



**REPÚBLICA DE PANAMÁ**  
— GOBIERNO NACIONAL —

**INSTITUTO PANAMEÑO  
DE HABILITACIÓN ESPECIAL**



**ASPECTOS IMPORTANTES RELACIONADOS A LA SALUD, ACTIVIDADES DE LA VIDA DIARIA E INDEPENDENCIA, DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL AUDITIVA Y PARALIS CEREBRAL**

# DISCAPACIDAD INTELECTUAL

Implica una serie de limitaciones en las habilidades que la persona aprende para funcionar en su vida diaria y que le permiten responder ante distintas situaciones y lugares.

Depende tanto de la propia persona como de las barreras u obstáculos que tiene alrededor.

Si logramos un entorno más fácil y accesible, ellos tendrán menos dificultades, y por ello, su discapacidad parecerá menor.

# SALUD Y DISCAPACIDAD INTELECTUAL



- La discapacidad intelectual puede ser genética.
- La mayoría de los niños con discapacidad intelectual no presentan indicios evidentes hasta alcanzar la edad preescolar.
- El diagnóstico se basa en los resultados de las pruebas convencionales.
- El cuidado prenatal adecuado reduce el riesgo de tener un hijo con discapacidad intelectual.
- El apoyo por parte de muchos especialistas, la terapia y la educación especial ayudan a los niños a lograr el mayor nivel de funcionamiento posible.

Estado de Salud

Personas con  
Discapacidad  
Intelectual

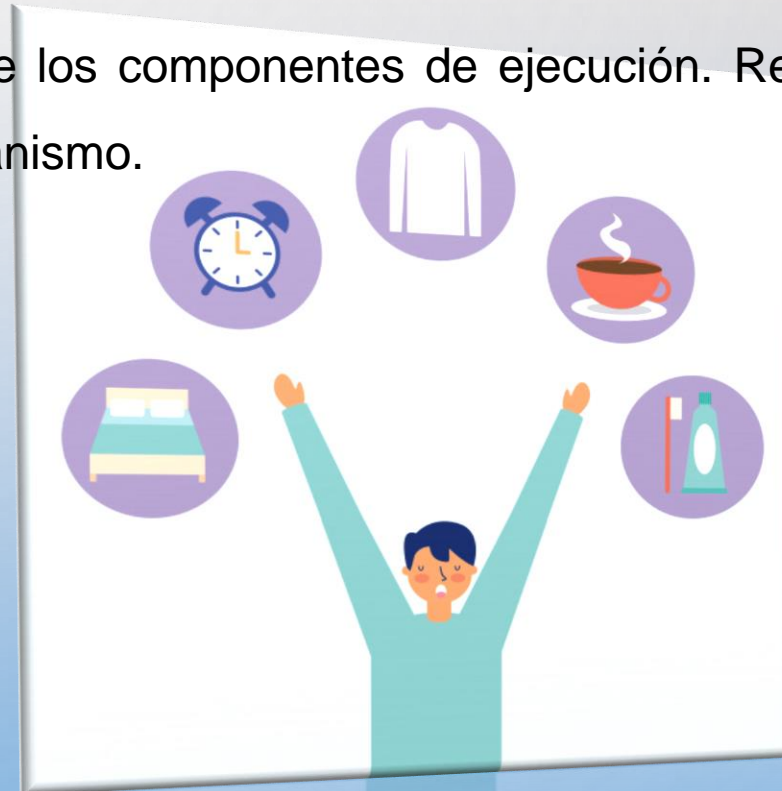
influye

Circunstancias sociales y estilos de vida.  
Circunstancias ambientales  
Acceso y utilización de los servicios  
sanitarios.  
Aspectos culturales

La Organización Panamericana de la Salud (2018), ha señalado que menos del 3% de las personas con discapacidad en la región, acceden a servicios de rehabilitación y ha advertido la necesidad de que los ministros de salud de las Américas den prioridad a la discapacidad dentro de sus políticas como parte de un Plan de Acción Regional sobre Discapacidades y Rehabilitación.

# ACTIVIDADES DE LA VIDA DIARIA

La posibilidad de llevarlas a cabo o no por uno mismo, puede estar condicionado por un déficit cognitivo-conductual, tanto como por déficits motores. La dificultad para llevar a cabo las actividades de la vida diaria está directamente relacionada con el grado de afectación de los componentes de ejecución. Recordemos que la discapacidad intelectual afecta diversas partes del organismo.



