



**Programa de intervención cognitivo-conductual y neuropsicológico en infantes con epilepsia
(PICNIE)**

Elizabeth Quintero Gaitán

Veronica Naranjo Isaza

Yesenia Sepúlveda Gallego

Universidad de Antioquia
Facultad de Ciencias Sociales y Humanas
Psicología
Medellín, Antioquia, Colombia
2023

Tabla de contenido

Descripción del programa de entrenamiento.....	10
Objetivo.....	11
Marco teórico	12
Instrucciones.....	14
Día 1	14
Encuadre y establecimiento de objetivos.....	14
Evaluación cognitiva general.....	14
Día 2	15
Habilidades cognitivas en tiempo de respuestas	15
Pautas de crianza.....	15
Autoevaluación	15
Día 3	16
Flexibilidad cognitiva y velocidad de procesamiento.....	16
Atención focalizada	16
Estrategias de aprendizaje.....	16
Pautas de crianza para manejo de límites	17
Límites sanos	17
Día 4	18
Velocidad de procesamiento.....	18
Memoria corto plazo	18
Pautas de crianza y comunicación asertiva.....	19
Autoconocimiento.....	19
Día 5	20
Percepción auditiva.....	20

Funciones ejecutivas y fluidez fonológica.....	20
Enfrentando nervios miedos y ansiedad	20
Vínculos familiares	21
Día 6	21
Coordinación ojo-mano	21
Comprensión	21
Pautas de organización.....	22
Día 7	22
Percepción espacial.....	22
Memoria corto plazo	23
Identificación y manejo de las propias emociones	23
Pautas de crianza en solución de problemas	23
Día 8	24
Escaneo visual y velocidad de procesamiento	24
Atención sostenida y selectiva.....	24
Atención sostenida y selectiva.....	24
Día 9	25
Percepción visual y denominación.....	25
Funciones ejecutivas	25
Identificación de logros.....	25
Día 10	26
Tiempo de respuesta y velocidad de procesamiento.....	26
Habilidades cognitivas en velocidad de procesamiento.....	26
Habilidades cognitivas en velocidad de procesamiento.....	26
Búsqueda y rastreo visual	27

Día 11	27
Coordinación ojo-mano	27
Reconocimiento de emociones	27
Atención alternante	28
Día 12	28
Tiempo de respuesta, percepción visual y velocidad de procesamiento.....	28
Memoria largo plazo	29
Atención alternante	29
Día 13	29
Tiempo de respuesta y percepción.....	29
Atención focalizada	30
Denominación	30
Día 14	31
Tiempo de respuesta y percepción visual	31
Atención dividida.....	31
Atención sostenida	31
Pautas de crianza y límites	32
Día 15	32
Estimación.....	32
Memoria corto plazo	32
Memoria largo plazo	33
Día 16	33
Flexibilidad cognitiva, percepción visual, coordinación ojo-mano	33
Memoria de trabajo	33
Habilidades sociales.....	34

Día 17	34
Tiempo de respuesta, percepción espacial, coordinación ojo-mano y velocidad de procesamiento	34
Velocidad de procesamiento	35
Velocidad de procesamiento	35
Día 18	35
Monitorización	35
Búsqueda y rastreo visual	36
Atención focalizada y velocidad de procesamiento	36
Día 19	36
Evaluación cognitiva general	36
Memoria a corto plazo	37
Percepción espacial, razonamiento lógico	37
Actividad de cierre	37
Ejercicios	38
Referencias	95

Lista de tablas

Tabla 1 Cuadro de registro de conductas	38
Tabla 2 Cuadro de registro de autoevaluación.	39
Tabla 3 Cuadro de registro "mano de hierro con guante de seda"	42
Tabla 4 Acuerdo de límites sanos.....	43
Tabla 5 La palabra clave	78

Lista de figuras

Figura 1 Ejercicio de cancelación	40
Figura 2 Cuadro guía de actividades.....	41
Figura 3 Entender nuestros problemas.....	44
Figura 4 Entender nuestros problemas.....	45
Figura 5 Entender nuestros problemas.....	46
Figura 6 Entender nuestros problemas.....	47
Figura 7 Entender nuestros problemas.....	48
Figura 8 Entrenamiento de miedos y ansiedad.	50
Figura 9 Entrenamiento de miedos y ansiedad.	51
Figura 10 Entrenamiento de miedos y ansiedad.	52
Figura 11 Entrenamiento de miedos y ansiedad.	53
Figura 12 Entrenamiento de miedos y ansiedad.	54
Figura 13 Entrenamiento de miedos y ansiedad.	55
Figura 14 Entrenamiento de miedos y ansiedad.	56
Figura 15 Entrenamiento de miedos y ansiedad.	57
Figura 16 Dibujo a describir.	59
Figura 17 Las enseñanzas del maestro ninja.	60
Figura 18 Las enseñanzas del maestro ninja.	61
Figura 19 Las enseñanzas del maestro ninja.	62
Figura 20 Las enseñanzas del maestro ninja.	63
Figura 21 Reconocimiento de figuras.	64
Figura 22 Reconocimiento de figuras.	65
Figura 23 Ejercicio de cancelación con rayones.....	66
Figura 24 Ejercicio de cancelación con limitación de tiempo	67

Figura 25 Laberinto.....	69
Figura 26 Laberinto.....	69
Figura 27 Búsqueda de diferencias	70
Figura 28 Búsqueda de diferencias	70
Figura 29 Reconocimiento de emociones	71
Figura 30 Círculos y cuadrados alternantes.	72
Figura 31 Ejercicio de cancelación con doble instrucción.....	73
Figura 32 Búsqueda de símbolos/dibujos.	74
Figura 33 Búsqueda de símbolos/dibujos.	75
Figura 34 Denominación.....	76
Figura 35 Denominación.....	76
Figura 36 Denominación.....	77
Figura 37 Denominación.....	77
Figura 38 Identificación de números.....	79
Figura 39 Identificación de números.....	79
Figura 40 Identificación de números.....	80
Figura 41 Identificación de números.....	80
Figura 42 Identificación de números.....	81
Figura 43 Identificación de números.....	81
Figura 44 Identificación de números.....	82
Figura 45 Identificación de números.....	82
Figura 46 Identificación de números.....	83
Figura 47 Identificación de números.....	83
Figura 48 Recuerdo de los colores de diferentes figuras geométricas.	84
Figura 49 Desarrollo de habilidades sociales.....	85

Figura 50 Desarrollo de habilidades sociales.....	86
Figura 51 Desarrollo de habilidades sociales.....	87
Figura 52 Desarrollo de habilidades sociales.....	88
Figura 53 Laberinto con limitación de tiempo.....	88
Figura 54 Búsqueda y rastreo visual.	90
Figura 55 Búsqueda y rastreo visual.	91
Figura 56 Búsqueda y rastreo visual.	92
Figura 57 Atención focalizada y velocidad de procesamiento.....	93
Figura 58 Atención focalizada y velocidad de procesamiento.....	94

Descripción del programa de entrenamiento

El presente programa de intervención cognitivo-conductual y neuropsicológico está desarrollado para niños entre 7 y 10 años que hayan presentado antecedentes de epilepsia, en especial aquella con índole frontal idiopática. Con esta intervención lo que se busca es lograr rehabilitar o compensar las posibles alteraciones en las funciones cognitivas como atención, memoria, procesos perceptivo-motores, planificación, inhibición, memoria de trabajo. (Laura Arévalo, 2020) que fueron el resultado de los episodios epilépticos sufridos a lo largo de su vida. A su vez, se pretende involucrar de manera activa a los cuidadores para que el ambiente de interacción en donde permanece el paciente logre sostener los cambios alcanzados con la intervención cognitiva y a su vez, mejore su contexto familiar.

Así, el programa está diseñado en diecinueve sesiones en donde se trabajan de manera conjunta o alternante funciones cognitivas, habilidades sociales, pautas de crianza y manejo de emociones.

Objetivo

Rehabilitar o compensar las funciones cognitivas que se vieron afectadas como resultado de episodios epilépticos; así como brindar pautas de crianza a cuidadores para acompañar el proceso de intervención y mejorar el ambiente familiar.

Marco teórico

La epilepsia, es una alteración del sistema nervioso central caracterizado por una actividad eléctrica anormal y rítmica del cerebro o partes de este (Thurman DJ et al., 2011) Según la Liga Internacional Contra la Epilepsia (*International League Against Epilepsy*, ILAE) una crisis epiléptica puede definirse como una “aparición transitoria de síntomas y signos provocados por una actividad neuronal anómala y excesiva o simultánea en el cerebro” (Fisher et al., 2014). En cuanto a la epilepsia infantil, según el Servicio de Neurología Infantil del Hospital Universitario La Paz, se estima que 10,5 millones de niños menores de 15 años padecen epilepsia en todo el mundo, esto representa el 25% de la población epiléptica global (Tirado & Jiménez, 2015).

Los déficits cognitivos que se pueden presentar posteriores a la epilepsia dependen de diversos factores como lo son la etiología, edad de inicio, tipo de epilepsia, tipo de crisis, frecuencia, duración de las crisis, severidad de las mismas, duración de la epilepsia y en caso de usar medicamentos, los efectos secundarios de los fármacos antiepilépticos (Brunner, B., et al, 2007). Es importante destacar que la población infantil se encuentra más vulnerable a los efectos secundarios a nivel cognitivo (como agravantes o contribuyentes) que puede presentar el uso de fármacos antiepilépticos (Lee, 2010). A su vez, estos déficits cognitivos y conductuales pueden estar acompañados de dificultades para el aprendizaje y problemas en habilidades sociales, con una mayor dificultad para establecer interacciones con otros, lo cual a nivel académico se puede presentar como un obstáculo.

En ese sentido, la rehabilitación cognitiva se define como el uso de técnicas, procedimientos y estrategias que permiten el desarrollo o compensación de habilidades afectadas como consecuencia de una afectación en el sistema nervioso central (Mateer et al., 2003). Una de las herramientas de rehabilitación que estará presente en cada sesión será la plataforma cognifit, la cual cuenta con diversas baterías de pruebas y actividades tanto para la evaluación como para el entrenamiento de habilidades cognitivas. Cognifit (2016) se presenta entonces como:

“Un programa de entrenamiento cerebral diseñado para medir, entrenar, rastrear y monitorear 23 habilidades cognitivas que usamos en nuestra vida diaria. Ayuda a estimular las funciones cognitivas y mejora la plasticidad cerebral. Basado en inteligencia artificial y algoritmos adaptativos avanzados, el sistema adapta automáticamente el entrenamiento a las necesidades de cada uso.”

Esta plataforma cuenta con diversas herramientas de estimulación para habilidades como memoria, atención, concentración, coordinación ojo-mano, percepción espacial, escaneo visual, funciones ejecutivas, velocidad de procesamiento; lo cual, acompañada de las actividades complementarias de entrenamiento cognitivo añadidas en cada sesión, proporciona una intervención integral para todos los dominios cognitivos.

Por otro lado, un programa de rehabilitación cognitiva en infantes requiere del acompañamiento familiar adecuado, es un trabajo conjunto que se realiza teniendo en cuenta las particularidades y necesidades de cada persona, así, uno de los elementos integradores que se trabajarán en cada sesión incluye pautas de crianza para los cuidadores, con el fin de que se vean involucrados en el proceso y puedan contribuir con el desarrollo de estrategias para el manejo de emociones y conductas que se vieron afectadas como resultado de los episodios epilépticos.

Instrucciones

Día 1

Encuadre y establecimiento de objetivos

Objetivo: Proporcionar claridad del proceso de rehabilitación

Actividad: Charla informativa entre padres o cuidadores, la paciente y la persona encargada de la intervención.

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Plan de acción

Instrucciones: Se hablará tanto con los cuidadores como con la paciente de las sesiones y días que se desean destinar para realizar la rehabilitación, explicando ampliamente el contenido de la intervención, las cuales incluyen actividades diversas y cambiantes, en las cuales no solo se fortalecerán habilidades cognitivas sino emocionales. También se explica el papel activo que cumple la familia en el proceso, ya que el programa incluye sesiones con actividades para los cuidadores. De igual forma se responderán las dudas que surjan, aclarando el alcance que se puede tener con la intervención.

Indicadores de logro:

Evaluación cognitiva general

Objetivo: Evaluación cognitiva general

Actividad: Evaluación Cognitiva General (CAB) TM PRO de la plataforma cognifit.

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Computador, plataforma cognifit.com

Indicadores de logro:

Día 2

Habilidades cognitivas en tiempo de respuestas

Objetivo: Entrenar habilidades en tiempo de respuesta, percepción espacial, atención focalizada, escaneo visual y coordinación ojo-mano.

Actividad: Actividad a través de la plataforma cognifit.

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Computador, plataforma cognifit.

Indicadores de logro:

Pautas de crianza

Objetivo: Facilitar el desarrollo de pautas de crianzas para padres

Actividad: Cuadro de conductas. (pág. 38)

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Cuadro de conductas

Instrucciones: Se les expone a los cuidadores que no solemos estar acostumbrados a reforzar las conductas positivas de los niños y que solemos prestar más atención a las conductas negativas. Por esto, se le entregará un cuadro de conductas en donde debe registrar en él aquellos comportamientos positivos del paciente que se podrían reforzar durante la semana y los posibles refuerzos (sirven para crear una asociación entre un comportamiento y lo que se puede conseguir si se lleva a cabo este.). Por ejemplo: Felicitaciones, palabras positivas, dejarlo elegir cosas que le gusten como películas, reconocer sus acciones en voz alta, darle algo que le guste.

Indicadores de logro:

Autoevaluación

Objetivo: Fomentar la autoevaluación a lo largo de las sesiones.

Actividad: Cuadro de autoevaluación. (pág. 39)

Material: Cuadro de autoevaluación.

Instrucciones: Se le dará al paciente un cuadro en el cual podrá calificarse a sí mismo de manera cuantitativa sesión por sesión, evaluando esfuerzo y comodidad.

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Indicadores de logro:

Día 3

Flexibilidad cognitiva y velocidad de procesamiento

Objetivo: Reforzar habilidades en flexibilidad cognitiva y velocidad de procesamiento.

Actividad: Actividad a través de la plataforma cognifit.

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Computador, plataforma cognifit.

Indicadores de logro:

Atención focalizada

Objetivo: Entrenar atención focalizada.

Actividad: Ejercicio de cancelación. (pág. 40)

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Láminas con diferentes elementos.

Instrucciones: Se le proporciona una hoja en la que aparecen estímulos que incluyen diferentes prendas de vestir, la instrucción es que el participante vaya tachando o marcando sólo un determinado estímulo inicial ubicado en la parte superior, el vestido. Se tomará el tiempo.

Indicadores de logro:

Estrategias de aprendizaje

Objetivo: Entrenar estrategias de aprendizaje

Actividad: Cuadro guía de actividades. (pág. 41)

Material: Cuadro con días de la semana y stickers.

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Instrucciones: Se le proporciona al paciente un cuadro en el cual podrá pegar y despegar los stickers, los cuales usará para designar aquellas actividades que tenga pendientes en determinado día, como una forma de memoria visual que le permita organizar mejor su tiempo.

Indicadores de logro:

Pautas de crianza para manejo de límites

Objetivo: Proporcionar pautas de crianza a los cuidadores sobre el manejo de los límites.

Actividad: Mano de hierro con guante de seda. (pág. 42)

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Materiales: Cuadro de registro situación- acción.

Instrucción: Implica “firmeza amable” se pide a los cuidadores que tengan «manos de hierro con guantes de seda». La «mano de hierro» consiste en que, en vez de solamente hablar ante las conductas negativas de sus hijos (sermoneando, peleando, amenazando o intentando chantajear), pasen a la acción y tomen medidas, es decir, que actúen de modo que los despropósitos de su hijo/a tengan consecuencias. Ponerse «guantes de seda» consiste en que estas consecuencias se adopten de forma tranquila, pausada e incluso amable, de modo que se presenten como un resultado desafortunado al que obliga la conducta del hijo, y no como una represalia o una venganza. De este modo, se disminuye el potencial riesgo de entrar en escalada de enfrentamientos, y se modela además una forma no violenta de comunicación. El cuadro se utilizará para registrar las situaciones que se presenten y la forma en la que los cuidadores aplicaron la mano de hierro o de seda.

Indicadores de logro:

Límites sanos

Objetivo: Proporcionar pautas de crianza a los padres sobre el manejo de los límites y establecer acuerdos mutuos.

Actividad: Lista de compromisos de límites sanos a implementar. (pág. 43)

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Cuadro donde paciente y cuidadores podrán acordar sus límites sanos

Instrucciones: Se expondrá al cuidador la importancia de implementar límites sanos, los cuales tienen como objetivo favorecer el desarrollo de un ser humano responsable y que sea capaz de regularse a sí mismo cuando sea necesario. Poner límites saludablemente implica cuidar, actuando antes de que las cosas pasen. No es reaccionar a lo que los niños hacen mal, sino enseñarles lo que está bien. Por eso, la puesta de límites saludable tiene muchos «sí», pero para tener un desarrollo sano los niños también necesitan de algunos «no» que indiquen lo que no está permitido o no es aconsejable. Poner límites también es explicarles las opciones y dejarlos tomar su propia decisión, cuando esto es posible. Poner límites saludables es una tarea que empieza temprano y no termina nunca. Sus resultados no son inmediatos ni automáticos, sino que se van incorporando, lenta pero consistentemente, a la construcción que cada niño o niña hace de sí mismo. Por esto pretendemos proporcionarle un cuadro a cada uno. Los límites deben ser acordados entre ellos hasta encontrar un punto medio.

Indicadores de logro:

Día 4

Velocidad de procesamiento

Objetivo: Proporcionar habilidades en velocidad de procesamiento.

Actividad: Actividad a través de la plataforma cognifit.

