

### ¿Cuáles son las Habilidades de Funcionamiento Ejecutivo?

Los Estudiantes con Trastornos de Atención o que están en el Espectro del Autismo frecuentemente carecen de habilidades de función ejecutiva. Estas habilidades nos ayudan a planificar, organizar, tomar decisiones, cambiar entre situaciones o pensamientos, controlar nuestras emociones y la impulsividad, y aprender de los errores del pasado. Eso significa que un estudiante sin buenas habilidades de función ejecutiva batalla con las tareas que implican análisis, planificación y organización, entre otras. A continuación se presentan algunas definiciones asociadas con función ejecutiva:

**Inhibición de Respuesta** La capacidad de pensar antes de actuar - la capacidad de resistir el impulso de decir o hacer algo que nos permite tiempo para evaluar una situación y cómo nuestro comportamiento podría afectar a la misma.

**Memoria de Trabajo** La capacidad de retener información en la memoria, mientras se realizan tareas complejas. Combina la capacidad de recordar aprendizaje anterior o experiencia para aplicar a la situación actual o para proyectarla en el futuro.

**Control Emocional** La capacidad de manejar las emociones con el fin de lograr objetivos, completar tareas, o controlar y dirigir la conducta.

**Flexibilidad** La capacidad de revisar los planes cuando se enfrenta a obstáculos, contratiempos, nueva información o errores. Se refiere a ser capaz de adaptarse a las condiciones cambiantes.

**Atención Sostenida** Capacidad de mantener la atención ante una situación o tarea, a pesar de distracciones, fatiga o aburrimiento.

**Iniciación de Tareas** La capacidad de iniciar proyectos sin retraso, en el momento oportuno.

**Organización** La capacidad de crear y mantener sistemas para mantener un seguimiento de la información o el material.

**Manejo del Tiempo** La capacidad para estimar la cantidad de tiempo que uno tiene, cómo asignarlo, y cómo mantenerse dentro de los plazos y fechas límite. También implica una sensación de que el tiempo es importante.

**Persistencia Dirigida a una Meta** La capacidad de tener una meta, seguirla hasta la realización de la misma y no desanimarse o distraerse por los intereses en competencia.

**Meta cognición** La capacidad de dar un paso atrás y evaluarse a uno mismo en una situación. Se trata de la capacidad de observar cómo resolver problemas. También incluye capacidades de evaluación de auto-monitoreo (preguntándose a uno mismo, "¿Cómo lo estoy haciendo?" o "¿Cómo lo hice?").

### ¿Cómo se ve la debilidad de Habilidad de Funcionamiento Ejecutivo en los estudiantes?

- Olvida instrucciones
- Se olvida de traer de vuelta materiales de ida y vuelta entre el hogar y la escuela
- Se queda sin energía antes de terminar el trabajo
- Deja un rastro de pertenencias a donde quiera que vaya
- Trabajo descuidado
- Pierde o extravía las cosas (libros, hojas de permiso, teléfono celular, dinero para el almuerzo, etc.)
- Escritorio/cubículo/mochila/ habitación desordenada.
- Actúa sin pensar, interrumpe a los demás
- Reacciona de forma exagerada a los problemas pequeños
- Malestar por los cambios en los planes
- Baja tolerancia a la frustración
- No ver su comportamiento como parte del problema

### 3 Estrategias clave para manejar la debilidad de Habilidad de Funcionamiento Ejecutivo

Intervenir a nivel del medio ambiente:

1. Cambiar el entorno físico o social (orden de los asientos, menos niños- más adultos, ayudantes de clase, menos distracciones).
2. Modificar las tareas que esperamos que el niño desempeñe (tareas más cortas, acortar la tarea en pasos más pequeños, más descansos, horario visual, dar opciones de temas, fecha de entrega, cambiar el orden, dar un punto inicial y final).

3. Cambiar la forma que los adultos interactúan con el niño (situaciones de juego de roles y su respuesta, el uso de indicaciones verbales, listas de control de uso, elogio eficaz - cuatro positivos por cada retroalimentación correctiva).

### Enseñar Habilidades Ejecutivas

**Ejemplo 1)** Cuarto limpio: Los padres actúan como un sistema de organización externa para ayudar al niño a realizar las siguientes funciones y poco a poco se le da el control al niño cuando él/ella demuestre estar listo:

1. Desarrollar un plan, un esquema organizativo, y un conjunto específico de instrucciones (ropa limpia se dobla en el cajón, los juguetes en la caja de juguetes, zapatos en el armario, la ropa sucia en el cesto, etc.)
2. Proporcionar la misma información sin ser el agente directo; crear una lista, pistas con dibujos, cinta de audio, verificación para darle pistas al niño.
3. Los padres comienzan a transferir la responsabilidad a hijo (Los padres preguntan "¿Dónde quieres empezar a recoger tu habitación? ¿Juguetes? ¿Ropa?")
4. Refuerzos positivos cuando se utilizan habilidades emergentes.
5. Cómo saber si la transferencia se ha completado. (El niño puede preguntarse, "¿Qué necesito hacer? Revisar mi lista.")

