

GUÍA LA DISLEXIA



MADRID
con la Dislexia

www.madridconladislexia.org

MADRID

con la Dislexia

INDICE

I. Presentación

II. ¿Qué es la dislexia?

1. La dislexia es un trastorno específico
2. La dislexia es de origen neurobiológico
3. La dislexia es un trastorno del aprendizaje de la lectoescritura ligado al lenguaje
4. La dislexia afecta a la ejecución lectora
5. ¿Cuáles son los efectos de la dislexia?
6. ¿Qué conceptos erróneos existen con respecto a la dislexia?

III. Los signos y síntomas generales de la dislexia

IV. Aspectos sociales y emocionales

1. Características de la personalidad
 2. Imagen propia
 3. El estrés y la ansiedad
 4. Depresión
 5. Actitudes que favorecen su autoestima
- #### V. Estrategias para el aula. Consejos y herramientas

VIII. El papel del tutor

IX. Recursos adicionales y lecturas adicionales

X. Agradecimientos

XI. Bibliografía



Diseño Gráfico: sviedmas

GUÍA

LA DISLEXIA

I. PRESENTACION

La atención a la diversidad, como principio subyacente al sistema educativo español, establece el objetivo de proporcionar a todo el alumnado una educación adecuada a sus características y necesidades. De ello se deriva la necesidad de dar una atención educativa diferente a la ordinaria a aquellos alumnos que, sea cual fuere el motivo, no estén desarrollando al máximo sus capacidades en el contexto de la enseñanza escolar y universitaria. Sin embargo, la atención a este alumnado debe estar guiada por los principios de normalización e inclusión, proporcionando recursos y estrategias que posibiliten un desarrollo del currículo escolar y universitario.

El objetivo es que a lo largo de todo el sistema educativo se consigan **eliminar las desigualdades** y se proporcionen **las mismas oportunidades** formativas a todos y cada uno de los alumnos.

II. ¿QUÉ ES LA DISLEXIA?

Una primera definición sencilla de la **dislexia** es la que nos dice que es el problema para aprender a leer que presentan niños cuyo cociente intelectual es normal y no aparecen otros problemas físicos, pedagógicos o psicológicos que puedan explicar dichas dificultades.

Tal como se expresa en la definición consensuada por la Asociación Internacional de Dislexia (IDA, 2002; Lyon, Shaywitz y Shaywitz, 2003), esta se considera una Dificultad Específica de Aprendizaje (DEA) de origen neurobiológico, caracterizada por la presencia de dificultades en la precisión y fluidez en el reconocimiento de palabras (escritas) y por un déficit en las habilidades de decodificación (lectora) y deletreo. Estas dificultades son consecuencia de un déficit en el componente fonológico del lenguaje y se presentan de manera inesperada ya que otras habilidades cognitivas se desarrollan con normalidad y la instrucción lectora es adecuada.

Como consecuencias secundarias, pueden presentarse dificultades en la comprensión lectora, lo que puede obstaculizar el incremento del vocabulario y del conocimiento general.

La dislexia es una **Dificultad Específica de Aprendizaje (DEA)**, que es un término general que hace referencia a un grupo heterogéneo de trastornos que se manifiestan en dificultades en la adquisición y uso de las habilidades de escucha, habla, lectura, escritura, razonamiento o cálculo. Estos trastornos son intrínsecos a los individuos, presuntamente debidos a una disfunción en el sistema nervioso central y pueden tener lugar a lo largo del ciclo vital.

Dentro de la definición de dislexia podemos dividir el concepto en **cuatro apartados**:

1. La dislexia es un trastorno específico

La dislexia es un trastorno, es decir, existe una alteración que afecta a la funcionalidad de la conducta lectora que impide al sujeto extraer correcta y eficazmente la información escrita y, por tanto, afecta a su adaptación académica, personal y social.

La especificidad se entiende también en el sentido de que la dislexia no es un síntoma de otros trastornos sino un trastorno en sí mismo. Sin embargo, puede aparecer junto a otros trastornos del aprendizaje, del lenguaje o del comportamiento, ya que existe una gran comorbilidad entre trastornos de desarrollo.

También puede presentarse conjuntamente con otras dificultades de aprendizaje como dificultades en el aprendizaje matemático (**discalculia**), o trastornos en la escritura (**disgrafía**).

La dislexia se considera un problema de lectoescritura por lo que las personas con dislexia presentarán problemas tanto en la lectura como en la escritura.

Sin embargo, los problemas de escritura pueden aparecer específicamente, aislados de la lectura.

2. La dislexia es de origen neurobiológico

La dislexia afecta al individuo durante todo el ciclo vital aunque no tiene el mismo impacto en todos los estadios evolutivos. Actualmente, las técnicas de neuroimagen y el rápido desarrollo de las neurociencias han permitido establecer las peculiaridades y anomalías en el cerebro de quienes padecen este tipo de trastorno si bien todavía no se conocen con exactitud los mecanismos

neurológicos alterados.

3. La dislexia es un trastorno del aprendizaje de la lectoescritura ligado al lenguaje

Asimismo, desde el ámbito de la psicolingüística, se ha visto que uno de los déficits centrales en la dislexia, especialmente en los niños más pequeños, es una baja conciencia fonológica.

