

## Aprender nueva información

Después de recibir radioterapia, puede requerir más esfuerzo aprender nueva información. Hay cuatro etapas para el aprendizaje de nueva información.

### ¿Cuáles son las cuatro etapas del aprendizaje?

**Atención:** concentrarse en la información que usted desea aprender.

**Codificación:** colocar la información en la memoria a corto plazo organizándola y estableciendo conexiones entre la información familiar y no familiar en el cerebro.

**Consolidación:** cuando los ítems aprendidos se colocan en la memoria a largo plazo y no se ven afectados por otra información aun después de un período de tiempo.

**Recuperación:** ser capaz de reconocer la información, según sea necesario, recordando lo que ya está en el cerebro.

### ¿Qué puede hacer mi hijo para facilitar el aprendizaje?

#### Mejorar su atención

- Eliminar las distracciones y el ruido de fondo adicional.
- Realizar pausas regulares para mantener la atención.
- Sentarse al frente del salón y cerca de la maestra.
- Escuchar la idea principal y quién, qué, cuándo, dónde, por qué y cómo.
- Usar ayudas y estrategias, incluso listas de verificación, calendarios, teléfonos inteligentes, relojes y cronómetros.

#### Mejorar la codificación

- Utilizar pistas relacionadas con la primera letra prestando atención a la primera letra de las palabras claves y después formar una palabra con las letras para ayudar a recordar la información más tarde. (Ejemplo: Nunca Subas Escaleras Oxidadas por Norte, Sur, Este y Oeste).
- Organizar listas largas de información por categorías (como al hacer una lista de compras con estas secciones: Frutas, Carnes, Lácteos, etc.).
- Elaborar un cuento o una rima y conectar la información de una manera que tenga significado.
- Estudiar la información en partes pequeñas para evitar la sobrecarga y la confusión.

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.

# ¿Sabe usted... *continuación*

## Aprender nueva información

- Usar la técnica del “troceo” para practicar agrupar la información en grupos más pequeños para ayudar a la memoria (como recordar números telefónicos de 10 dígitos, agrupando los números en tres grupos, como por ejemplo 555-555-3478).

### Mejorar la consolidación

- Ensayo: repetir las cosas en silencio o en voz alta.
- Tomar notas o crear tarjetas con palabras y conceptos importantes, y colocarlas en lugares donde las vea con frecuencia.
- Usar “la codificación por colores” con marcadores fluorescentes al estudiar nueva información.
- Repetir la información con sus propias palabras.

### Mejorar la recuperación

- Al repasar con su hijo, ofrézcale pistas con la primera letra "Comienza con ...".
- Al repasar con su hijo, ofrézcale pistas con asociaciones de sonidos como "Suena como ...".
- Al repasar con su hijo, ofrézcale pistas descriptivas: "Se parece a ...".

### ¿Preguntas?

Si tiene preguntas sobre el aprendizaje de su hijo, llame a los Servicios de Rehabilitación al 901-595-3621. Si está dentro del hospital, marque 3621. Si está fuera del área de Memphis, llame a la línea gratuita 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.