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Computador, plataforma cognifit

Indicadores de logro:

Memoria corto plazo

Objetivo: Entrenar memoria a corto plazo.

Actividad: Recuerdo serial de objetos.

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Objetos reales de pequeño tamaño (llaves, teléfono, reloj, cuchara, etc.).

Instrucciones: Se colocan en fila diferentes objetos y se le dan al paciente las siguientes instrucciones: “Voy a mostrarte una serie de objetos. Debes intentar recordarlos en el mismo orden

en el que los he colocado. Después los retiraré y debes repetir, en el mismo orden, los objetos que te he mostrado”. Se realizan 5 series alternando el orden de los objetos presentados.

Indicadores de logro:

Pautas de crianza y comunicación asertiva

Objetivo: Facilitar pautas de crianza y comunicación asertiva.

Actividad: La tarea de los POST-IT.

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Post-it, lapicero

Instrucciones: Se pide a unos miembros de la familia que dejen post-it o notas al paciente con breves mensajes positivos. Los post-it se esconden en sitios poco comunes, pero donde se tenga muchas probabilidades de encontrarlos, por ejemplo, bajo la almohada, en el espejo del baño, entre otros. No se debería exceder de uno o dos diarios o cada dos días, lo cual también favorece que los elogios que se escriban sean genuinos.

Indicadores de logro:

Autoconocimiento

Objetivo: Desarrollar su auto observación e introspección en relación con su comportamiento actual.

Actividad: Entender nuestros problemas. (pág. 44)

Materiales: Historieta, sueño de la niña

Instrucciones: Se le muestra la historieta de las moscas y se le pregunta: “¿Qué sucede en esta historieta?”

Se esperaría que el paciente responda algo similar a: “Las moscas quieren llegar al queso, pero chocan una y otra vez contra el vidrio, y es posible que les duelan esos golpes. Pero no encuentran la solución al problema.” “Hay chicos que una y otra vez chocan contra sus padres y están muy enojados con ellos, otros que viven con muchos miedos y otros que sienten que todo les molesta.”

Se le exponen las imágenes y finalmente se le pide que identifique: “¿Qué cosas te molestan y quisieras cambiar?”. Para responder esto se le pide que responda la pregunta del milagro.

Pregunta del milagro: Imagínate que una noche, mientras estás durmiendo, ocurre un milagro y tus problemas desaparecen. Al despertarte en la mañana siguiente ¿qué te gustaría que haya cambiado? ¿Qué diferencias habría? ¿Cómo te darías cuenta? ¿Qué ideas te da el sueño y lo que hemos aprendido de cómo puedes solucionar o manejar tus problemas en un futuro?

Indicadores de logro:

Día 5

Percepción auditiva

Objetivo: Entrenar habilidades en percepción auditiva.

Actividad: Actividad a través de la plataforma cognifit.

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Computador, plataforma cognifit.

Indicadores de logro:

Funciones ejecutivas y fluidez fonológica

Objetivo: Entrenar funciones ejecutivas y fluidez fonológica.

Actividad: Nombrar objetos con características similares. (pág. 49)

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Listado para el profesional con ejemplos de características de objetos.

Instrucciones: “Ahora te voy a decir una característica y tú me debes decir tres objetos que la cumplan. Por ejemplo, dime tres instrumentos de cuerda”.

Indicadores de logro:

Enfrentando nervios miedos y ansiedad

Objetivo: Desarrollar habilidades para el afrontamiento de miedos y ansiedad.

Actividad: Enfrentando miedos, nervios y ansiedad. (pág. 50)

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Indicaciones: Se le expone al paciente el tema de miedos y ansiedad, se le pide que solucione las actividades y preguntas presentes.

Indicadores de logro:**Vínculos familiares**

Objetivo: Entrenar vínculos familiares.

Actividad: Mural familiar.

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Cartulina/papel periódico, colores, pinturas, fotos y demás elementos que deseen incluir.

Instrucciones: “Para la próxima sesión elaboren en familia un mural que represente lo que quieren para ustedes mismos como familia, que recoja sus sueños y aspiraciones. En ese mural pueden dibujar, pintar, pegar fotos o recortes, pero es importante que represente las cosas que desean en conjunto, como familia, no sólo cada una de sus aspiraciones personales. Nos gustaría mucho que pudieran traer el mural el próximo día para que podamos verlo y comentarlo aquí”.

Indicadores de logro:

Día 6**Coordinación ojo-mano**

Objetivo: Entrenar Coordinación Ojo-mano.

Actividad: Actividad a través de la plataforma cognifit.

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Indicadores de logro:

Comprensión

Objetivo: Entrenar en comprensión.

Actividad: Comprensión de textos. (pág. 58)

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Oraciones, párrafos y/o textos con sus correspondientes preguntas.

Instrucciones: Se entrega el texto al paciente y se le pide: “Lee el siguiente texto y responde las preguntas.

NOTA: En caso de que no tenga habilidades en lectura, el encargado será quien recite el texto y realice las preguntas.

Indicadores de logro:

Pautas de organización

Objetivo: Proporcionar técnicas y estrategias para organización de cronograma.

Actividad: Calendario.

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Calendario Google.

Instrucciones: Se les proporciona a los cuidadores conocimientos de cómo el calendario de Google puede ser un apoyo relevante para organizar los tiempos de las diferentes intervenciones, citas, tratamientos o situaciones académicas que debe tener presente para con la salud física y mental del menor. Así mismo se le explican los tiempos adecuados que debe tener entre responsabilidades para que no interfiera en los resultados obtenidos por la intervención.

Indicadores de logro:

Día 7

Percepción espacial

Objetivo: Estimular habilidades en percepción espacial.

Actividad: Actividad a través de la plataforma cognifit.

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Computador, plataforma cognifit.

Indicadores de logro:

Memoria corto plazo

Objetivo: Entrenar memoria a corto plazo.

Actividad: Descripción de una fotografía o dibujo. (pág. 59)

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Fotografía o dibujo en la que aparezcan diferentes elementos.

Instrucciones: “Voy a enseñarte una imagen; quiero que la mires detenidamente durante un minuto. Luego la retiraré y deberás describirla con la mayor cantidad de detalles posible”.

Indicadores de logro:

Identificación y manejo de las propias emociones

Objetivos: Proporcionar herramientas para la identificación de las propias emociones

Materiales: Las enseñanzas del Maestro Ninja. (pág. 60)

Instrucción: Se le expondrá al paciente 2 formas en que puede relajarse cuando tenga emociones negativas.

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Indicadores de logro:

Pautas de crianza en solución de problemas

Objetivo: Entrenar en pautas de crianza para cuidadores en habilidades de solución de problemas

Actividad: Planear con cuidadores formas para negociar adecuadamente con la paciente respecto a temas familiares llegando a acuerdos de forma sana.

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Hoja para anotaciones.

Instrucciones: Con los cuidadores y el paciente presentes, preguntar qué suele hacerse en los momentos donde se presente algún problema o dificultad en la familia, y reflexionar en conjunto de qué manera podría hacerse mejor, escuchando la opinión del otro.

Indicadores de logro:

Día 8

Escaneo visual y velocidad de procesamiento

Objetivo: Reforzar habilidades cognitivas en escaneo visual y velocidad de procesamiento

Actividad: Actividad a través de la plataforma cognifit.

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Computador, plataforma cognifit.

Indicadores de logro:

Atención sostenida y selectiva

Objetivo: Entrenar habilidades cognitivas en reconocimiento visual.

Actividad: Reconocimiento de figuras. (pág. 64)

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Imágenes, colores.

Instrucciones: Ahora te mostraré unas imágenes con figuras geométricas diferentes, deberás señalar las que sean idénticas a las que aparecen en la parte superior.

Indicadores de logro:

Atención sostenida y selectiva

Objetivo: Entrenar habilidades cognitivas en atención sostenida y selectiva.

Actividad: Cancelación de letras con rayones. (pág. 66)

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Láminas con diferentes letras, números o símbolos (con rayones a modo de interferencia).

Instrucciones: Se le proporciona una hoja en la que aparecen estímulos que incluyen diferentes letras. Se le indica “ahora te mostrare una imagen con algunas letras, deberás tachar o marcar todas las que sean iguales a la que se encuentra en la parte superior en un cuadrado, es decir la A”.

Indicadores de logro:

Día 9

Percepción visual y denominación

Objetivo: Estimular la percepción visual y la denominación.

Actividad: Actividad a través de la plataforma cognifit.

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Computador, plataforma cognifit.

Indicadores de logro:

Funciones ejecutivas

Objetivo: Entrenar las funciones ejecutivas.

Actividad: Control del tiempo.

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Cronómetro.

Instrucciones: Se le pide al paciente que cierre los ojos y calcule cuando cree que han transcurrido 1 minuto, no se puede “contar” como una forma de calcularlo, se hace el registro. Pasados 15 o 20 minutos mientras se realizan otras actividades, se le preguntará al paciente cuánto tiempo cree que ha transcurrido desde la vez que calculó el tiempo.

Indicadores de logro:

Identificación de logros

Objetivo: Proporcionar elemento para la identificación de logros.

Actividad: Libro de las mejoras.

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Libreta o diario

Instrucciones: Se le proporciona al paciente una libreta en blanco y se le pide que junto a sus padres apunten todas las mejoras que vayan observando, también pueden realizar dibujos que ilustran las nuevas mejoras. En las siguientes sesiones se irá revisando lo escrito allí.

Indicadores de logro:

Día 10

Tiempo de respuesta y velocidad de procesamiento

Objetivo: Entrenar tiempo de respuesta y velocidad de procesamiento

Actividad: Actividad a través de la plataforma cognifit

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Computador, plataforma cognifit

Indicadores de logro:

Habilidades cognitivas en velocidad de procesamiento

Objetivo: Favorecer habilidades cognitivas en velocidad de procesamiento.

Actividad: Ejercicio de cancelación con limitación de tiempo. (pág. 67)

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Láminas con diferentes letras, números o símbolos (con rayones a modo de interferencia).

Instrucciones: Se le proporciona una hoja en la que aparecen estímulos que incluyen diferentes números. La instrucción es que el participante vaya tachando o marcando el número 7 lo más rápido que pueda durante máximo 2 minutos.

Indicadores de logro:

Habilidades cognitivas en velocidad de procesamiento

Objetivo: Favorecer habilidades cognitivas en velocidad de procesamiento.

Actividad: Laberintos. (pág. 69)

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Laberinto, lapicero.

Instrucciones: “Ahora te voy a entregar este laberinto y debes encontrar el camino a la salida lo más rápido que puedas”. (Se toma tiempo de inicio y de finalización).

Indicadores de logro:

Búsqueda y rastreo visual

Objetivo: Potenciar habilidades cognitivas de estimulación en búsqueda y rastreo visual

Actividad: Ejercicio de búsqueda de diferencias. (pág. 70)

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Láminas con diferencias, lápiz de color.

Instrucciones: Se le muestra al paciente dos imágenes similares en donde deberá encontrar y encerrar en un círculo todas las diferencias entre ellas, puede incluir elementos omitidos o añadidos, o simplemente diferentes.

Indicadores de logro:

Día 11

Coordinación ojo-mano

Objetivo: Reforzar coordinación ojo-mano.

Actividad: Actividad a través de la plataforma cognifit.

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Computador, plataforma cognifit.

Indicadores de logro:

Reconocimiento de emociones

Objetivo: Entrenar en reconocimiento de emociones.

Actividad: Reconocimiento de emociones. (pág. 71)

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: imágenes con diversas emociones.

Instrucciones: “Ahora te mostraré unas imágenes, en ellas deberás identificar cómo se siente el personaje”. Se pueden proveer pistas con ejemplos que fomentan el autoconocimiento, por ejemplo “¿cómo te sientes tú cuando te pasa x cosa?”

Indicadores de logro:

Atención alternante

Objetivo: Favorecer el desarrollo de atención alternante

Actividad: Cuadrados y círculos alternantes. (pág. 72)

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Lámina en la que aparecen, distribuidos de forma desordenada, unos círculos y unos cuadrados, cada uno de los cuales contiene un número.

Instrucciones: La tarea consiste en unir los números en orden creciente, empezando por el número 1, alternando círculos y cuadrados. Así el número 1 enmarcado en un círculo se unirá al número 2 enmarcado en un cuadrado. El número 3 tendrá que aparecer en un círculo y así sucesivamente. Se realizarán las dos secuencias que permite la lámina y a cada una se le tomará el tiempo.

Indicadores de logro:

Día 12

Tiempo de respuesta, percepción visual y velocidad de procesamiento

Objetivo: Entrenar tiempo de respuesta, percepción visual y velocidad de procesamiento

Actividad: Actividad a través de la plataforma cognifit.

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Computador, plataforma cognifit.

Indicadores de logro:

Memoria largo plazo

Objetivo: Ejercitar memoria verbal a largo plazo.

Actividad: Identificar personajes famosos. (pág. 73)

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Listado de personajes famosos.

Instrucciones: “Ahora yo voy a pensar en un personaje famoso que seguro que tú conoces. Puede ser un actor, un cantante, un personaje de televisión, etc. Tú tendrás que adivinar en qué personaje estoy pensando a partir de preguntas a las que solo podré responder Si o No. Debes estar muy atento porque no puedes repetir preguntas. Además, debes acordarte de todas mis respuestas porque te ayudarán a averiguar la respuesta”. Se pueden dar indicaciones previas sobre qué personaje se está pensando, por ejemplo “es un superhéroe” para guiar.

Indicadores de logro:

Atención alternante

Objetivo: Favorecer el desarrollo de atención alternante.

Actividad: Tarea de cancelación con doble instrucción. (pág. 73)

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Lámina con diferentes letras, números o símbolos.

Instrucciones: “A continuación, te presentaré una lámina con unas letras, debes tachar las letras “A” y “R” pero únicamente cuando estas se presenten juntas. También, deberás responder con un golpe en la mesa cada vez que yo diga la palabra “casa”. El evaluador debe estar diciendo palabras sueltas de dos sílabas cada tanto diferentes a casa.

Indicadores de logro:

Día 13

Tiempo de respuesta y percepción

Objetivo: Ejercitar habilidades en tiempo de respuesta y percepción visual

Actividad: Actividad a través de la plataforma cognifit.

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Computador, plataforma cognifit

Indicadores de logro:

Atención focalizada

Objetivo: Entrenar atención focalizada

Actividad: Ejercicio de búsqueda de símbolos/dibujos. (pág. 74)

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Lámina con símbolos y dibujos con números asignados y la misma lámina sin los números.

Instrucciones: Se proporciona al paciente una hoja en la que aparecen en la parte superior unos símbolos o unos dibujos a los que se ha asignado un número o letra, y en la parte inferior los mismos símbolos o dibujos, pero sin el número o letra correspondiente. La tarea consiste en verificar el número asignado a cada estímulo y escribirlo en la casilla correspondiente.

Indicadores de logro:

Denominación

Objetivo: Entrenar habilidades en identificación y denominación de objetos

Actividad: ¿Qué son? (pág. 76)

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Láminas o imágenes

Instrucciones: “Ahora te mostraré unas imágenes, debes decirme cómo se llama cada uno de los objetos que aparecen en ellas y qué crees que tienen en común entre sí”.

Indicadores de logro:

Día 14

Tiempo de respuesta y percepción visual

Objetivo: Ejercitar habilidades en tiempo de respuesta y percepción visual.

Actividad: Actividad a través de la plataforma cognifit.

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Computador, plataforma cognifit.

Indicadores de logro:

Atención dividida

Objetivo: Entrenar atención dividida.

Actividad: La palabra clave. (pág. 78)

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Materiales: Listado de palabras.

Instrucciones: “Te voy a leer una serie de palabras y cada vez que escuches la palabra “Máscara” tienes que decir “¡Hola!”, ¿me entendiste?”.

Indicador de logro:

Atención sostenida

Objetivo: Formar habilidades cognitivas en atención sostenida.

Actividad: Identificación de números. (pág. 79)

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Láminas de números y hojas en blanco

Instrucciones: En esta tarea se le enseña al paciente unos números de diferentes colores y la letra A, que constituye el final de la secuencia. Luego de unos segundos, se cubre la lámina con una hoja en blanco y el paciente ha de decir cuál es el número de color **verde** que ha aparecido

inmediatamente antes de la letra A, los números de color verde que se encuentren después no son válidos.

Indicador de logro:

Pautas de crianza y límites

Objetivo: Actualizar psicoeducación parental en límites sanos.

Actividad: Revisar lista de compromisos.

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Instrucciones: Con base en la lista de compromisos realizada en la sesión 3, se revisará su cumplimiento y avance, abriendo el espacio para escuchar opiniones de las personas involucradas con respecto a ello. En caso de ser necesario, reforzar la lista con nuevos compromisos.

Indicador de logro:

Día 15

Estimación

Objetivo: Potenciar habilidades de estimación.

Actividad: Actividad a través de la plataforma cognifit.

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Computador, plataforma cognifit.

Indicadores de logro:

Memoria corto plazo

Objetivo: Entrenar habilidades cognitivas de memoria a corto plazo.

Actividad: Recuerdo de los colores de diferentes figuras geométricas.

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Materiales: Lámina con figuras geométricas de colores. (pág. 84)

Instrucciones: “Ahora te mostraré una imagen con diferentes figuras geométricas, cada una de ellas tiene un color distinto y deberás recordarlo porque te los preguntaré después se presenta la lámina durante un minuto antes de ser removida”.

Indicador de logro:

Memoria largo plazo

Objetivo: Entrenar habilidades cognitivas de memoria a largo plazo

Actividad: Recordar pares asociados. (pág. 84)

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Materiales: Listado de palabras asociadas con colores.

Instrucciones: “Voy a leerte una serie de palabras y cada una de ellas va asociada a un color. Tienes que memorizarlas porque cuando termine de leer la lista completa te diré una de las palabras y me tendrás que decir el color con el que te dije que iba asociada dicha palabra”.

