

## Mejorar la escritura

### ¿Por qué es importante la escritura?

La habilidad para escribir bien es una parte clave de cómo le va a su hijo(a) en la escuela. Escribir nos permite compartir nuestros pensamientos e ideas con otros. Aparte de ayudar a que a su hijo(a) le vaya bien en la escuela, la buena letra ayudará a que le vaya bien en la vida. Puede que a niños con problemas para escribir a mano les cueste mantenerse al día con el trabajo de la escuela. Si tienen que tomarse un tiempo para pensar cómo formar las letras, no se pueden concentrar en lo que se está enseñando. Escribir bien ayudará a su hijo(a) a aprender más y estar más seguro.

### ¿Qué habilidades básicas ayudan a su hijo(a) a escribir bien?

Para escribir bien su hijo(a) necesita muchas habilidades básicas. Necesita poder mover sus ojos, brazos, manos y dedos al mismo tiempo. Su hijo(a) también necesita poder sentarse derecho y pensar cómo escribir las letras. Antes de aprender a escribir las letras, su hijo(a) hará lo que se llama preescritura. Primero, aprenderá a sostener y mover el lápiz. Luego, aprenderá a dibujar líneas hacia arriba y hacia abajo, líneas horizontales y círculos. Pronto ya podrá dibujar una persona de palitos. Después de aprender todo esto su hijo(a) estará listo para aprender cómo se escriben las letras de su nombre.

Para escribir bien un niño debe tener:

- Habilidades perceptuales – La habilidad de identificar formas y letras
- Habilidades motrices – La fuerza y control corporal para mover un lápiz

Estas habilidades están afectadas por cómo los niños ven, cómo piensan, cuán fuerte son y que tan bien pueden mover sus dedos o muñecas.

### ¿Cómo pueden ayudar los padres y la familia?

Si a su hijo(a) le cuesta escribir bien, hay muchas cosas que usted puede hacer para ayudarlo. Le puede enseñar la mejor manera de sentarse y varias actividades que lo ayudarán a mejorar.

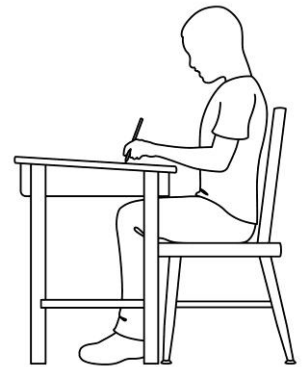
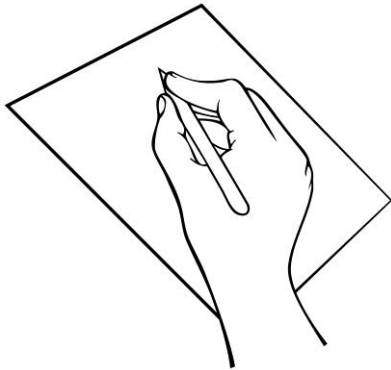
#### Cómo sentarse

Al escribir, su hijo(a) debe:

El propósito de este documento no es reemplazar el cuidado y la atención de su médico u otros servicios médicos profesionales. Nuestro objetivo es que usted desempeñe un papel activo en su cuidado y tratamiento; para este efecto, le proporcionamos información y educación. Consulte a su médico si tiene preguntas o dudas sobre su salud o sobre alternativas para un tratamiento específico.

## Mejorar la escritura

- Mantener las piernas y caderas a 90 grados con los pies apoyados completamente en el piso. Se pueden colocar almohadones o guías telefónicas debajo de sus pies si es necesario.
- Mantener la espalda derecha, tocando con el trasero la parte trasera de la silla.
- Colocar el papel a un ángulo de 45 grados con la mano que escribe. Para esto, colocar el papel derecho sobre la mesa. Torcer levemente el extremo superior izquierdo 45 grados hacia abajo para una persona derecha (imagen) o hacia arriba para una persona zurda.

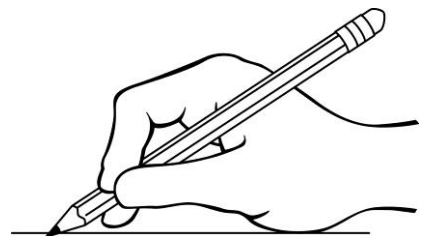


### Habilidad para agarrar

El dibujo de la derecha muestra la forma correcta de sostener un lápiz.