Déficits que podemos considerar pueden limitar el desarrollo de las actividades diarias:

**A nivel cognitivo:**

Alteraciones en memoria, procesos atencionales, orientación de tiempo, espacio y persona, capacidad de aprendizaje, secuenciación de acciones, planificación y organización de tareas, capacidad de iniciar y finalizar una tarea

**A nivel psicopatológico:**

Labilidad emocional, apatía, impulsividad, rigidez mental.

**A nivel motor:**

Aumento o disminución del tono muscular, pérdida de amplitud de movimientos, disminución de la fuerza, temblor, alteraciones de la sensibilidad...

## RECOMENDACIONES PARA LOS PADRES

- Dele tareas a su hijo, tenga presente su edad, su capacidad de atención y sus habilidades. divida las tareas en pasos. cómo hacerlo.
- Busque maneras de aplicar en casa esas destrezas que demuestra en clases.
- Busque oportunidades dentro de su comunidad para actividades sociales.
- Hable con otros padres cuyos hijos tengan discapacidad intelectual. podrán compartir consejos prácticos y brindar apoyo emocional.
- Manténgase en contacto con los maestros de su hijo.

## **RECOMENDACIONES PARA EL DOCENTE**

- Trabaje junto con los padres del niño y demás personal escolar para crear e implementar un plan educativo que permita satisfacer las necesidades del alumno. comparta información en una forma regular sobre cómo le va al alumno en la escuela y en casa.
- Enséñele al alumno destrezas para la vida diaria tales como las habilidades sociales. asimismo, permita la exploración ocupacional cuando sea apropiado. haga que el alumno participe en actividades en grupos o en organizaciones.
- Divida las tareas nuevas o más complejas en pasos más pequeños. demuestre los pasos. haga que el alumno los realice, uno por uno. proporcione ayuda según sea necesario.

**RECUERDE: EL DOCENTE PUEDE HACER UNA GRAN DIFERENCIA EN LA VIDA DE ESTE ALUMNO.**

# INDEPENDENCIA SOCIAL

Las personas con discapacidad intelectual pueden adoptar un papel activo en la toma de decisiones sobre aspectos de su día a día, incrementando su bienestar emocional y personal.



## RECOMENDACIONES PARA LOGRAR INDEPENDENCIA EN LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTECTUAL

- La persona debe ser estimulada para realizar las actividades de la vida diaria.
- Mantener el funcionamiento ocupacional es la mejor arma contra la inactividad, sedentarismo, sentimientos de impotencia, alteración de conductas, desesperanza
- Simplificar y secuenciar las tareas
- Dispositivos de apoyo: conjunto de recursos de ayuda que facilitan la realización de la actividad, disminuyendo la carga y los requerimientos físicos para realizarla.
- Modificación del entorno: adaptando los diferentes espacios en función de las necesidades y el grado de deterioro.
- Colaboración de la persona: debemos facilitar el acceso a las tareas que sí es capaz de hacer, aunque tarde más tiempo del habitual. para ello, podemos ofrecerle apoyo verbal o pequeñas instrucciones.



**No  
limitarlos**

**Tomar en  
cuenta sus  
gustos y  
preferencias**

**Paciencia y  
Constancia**

**Dar  
confianza**

**5 consejos para  
potenciar la autonomía**



## Discapacidad auditiva

Déficit total o parcial en la percepción que se evalúa por el grado de pérdida de la audición en cada oído. Las personas con esta discapacidad se distinguen entre:

- Sordas: poseen una deficiencia total o profunda.
- Hipoacúsicas: poseen una deficiencia parcial, es decir, que cuentan con un resto auditivo el cual puede mejorar con el uso de audífonos (aparato electrónico que amplifica los sonidos).

# ¿CUÁLES SON LAS CAUSAS DE LOS DÉFICIT AUDITIVOS?



Hereditarios: se trata del factor que presenta menor incidencia de todos.



Prenatales: Rubéola, uso de alcohol, drogas o medicamentos ototóxicos por parte de la madre embarazada.



Perinatales: durante o cercanos al parto: bajo peso de nacimiento, golpes, caídas y traumas durante el parto.



Postnatales: Meningitis, otitis media mucosa recurrente con daño de tímpano, traumas acústicos producidos por golpes o exposición a ruidos de fuerte intensidad y en forma permanente.

# LA SALUD

**Bienestar Físico:** Es habitual la gran energía que presentan los niños, por esto es tan importante el ocio como establecer momentos también de relajación, descansar adecuadamente, implementar rutinas de ejercicio y juegos divertidos que todos participen, llevar una alimentación saludable.



**Bienestar Mental:** Tener una actitud positiva ante la vida, limitar las situaciones de estrés y propiciar el optimismo, nos ayudarán a que nuestra salud mejore, demostrarle al niño afecto y que no se sienta triste.