Se lee la lista en voz alta a un ritmo de un par por segundo. Cuando se ha terminado de leer completa la lista se pregunta por los colores asociados a cada una de las palabras: “¿Con qué color iba asociada la palabra...? Se pueden hacer varias repeticiones, restando indicador de logro.

Indicador de logro:

Día 16

Flexibilidad cognitiva, percepción visual, coordinación ojo-mano

Objetivo: Entrenar flexibilidad cognitiva, percepción visual y coordinación ojo-mano.

Actividad: Actividad a través de la plataforma cognifit

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Computador, plataforma cognifit

Indicadores de logro

Memoria de trabajo

Objetivo: Entrenar habilidades cognitivas en memoria de trabajo

Actividad: Simón dice.

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Materiales: Aplicación en el celular

Instrucciones: En este juego aparecen 4 colores distintos que se van a ir iluminando, tú debes recordar el orden en que se iluminan para luego repetir ese orden

Indicadores de logro:

Habilidades sociales

Objetivo: Desarrollar habilidades en el manejo de habilidades sociales

Actividad: La importancia de tus relaciones. (pág. 85)

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Instrucciones: Se le expone la importancia de las relaciones, técnicas para tratar a los demás.

Indicadores de logro:

Día 17

Tiempo de respuesta, percepción espacial, coordinación ojo-mano y velocidad de procesamiento

Objetivo: Ejercitar el tiempo de respuesta, la percepción espacial, la coordinación ojo-mano y la velocidad de procesamiento.

Actividad: Actividad a través de la plataforma cognifit.

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Computador, plataforma cognifit.

Indicadores de logro:

Velocidad de procesamiento

Objetivo: Ejercitar habilidades cognitivas en velocidad de procesamiento.

Actividad: Mencionar objetos de la casa.

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Instrucciones: “Lo siguiente que haremos es que debes mencionar la mayor cantidad de objetos de la casa lo más rápido que puedas durante 2 min”. Se realiza un descanso y se le dice que debe mencionar la mayor cantidad de objetos de cocina lo más rápido que pueda y que puede repetir los que dijo antes, pero ahora será en 1 minuto. Se pretende que logre nombrar más objetos en el 2do intento a pesar de que sea más poco tiempo.

Indicadores de logro:

Velocidad de procesamiento

Objetivo: Ejercitar habilidades cognitivas en velocidad de procesamiento

Actividad: Laberinto con limitación de tiempo. (pág. 88)

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Materiales: Laberinto, lapicero.

Instrucciones: “Ahora te voy a entregar este laberinto y debes encontrar el camino a la salida en menos de 1 minuto ¿Estás listo?”.

Indicadores de logro:

Día 18

Monitorización

Objetivo: Estimular la capacidad de monitorización.

Actividad: Actividad de memoria a través de la plataforma cognifit.

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Computador, plataforma cognifit.

Indicadores de logro:

Búsqueda y rastreo visual

Objetivo: Entrenar en búsqueda y rastreo visual.

Actividad: Juego de tarjetas de búsqueda visual. (pág. 90)

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Materiales: Láminas con estímulos de rastreo visual, lapicero.

Instrucciones: “Te voy a entregar cada una de estas tarjetas y tú debes encontrar y señalar el mismo dibujo en una de estas tres láminas”.

Indicadores de logro:

Atención focalizada y velocidad de procesamiento

Objetivo: Potenciar atención focalizada y velocidad de procesamiento.

Actividad: ¿Cuántos hay...? (pág. 93)

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Materiales: Láminas con estímulos, lapicero.

Instrucciones: “En estas láminas hay 4 diferentes dibujos, lo que debes hacer es encontrar cuántos hay de cada uno lo más rápido que puedas y escribir en la parte derecha la cantidad que encontraste”. Se realiza toma del tiempo.

Indicadores de logro:

Día 19

Evaluación cognitiva general

Objetivo: Evaluación cognitiva general.

Actividad: Actividad a través de la plataforma cognifit.

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Material: Computador, plataforma cognifit.

Indicadores de logro:**Memoria a corto plazo**

Objetivo: Estimular la memoria a corto plazo.

Actividad: Formar pares.

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Materiales: Aplicación de celular “title connect puzzle”.

Instrucciones: “Te aparecerán en la pantalla una serie de bloques con diferentes figuras, tendrás que señalar los que sean iguales para eliminarlos, en un primer momento sólo podrás señalar los que están cercanos unos de otros, después podrás señalar los que se puedan conectar por medio de los espacios que dejan los bloques eliminados. Debes dejar el tablero vacío para completar el nivel antes de que se acabe el tiempo”.

Indicadores de logro:**Percepción espacial, razonamiento lógico**

Objetivo: Entrenar habilidades en percepción espacial y razonamiento lógico.

Actividad: Acomodar bloques

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Materiales: Aplicación de celular puzzledom (bloques).

Instrucciones: “En la parte inferior tienes unas piezas, deberás acomodarlas de tal manera que encajen en la figura de arriba”.

Indicadores de logro:**Actividad de cierre**

Objetivo: Establecer espacio de cierre y compromisos familiares finales.

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Instrucciones: Se realiza la respectiva reflexión sobre las diferentes estrategias a emplear a partir de ahora con la niña.

Tabla 2*Cuadro de registro de autoevaluación.*

Sesión N°	Como te sentiste	Cuanto te esforzaste	Total
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			

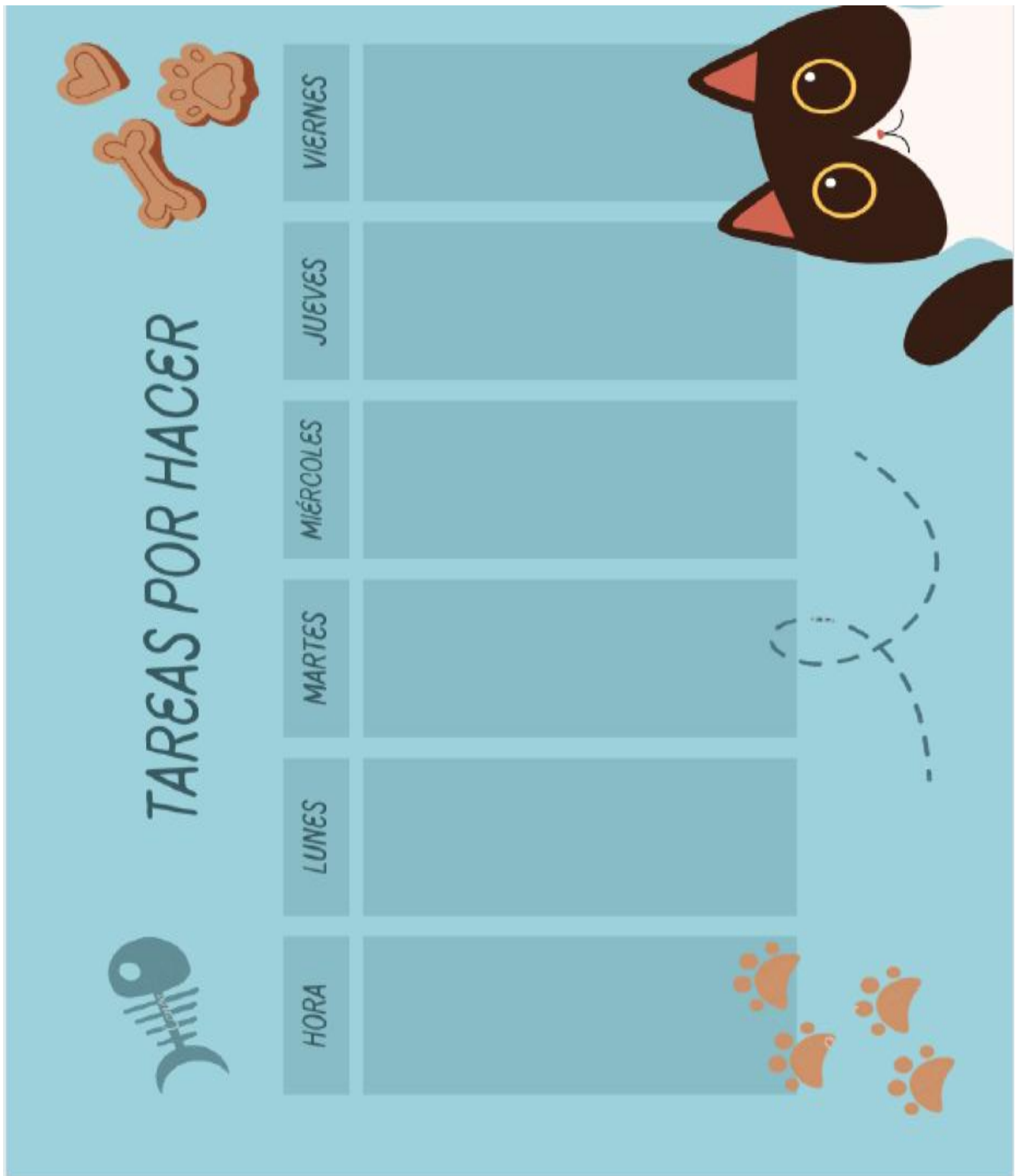
Nota. Actividad adaptada por el equipo

Figura 1
Ejercicio de cancelación



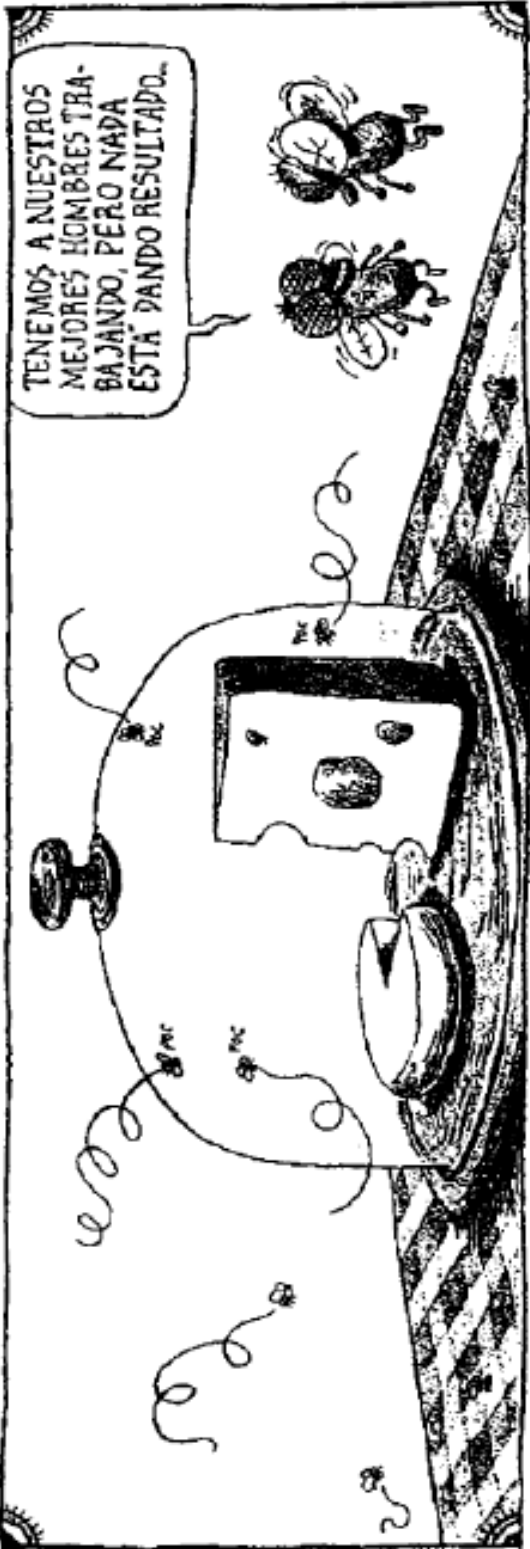
Nota. Fuente: (Kleidung Suchen, 2018) <https://bit.ly/3EynVkm>

Figura 2
Cuadro guía de actividades.



Nota. Adaptado de: <https://bit.ly/3kfwGJb>

Figura 3
Entender nuestros problemas



Nota. Fuente: (Bunge et al, 2009)

Figura 4
Entender nuestros problemas

Primera parte: ENTENDER



¿Por qué tengo problemas?

En primer lugar: "todos tenemos problemas".
En nuestros problemas intervienen distintos factores¹:



- Lo que nos rodea (familia, escuela, amigos)
- Los pensamientos
- Las emociones
- Las conductas
- Las sensaciones físicas

Veamos en qué consiste cada uno de factores:

1) **Lo que nos rodea:** lo que pasa en nuestra familia, entre nuestros padres, con nuestros hermanos, en la escuela, lo que nos pasa con nuestros amigos, al país; "todas esas cosas pueden influir en cómo nos sentimos". Por ejemplo:

- Escuchar discutir a nuestros padres
- Que tu hermano te moleste
- Que un profesor te rete
- Que tus amigos no te inviten o te burien

¿Qué cosas te pasaron o te pasan que puedan hacer que te sientas mal?

.....

.....

.....

.....

2) **Los pensamientos:** las cosas que se nos pasan por la cabeza son sumamente importantes.

Los pensamientos pueden ser frases cortitas como:

- "soy un torpe"

Nota. Fuente: (Bunge et al, 2009)

Figura 5

Entender nuestros problemas.

- "...y si me dejan solo?" o
- "lo hacen para molestarme"

O pueden ser imágenes como:

- imaginarme mi boletín con muchos aplazos,
- imaginarme que estoy perdido solo en una plaza,
- imaginarme a mis papás gritándome.

Cuando tenés problemas ¿cuáles suelen ser tus pensamientos más frecuentes?

.....

.....

.....

.....

¿Qué cosas te solés imaginar?

.....

.....

.....

.....

3) **Las emociones:** son lo que sentimos. Son muchas, te mostramos algunas.

- | | |
|-----------------|------------------|
| • Miedo | • Alegría |
| • Bronca | • Euforia |
| • Tristeza | • Felicidad |
| • Vergüenza | • Diversión |
| • Aburrimiento | • Esperanza |
| • Nervios | • Orgullo |
| • Inseguridad | • Satisfacción |
| • Desesperación | • Convencimiento |
| • Angustia | • Seguridad |

¿Qué emociones son las que más seguido tenés?

.....

Nota. Fuente: (Bunge et al, 2009)

Figura 6
Entender nuestros problemas

4) **Conductas:** las cosas que hacés y dejás de hacer, lo que decís a los demás, es la forma en que solés reaccionar cuando tenés un problema. Veamos algunos ejemplos:

- Quedarme tirado en la cama.
- Gritar a mis familiares.
- Escaparme de situaciones problemáticas.
- No ir a fiestas.

¿Qué cosas hacés vos cuando tenés un problema? ●

.....

.....

.....

.....

5) **Cuerpo, reacciones físicas:** nuestro cuerpo suele cambiar cuando estamos frente a un problema. Sentimos en el cuerpo sensaciones físicas que en otros momentos no tenemos, como:

- Palpitaciones.
- Falta de energía.
- Sudor.
- Temblor.
- Músculos tensos.

¿Qué cosas sentís en tu cuerpo cuando tenés un problema? ●

.....

.....

.....

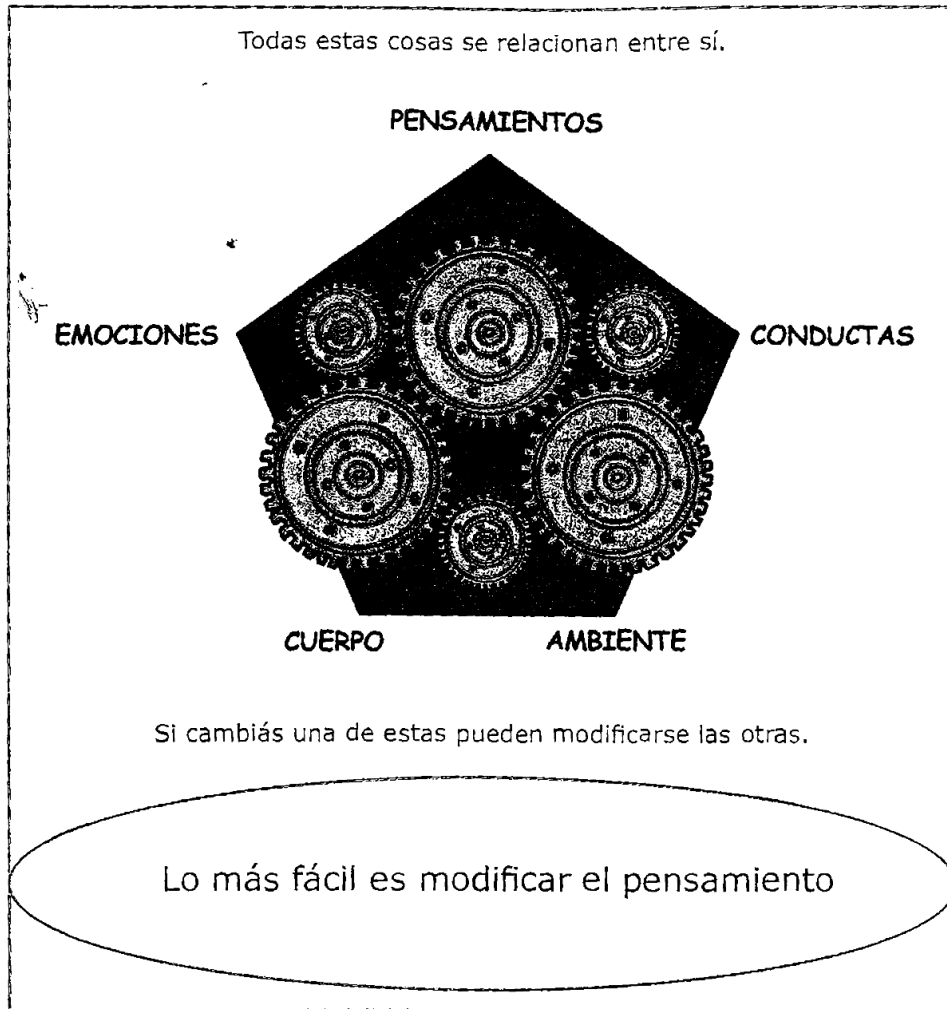
.....