Su hijo(a) puede mejorar su habilidad para agarrar cosas haciendo lo siguiente:

- **Pinzas.** Su hijo(a) puede tomar una pinza con el dedo índice y del medio y el pulgar. En forma de juego, su hijo(a) puede recoger distintos objetos como por ejemplo canicas o cuentas.
- **Cuentagotas.** Su hijo(a) puede apretar un cuentagotas con los dedos índice, del medio y el pulgar.
- **Trompos.** Su hijo(a) puede hacer girar un trompo utilizando únicamente el dedo índice y el pulgar.



### Habilidades pre-escritura

Las siguientes actividades ayudarán a que su hijo(a) se acostumbre a usar un lápiz y a hacer formas:

- Copiar líneas y formas básicas
- Unir puntos con un lápiz
- Resolver laberintos simples
- Trazar formas con el dedo o un palo más grande
- Dibujar formas en la arena seca o mojada, arroz o espuma de afeitar
- Colocar un pedazo de papel sobre moldes o materiales texturados y utilizar crayones para colorear las texturas

El propósito de este documento no es reemplazar el cuidado y la atención de su médico u otros servicios médicos profesionales. Nuestro objetivo es que usted desempeñe un papel activo en su cuidado y tratamiento; para este efecto, le proporcionamos información y educación. Consulte a su médico si tiene preguntas o dudas sobre su salud o sobre alternativas para un tratamiento específico.

## Mejorar la escritura

### Actividades de escritura divertidas

Cuanto más practique su hijo(a), mejor podrá escribir. Ayude a que sea divertido para su hijo(a) enseñándole los siguientes juegos:

- Trazar o copiar letras
- Trazar letras con el dedo o con un palo más grande
- “Dibujar” letras en el aire con el dedo, lápiz o su juguete favorito
- Escribir letras en arena seca o mojada, arroz o espuma de afeitar
- Escribir con distintos elementos: lápices de colores, marcadores, tiza, portaminas, crayones o lapiceras vibradoras
- Escribir por diversión: escriba cartas y tarjetas, haga libros
- Cortar letras con tijeras
- Practicar escribir letras en pizarras magnéticas o en pizarras de borrado en seco

### ¿Qué puede hacer un terapeuta ocupacional?

Cuando a un niño no le va bien en la escuela debido a una mala escritura, una reunión con un terapeuta ocupacional puede ser de ayuda. Un terapeuta ocupacional puede hacer lo siguiente:

- Observar las habilidades motrices, postura, fuerza y resistencia de su hijo(a)
- Observar que tan bien ve e identifica las cosas y cómo piensa
- Darle ideas para mejorar las habilidades que su hijo(a) necesita desarrollar
- Sugerir actividades que su hijo(a) puede realizar en casa para mejorar su habilidad para escribir
- Hablar con la maestra de su hijo(a) acerca de cualquier problema de escritura
- Hablar con la maestra de su hijo(a) acerca de las necesidades especiales que pueda tener su hijo(a) en relación con la escritura, como más tiempo para las actividades escritas o darle más preguntas de opciones múltiples en vez de preguntas para completar los espacios en blanco
- Decidir cuál es la mejor manera para que su hijo(a) escriba en la escuela, como escribir con teclado en vez de escribir a mano
- Ayudar al personal de la escuela y su familia a comprender las necesidades de su hijo(a)

### ¿Preguntas?

Si tiene dudas o preguntas acerca de la escritura de su hijo(a), llame a Servicios de Rehabilitación al 901-595-3621. Si se encuentra en el hospital marque 3621. Si se encuentra fuera del área de Memphis, llame gratis al 1-866-2ST JUDE (1-866-278-5833), extensión 3621.

El propósito de este documento no es reemplazar el cuidado y la atención de su médico u otros servicios médicos profesionales. Nuestro objetivo es que usted desempeñe un papel activo en su cuidado y tratamiento; para este efecto, le proporcionamos información y educación. Consulte a su médico si tiene preguntas o dudas sobre su salud o sobre alternativas para un tratamiento específico.