**Bienestar Social:** evitar ver noticias a cada rato sobre lo que acontece en el país.  
Relacionarse y compartir con todas las personas a su alrededor , aprender nuevas cosas

# ACTIVIDADES DE LA VIDA DIARIA



## Alimentación:

Vitamina A: lácteos, zanahorias, sandías.

Vitamina C: limón, naranja, tomates, fresas.

Vitamina E: brócoli, frutas y verduras.

Omega 3: pescados como el salmón y atún.

Potasio y Zinc: plátanos, papas, carnes de res, cerdo y cordero.

Ácido Fólico: lentejas, cítricos y espinacas.



## Higiene personal y aseo.

El Baño: medida de higiene para evitar gérmenes y enfermedades

Lavarse las manos, cepillarse los dientes, mantener las uñas limpias, usar ropa limpia.



## Dormir :

El sueño promueve el sentirse alerta, tener buena memoria y comportarse mejor.

Los niños que duermen lo suficiente funcionan mejor y son menos propensos a problemas de comportamiento e irritabilidad.

Por eso es importante que los padres ayuden a sus niños a desarrollar buenos hábitos de dormir

# HÁBITOS DE INDEPENDENCIA SOCIAL

Papás y mamás. Aunque su hijo o hija sea sordo es otro más, no por ello va a ser menos independiente, o va a necesitar que esté siempre alguien a su lado.

Como cualquier otro necesitará que alguien le enseñe, que confíen en él o ella, que le aporte seguridad y que lo vean como lo que es: un niño o una niña, sí, pero con muchas potencialidades y ganas de aprender a ser mayor.



Observar... y conocer a tu hija o hijo siempre es un buen comienzo: qué cosas puede ir haciendo sin ayuda, en cuáles sigue necesitando ayuda, qué cosas le gusta más hacer.

Enseñarle... cómo se hacen las cosas. explicarle y enseñarle cómo hacerlo:

¿Me ayudas a poner la mesa? Primero ponemos el mantel. Ahora tú pones las servilletas y yo pongo los platos. Mira cómo lo hago yo... Así tendrá claro qué es lo que tiene que hacer y verá cómo hay que hacerlo.

También puedes hacer una foto de la mesa cuando ya esté preparada y usarla como ejemplo para cuando haya que hacerlo otras veces.





Decirle lo bien que lo ha hecho... y lo mucho que lo quieres.

Así se sentirá estupendamente y querrá seguir haciendo cosas por sí solo o ayudar a papá y a mamá. Irá sintiendo que él o ella es importante y capaz de muchas cosas.

# Un calendario con imágenes

- Algo que ayuda mucho a empezar a ser autónomo es saber lo que hay que hacer e ir organizándose. Pueden hacer juntos un horario o calendario de la semana en el que se va poniendo algunas tareas que hay que hacer.



- También puedes tomar fotos de las actividades y colocarlas en el calendario.



## **Estrategias para mejorar la relación padre-hijo y para criar niños que serán adultos autosuficientes y responsables.**

- Exprese amor.

Las expresiones de amor son capaces de prevenir un comportamiento indeseable.

Cuando un niño se siente amado, él/ella quiere complacer a sus padres.

Una expresión facial afectuosa, un tono amable, una mirada de admiración y entusiasmo, un abrazo, todos expresan amor de una manera inconfundible.



- Comuníquese claramente.

Los niños necesitan estar expuestos de manera extensiva al lenguaje para aprender.

Los niños pequeños necesitan que las cosas se las digan claras. Para enseñar un concepto abstracto como "compartir", utilice ejemplos.

Dramatice para enseñar técnicas para hacer preguntas productivas y apropiadas las cuales serán esenciales en el hogar, la escuela y en todo otro lugar.