6) **Familia:** todas las personas que viven con su familia pueden ser influidos por lo que dicen y hacen los demás.

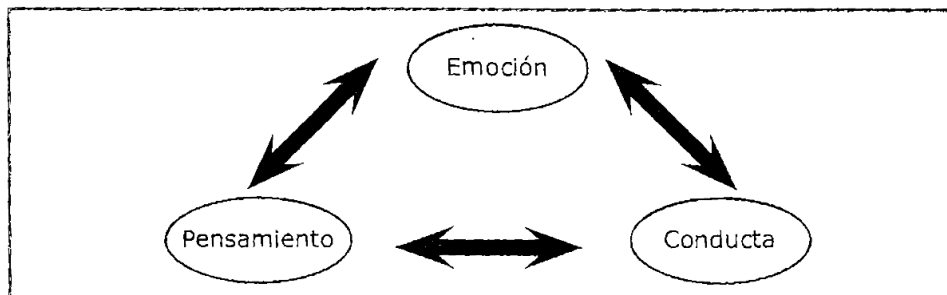
- Si constantemente escuchamos a nuestra madre preocuparse por todo, es probable que nosotros también empecemos a preocuparnos.
- Si alguno de mis seres queridos siempre ve todo negativo puede que nosotros también lo hagamos.
- Si a mi alrededor hay alguien que se enoja todo el tiempo y reacciona excesivamente, es probable que nos acostumbremos a reaccionar así.

Figura 7
Entender nuestros problemas

importante:



Simplificado puede ser así:



Nota. Fuente: (Bunge et al, 2009)

Día 5

Nombrar objetos con características similares

1. Juguetes a los que das cuerda.
2. Cosas de tela que no sean ropa.
3. Cosas hechas de lana que guardan calor.
4. Nombres de superhéroes.
5. Deportes en los que no se usa balón.
6. Animales amarillos que no sea el león.
7. Cosas que crecen bajo tierra.
8. Aparatos eléctricos con contador de tiempo.
9. Cosas que miras por la noche.
10. Insectos con alas.
11. Prendas de vestir.
12. Frutas dulces.
13. Tipos de bailes.
14. Animales con manchas.
15. Medios de transporte
16. Cosas que puedas llevar a la playa.
17. Películas o series de aventura
18. Cosas que puedes comprar en una papelería
19. Cosas que son ásperas y redondas.
20. Cosas domésticas con tapa.

Nota. Adaptado de (Muñoz, E.et al., 2009).

Figura 8
Entrenamiento de miedos y ansiedad.

¿Qué es la ansiedad?¹

La ansiedad es una emoción que se siente cuando estamos frente a un peligro que puede ser real o imaginario y genera una reacción en nuestro cuerpo y mente.

Cuando estamos ansiosos nos puede pasar que:

1. Aparezcan **sensaciones físicas** como:
Taquicardia, inquietud, mareos, tensiones musculares, dolores de cabeza, revoltijos y dolores estomacales.



2. Tengamos formas especiales de **ver y pensar** las cosas (anteojos rojos):
Automáticamente miramos el costado peligroso de las cosas, pensamos especialmente en los obstáculos que tenemos que enfrentar y en todo lo malo que podría ocurrir. Los pensamientos ansiosos suelen ser del tipo: "y si pasa...."



3. **Comportamientos particulares**,
es decir, impulsos a hacer cosas de manera casi automática:
Ganas de escapar a los problemas que nos perturban, intentos de evitar pensar en ellos (aunque a menudo no lo consigamos, ya que vuelven una y otra vez a ocupar nuestra cabeza), y la tendencia a buscar que nos protejan de lo que tememos.



¹N.de A.: Para complementar esta conceptualización de la ansiedad ver: Wells, A. (1997). Cognitive Therapy of Anxiety Disorders. A Practical Manual and Conceptual Guide. New York: John Wiley & Sons.

Figura 9

Entrenamiento de miedos y ansiedad.

¿Dónde siento la ansiedad?

Cada uno siente la ansiedad en distintas partes del cuerpo.
A continuación te mostramos un niño con algunas de las sensaciones posibles.



¿Podés dibujarte y marcar donde sentís la ansiedad?

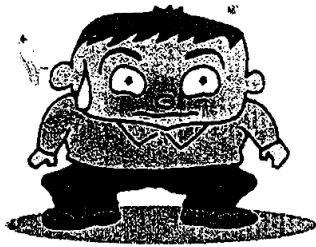
Nota. Fuente: (Bunge et al, 2009)

Figura 10

Entrenamiento de miedos y ansiedad.

La ansiedad: amiga o enemiga

A veces la ansiedad es *nuestra amiga*:



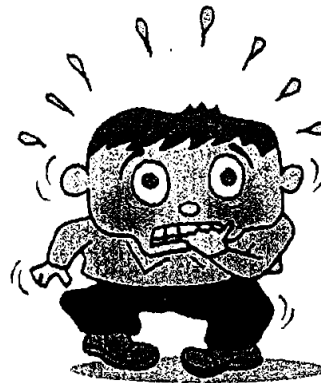
Funciona como una **alarma natural** que se enciende cuando enfrentamos situaciones peligrosas o difíciles (exámenes, estar solos en un lugar desconocido o inseguro, etc.) **preparando** todo el **cuerpo** y la **mente** para reaccionar rápidamente y enfrentar aquello que nos preocupa.

Cuando estamos ansiosos podemos **pensar y correr más rápido**, darnos cuenta instantáneamente de las cosas que nos amenazan, pensar soluciones de emergencia en un abrir y cerrar de ojos, etc.

A veces la ansiedad es *nuestra enemiga*:

Cuando ocurre en forma muy **intensa** y **frecuente**, podemos estar constantemente nerviosos y/o temer a cosas irreales o que no son una amenaza verdadera.

Por ejemplo, hay chicos que les temen a los perros, a la oscuridad, a que aparezcan ladrones aún cuando están en un lugar seguro y conocido, a separarse o perderse de los papás, e incluso a sus propias sensaciones corporales naturales, exagerándolas y pensando que se tratan de enfermedades graves.



Nota. Fuente: (Bunge et al, 2009)

Figura 11

Entrenamiento de miedos y ansiedad.

Por qué sentimos ansiedad

Observá el dibujo a continuación y contáanos por qué este niño se siente ansioso



¿A QUÉ LE TEME ESTE NIÑO?
¿AL PERRO O A LO QUE PIENSA DEL PERRO?

¿Se siente ansioso porque:

- el perro es peligroso?
- se IMAGINA que es peligroso?

Nota. Fuente: (Bunge et al, 2009)

Figura 12
Entrenamiento de miedos y ansiedad.

1. No enfrento las situaciones temidas



Nuestro amigo Pepe, por miedo se queda sentado y no enfrenta nada. Así se siente seguro. Eso le mantiene la idea de que si no estuviera sentado algo malo le podría pasar, y así va a vivir toda su vida con miedo.

¿Qué le dirías a Pepe para que supere sus miedos?

.....
.....

¿Qué situaciones son las que evitas?

1.
2.
3.
4.
5.
6.

Figura 13

Entrenamiento de miedos y ansiedad.

¿Cuál de estos ejemplos se parece a lo que te pasa?

SOCIAL
ME VAN A CRITICAR
SOY ABURRIDO

GENERAL
LA PRUEBA VA A SER DIFICILÍSIMA
NO ENTIENDO NADA

PÁNICO
ME VOY A MORIR
NADIE ME VA A AYUDAR

TOC
ALGO MALO PUEDE PASAR
YO VOY A SER EL RESPONSABLE

SEPARACION
SI MAMÁ NO ESTÁ ALGO PUEDE PASAR
YO SOLO NO PUEDO

FOBIA ESPECÍFICA
EL PERRO ES MALO
NO LO VOY A PODER FRENAR

Nota. Fuente: (Bunge et al, 2009)

Figura 14
Entrenamiento de miedos y ansiedad.

Cómo agrandamos el peligro

Los chicos que tienen anteojos catastróficos y tienden a asustarse con muchas cosas, se imaginan peligros inexistentes o agrandan los peligros pequeños.

¿Recordás alguna vez que te imaginaste un peligro a partir de algo que viste o escuchaste que al final no era nada peligroso? ¿Cómo fue?

.....

A partir de ahora te vamos a pedir que cada vez que te imagines que hay un peligro pienses si hay un peligro real o es sólo tu imaginación.

A continuación tenés una tabla para ir anotándolos para que lo converses con las personas que te cuidan o tu terapeuta.

Ficha nº 1: Registro de peligros

Día/	Semana 1: peligro que imaginé	Semana 2: peligro que imaginé	Semana 3: peligro que imaginé
Lunes			
Martes			
Miércoles			
Jueves			
Viernes			
Sábado			
Domingo			

Nota. Fuente: (Bunge et al, 2009)

Figura 15
Entrenamiento de miedos y ansiedad.

Situación:

.....
.....
.....

¿Qué era lo que pensabas?

.....
.....
.....

Escribí todos los recursos que tuviste o tenés para afrontar esa situación:

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.

Nota. Fuente: (Bunge et al, 2009)

Día 6

Comprensión de textos: Mi mochila

Esta es mi mochila ¿te gusta? a mí me encanta.

Me la compró mamá el año pasado.

Como ves, es de color gris verdoso.

Las correas para sujetarla a la espalda son de color marrón.

Las Hebillas brillan tanto que parecen de plata.

En el bolsillo grande mamá coloca la comida para tomar en el patio a la hora del recreo. En la parte de afuera hay dos bolsillos más pequeños: uno es para la botella de agua, y la otra para el cuaderno y los lápices de colores.

Es por si tengo que dibujar algo, ¿sabes?

En el cole hay tantas cosas bonitas...

Pero ninguna tan bonita como mi mochila. No sabría salir de excursión sin ella.

Preguntas

¿Quién compró la mochila?

- a. Papá
- b. Mamá
- c. El primo Teo

¿De qué color es la mochila?

- a. Rojo azulado
- b. Blanca
- c. Gris verdoso

¿De qué parecen las hebillas?

- a. Plata
- b. Oro
- c. Platino

¿Qué no sabría hacer sin su mochila?

- a. No sabría jugar
- b. No sabría salir de excursión
- c. No sabría correr

¿De qué color son las correas?

- a. Gris verdoso
- b. Marrón
- c. Color plata

¿Qué me coloca mamá en la bolsa más grande?

- a. Los colores
- b. El vaso irrompible
- c. La comida

Figura 16
Dibujo a describir.



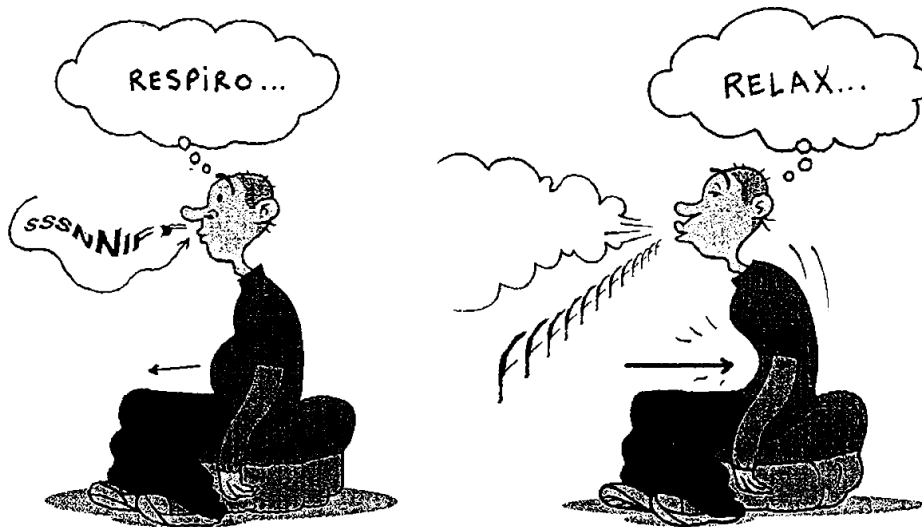
Nota. Fuente: (Bonnie, 2011) <https://bit.ly/3SpCUCX>

Figura 17

Las enseñanzas del maestro ninja.

Pasos para relajarte¹

- 1) Hacé que tu cuerpo se ponga blandito, como si fuese un muñeco de trapo. Los brazos tienen que estar como colgando, bien blanditos, como si el viento pudiese moverlos.
- 2) Respirá profundamente, llevando el aire a la panza. Imaginate que esta es como un globo, a la que podés inflar. ¿Sentís cómo se hincha?
- 3) Pensá una palabra que te guste, que te tranquilice y decítela a vos mismo mentalmente, antes de largar el aire. Te damos algunas ideas que le sirvieron a otros chicos: "tranqui", "basta", "espacio", "relax".
- 4) Largá todo el aire por la boca y sentí como tus músculos siguen relajados, cada vez más blanditos. Esperá un poquito y volvé a respirar, repetí el proceso por 5 minutos más o menos.



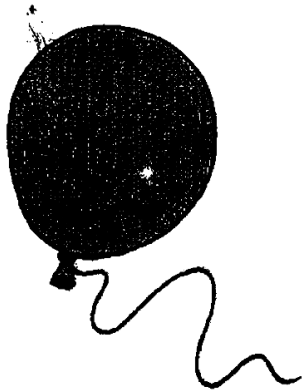
Nota. Fuente: (Bunge et al, 2009)

Figura 18

Las enseñanzas del maestro ninja.

Algunos chicos lo entienden mejor cuando se los explicamos así:

Primero: aprendemos a ponernos blandos como muñecos de trapo.



Después: ganamos un campeonato de respiración profunda e inflada de globos

Imaginería¹

Una vez que lograste ponerte canchero haciendo la respiración, podés aumentar su efecto acompañándola de imágenes que te ponen más tranquilo todavía. Te damos algunas ideas:

- 1) A veces ayuda pensar en algún lugar lindo y tranquilo que te haya gustado: una playa, un bosque por el que caminaste. Tratá de pensar bien en todos los detalles de ese lugar: ¿qué ves, qué sentís, qué olés, qué escuchas? Por ejemplo: si pensaste en una playa, ¿podés ver cómo se mueve lentamente el mar? ¿Podés imaginarte que sentís su olor? ¿Escuchás el murmullo suave?
- 2) Algo un poco más difícil, que requiere práctica, pero es muy efectivo: imaginarte a vos mismo afrontando con éxito la situación a la que le tenés miedo. ¿Podés imaginarte tranquilo en el banco, rindiendo el examen? ¿Podés imaginarte hablándole a la chica que te gusta relajado y tranquilo?
- 3) Por último, otra imagen que suele tranquilizar mucho: imaginarte el futuro, una vez que el problema haya sido resuelto y los nervios

Nota. Fuente: (Bunge et al, 2009)

Figura 19

Las enseñanzas del maestro ninja.

hayan pasado. Imaginate, mientras respirás, que la preocupación quedó atrás y estás en otra. ¿Qué cosas estarías haciendo? ¿Con quién? ¿Cómo te sentís?



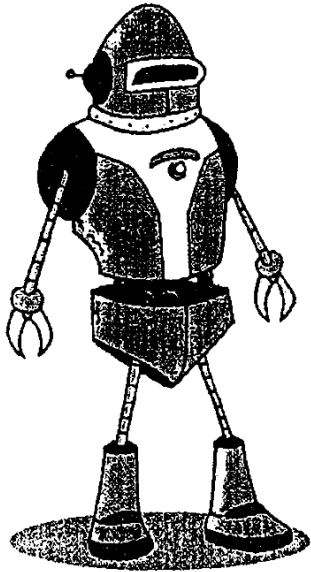

Como todos los ejercicios que presentamos en este libro, las técnicas del maestro ninja requieren práctica. No te exijas. Al principio no salen tan bien pero después, resultan cada vez más fácil, en especial con la ayuda y supervisión de tu terapeuta. ¡Sería bueno que las practiques 5 minutos todos los días, así después las tenés claras para usarlas en medio del problema que te pone nervioso!

Figura 20
Las enseñanzas del maestro ninja.

El Robot y el muñeco de trapo²

Otra forma de relajarte, muy sencilla, es la técnica del robot y el muñeco. No es para usarla en lugares públicos, por eso te recomendamos que la practiques en lugares donde nadie te moleste, ni interrumpa.

La misma consiste en poner duros los músculos como los de un robot unos 10 segundos y luego aflojarlos todo lo posible, como si fueras un muñeco de trapo. Para que te acuerdes de tensar todos los músculos el secreto esta en dividirlos en cinco grupos.

Músculos de:	Tensar	Relajar
La cara		
El pecho		
La espalda		
Los brazos		
Las piernas		

Nota. Fuente: (Bunge et al, 2009)

Día 8

Figura 21

Reconocimiento de figuras.

Identifica la siguiente figura geométrica y colorea las que sean igual del mismo color:

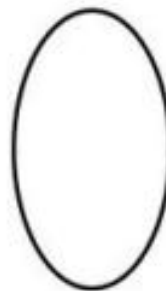
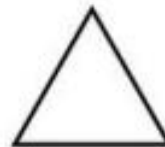
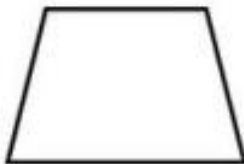
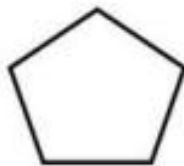
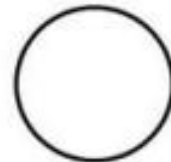
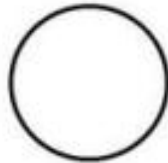
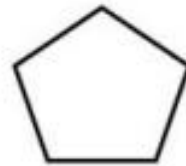
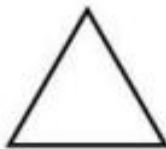
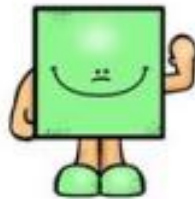
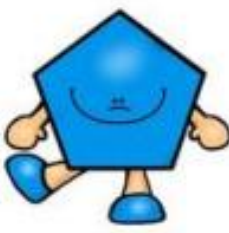



Figura 22

Reconocimiento de figuras.

