



### Comienza por ti:

- Sé más amable contigo.
- Sé sincero y poco a poco discúlpate a ti mismo.
- Valida tus emociones y toma decisiones correctas.
- Tienes la oportunidad de educar diferente.
- Eres el adulto, fomenta principios y valores a tu hijo.
- Disfruta del aquí y el ahora.

### Sé consciente y actúa:

- Sé firme cuando hables.
- Ponte a la altura de tu hijo.
- Emplea reglas.
- Deja de castigar, aplica consecuencias y cúmplelas.
- Predica con el ejemplo.
- Dale más importancia al interior. La superficialidad puede engañar pero la felicidad esta dentro de cada uno de nosotros.

## LIBERARSE DE CULPAS EN LA CRIANZA

Algunos padres de familia experimentan el sentimiento de culpa por la creencia de haber hecho algo mal, dañar/traumar a sus hijos o por no cumplir las exigencias de la sociedad o de la familia en cuanto a la crianza. Todas estas exigencias suelen generar culpa, porque los valores transmitidos suelen no coincidir con lo que, como adultos sabemos que es correcto o lo que es importante, como la felicidad. Ese sentimiento puede durar años y es una carga que llevan día a día. Liberarse de las culpas durante la crianza de los hijos es uno de los primeros pasos para poder aplicar una disciplina positiva, basada en las reglas, límites y el amor.

Los resultados no los verás de la noche a la mañana, pero sí podrás disfrutar de sus beneficios con la práctica y la constancia. No se puede ser un padre o madre perfecto, pero recuerda que la culpa es diferente a la responsabilidad. Quedarte en las culpas solo hará más difícil la posibilidad de liberarse de ellas y emplear acciones positivas para las conductas negativas, en cambio, ocuparte como adulto de tu bienestar emocional y ser consciente de una conducta negativa te llevará al cambio en la etapa de crianza de tus hijos.

***“Recuerda que eres su guía, permite que también se equivoquen, enséñale a escuchar su propia conciencia y sentimientos para tomar decisiones”.***





# DÍA MUNDIAL DEL SÍNDROME DE DOWN

El síndrome de Down es una alteración genética, y no una enfermedad como se puede llegar a pensar. Como es bien sabido, el cuerpo humano tiene 46 cromosomas distribuidos en 23 pares, y este síndrome se produce por la presencia de un cromosoma extra en el par 21. En vez de existir dos como normalmente ocurre, son tres, es por ello que también es conocido como trisomía 21.

Debido a esta trisomía 21, el 21 de marzo se conmemora el Día Mundial del Síndrome de Down, asignado por la Asamblea General de la Organización de las Naciones Unidas a este día pues se trata del día 21 del mes número 3.

La celebración tiene como principal objetivo hacer visibles los retos a los que se enfrentan cada día las personas con este síndrome y el derecho que tienen de desarrollar una vida independiente de acuerdo a sus necesidades. También se pretende que las organizaciones gubernamentales, sociales y privadas promuevan la inclusión de las personas con síndrome de Down con la finalidad de que mejoren su calidad de vida.

Actualmente existen muchos mitos sobre las personas con este síndrome: que son muy afectivos, que tienen una vida corta, problemas de conducta, o grados de discapacidad intelectual graves o severos, etc. Sin embargo, gracias a los esfuerzos de profesionales y padres de familia, está comprobado que atendiendo a las personas con Síndrome de Down de manera integral desde edades tempranas pueden tener una vida independiente y longeva.

## Como sociedad podemos ayudar a que las condiciones para las personas con síndrome de Down sean mejores:

- Evitar utilizar palabras como "angelito", "mongolito" o "enfermito" para referirnos hacia ellos. El término correcto es "Personas con síndrome de Down".
- Tratarlos de acuerdo a su edad. Si están en edades adultas, evitar infantilizarlos.
- Dirigirnos con respeto, de manera pausada, con un lenguaje claro y sencillo.



- Si va acompañada por alguna otra persona, al hablar, dirigirse a la persona con síndrome de Down y no a su acompañante.
- Tener cuidado al utilizar expresiones en doble sentido, sarcasmos, bromas. Pueden tomarlas literalmente y confundirse.
- No sobreprotegerlos, pues frena el desarrollo de su autonomía.
- Tratarlos como a cualquier persona. Esto beneficiará el desarrollo de sus habilidades sociales y emocionales.

Estos consejos pueden servirte para dirigirte a las personas con esta condición, ¡compártelos con tu familia y amigos!

Actualmente este día se celebra con eventos de concientización y sensibilización para el público en general. Puedes buscar en redes sociales e instituciones que tengan eventos virtuales para conocer más sobre esta condición el Día Mundial del Síndrome de Down. Además puedes unirme a la campaña de calcetines disperejados que hace unos años surgió como una propuesta en redes sociales. Dicha campaña consiste en utilizar calcetines de diferentes colores y diseños para concientizar sobre el síndrome de Down. Así que ya lo sabes, este 21 de Marzo utiliza tu combinación más divertida de calcetines y sube una foto a tus redes sociales. Puedes utilizar hashtags como [#LotsOfSocks](#), [#CalcetinesDisperejados](#), [#CalcetinesDisperejos](#) y [#DiaMundialDelSíndromeDeDown](#) para participar de manera activa en esta celebración.



