elementos reales y mejoras sensoriales que acompañan a una historia. No sólo puede usar elementos reales mencionados en la historia, sino que también puede utilizar ideas que parezcan "fuera de lo común." ¡Incluya sonido utilizando una aplicación de apoyo para historias, que tenga todos los sonidos imaginables! Incluya también movimiento, moviéndose de la manera que la historia la describe. Esta maravillosa idea surge

de [Vías para la Alfabetización](#). Allí encontrará más ideas y recursos para usar otras [Cajas de Historias](#).

- **Caja de Luz** Una caja de luz es un dispositivo que agrega luminosidad, para resaltar los elementos que su hijo está viendo. Cuando utiliza objetos con colores brillantes u objetos de alto contraste, la caja de luz está diseñada para brindar respaldo a aquellas habilidades visuales, como la localización de un objeto, escaneo visual y coordinación ojo-mano. [American Printing House vende Cajas de Luz y Paquetes de Cajas de Luz](#).

Los Primeros Pasos Arriba y Adelante.

Su hijo puede estar preparado para explorar y navegar su entorno con Orientación y Movilidad (O&M), está da instrucción, para viajar de manera más segura, a personas ciegas o con baja visión. La Orientación se refiere al saber dónde estás y hacia dónde vas. La Movilidad se refiere a saber moverse con seguridad dentro de un entorno o ámbito.

Consejos de Orientación y Movilidad.

¿Te interesa saber cómo la capacitación en O&M se lleva a cabo y cómo puede usted apoyar el desarrollo de ciertas habilidades para que su hijo viaje de manera autónoma? Consulte artículos y entradas de blog, referente a O&M dentro de APH ConnectCenter para Familias.

Aptitudes de O&M ha Implementar, desde el Nacimiento hasta los Tres Años de Edad.

- [Orientación y Movilidad para Bebés y Niños Pequeños](#).
- [Orientación y Movilidad para Preescolares con Ceguera](#).

Aptitudes de O&M ha Implementar, para Edades de Tres a Cinco Años.

- [Actividades de Orientación y Movilidad en Casa para Niños Pequeños que son Ciegos](#).

- [Ayudando a su Hijo en Edad Preescolar a Practicar Habilidades de Orientación y Movilidad.](#)

Aptitudes de O&M ha Implementar, para Edades de Cinco a Siete Años.

- [Orientación y Movilidad en la Primaria.](#)
- [Actividades de Orientación y Movilidad para Familias de Niños Ciegos o con Baja Visión.](#)
- [Ayudando a su Hijo Ciego o con Baja Visión ha Como Orientarse hacia un Nuevo Edificio en la Escuela.](#)
- [Cómo crear un Mapa Táctil hecho para su Niño o Adolescente Ciego o con Baja Visión.](#)
- ["Nunca comas Waffles Blandos": Cómo volverse excelente de acuerdo a los Puntos Cardinales.](#)

O&M para Niños con Necesidades Complejas.

- [Aparatos de Movilidad para Niños Pequeños.](#)

Recursos Complementarios.

Los siguientes recursos proveen de información adicional, sobre la crianza y la educación de un niño ciego o con baja visión.

[Directorio de Servicios de APH ConnectCenter](#) – El Directorio de Servicios es una lista extensa, que provee recursos adicionales para familias. Haga clic en la liga de arriba para encontrar la categoría de los servicios disponibles más cercanos a Usted.

Libros

- [*Acercate y Enseña: Ayudando a su Hijo que es Discapacitado Visual a Aprender y Crecer*](#) por Kay A. Ferrell
- [*Enfoque Temprano: Trabajando con Niños Pequeños que son Ciegos o con Discapacidad Visual y sus Familias*](#) por Rona L. Poggrund y Diane L. Fazzi

- [Conceptos Básicos de ECC: Enseñanza del Plan de Estudios Básico Ampliado a Estudiantes con Discapacidad Visual](#) por Carol B. Allman y Sandra Lewis

Sitios web

- [Asociación Estadounidense de Optometría](#)
- [APH FamilyConnect](#)
- [CVI Now – Escuela Perkins para Ciegos](#)
- [Hadley](#)
- [Instituto Nacional del Ojo](#)
- [Vías hacia la Alfabetización](#)
- [Enseñando a Estudiantes con Discapacidad Visual](#)
- [WonderBaby.org – Ayudando a su bebé a alcanzar Mayores Maravillas](#)

Vídeos

Los seminarios en línea, previamente grabados con información valiosa para las familias, se pueden encontrar en los siguientes sitios:

- [Apoyo al aprendizaje activo en el hogar](#)
- [CVI – Estrategias Simples para Crear un buen Ambiente en Casa](#)
- [Consejos y Técnicas para Desarrollar Conocimientos Previos de Braille en Niños Pequeños](#)
- [Impacto por la Pérdida de la Visión en el Desarrollo de un Niño](#)
- [Alfabetización Temprana](#)
- [ONH 101: Lo que las Familias Deben Saber](#)
- [ONH 101: Estrategias para Estudiantes con ONH en el Hogar y Salon de Clases](#)
- [ONH 101: Colaboración](#)

¡Esperamos seguir apoyándolo, como Padre de su hijo ciego o con baja visión!

Referencias

- Academia para la Certificación de Profesionales de Educación y Rehabilitación de la Visión.
- Espacio de Aprendizaje Activo.
- Consejo Americano para Ciegos.
- Asociación Estadounidense de Optometría [Visión infantil](#), Visión Preescolar, y [Visión en Edad Escolar](#).
- American Printing House for the Blind.
- APH FamilyConnect.
- Los Bebés Cuentan.
- Iniciativas de Salud de la Visión de los Centros para el Control de Enfermedades. [Resumen de Datos sobre la pérdida de la visión](#) (2020).
- Estándares Estatales Básicos Comunes.
- InfantSEE.
- Montessori Desde el Corazón.
- Federación Nacional de Ciegos.
- Organización Nacional de Padres de Niños Ciegos.
- Vías hacia la Alfabetización.
- Enseñando a Estudiantes con Discapacidad Visual.
- El DIY Lighthouse.
- Wonder Baby.

Como Iniciar

Una Guia para Familias que son Nuevas en el Ámbito
de la Ceguera y Baja Visión
De Cuna a 3er grado.



FamilyConnect[®]



**1839 Avenida Frankfort
Louisville, Kentucky 40206
502-895-2405 • 800-223-1839
aph.org • info@aph.org**