Identifica la siguiente figura geométrica y colorea las que sean igual del mismo color:



A collection of various geometric shapes for identification: a diamond, a five-pointed star, a pentagon, a circle, a square, an oval, a triangle, a vertical rectangle, another five-pointed star, another pentagon, another pentagon, another triangle, and another diamond.

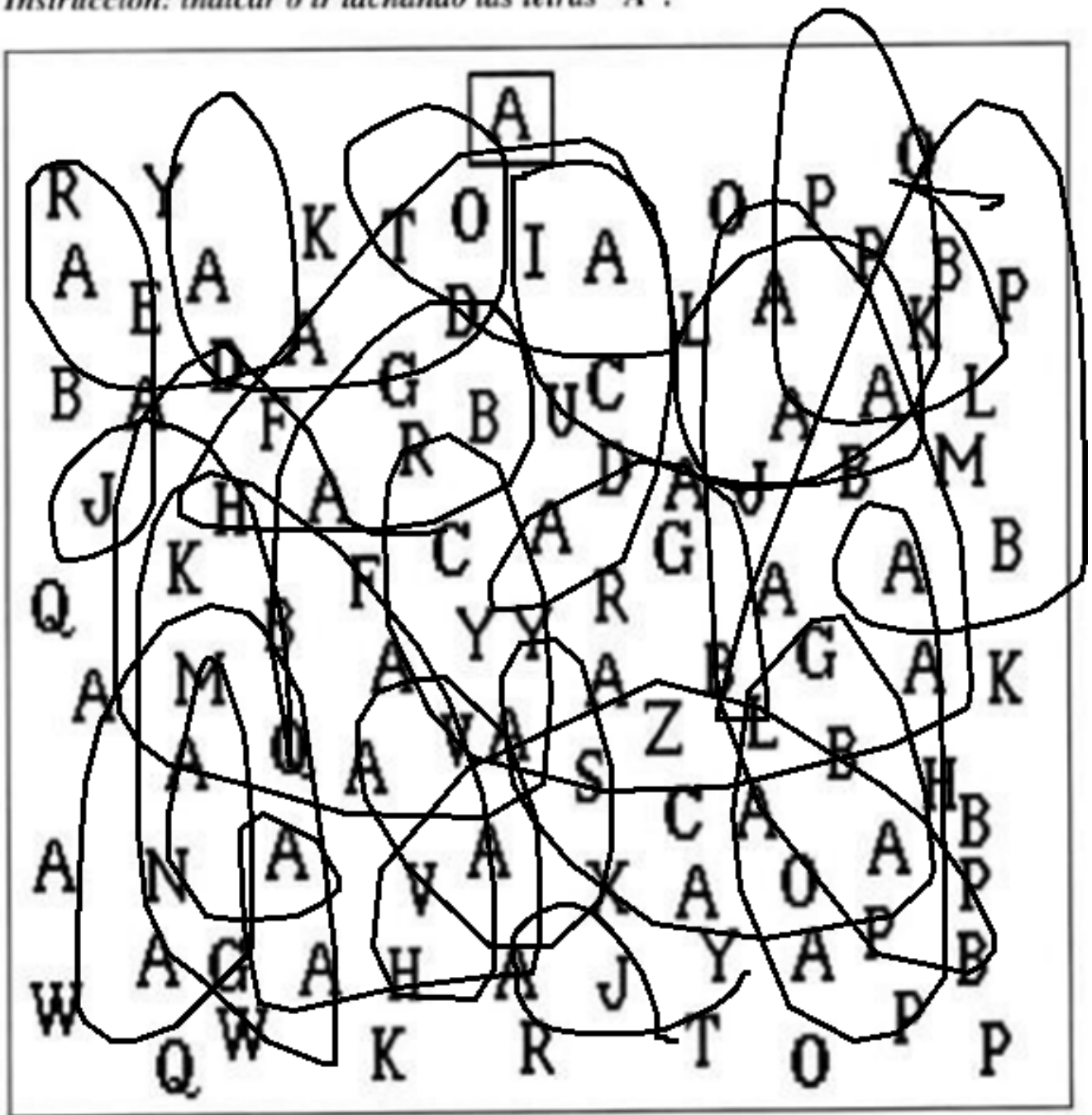


Nota. Fuente: <https://bit.ly/3KyPg9W>

Figura 23

Ejercicio de cancelación con rayones.

Instrucción: indicar o ir tachando las letras "A".



Nota. Adaptado de: (Brainingblog, 2014) <https://bit.ly/3ZgxnAA>

Día 10

Figura 24

Ejercicio de cancelación con limitación de tiempo

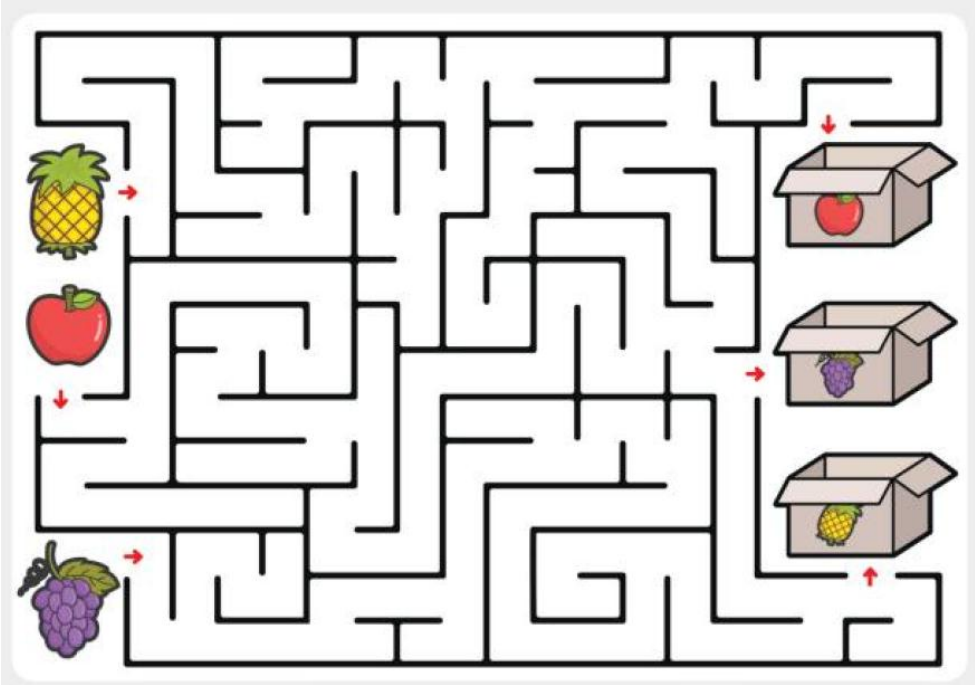
7

Rodea con círculos todos los números que encuentres como este:

6 1 7 5 0 4 9 8 0 7 6 8 9 8 0
4 9 0 3 2 1 7 5 2 8 4 3 5 9 3
7 5 2 8 6 8 5 1 4 5 1 0 2 4 9
9 2 8 1 7 3 4 6 9 2 7 6 3 7 4
3 0 3 9 2 8 3 9 7 8 1 5 2 1 8
8 7 6 1 0 4 9 5 8 1 2 9 4 7 9
1 6 3 4 7 9 1 2 3 1 5 4 0 2 8
0 5 8 5 6 1 2 3 7 4 1 2 1 5 3
2 4 9 4 5 6 0 4 7 4 6 0 8 5 7

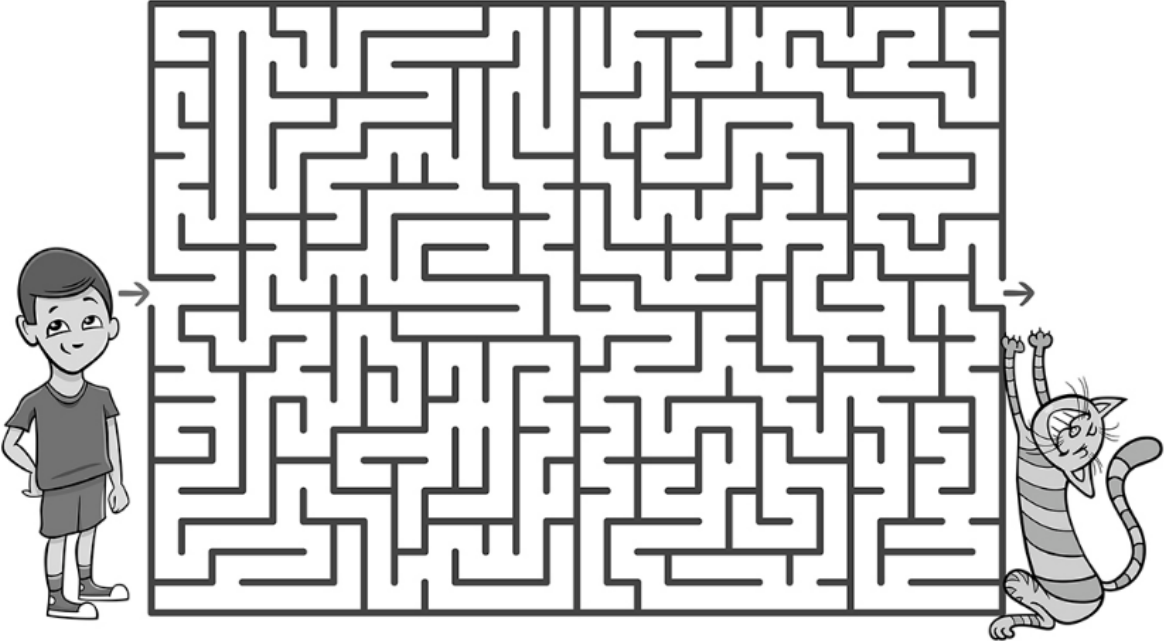
Nota. Fuente: <https://bit.ly/3SkONKh>

Figura 25
Laberinto



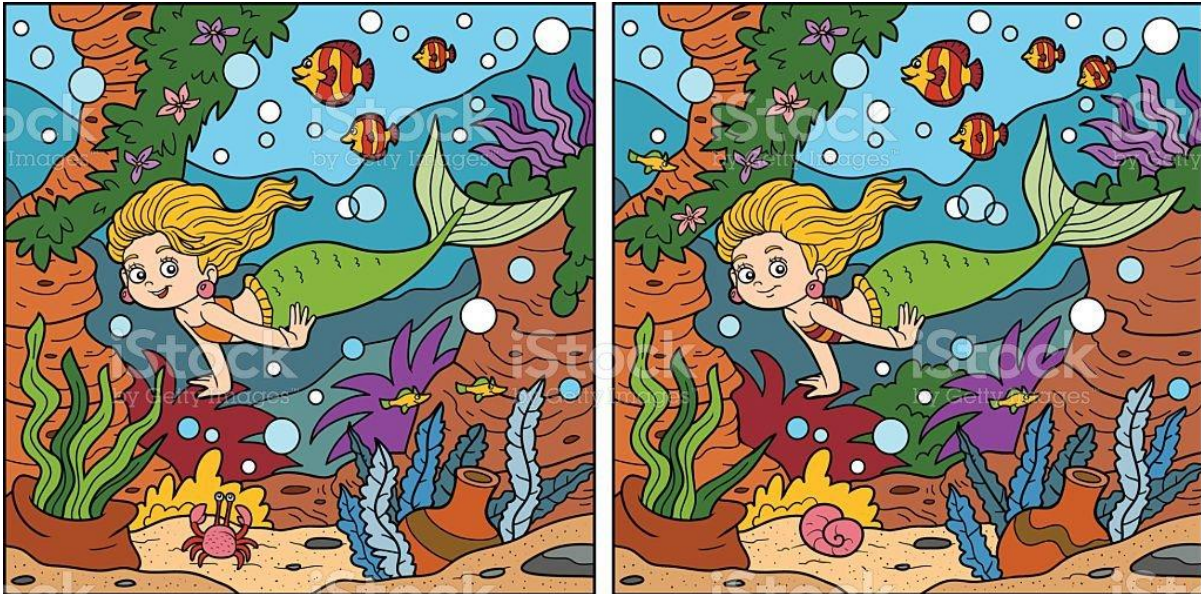
Nota. Fuente: (Aekikuis, 2017) <https://bit.ly/3Sphbuy>