# REPORTE RIIE - AFYCC MARZO

## PRIMER SEMESTRE DEL CICLO ESCOLAR 2020-2021

Gracias al apoyo de Fomento Social Banamex A.C., de su programa "Sembrando Esperanzas" y Cumbre de Instituciones de Coppel Comunidad para nuestro programa RIIE (Red de Intervención Integral Estrella Guía), en el primer semestre del ciclo escolar 2020-2021 logramos atender a un total de **26 familias** de niños con desorganización cerebral o discapacidad de diferentes planteles educativos (Preescolar y Centros de Atención Múltiple) a través de jornadas AFYCC (Acondicionamiento Físico y Conexiones Cerebrales); estas tienen el objetivo de capacitar al padre, madre o cuidador del niño(a) con desorganización cerebral en las actividades del programa AFYCC adaptando el procedimiento a las condiciones y necesidades del niño(a), enfocado

Nombre de la escuela	Familias
Preescolar Oscar Liera	12
Preescolar Venustiano Carranza	7
Preescolar Miguel Hidalgo y Costilla	3
CAM 19	4

al desarrollo de conexiones cerebrales para una mejor integración escolar, social y familiar. Debido a la pandemia, hemos adecuado nuestro servicio presencial llevándolo a cabo a distancia a través de llamadas telefónicas, recepción de videos y video llamadas con el fin de sí poder brindar nuestra atención y que más familias se sigan viendo beneficiadas con nuestro servicio.

Además, en el mes de enero 2021 arrancamos con nuestro programa de pláticas Conocer es entender. Este es un programa de pláticas dirigidas al desarrollo neuromotor de la primera infancia para sensibilizar e informar a padres, madres de familia, docentes y cuidadores de niños (as) con discapacidad y





barreras en el aprendizaje y participación (BAP), concientizándolos en la oportunidad de desarrollo que sus hijos (as) tienen de potenciar sus habilidades psicosociales que les facilite su inclusión en la familia, escuela y sociedad.

Otro de nuestros servicios que se adecuó en este tiempo, fue nuestra videoconferencia "Nutrición, esencial para el aprendizaje", realizando una cápsula informativa sobre lo que una lonchera debe contener para potenciar el aprendizaje de los niños y niñas en las escuelas.

Por otro lado, la continuidad de nuestros talleres de Circuito Integral (CI) y Pasando Estafeta AFYCC (PEA) serán impartidos a partir del mes de marzo para CI y a partir de septiembre para el PEA por medio de nuestra APP Estrella Guía para continuar nuestra capacitación a distancia debido al confinamiento y poder llegar a otras escuelas que están en zonas suburbanas de la Ciudad de Culiacán y en otras localidades.

En el programa RIIE (Red de Intervención Integral Estrella Guía), durante el primer semestre del presente ciclo escolar 2020-2021 logramos intervenir y apoyar a un total de 304 beneficiarios divididos entre los 3 servicios pertenecientes al programa: Respiros para el Alma (Escuela para Padres), Creciendo Juntos (Grupo de Autoayuda) y Límites y Conducta (Servicio de asesoría a padres). Todo ello con las implicaciones de adaptación digital que ha demandado la situación actual del confinamiento.

A continuación, se presenta un desglose de la cantidad de beneficiarios, los servicios brindados y las instituciones educativas que se vieron beneficiadas con la intervención de Estrella Guía.

Servicio	Institución educativa	Beneficiarios
Creciendo Juntos Foráneo	Centro de Atención Múltiple 54	24

Servicio	Institución educativa	Beneficiarios
Respiros para el Alma	JN Venustiano Carranza	34
	JN Agustín Melgar	16
	JN Ramón Corona Madrigal	8
	JN Alejandro Hernández Tyler	7
	JN Justo Sierra	18
	JN Antonio Nakayama	18
	JN Juan de Dios Bátiz	10
	JN Francisco Javier Mina	10
	JN Nueva Creación San Fermín	38
	JN Profa. Margarita Rodríguez de López Martínez	26
	JN Luz María López Meza	82
	JN Óscar Liera	11

Servicio	Institución educativa	Beneficiarios
Límites y Conducta	Óscar Liera	2

En el 2021 continuamos con la implementación de los servicios, seguros de que nos seguiremos reinventando a adaptando a cualquier circunstancia que se presente. Cada vez son más frecuentes los servicios virtuales, así como las instituciones educativas y los beneficiarios (directos e indirectos) que se nutren emocionalmente de la metodología integral de nuestra institución, tanto dentro de la Ciudad de Culiacán, como en otros municipios del norte el estado.

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



Estrella Guía / [estrellaguia.mx](https://www.estrellaguia.mx)

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

¡Queremos escucharte! Ingresa a [arbitrajeyvalor.com](https://www.arbitrajeyvalor.com) y comparte tus quejas o sugerencias acerca de nuestro trabajo.