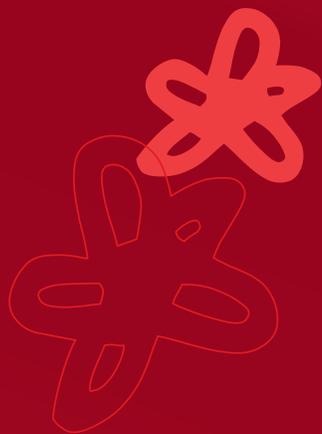


La atención en



Funciones ejecutivas

Ayude a sus niños a pensar antes de actuar



PADRES



Centro de Excelencia
para el Desarrollo
de la Primera Infancia

STRATEGIC KNOWLEDGE
CLUSTER ON EARLY

child development



“El desarrollo de las funciones ejecutivas requiere muchos años.”

¿Qué sabemos?

- Las funciones ejecutivas son destrezas que ayudan a sus niños a desarrollar:
 - autocontrol (ser capaz de resistirse a tentaciones);
 - memoria de trabajo (ser capaz de guardar información en mente para que se pueda usar más tarde);
 - flexibilidad cognitiva (ser capaz de pensar de manera creativa y de adaptarse a nuevas situaciones).
- En conjunto, las funciones ejecutivas le permiten a su hijo planear, razonar, prestar atención y realizar múltiples tareas. Él necesita ser capaz de realizar estas actividades para tener éxito en la escuela y en la vida.
- Estas destrezas son importantes porque ayudan a desarrollar otras habilidades. Por ejemplo, éstas pueden ayudar a su hijo a comprender cómo las otras personas pueden estar sintiéndose o pensando, o cómo aprender una nueva destreza como la matemática o la lectura.
- Los niños con buenas funciones ejecutivas tienen destrezas emocionales, sociales y morales más fuertes y tienden a ser más sanos más adelante en la vida.
- El desarrollo de las funciones ejecutivas requiere muchos años. Sin embargo, hay dos épocas en la vida cuando se desarrollan rápidamente: durante los años preescolares y durante los años de la adolescencia.
- Las destrezas de funciones ejecutivas de niños con edades de 4 a 5 están subdesarrolladas. Como resultado de ello, la mayoría de los niños de corta edad experimentan dificultades en el momento de hacer ciertas cosas, como resistirse a tentaciones, planear por adelantado, concentrarse y controlar sus emociones.
- Usted puede ayudar a su hijo a mejorar sus funciones ejecutivas desde los 4 a 5 años mediante ejercicios o juegos diarios sencillos. Por ejemplo, usted puede ayudar a su hijo a aprender cómo efectuar tareas sencillas antes de disfrutar las recompensas. Usted puede ayudar a su hijo a dividir problemas grandes y difíciles en problemas más pequeños y fáciles, y a aprender a desenvolverse frente a tareas difíciles. Aprender una segunda lengua o a tocar un instrumento musical también puede ayudar a su hijo a desarrollar sus destrezas de funciones ejecutivas.
- La mayoría de niños necesitan apoyo para que se desarrollen sus destrezas de funciones ejecutivas, pero los niños con trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH), autismo y problemas de comportamiento luchan significativamente con tareas que comprenden funciones ejecutivas.
- El tipo de experiencias a las cuales los niños están expuestos (por ejemplo, las interacciones con sus padres) tiene un efecto importante sobre la manera cómo desarrollan sus funciones ejecutivas.
- Los niños que crecen en un entorno estresante son más propensos a quedar rezagados en el desarrollo de sus destrezas de funciones ejecutivas.

Preste atención a...

¿Qué podemos hacer?

... cómo su relación con su hijo puede ayudar a desarrollar funciones ejecutivas.

- Esté consciente de que si tiene una relación positiva con su hijo, él tendrá mayor capacidad para desenvolverse en situaciones estresantes. Esto a su turno ayudará a desarrollar sus destrezas de funciones ejecutivas.
- Sea afectuoso y receptivo a las necesidades y peticiones de su hijo.
- Use disciplina moderada tal como razonar con su hijo, pidiendo o sugiriendo cortésmente cuando quiere que haga o no haga algo.
- Estimule a su hijo para que sea independiente ayudándolo con actividades únicamente hasta donde él lo necesite.
- Trate de mantener su casa y su rutina coherentes y organizadas.