Figura 26
Laberinto



Nota. Fuente: <https://bit.ly/3EAFIgd>

Figura 27
Búsqueda de diferencias



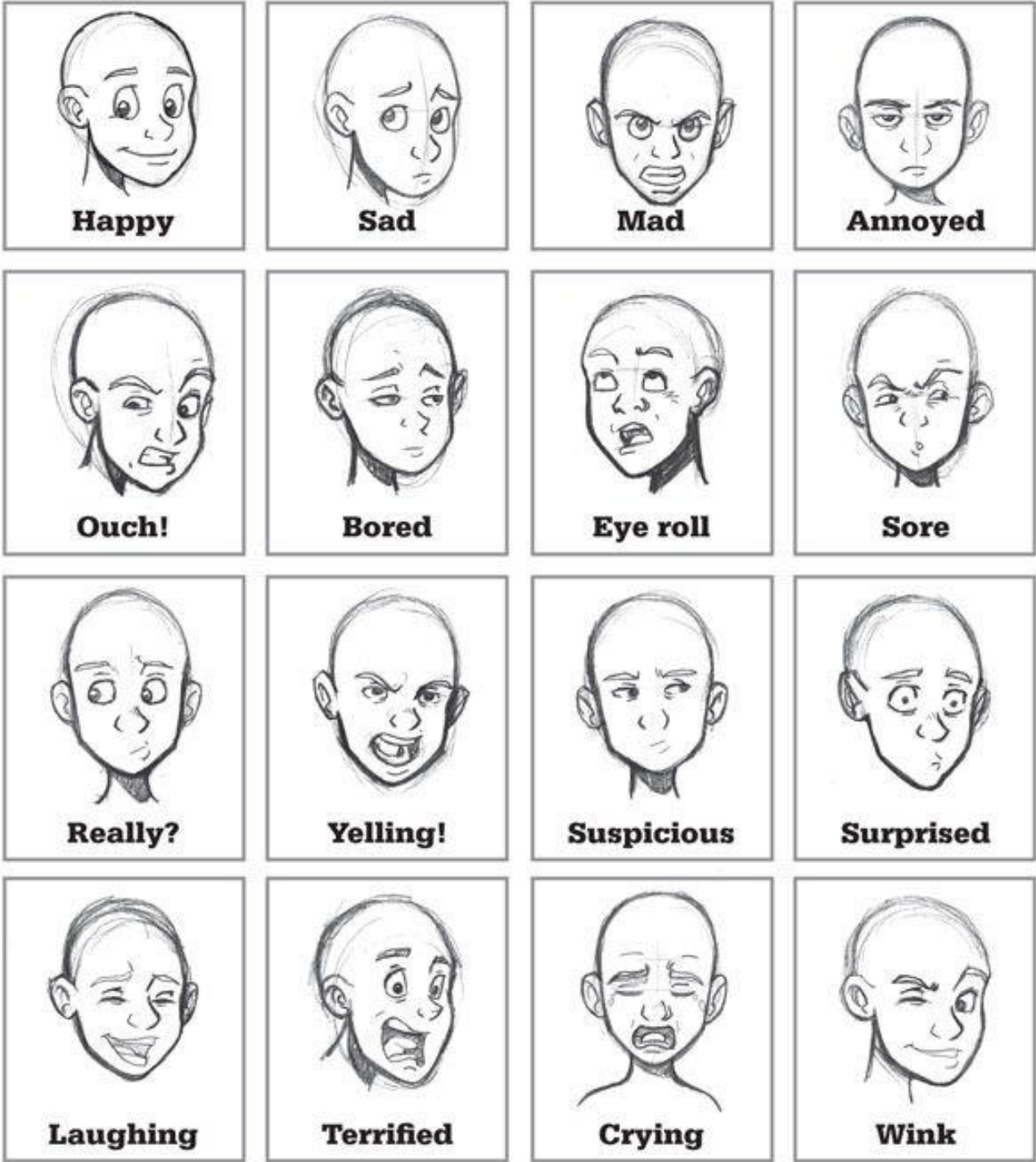
Nota. Fuente: <https://bit.ly/3Ite00l>

Figura 28
Búsqueda de diferencias



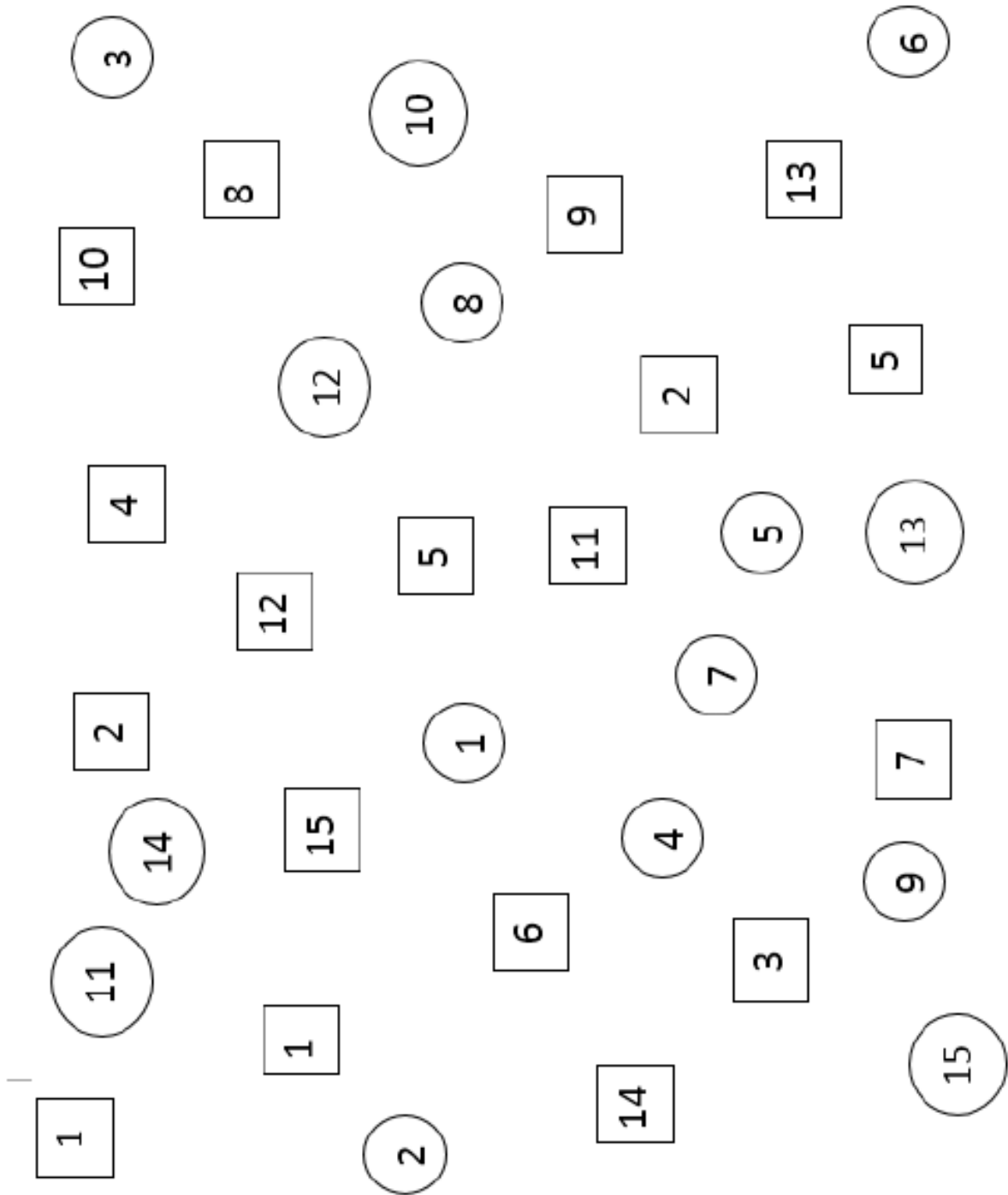
Nota. Fuente: (Delgado, 2021) <https://bit.ly/3IMsv0D>

Figura 29
Reconocimiento de emociones



Nota. Fuente: (Carvajal, F., 2018) <https://bit.ly/3Ez12gG>

Figura 30
Círculos y cuadrados alternantes.



Nota. Fuente: (Muñoz, E.et al., 2009).

Día 12

Listado de personajes famosos

- La sirenita
- Shakira
- Mickey Mouse
- Spiderman
- Peppa pig
- Jesús

Nota. Actividad adaptada por el equipo

Figura 31

Ejercicio de cancelación con doble instrucción

AR
ARAKDICFMDKFJRIVARBJKHGAASÑLFGUA EYIHB CAV WEFHKA FKDFUSAPLÑJNARARN AJYHV DWDV TYJAKL OIJUYHN NYHFSDXAWARQATAGHJJKGFGYAUJOO PUK DFAREATTHAVBJMKDFG AASDFNMARKPLÑPÑIFVSAD RAAWFXACVTJHNK IAROHNF GWA AARVERD TVAHJUO JAKGHHBDFVDRTAGRD TSARDTGDGABEARTAAARAER DFEARSDFSEARXARAD FVAFTYHBAARGJFTTBGSDVGP DRITGGARFYBTFASEDR TAAGYJUAFRFTWEARSWD TFL HJNOARAHHADFS DARNLKFJRBFKAAAJSDLFNVSDFIO NMARKFXAKJIOOPUKDFAREATTHARAKDICFMFKFJRI DRTAGRD TSARDTGDGABEARTAAARAERDFEARSDFSE ARXARAD FVAFTYHBAARGJFTTBGSDVGDRTGGARFYB RAAWFXACVTJHNK IAROHNF GWA AARVERD TVAHJUO JAKGHHBDFVDRTAGRD TSARDTGDGABEARTAAARAER WEFHKA FKDFUSAPLÑJNARARN AJYHV DWDV TYJAKL OIJUYHN NYHFSDXAWARQATAGHJJKGFGYAUJOO PUK JAKGHHBDFVDRTAGRD TSARDTGDGABEARTAAARAER DFEARSDFSEARXARAD FVAFTYHBAARGJFTTBGSDVGO DRTGGARFYBTFASEDR TAAGYJUAFRFTWEARSWDYHJM

Nota. Fuente: (Muñoz, E.et al., 2009).

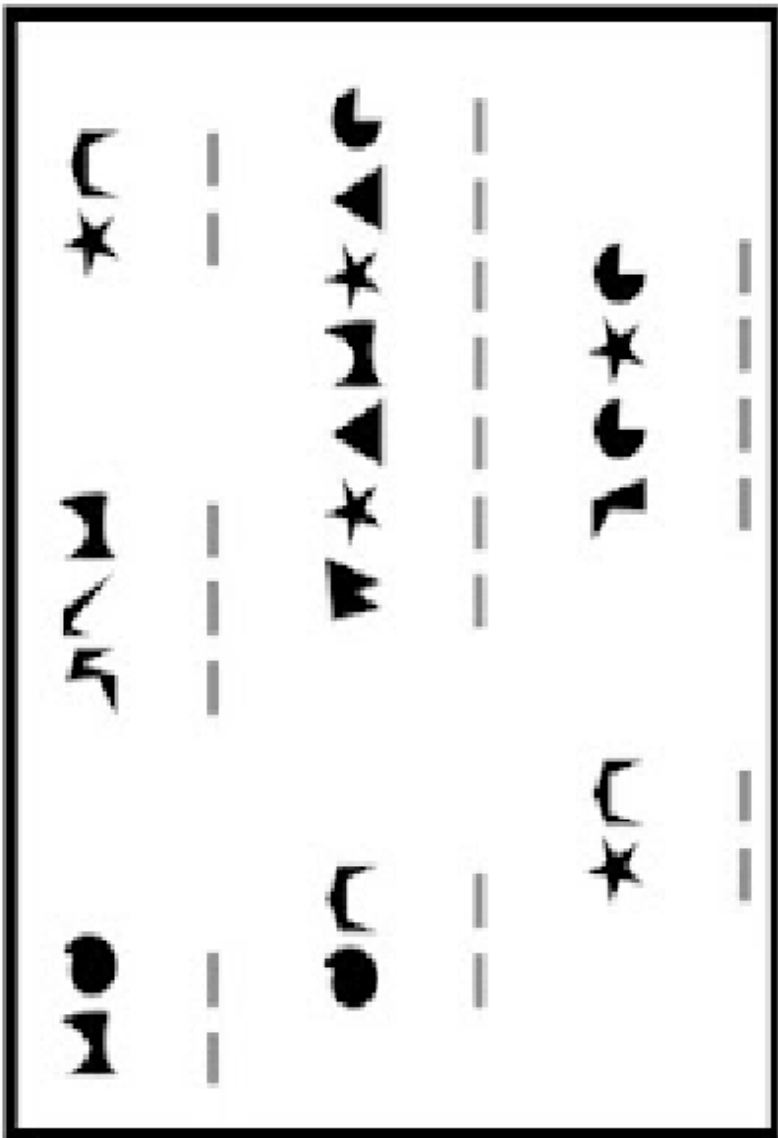
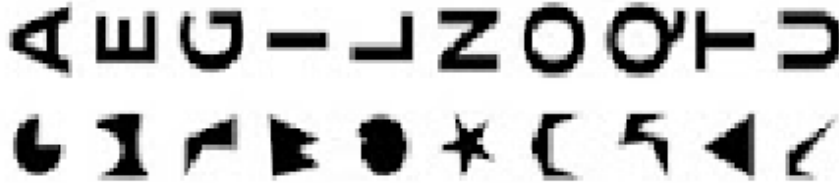
Figura 32
Búsqueda de símbolos/dibujos.

»	0
☀	9
	8
△	7
∞	6
≠	5
Σ	4
↑	3
Δ	2
%	1

↑		Σ	
»		≠	
△		%	
≠		☀	
Δ		Σ	
∞		%	
∞		∞	
△		≠	
»		☀	
Σ			

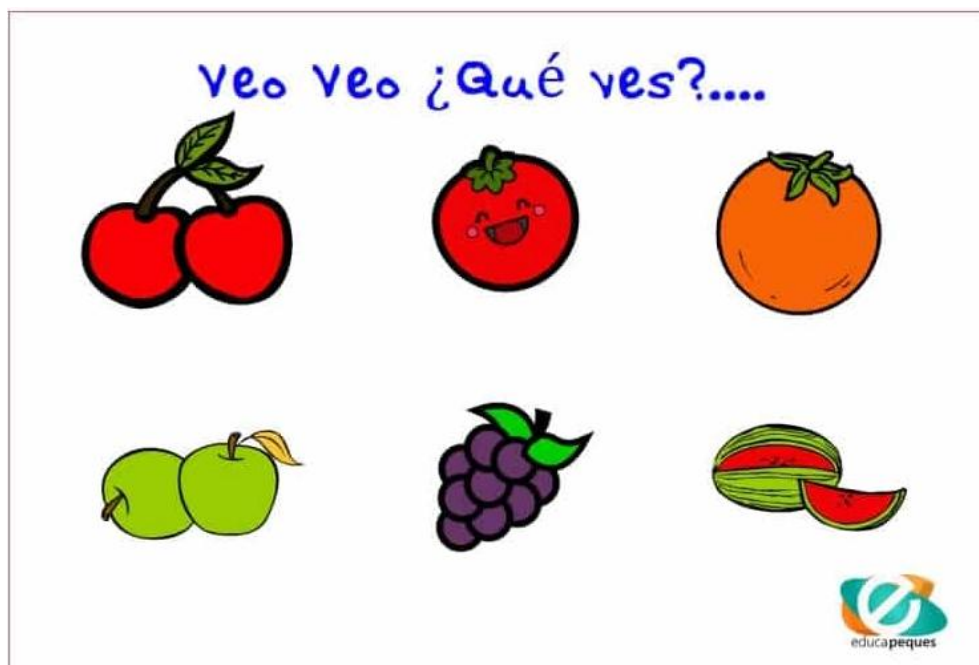
Nota. Fuente: (Muñoz, E.et al., 2009).

Figura 33
Búsqueda de símbolos/dibujos.



Nota. Fuente: (Benito, L., 2019). <https://bit.ly/3kki4bh>

Figura 34
Denominación



Nota. Fuente: <https://bit.ly/3m1TqfY>

Figura 35
Denominación



Nota. Fuente: <https://bit.ly/3S1APYD>

Figura 36
Denominación



Nota. Fuente: <https://bit.ly/3ZcIIXL>

Figura 37
Denominación



Nota. Fuente: <https://bit.ly/3KBLVXH>

Tabla 5
La palabra clave

Maceta	Madurar	Máscara	Mudar	Mujer	Miel
Mito	Masivo	Maletín	Manchar	Manjar	Muralla
Marítimo	Molino	Medicar	Máscara	Meter	Mar
Máscara	Magnético	Monte	Mueble	Multinacional	Migaja
Mixto	Momia	Malherir	Mandato	Máscara	Murmurar
Macizo	Magnífico	Medieval	Menear	Masa	Maravilla
Marrón	Mayor	Máscara	Mueca	Mexicano	Milagro
Madera	Monitor	Monumental	Manía	Multiplicar	Músculo
Martillar	Maíz	Malhumor	Máscara	Mantener	Marcha
Morado	Monólogo	Medir	Mentira	Mezclar	Máscara
Madre	Monopolio	Moralista	Muelle	Mundo	Millonario
Masajear	Máscara	Malicioso	Maniobra	Mapa	Musgo
Moldear	Malcriar	Mejorar	Mercantil	Miedoso	Margarita
Madrugar	Monótono	Movimiento	Manipular	Municipio	Mirar
Máscara	Media	Manantial	Mérito	Máscara	Música
Molesto	Monstruo	Memorable	Máscara	maquillar	Misterio

Nota. Actividad adaptada por el equipo

Figura 38
Identificación de números.



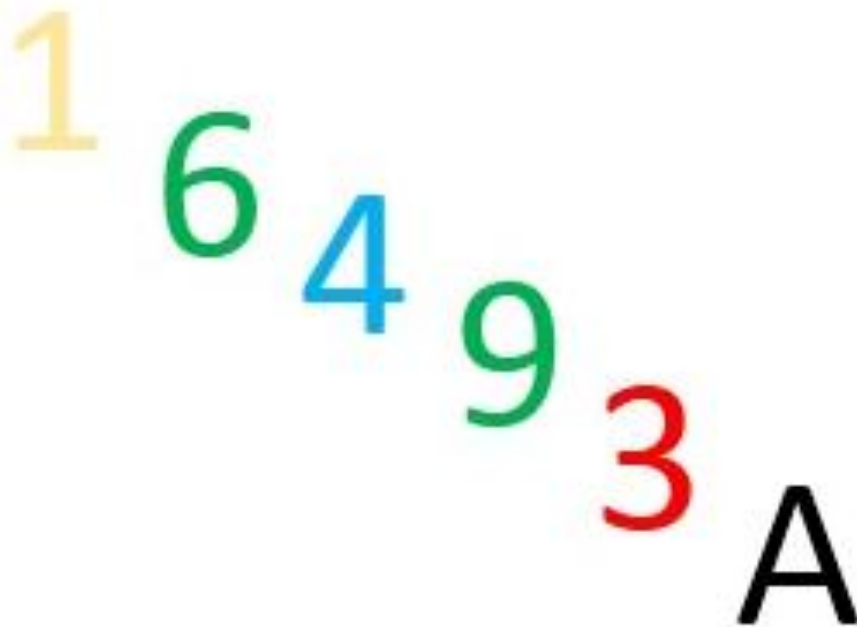
Nota. Adaptado de: (Muñoz, E.et al., 2009).

Figura 39
Identificación de números.



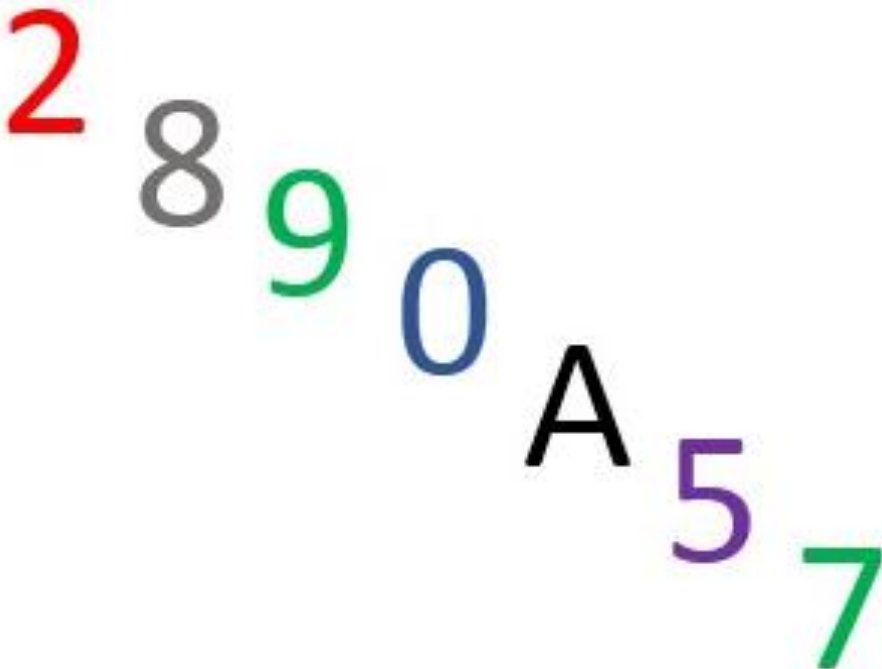
Nota. Adaptado de: (Muñoz, E.et al., 2009).

Figura 40
Identificación de números.



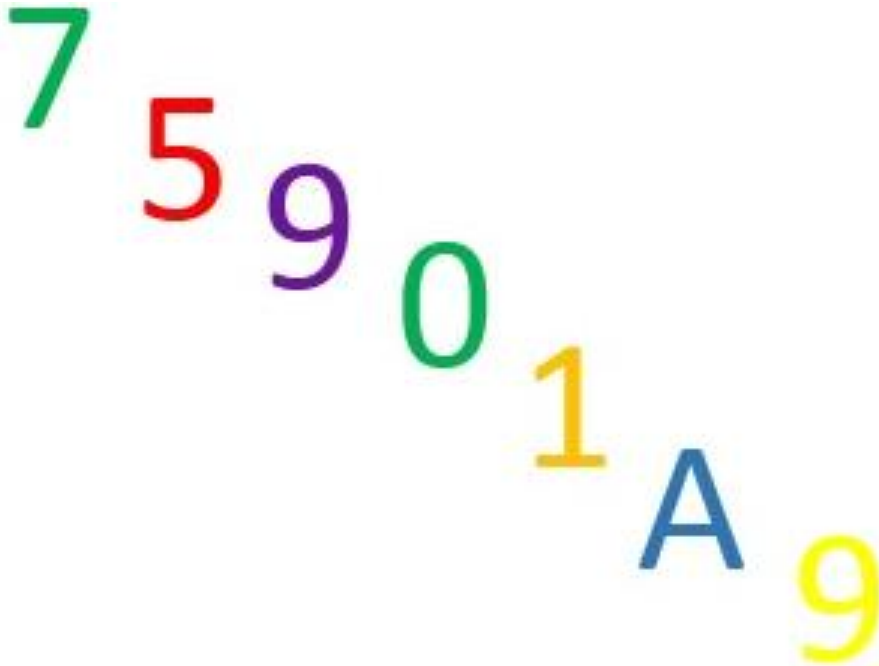
Nota. Adaptado de: (Muñoz, E.et al., 2009).

