



APRECIAR EL SILENCIO

Actualmente la economía y la tecnología se desarrollan rápidamente. Las calles están saturadas por el tráfico, celulares, música, la televisión y queremos vivir aceleradamente. El ruido parece estar muy presente en nuestra vida cotidiana que muchas veces se nos olvida la importancia del silencio. Pregúntate, ¿constantemente al comer tienes la televisión encendida?, ¿cuando vas en el auto escuchas música?, ¿con frecuencia hablas muy fuerte o gritas?, ¿con qué frecuencia estas calmado?

Entre más experimentamos estar en calma y serenidad, con mayor facilidad podemos sentir la sensación de paz interior y equilibrio cuerpo-mente, y así contrarrestar los estímulos excesivos de la actualidad. Esta capacidad la tenemos todos, nos permite bajar los niveles de estrés, ansiedad, entre otros. La podemos desarrollar a través de la perseverancia, por eso, aquí te dejamos algunas actividades que puedes practicar:

- Disfruta de comer o viajar en silencio y reconoce lo bien que te hace sentir.
- Realiza actividades como la meditación o yoga.
- Sé consciente de tu respiración y tus emociones.
- Admira la belleza que trae cada día (las nubes, el sol, el viento).
- Conéctate con tu creatividad (pintar, cocinar, escribir).

Cuando soy consciente de qué tan rápido estoy viviendo, puedo hacer un alto, me detengo a apreciar el silencio y de toda la belleza de la vida que me rodea.





MÉTODO DE LECTURA PARA NIÑOS CON SÍNDROME DE DOWN

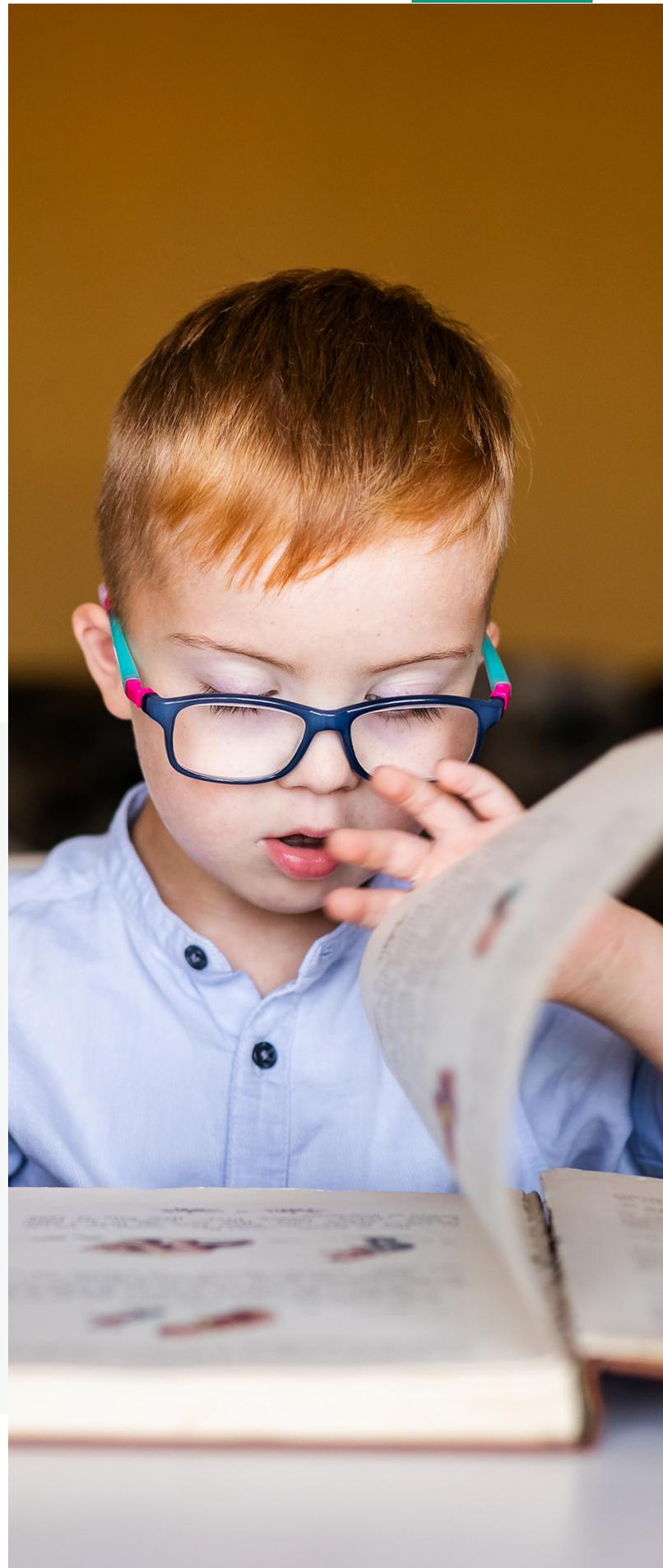
En la actualidad existen diferentes métodos de lectura que se ajustan a los distintos contextos educativos, así como a las necesidades de los niños que comienzan con su proceso de aprendizaje.

En el caso de los niños y niñas con Síndrome de Down la necesidad más significativa que presentan es a nivel cognitivo. Sin embargo, con una temprana y adecuada intervención pueden mejorar sus capacidades físicas e intelectuales y desarrollar al máximo su potencial; llevando a cabo tareas de igual forma que cualquier otra persona que no presenta ninguna dificultad como es el caso de la lectura, la cual se puede lograr utilizando metodologías y programas adaptados para ello.

