

Informe a los PADRES

Preguntas Frecuentes Sobre Funciones Ejecutivas

Las funciones ejecutivas son un conjunto de destrezas que le ayudan a su niño a planear, controlar la conducta, y establecer metas. Según el Centro del Niño en Desarrollo de la Universidad de Harvard, el cerebro de su niño es como un aeropuerto con mucha actividad, y las funciones ejecutivas son como el sistema de control de tráfico aéreo. Este sistema permite que su niño pueda enfocarse en una actividad, recordar detalles, y manejar su tiempo—las cuales son tareas críticas para el éxito académico.

Según la investigadora y autora Ellen Galinsky, las 7 destrezas esenciales para las funciones ejecutivas que necesitan los niños son:

- el enfoque y el auto-control;
- a toma de perspectiva;
- la comunicación;
- la habilidad para hacer conexiones;
- el pensamiento crítico;
- la aceptación de los desafíos; y
- el aprendizaje auto-dirigido y activo.

Más adelante encontrará Ud. las respuestas a algunas preguntas comunes sobre estas destrezas.

¿Cómo puedo detectar si mi niño tiene problemas con las funciones ejecutivas? Ya que las funciones ejecutivas involucran un conjunto de destrezas, no hay ninguna prueba única para identificar problemas con ellas. Generalmente un niño puede tener una debilidad en función ejecutiva si tiene dificultades al:

- planificar proyectos y mantenerse organizado;
- contar historias verbalmente o escribirlas;
- retener información mientras la usa (por ejemplo, recordar un número de teléfono mientras lo marca);
- calcular la cantidad de tiempo que llevará en completar una tarea; o
- memorizar y recordar información de la memoria.

¿Constituyen los problemas con las funciones ejecutivas una discapacidad de aprendizaje? No. Pero muchas personas con discapacidades del aprendizaje batallan con las funciones ejecutivas. Las personas con el TDAH (trastorno por déficit de atención con hiperactividad), autismo, u otros trastornos de conducta pueden también tener problemas con las funciones ejecutivas.

¿Si mi niño está luchando con las funciones ejecutivas, cuáles son los primeros pasos para tratar esto? Considere cuáles destrezas son las que aparentan presentar los mayores problemas para su niño. Comuníquese con los maestros



y el/la director/a de la escuela para discutir cómo estos asuntos pueden estar impactando su rendimiento académico. Juntos pueden ingeniar estrategias para la escuela y la casa.

Acaso para mi niño que está en el sexto grado, ¿es demasiado tarde para fortalecer sus destrezas para las funciones ejecutivas? ¡No! Aunque los niños comienzan a desarrollar las destrezas necesarias para las funciones ejecutivas durante la infancia, el cerebro sigue desarrollándose a través de la adolescencia y hasta cuando su niño sea adulto. Nunca es demasiado tarde para ayudar a su niño a desarrollar las destrezas y los procesos necesarios para apoyar su aprendizaje.

¿Cómo puedo reforzar las destrezas buenas para las funciones ejecutivas en casa? Una de las formas más fáciles—y divertidas—es por medio de los juegos. El juego "Simon dice", por ejemplo, es útil para enseñar a los niños a seguir instrucciones; los juegos de contar historias ayudan a estimular la comunicación; los juegos imaginativos y para responder a "que pasaría si" ayudan a los niños a considerar nuevas perspectivas; y los juegos de la memoria ayudan a los niños a recordar información.

¿Cómo puedo ayudar a mi niño para que complete sus tareas escolares? Haga una lista para navegar las tareas. Para un niño que batalla con las destrezas para las funciones ejecutivas, los pasos necesarios para completar una tarea pueden no estar claros. Defina los pasos específicamente. Por ejemplo, saque un lápiz y papel; escriba su nombre; lea las instrucciones, etc. Anime a su niño para que anote la fecha de entrega en cada tarea para que ésta sirva como recordatorio visual. En casa, haga un calendario visual con las fechas de entrega de los proyectos.