**Ejemplo 2)** Enseñar al estudiante como prestar atención.

1. Explicar que prestar atención es la habilidad más importante para que le vaya bien en la escuela porque a por lo menos lo que se espera es ser escuchado, no va a ser entendido, ejecutado, o recordado.
2. Hablar de cómo un maestro puede ver si un estudiante está prestando atención (ojos en el maestro, levanta la mano si tiene una pregunta o sabe una respuesta, toma notas cuando algo importante se comparte con la clase verbalmente/ escrito en el pizarrón).

3. Hablar de cómo se ve el comportamiento apropiado durante la clase: manos y pies en uno mismo, levantar la mano para responder a las preguntas, no responder impulsivamente, esperar a que el profesor lo reconozca, utilizar una voz de interior.
4. Dar al estudiante una lista de verificación y pedirle que se monitoree a sí mismo y de indicar si los elementos de la lista estaban presentes o no.
5. Practicar y preguntar: establecer una meta y añadir un reforzador para aumentar la motivación para practicar esa habilidad.

**Ejemplo 3)** Enseñar a los niños a que hagan planes de tarea.

1. Anote las tareas/asignaciones.
2. Poner en la parte superior de la mesa todo lo que tiene que ir a casa para completar las tareas.
3. Poner materiales en la mochila, y utilizar una lista de verificación.

Nota a los padres: tener un tiempo determinado para completar la tarea y alguien disponible para preguntas es importante para apoyar el éxito de su hijo.

#### Uso de incentivos para estimular la práctica

- Usar incentivos sencillos.
- Dar al niño algo que lo motive a hacerlo cuando se realiza una tarea dura.
- Alternar entre actividades preferidas y no preferidas (utilizar un lenguaje sencillo: En primer lugar... después, por ejemplo, primero el trabajo, después el juego).
- Estructurar descansos cortos, frecuentes (dependiendo de la capacidad de concentración, descansos pueden ser cada 10 minutos y en los últimos 5 minutos).
- Utilice elogios específicos para reforzar el uso de habilidades ejecutivas (4 positivas por cada retroalimentación correctiva).

Fuentes: Peg Dawson, Ed D. *"Inteligente, pero Disperso"* Entrenamiento: Casper, WY 2014

[www.childmind.org](http://www.childmind.org)

#### ¿Cómo se desarrollan las Habilidades Ejecutivas?

Habilidades de Función Ejecutiva se desarrollan a través de un proceso llamado mielinización. La mielina actúa como aislamiento, aumentando la velocidad con que se transmiten los impulsos nerviosos. Cuanto más rápido el impulso, mayor será la habilidad. Todas las habilidades, incluyendo habilidades ejecutivas, mejoran con la práctica. Padres - ¡sean pacientes! El cerebro no llega a ser completamente maduro hasta que los niños están a mediados de los años 20.

#### Evaluación

Ningún niño batalla o reprueba a propósito. Siempre hay una razón. Los padres que sospechan que su hijo tiene problemas de aprendizaje deben de tomar notas sobre los tipos de errores que sus hijos realizan, guardar copias de los trabajos de su hijo, y hablar con el maestro de su hijo para averiguar cómo le está yendo al niño en clase. Los padres que quieren que su hijo sea evaluado deben hacer la solicitud por escrito al distrito escolar local. Ver el Folleto de Discapacidades PIC "Evaluaciones Iniciales" [www.wpic.org](http://www.wpic.org).

#### Para más información contactar:



#### Centro de Información para Padres (PIC)

500 W. Lott St, Suite A  
Buffalo, WY 82834  
(307) 684-2277  
(888) 389-6542 (fax)  
E-mail: [info@wpic.org](mailto:info@wpic.org)  
Sitio Web: [www.wpic.org](http://www.wpic.org)

PHP de WY es una organización sin fines de lucro, 501 (c) 3; por lo tanto, su donación es deducible de impuestos. Damos la bienvenida a todas las donaciones. Cada donación nos ayuda a fortalecer nuestra red de apoyo a las familias.

El contenido de este folleto se desarrolló bajo una subvención del Departamento de Educación de EE.UU. Sin embargo, los contenidos no representan necesariamente la política del Departamento de Educación, y no se debe de asumir la aprobación por parte del Gobierno Federal.

# HABILIDADES DE FUNCIONAMIENTO EJECUTIVO

Folleto de Discapacidades #30



## Como Apoyar a Su Niño Que Carece de Estas Habilidades

Centro de Información para Padres  
(307) 684-2277

Un proyecto de Padres  
Ayudando a Padres  
De Wyoming, Inc.