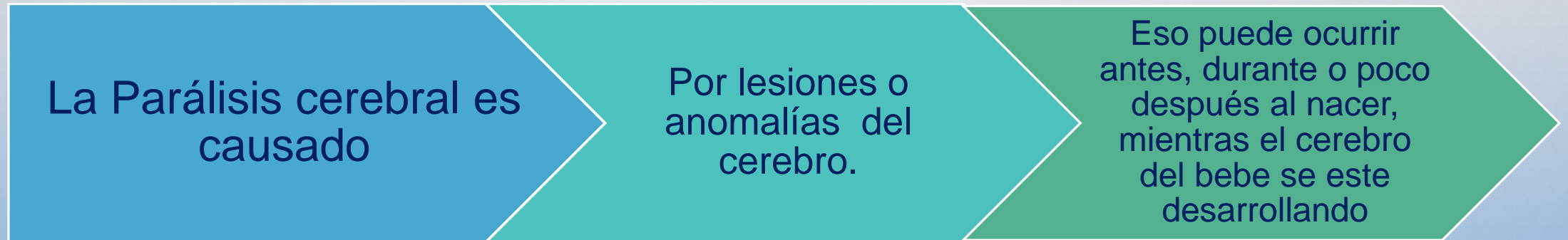


# PARÁLISIS CEREBRAL

Es un grupo de trastorno que puede comprometer al cerebro, lo que afecta las funciones del sistema nervioso, como el movimiento, el aprendizaje, la audición, la visión y el pensamiento.



# ¿CUÁLES SON LAS CAUSAS DE LA PARALISIS CEREBRAL?



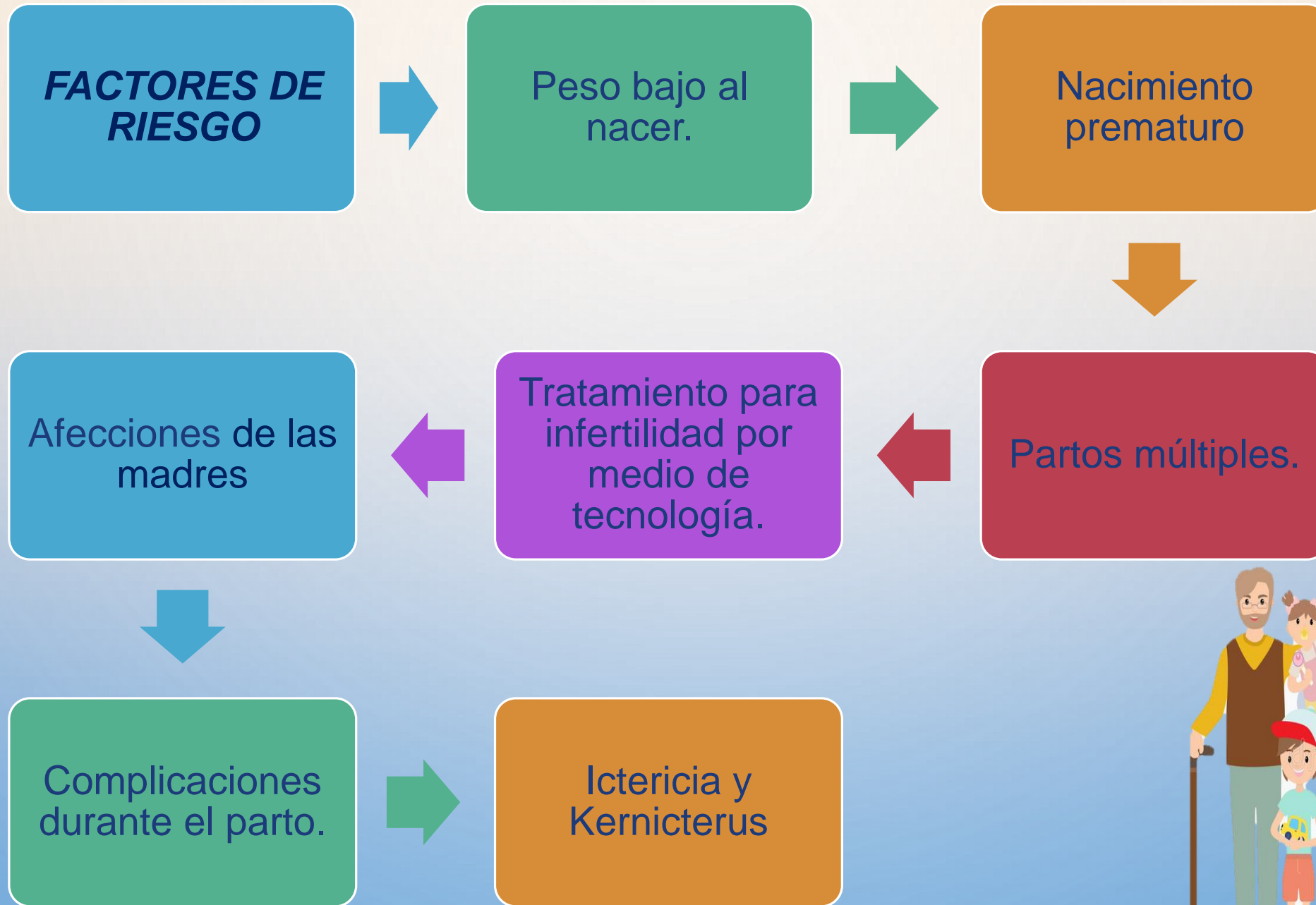
## *TIPOS DE PARÁLISIS CEREBRAL*

1.-La Parálisis Cerebral Espásticas, que causa rigidez y dificultades de movilidad.