Figura 41
Identificación de números.



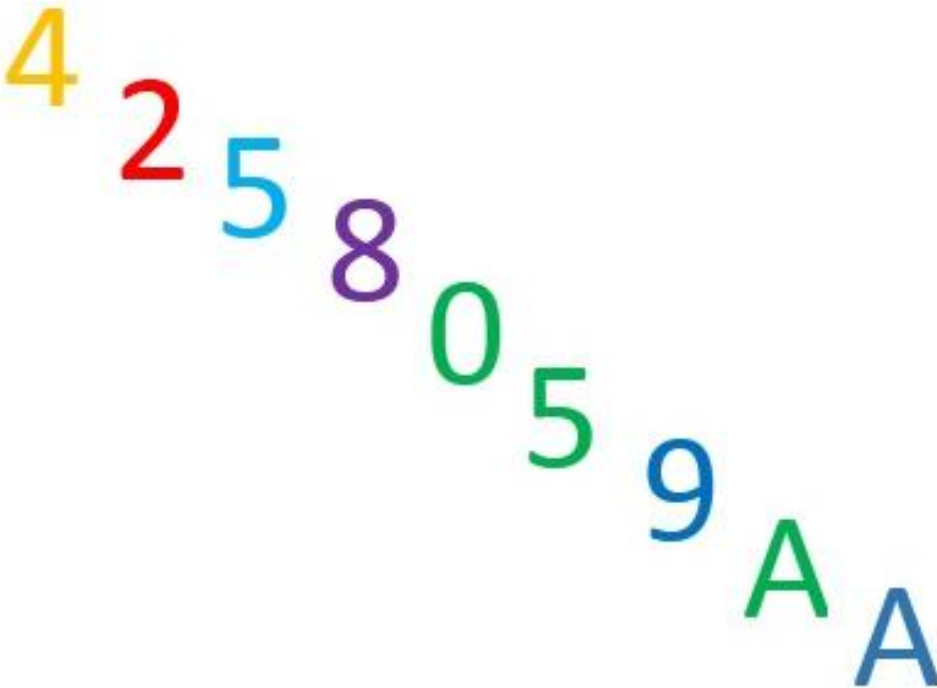
Nota. Adaptado de: (Muñoz, E.et al., 2009).

Figura 42
Identificación de números.



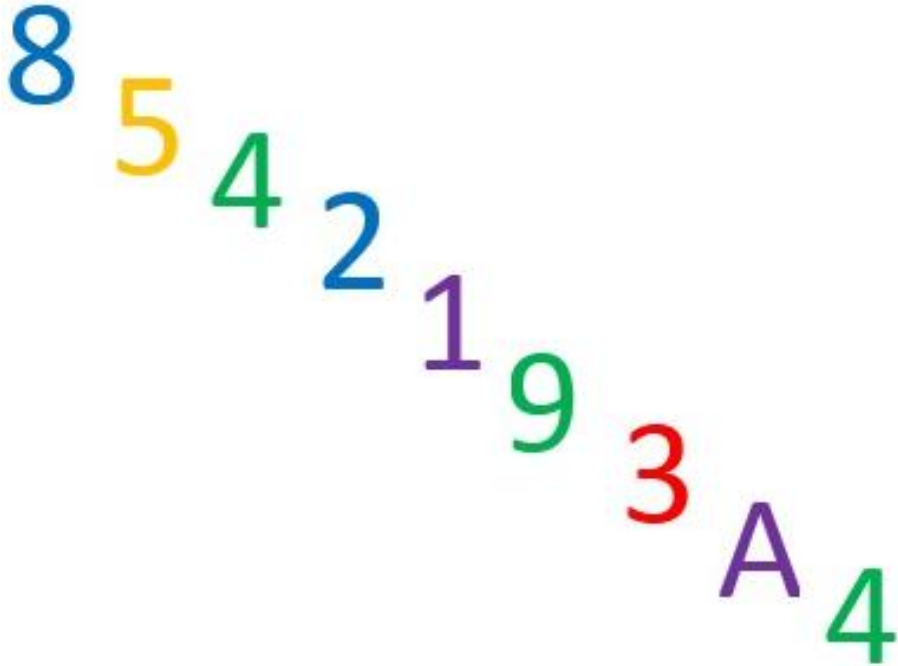
Nota. Adaptado de: (Muñoz, E.et al., 2009).

Figura 43
Identificación de números.



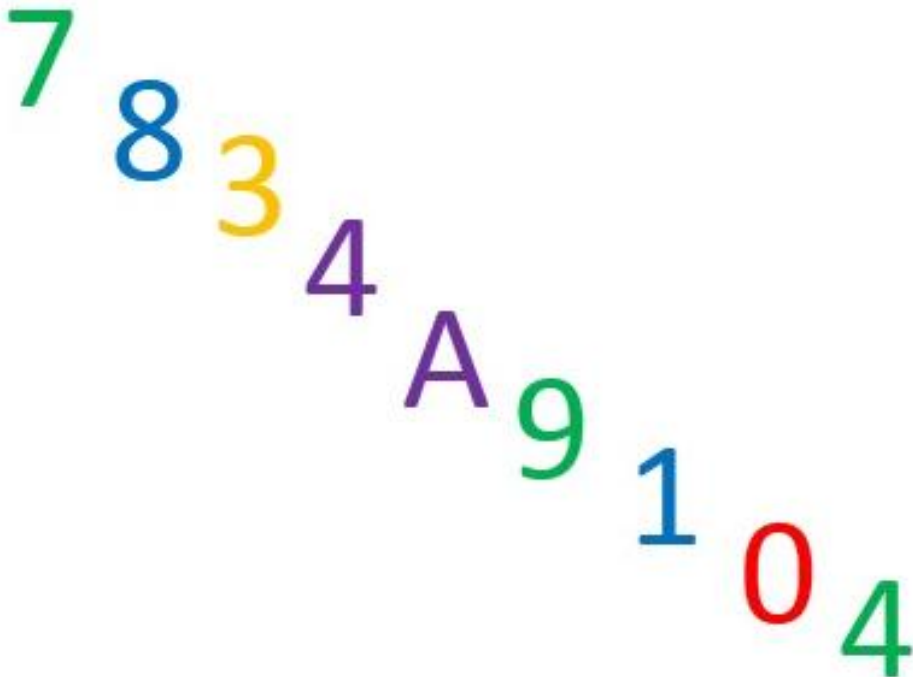
Nota. Adaptado de: (Muñoz, E.et al., 2009).

Figura 44
Identificación de números.



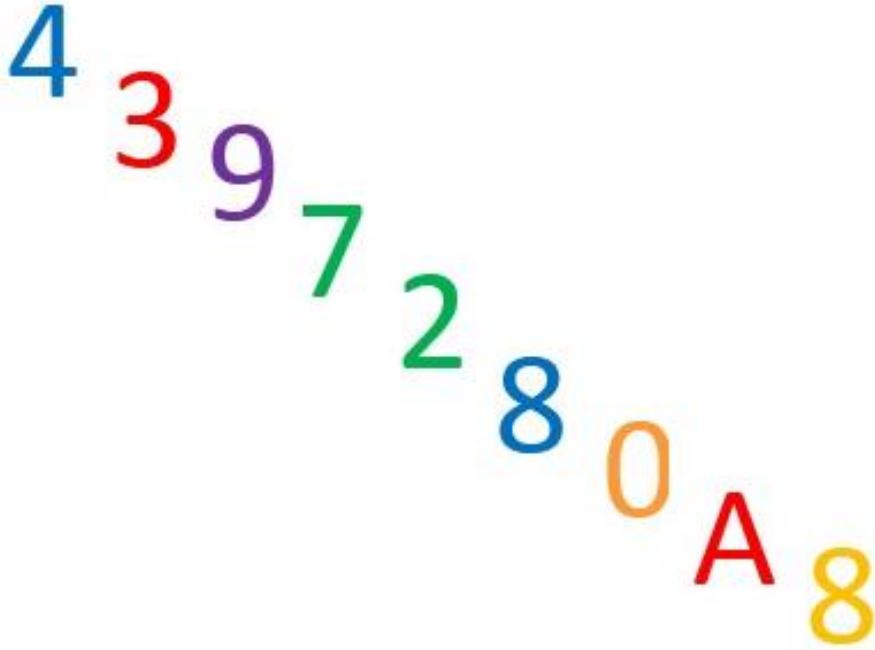
Nota. Adaptado de: (Muñoz, E.et al., 2009).

Figura 45
Identificación de números.



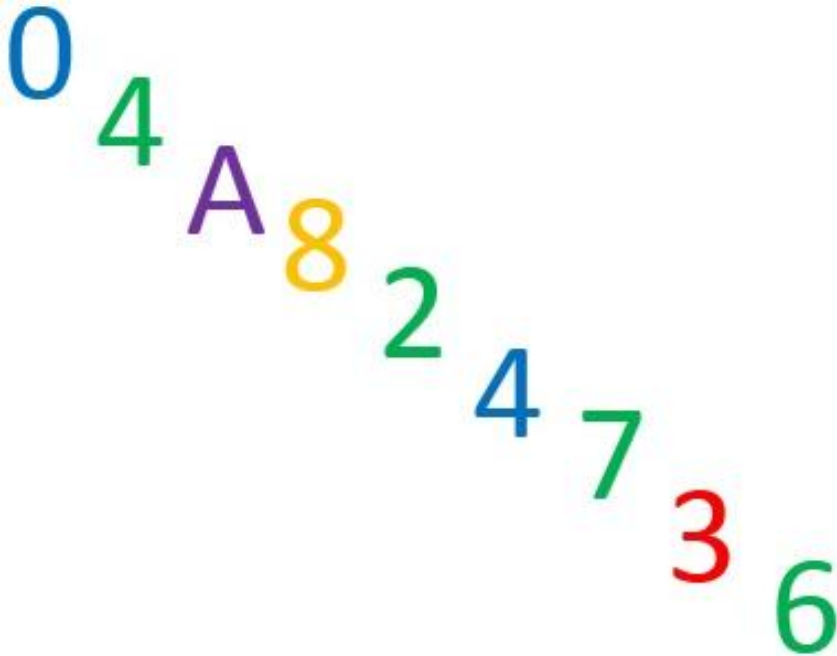
Nota. Adaptado de: (Muñoz, E.et al., 2009).

Figura 46
Identificación de números.



Nota. Adaptado de: (Muñoz, E.et al., 2009).

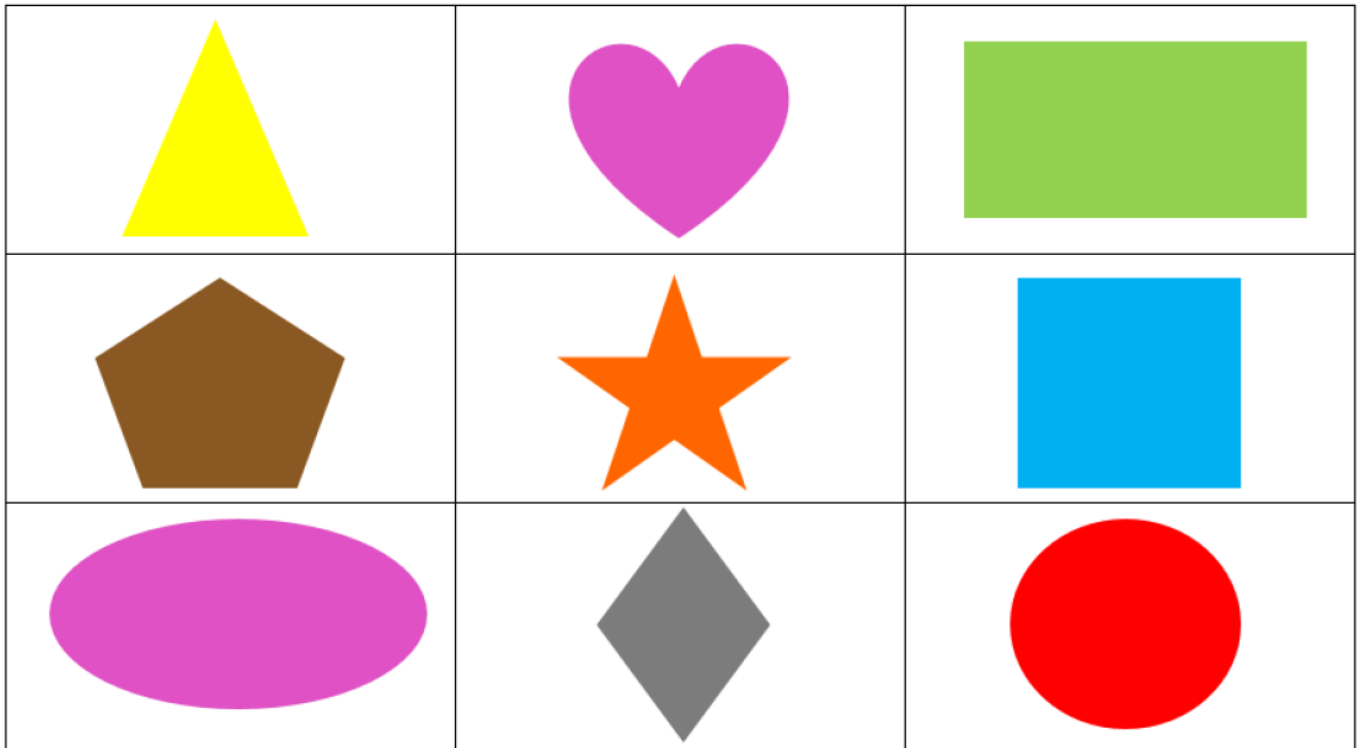
Figura 47
Identificación de números.



Nota. Adaptado de: (Muñoz, E.et al., 2009).

Figura 48

Recuerdo de los colores de diferentes figuras geométricas.



Nota. Actividad adaptada por el equipo

Recuerdo de pares asociados

Mesa	Verde
Sobrina	Rosado
Carro	Blanco
Barco	Azul
Canción	Rojo
Libro	Amarillo
Guitarra	Negra
Almohada	Naranja

Nota. Actividad adaptada por el equipo

Día 16

Figura 49

Desarrollo de habilidades sociales

La importancia de tus relaciones

Solemos sentirnos contentos cuando nos llevamos bien con los que nos rodean: amigos, compañeros del cole, familiares. También nos sentimos de buen humor cuando tenemos éxito al conocer gente nueva y somos aceptados en diferentes lugares: escuelas nuevas, clubes, grupos.

Cuando sentimos que "no encajamos", que nos cuesta acercarnos a la gente que queremos conocer o que a pesar de nuestros esfuerzos no podemos llevarnos bien con las personas que nos importan podemos ponernos tristes, ansiosos, enojados y aislarnos. ¿Cuántas veces deseaste conocer formas efectivas para acercarte a la gente?

Existen formas de comunicarse que funcionan como "llaves" para abrir las puertas de la amistad y la comprensión. Se llaman "habilidades sociales", y si las practicás (como cualquier deporte) podés aumentar tus posibilidades de mejorar tus relaciones y hacer otras nuevas.

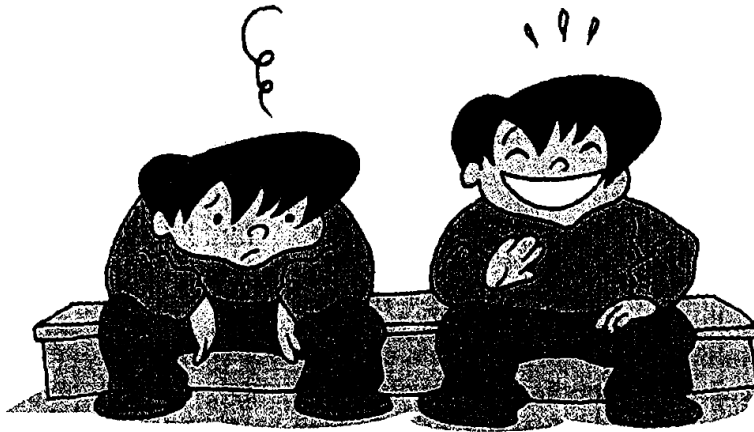


Figura 50
Desarrollo de habilidades sociales

Técnicas para tratar con los demás

“Si querés miel no patees la colmena”. Cuando quieras algo de los demás te recomendamos:

- Demostrarles tu interés.
- Despertá el interés del otro. Hacélo hablar de lo que le interesa.
- Llamalo por su nombre.
- Hacé que hablen de ellos.
- Hablá de lo que les interesa.
- Hacé que se sienta importante.

Lográ que piensen como vos

Para salir ganando en las discusiones, hay que evitarlas.

Respetá a las otras personas, no les digas abruptamente que se equivocan.

Si te equivocaste, admitilo.

Cuando quieras criticar decí siempre primero algo bueno.

Si tenés que discutir con alguien, tratá que de entrada te diga que “sí”.

Cuando alguien se quiere quejar, dejá que hable más.

Cuando quieras que te ayuden, hacé que la persona piense que la idea es de ella.

Tratá de ver las cosas desde el punto de vista de los otros.

Aceptá las ideas de los demás.

Apelá a los motivos más nobles, “yo sé que sos un buen amigo y probablemente no te des cuenta de lo que me pasa. No creo que tu intención sea hacerme sentir mal”.