Comúnmente se utiliza el método global de lectura, debido a la adaptabilidad y ventajas que este tiene, algunas de ellas son:

- Se puede comenzar la enseñanza de la lectura desde temprana edad, cuanto antes, mejor.
- Es variado, se puede personalizar y adaptar a la necesidad de cada niño.
- Las palabras aprendidas se incorporan a su lenguaje, promoviendo su desarrollo.
- La lectura amplía el vocabulario, permitiendo estructurar mejor el pensamiento y mejorar sus capacidades cognitivas.
- Las indicaciones para implementarlo son sencillas y requiere una capacidad mínima de atención.
- Permite reforzar el vínculo afectivo con el instructor y el niño (a).

Es importante que la aplicación de este método sea algo divertido, tanto para el niño como para quien lo implementa, y sobre todo que esté orientado al éxito.





¿QUÉ ES LA REHABILITACIÓN INFANTIL?

Dentro del mundo de la rehabilitación existe una parte encargada de atender a niños en diferentes edades, esta se conoce como rehabilitación física infantil y engloba todas aquellas estrategias terapéuticas encaminadas a obtener el mayor nivel funcional posible en niños con deficiencias motoras comprendidos entre los 0 y los 18 años.

Dentro de las estrategias que este sector de la rehabilitación comprende, encontramos aquí a la estimulación precoz y atención temprana, donde se trabaja con niños de los 0 a los 6 años de edad aproximadamente.

Poder determinar los objetivos a trabajar en cada caso, depende directamente del diagnóstico clínico realizado al niño y de las características individuales de cada uno de ellos, entre muchos otros factores.

La rehabilitación infantil abarca una gran variedad de diagnósticos en los cuales puede intervenir, desde lesiones del sistema nervioso central, malformaciones congénitas, diferentes síndromes, hasta alteraciones del aparato locomotor.

La rehabilitación infantil se basa en el diagnóstico, tratamiento y cuidado de recién nacidos, niños y adolescentes con una gran variedad de desórdenes o alteraciones congénitas, del desarrollo, neuromusculares o músculo esqueléticas. Los tratamientos se centran en la mejora de las habilidades motoras, tanto finas como gruesas; es decir, en la capacidad para caminar, hablar, pintar, entre otras; mejoras del equilibrio y la coordinación, fuerza, resistencia, así como la integración sensorial y cognitiva del niño.



TESTIMONIO CAM #12

***“Con la implementación del programa de Estrella Guía estamos fortaleciendo la estimulación neurológica de los niños, ellos realizan un circuito donde hacen arrastre y gateo con diferentes actividades que fortalecen la locomoción, manipulación y estabilidad. Con este programa los niños están más activos, se movilizan, están alertas y reaccionan a las consignas y actividades con mayor ejecución.*”**

En la hora del recreo los alumnos están más dinámicos, entre más movilidad más inquietud y energía tienen, se ven avances en su conducta y en su comunicación, además están fortaleciendo la convivencia entre ellos.”

Leonor Rodríguez García
Centro de Atención Múltiple #12





AGENTES GUÍA, AGENTES DEL CAMBIO

Ricardo Barraza

Psicólogo en Centro de Atención Múltiple #12

¿Por qué decidiste capacitarte para ser Agente Guía?

Decidí ser Agente Guía porque en el área de atención a las personas en situaciones delicadas se requiere estar bien capacitado. Me gusta aprovechar las situaciones de aprendizaje y vi en Estrella Guía un modelo que brinda ayuda, que esta ayuda tiene efectos positivos en las personas y que ha sido replicada por muchas personas, es decir, es un proyecto serio y confiable, que busca lograr un bienestar en las personas.

¿Qué significa para ti ser Agente Guía?

Significa ser un agente del cambio, poder ayudar a que otras personas logren mejoras desde ellos mismos, sugiriéndoles ser el protagonistas de su propio proceso de desarrollo. Es una oportunidad de la cual estoy muy agradecido, y la entiendo como un proceso en el que yo también estoy aprendiendo todos los días.

¿Qué es lo más satisfactorio en tu labor como Agente Guía?

Ver a personas reales enfrentándose a problemas cotidianos asociados a sus situaciones y ver

cómo desde esta perspectiva, brindamos apoyo y herramientas para que puedan sobreponerse a las adversidades que atraviesan. Cómo se logran cambios en la actitud, en los comportamientos, cómo la gente comparte sus éxitos y también sus pequeñas derrotas y cómo pueden utilizarlas como insumo para construir una mejor versión de ellos mismos.

¿Qué opinas sobre los profesionales de Estrella Guía que se encargaron de capacitarte?

Creo que son personas muy profesionales, que les gusta su trabajo. Realmente se percibe el deseo en ellos de ayudar a otros en situación de cuidado de alguna persona con discapacidad, pienso que tienen una gran misión, que saben lo que es el trabajo en equipo y que buscan que este sistema llegue a más personas.

Así como Ricardo, tú también puedes ser un **Agente Guía** y llevar bienestar emocional a más padres de familia y cuidadores de personas con discapacidad en las escuelas públicas.

Capacítate en nuestras técnicas y metodologías mediante la **Red de Intervención Integral Estrella Guía (RIIE)**. Comunícate con nosotros para más información.

Francisco Márquez #9 Col. Chapultepec, Culiacán, Sinaloa T. 01 (667) 715 3702 . 01 (667) 715 1294



Estrella Guía / estrellaguia.mx

Estrella GUIA IAP trabaja en la promoción de la inclusión laboral sin discriminar personas por diagnósticos y estereotipos.

¡Queremos escucharte! Ingresa a arbitrajevalor.com y comparte tus quejas o sugerencias acerca de nuestro trabajo.