2. La Parálisis Cerebral Atetoide, que causa movimientos descontrolados.

3. La Parálisis Cerebral Atáxica, que causa alteraciones en el equilibrio y en la perfección de la profundidad.





La parálisis cerebral no se puede curar, pero la calidad de vida de los niños afectado la podemos mejorar.

Nuestros niños diagnosticados con esta discapacidad poseen ciertas

dificultades entre ellos podemos mencionar:

- ❖ Percepción y sensación anormal
- ❖ Incapacidades de la vista, del oído o de lenguaje
- ❖ Convulsiones
- ❖ Retraso mental
- ❖ Dificultades para alimentarse, falta de control de los intestinos o de la vejiga, y problemas para respirar (debido a los problemas de postura)
- ❖ Problemas de la piel (llagas de presión)
- ❖ Problemas de aprendizaje



# LA COMUNICACIÓN Y PARÁLISIS CEREBRAL

La comunicación es la forma por la cual nosotros entendemos los mensajes de otras personas y el modo por el cual podemos expresar nuestros pensamientos, necesidades y sentimientos a otros.

Sin embargo nuestros niños tenemos que darle ese clima de confianza, y enseñarle de forma sencilla y practica satisfacer necesidades.

La comunica normalmente es a través de palabras otras formas de comunicación son :

- Voz: riendo, gimiendo.
- Movimientos del cuerpo: por ejemplo, inclinando la cabeza.
- Expresiones faciales: como una sonrisa.
- Gestos: decir adiós con la mano.
- Señalando: con los ojos o con los dedos.
- Escribiendo o dibujando.



## ALGUNAS DE LA ESTRATEGIAS QUE PUEDEN UTILIZAR

### Sistema Pictográficos

Es uno de los sistemas pictográficos de comunicación que más posibilidades ofrece y el más utilizado en nuestro contexto, principalmente por su facilidad de interpretación, dado que sus iconos representan de forma clara el concepto que desean transmitir.

Las características del sistema se basan en cinco principios:

- Son conceptos comunes para la comunicación cotidiana.
- Sencillez en los diseños.
- Universalidad.
- Discriminación entre los símbolos.
- Se ofrecen en un soporte reproducible sin dificultad y económicos.



# RECOMENDACIONES PARA LOS PADRES DE LA VIDA DIARIA



Reforzar la comunicación y la empatía entre nuestros niño, niña y sus padres o tutores para tener un clima agradable en el hogar.



Organizar actividades de la vida diaria divertidas con nuestros niños en casa.



Debido a las limitaciones de movimiento, la postura incorrecta, debemos estar pendiente en la Higiene diario.



Ayudara mejorar la capacidad del niño para comunicarse usando alternativas para aumentar su vocabularios de manera claras y sencillas.

# ACTIVIDADES DE LA VIDA DIARIA

## Hora del baño

- Mantenerlo aseado durante todo el día, con el lavado de manos constante y cambio de pañales desechables.



## En la comidas

- Es fundamental y lograr que la comida se convierta en algo agradable. Adoptar posturas pueda estar más relajado y atento, favoreciendo que su deglución sea más eficaz.
- Cuando aprende a comer solo, favorecer su autonomía dándole la ayuda imprescindible.



## Dormir

- Muchos niños y niñas con parálisis cerebral no se quedan dormidos fácilmente o tardan bastante tiempo en conciliar el sueño, generalmente porque al no gastar tanta energía.
- Es importante fijar rutinas con la hora de ir a la cama, estableciendo una secuencia para que pueda anticiparlo y vaya más relajado.



# RECOMENDACIONES PARA LOS PADRES

Procurar que los niños no vean o escuchen programas radiales o televisivos que contengan temas que lo pongan ansiosos. ( COVID-19)



Alejar al niño(a) de lugares contaminados. Tenerlo en un área limpia y segura en un rincón de la casa.



Orientar a las personas que ayudan en su cuidado, teniendo en cuenta el lavado de manos constante al estar en contacto con el niño.



Tratar que el niño(a) tenga la comodidad para estar tranquilo y que pueda ayudarlo a estimular su extremidades con juegos.



Mantener contacto con los especialistas por medio de llamadas telefónicas para cualquiera sugerencia.