Algunos aspectos a tener en cuenta:

Gestuales	Verbales
<p>Sonreír</p> <p>Saludar</p> <p>Mirar a los ojos</p> <p>Mostrar aprecio</p>	<p>Lamarlo por el nombre</p> <p>Temas de interés: observándolo, preguntarle cosas que le interesen</p> <p>Decirle cosas positivas (elogiarlo)</p> <p>Devolver las preguntas. ¿Y vos?</p> <p>No criticar, primero decirle algo positivo</p> <p>Si me equivoco, aceptarlo.</p>

Figura 51
Desarrollo de habilidades sociales

Saber escuchar:

<p>Escuchar activamente:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Decir lo que el otro me quiso decir con mis propias palabras. • Empezar diciendo "a ver si entendí lo que me estás diciendo" • No mostrar rechazo del mensaje del otro (no decir no de entrada)
--

Cosas que puedo decir para conocer a alguien:

Preguntas principales	Preguntas que se desprenden de las principales
¿Cómo te llamas?	
¿Cuántos años tiene?	
¿Por donde vive?	¿Con quién vive? ¿cerca de dónde?
¿Qué colegio va?	¿Cómo le va? ¿Fue siempre a ese colegio? ¿Cómo es?
¿sí conoce a?	¿De dónde? ¿sos amigo?
¿Juega al fútbol, rugby, etc.?	¿En dónde juega? ¿jugó el fin de semana? ¿Contra quién? ¿Cómo salió? ¿Cómo jugó?
¿Qué hace a la noche, a donde va a bailar?	¿Si le gusta? ¿En dónde es? ¿Si va mucha gente?
¿Y vos?	
¿Qué cosas le gustan?	Preguntarle sobre eso
Hablar de chicas/os	
Preguntarle cosas acerca de lo que están haciendo	

Nota. Fuente: (Bunge et al, 2009)

Figura 52

Desarrollo de habilidades sociales

Para que practiques:

Imaginate las siguientes situaciones ¿Cómo podrías utilizar las preguntas del cuadro anterior?

Te encontrás con un chico con la remera de un club de fútbol.

.....

.....

.....

Te encontrás con una chica que viene con las bolsas del shopping.

Nota. Fuente: (Bunge et al, 2009)

Día 17

Figura 53

Laberinto con limitación de tiempo



Nota. Fuente: (Arseniuk, O., 2018). <https://bit.ly/3ItZiq8>

Día 18

Figura 54

Búsqueda y rastreo visual.

Encuentra la siguiente figura:



Nota. Fuente: <https://bit.ly/3m3GZ3z>

Figura 55
Búsqueda y rastreo visual.

Encuentra la siguiente figura:

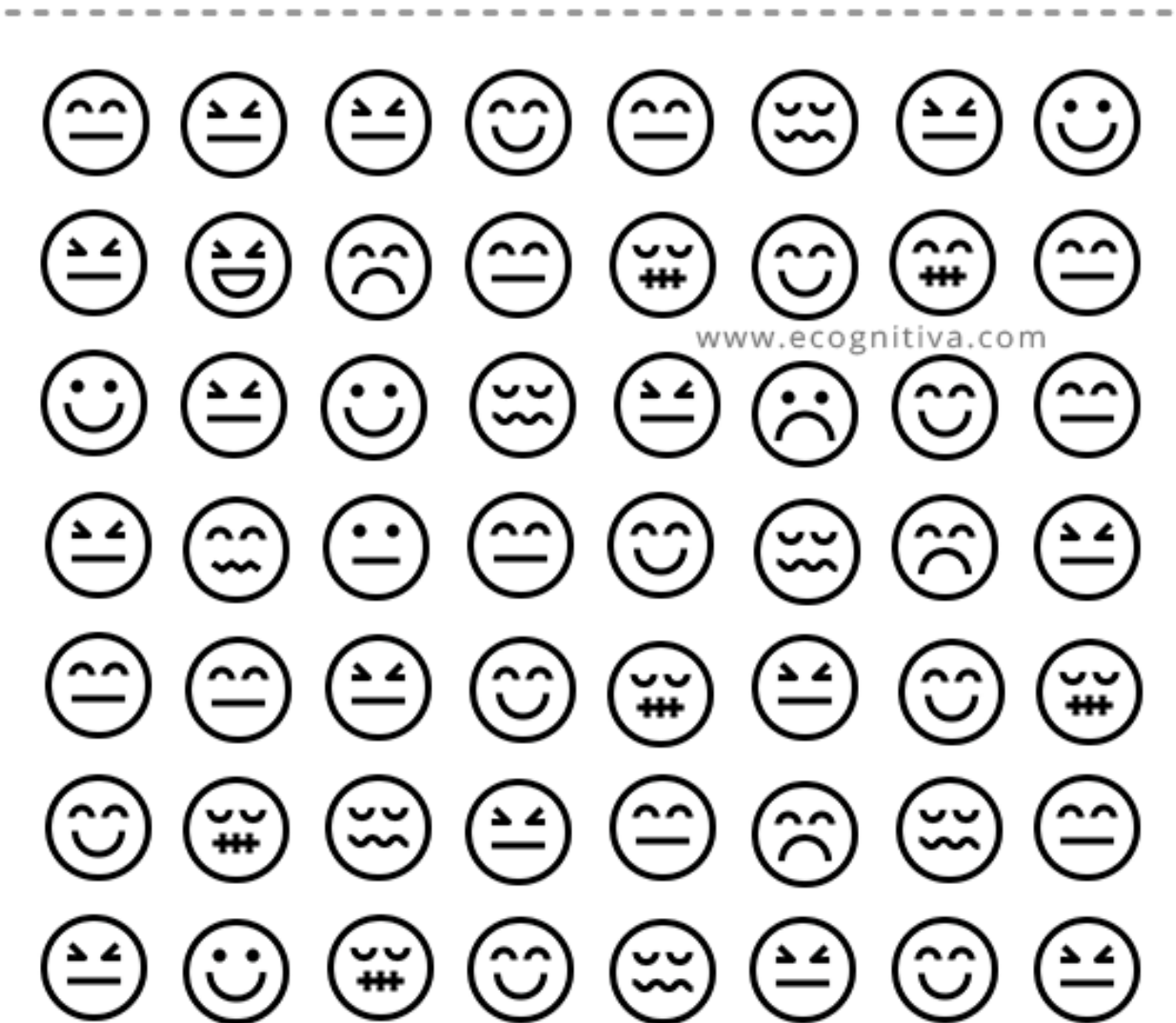
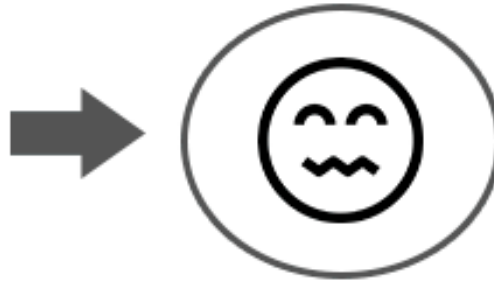


Figura 56
Búsqueda y rastreo visual.

Encuentra la siguiente figura:

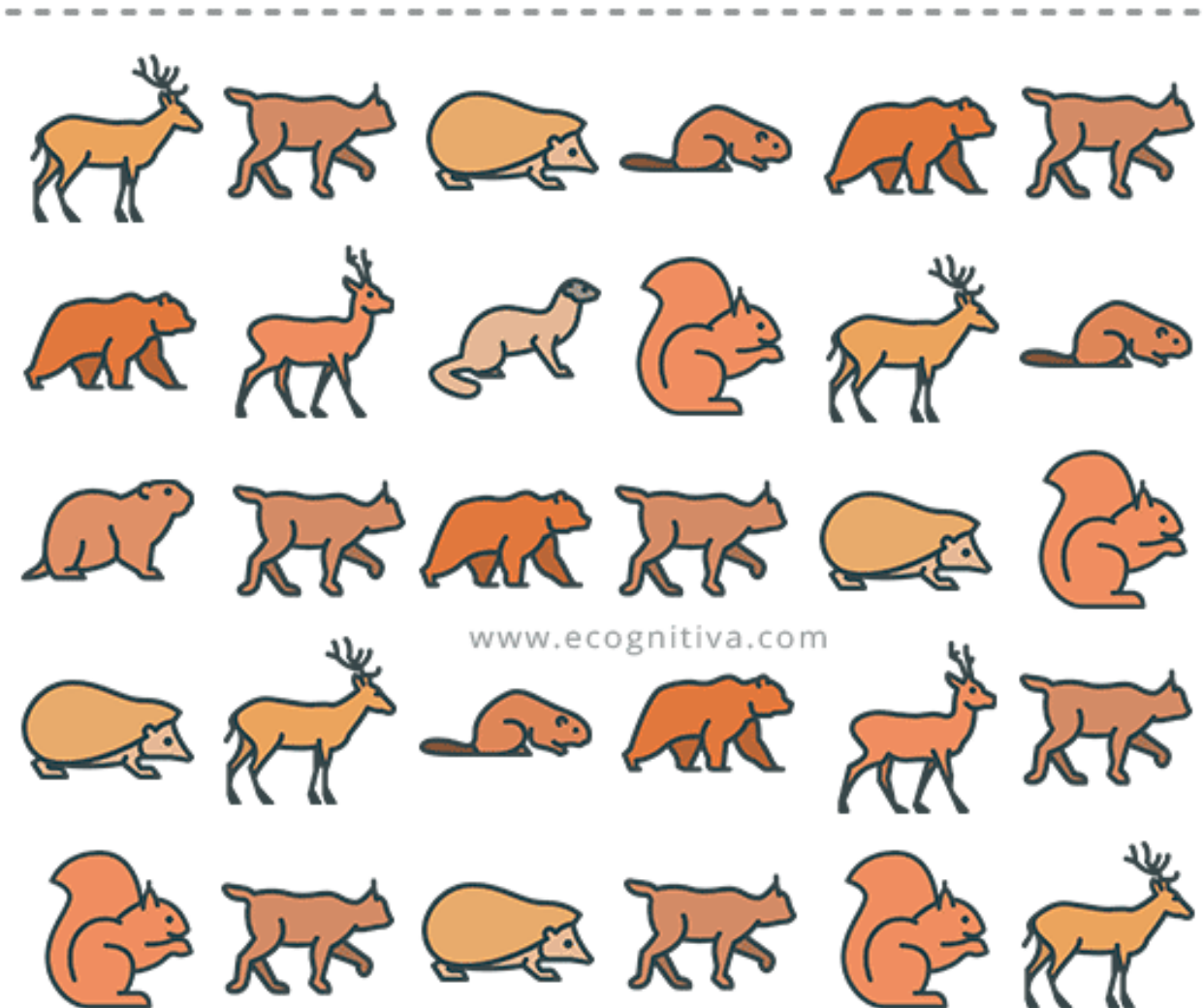
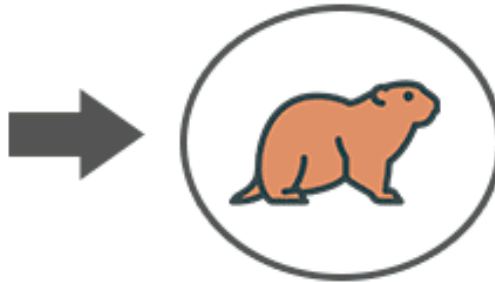










































Figura 57
Atención focalizada y velocidad de procesamiento

¿CUÁNTOS HAY...?

				<input type="text"/>	
					
					
					
					
					
					

Nota. Fuente: <https://bit.ly/3xKCMEu>

Figura 58
Atención focalizada y velocidad de procesamiento

¿CUÁNTOS HAY...?

Cat	Lion	Cat	Crocodile	Dog
Lion	Crocodile	Lion	Cat	Crocodile
Dog	Cat	Lion	Dog	Lion
Cat	Crocodile	Dog	Lion	Cat
Crocodile	Lion	Crocodile	Cat	Dog

Nota. Fuente: <https://bit.ly/3xKCMEu>

Referencias

- Aekikuis. (2017). Pick caja de frutas. IStock. JPG. <https://bit.ly/3Sphbuy>
- Arévalo, L. (2020). *¿Qué es la rehabilitación neuropsicológica?* Obtenido de <https://www.bobath-es.com/que-es-la-rehabilitacion-neuropsicologica/>
- Arseniuk, O., (2018). Laberinto juego del laberinto. IStock. JPG.
<https://www.istockphoto.com/es/vector/laberinto-juego-del-laberinto-gm953459456-260287322>
- Benito, L. (2019). *Peque-pasatiempos n° 70*. Peque-pasatiempos. Blogspot.com.
<https://pequepasatiempos.blogspot.com/2019/04/70.html?m=1>
- Brainingblog (2014) REHABILITACIÓN Y ESTIMULACIÓN DE LA ATENCIÓN.
Brainingblog. <https://bit.ly/3ZgxnAA>
- Bonnie. (2011). Peaceful Japanese Gardens. *Love your place*.
<http://loveyourplace.blogspot.com/2011/03/peaceful-japanese-gardens.html>
- Brunner, B., Oppenheim, I., Reed, V., & Jokeit, H. (2007). *Neurocognitive Effects of Antiepileptic Drugs Frequently Used in Long Term Treatment of Epilepsies: A Review*. *Richtlinien für die Autoren Instructions aux auteurs*, 29, 117.
- Bunge, E., Mandil, J. y Gomar, M. (2009). *Terapia cognitiva con niños y adolescentes*. Ciudad Autónoma de Buenos Aires, Argentina: Akadia
- Carvajal, F (2018). *Facial expressions*. Pinterest. JPG.
<https://co.pinterest.com/pin/84090718027173266/>
- ConecTEA. (2020). *Juegos y actividades para mejorar la atención y velocidad de procesamiento en el autismo*. Fundacion ConecTEA - Juntos en el Autismo. <https://bit.ly/3xKCMEu>
- CogniFit. (2022). Cognifit. Obtenido de <https://www.cognifit.com/co/plataforma-medica>
- Delgado, J. (2021). *Encuentra las diferencias, un juego para estimular el desarrollo infantil*. Etapa Infantil; Etapainfantil.com. <https://www.etapainfantil.com/encuentra-diferencias>
- Ecognitiva. (2022). *Rastreo Visual. Ejercicios y Tarjetas para Trabajar la Atención*. Estimulación Cognitiva. <https://www.ecognitiva.com/atencion/rastreo-visual/>
- Educapeques. (2019). *10 Juegos para desarrollar el lenguaje oral en niños*. Portal Educativo de Apoyo a Padres, Maestros Y Niños En Las Tareas Escolares.
<https://www.educapeques.com/estimulapeques/desarrollo-lenguaje-oral.html>

- Fisher, R. S., Acevedo, C., Arzimanoglou, A., Bogacz, A., Cross, J. H., Elger, C. E., Engel, J., Forsgren, L., French, J. A., Glynn, M., Hesdorffer, D. C., Lee, B. I., Mathern, G. W., Moshé, S. L., Perucca, E., Scheffer, I. E., Tomson, T., Watanabe, M., & Wiebe, S. (2014). ILAE Official Report: A practical clinical definition of epilepsy. *Epilepsia*, 55(4), 475-482. <https://doi.org/10.1111/epi.12550>
- Fundarias. (n.d.). Fundación Berta Arias de Botero. <https://fundarias.com/descargas/>
- Kleidung suchen2 (2018). Aufmerksamkeitsübung – Kleidung suchen. *Tinasblumenwiese*. <https://bit.ly/3EynVkm>
- Ksenyasavva (2020). *Encontrar diferencias (sirenita y el mundo del mar)*. IStock. JPEG <https://bit.ly/3Ite00l>
- Lee, G. P. (2010). *Neuropsychology of epilepsy and epilepsy surgery*. New York: Oxford University Press.
- Mateer, C., & Correspondencia. (2003). *Introducción a la rehabilitación cognitiva*. Avances en Psicología Clínica Latinoamericana. 21, 11–20.
- Mungfali.com (n.d.) Reconocimiento Figuras Geométricas (2). Pinterest JPG. <https://www.pinterest.es/pin/518617713349154475/>
- Mungfali.com (n.d.) Reconocimiento Figuras Geométricas (5). Pinterest JPG. <https://www.pinterest.es/pin/800585271253725437/>
- Muñoz, E., Blázquez, J. L., Galparsoro, N., González, B., Lubrini, G., Periañez, J. A., Ríos, M., Sánchez, I., Tirapu, J., Zulaica, A. (2009). *ESTIMULACIÓN COGNITIVA Y REHABILITACIÓN NEUROPSICOLÓGICA*. Editorial UOC. Barcelona, España.
- Profe recursos. (2020). Laberintos para niños. <https://www.proferrecursos.com/laberintos-para-ninos/>
- Ramo García, A. (1999) *Mi mochila*. Lecturas de Aplicaciones Didácticas. <https://www.aplicaciones.info/lectura/lecpeq11.htm>
- Rodríguez, A. (2023). *Horario de clases Gato Ilustrado Azul*. Canva. <https://bit.ly/3kfwGJb>
- Thurman, D. J., Beghi, E., Begley, C. E., Berg, A. T., Buchhalter, J. R., Ding, D., Hesdorffer, D. C., Hauser, W. A., Kazis, L., Kobau, R., Kroner, B., Labiner, D., Liow, K., Logroscino, G., Medina, M. T., Newton, C. R., Parko, K., Paschal, A., Preux, P.-M., ... for the ILAE Commission on Epidemiology. (2011). Standards for epidemiologic studies and surveillance

of epilepsy: Standards for Epidemiologic Studies and Surveillance of Epilepsy. *Epilepsia*, 52, 2-26. <https://doi.org/10.1111/j.1528-1167.2011.03121.x>

Tirado Requero, P., & Jiménez, M. A. (2015). Epilepsia en la infancia y la adolescencia. *Pediatría Integral*, XIX (9), 609-621.