... el hecho de que las destrezas de funciones ejecutivas se desarrollan gradualmente.

- Sea paciente cuando su hijo de corta edad es terco (ejemplo, al negarse a poner su gorro antes de salir al frío, o al comer una galleta cuando usted le ha ordenado lo contrario).
- Sea realista acerca de lo que su hijo puede hacer a diferentes edades. Por ejemplo, cuando su hijo comienza la escuela él no será capaz de planear por adelantado para completar las tareas. Mientras crece él comprenderá por qué la planeación del tiempo de las tareas es importante.

... actividades que pueden mejorar las funciones ejecutivas de su hijo.

- Anime a su hijo a participar en juegos de suplantación social con otros, especialmente juegos donde él tenga que asumir un papel y adaptarse a la “historia” mientras cambia.
- Busque juegos por computadora y juegos cognitivos que ayudan a desarrollar las funciones cognitivas.
- Anime a su hijo a hacer yoga, meditación, música, artes marciales, danzas o aeróbicos. Asegúrese de que las actividades sean lo suficientemente exigentes para mantener a su hijo motivado.
- Pregunte a la profesora de preescolar o a la guardiana de su hijo cómo está aprendiendo a manejarse como parte de sus actividades diarias (ejemplo, seguir instrucciones, controlar sus impulsos).

... posibles demoras o brechas en funciones ejecutivas.

- Teniendo en cuenta la edad de su hijo, busque funciones ejecutivas subdesarrolladas (ejemplo, dificultades para prestar atención, ser impulsivo) puesto que esto puede significar que está teniendo problemas de desarrollo o dificultades de aprendizaje.



Información

Esta hoja de información es una publicación del Centro de Excelencia para el Desarrollo de la Primera Infancia (CEDPI) y la Red Estratégica de Conocimientos sobre el Desarrollo de la Primera Infancia (REC-DPI). Estas organizaciones identifican y resumen los mejores trabajos científicos sobre el desarrollo de la primera infancia. Divulgan este conocimiento a una variedad de audiencias en formatos y lenguas adaptados a sus necesidades.

Para una comprensión más a fondo sobre los funciones ejecutivas, consulte nuestra síntesis y artículos de expertos sobre este tema en la Enciclopedia sobre el desarrollo de la primera infancia, disponible de forma gratuita en www.encyclopedia-infantes.com.

Varias organizaciones han apoyado financieramente al CEDPI y al REC-DPI, incluyendo el Consejo de Investigación en Ciencias Sociales y Humanidades de Canadá, Universidad de Laval, y fundaciones privadas. Las opiniones expresadas en esta publicación no reflejan necesariamente las políticas oficiales de estas organizaciones.

Estamos agradecidos con el UNICEF por su contribución financiera para producir esta hoja de información.

En este documento, se ha usado la forma masculina sólo para simplificar el texto, sin ninguna intención de discriminación.

Centro de Excelencia para el Desarrollo de la Primera Infancia Red Estratégica de Conocimientos sobre el Desarrollo de la Primera Infancia

GRIP-Université de Montréal
P.O. Box 6128, Succursale Centre-ville
Montreal, Quebec H3C 3J7

Teléfono: 514.343.6111, extensión 2541

Fax: 514.343.6962

E-mail: cedje-ceecd@umontreal.ca

Páginas Web: www.excellence-earlychildhood.ca y www.skcc-eecd.ca

Coordinadora:
Valérie Bell

Colaboradores:
Marie-Pierre Gosselin
J. Bruce Morton

Corrector de Estilo:
Francisco Quiazua

Traductor:
Lenito Robinson

Proyecto gráfico:
DesJardins Conception Graphique Inc.



STRATEGIC KNOWLEDGE
CLUSTER ON EARLY
child development