Al alumnado con escasa conciencia fonológica le cuesta comprender que un sonido o fonema está representado por un grafema o signo gráfico que a su vez, si se lo combina con otro, forman unidades sonoras y escritas que permiten construir una palabra que posee un determinado significado.

4. La dislexia afecta a la ejecución lectora

Si se decodifica con errores, la comprensión se ve afectada. La ejecución puede ser tan deficitaria que por sí sola justifica la mala comprensión.

De todas las DEA, si se excluyen los trastornos del desarrollo del lenguaje oral, la dislexia es con mucho la más extendida y de mayor impacto personal, académico y social.

5. ¿Cuáles son los efectos de la dislexia?

La dislexia se manifiesta de forma distinta en cada persona. No hay un disléxico igual a otro. Varía en función del grado, de la oportunidad y de la eficacia de las terapias.

La dificultad principal suele ser el reconocimiento de palabras y la fluidez en la lectura, la ortografía y la escritura.

Algunos niños disléxicos logran aprender a leer pronto y no presentan graves dificultades en ortografía, sobre todo si han tenido un **diagnóstico temprano**, han sido tratados con logopedia y si fuera necesario psicomotricidad, todo ello junto con un buen método de aprendizaje; pero, según avanza en edad y va superando los cursos escolares surgen nuevos problemas a medida que se requieren habilidades lingüísticas más complejas, tales como la gramática, la

sintaxis, la semántica, la comprensión de textos, el establecimiento de nuevos aprendizajes y la expresión escrita.

Siendo la dislexia en principio un problema de aprendizaje, acaba por crear una personalidad característica que en el aula se hace notar o bien por la inhibición y el retraimiento o bien por la aparición de conductas disruptivas, hablar, pelearse, no trabajar, como formas de obtener la atención o el reconocimiento que no llegan alcanzar por sus resultados escolares.

6. ¿Qué conceptos erróneos existen con respecto a la dislexia?

Es un mito que las personas con dislexia "leen al revés".

La dislexia no es una enfermedad y, por lo tanto, no existe una cura.

No es verdad que las personas con dislexia tengan un menor nivel de inteligencia.

III. SIGNOS Y SÍNTOMAS DE LA DISLEXIA

- Retraso en el aprendizaje del lenguaje.
- Confusiones en la pronunciación de palabras que se asemejan por su fonética.
- Falta de habilidad para recordar el nombre de series de cosas, por ejemplo los colores.
- Confusión en el vocabulario que tiene que ver con la orientación espacial.
- Alternancia de días "buenos" y "malos" en el trabajo escolar, sin razón aparente.
- Dificultad para aprender las rimas típicas del preescolar.
- Particular dificultad para aprender a leer y escribir.
- Persistente tendencia a escribir los números en espejo o en dirección u orientación inadecuada.
- Dificultad para distinguir la izquierda de la derecha.
- Dificultad de aprender el alfabeto y las tablas de multiplicar y en general para retener secuencias, como por ejemplo los días de la semana, los dedos de la mano, los meses del año.
- Falta de atención y de concentración.
- Baja autoestima, frustración, impulsividad, periodos atencionales más cortos, inmadurez, falta de planificación...
- Escritura marcada por: omisiones, adiciones de letras o alteraciones del orden de las mismas.
- Desorganización en casa y en la escuela.
- Dificultad para copiar cuidadosamente en la pizarra y en el cuaderno.

- Dificultad para seguir instrucciones orales.
- Hay gran diferencia entre su organización y estructuración de sus pensamientos de manera oral y escrita.
- Inconsistencias gramaticales y errores ortográficos.
- Gran dificultad para el aprendizaje de lenguas extranjeras.
- Aversión a la lectura y la escritura.

Es importante señalar que no todos los estudiantes que tienen dificultades con estas habilidades tienen que tener dislexia. Las pruebas específicas de lectura, el lenguaje y las habilidades de escritura realizadas por un especialista es la única manera de poder confirmar el diagnóstico de la dislexia.

Se ha de insistir en la importancia de la detección precoz de estos déficits, antes de que puedan derivar en otros tipos de problema. Ante la duda es recomendable la derivación hacia el profesional: psicólogo, logopeda o psicopedagogo. Nunca hay que perder de vista la presencia de una dislexia en todos aquellos niños calificados de inmaduros.

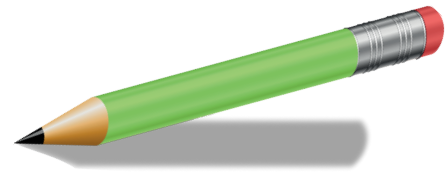
En la lectura

Como rasgos generales en la lectura se observan las siguientes características:

- Falta de ritmo en la lectura.
- Lentitud .
- Falta de sincronía de la respiración con la lectura.
- Los signos de puntuación no se usan para las pausas que están previstos, con lo que se amontonan las frases o se cortan sin sentido.
- Hay una dificultad en seguir la lectura, que se manifiesta en saltos de línea al acabar cada línea, pérdidas de la continuidad de la lectura en cuanto levanta la vista del texto. Esto hace que en muchas ocasiones vuelva a comenzar a leer la misma línea.
- Cuando se consigue una lectura correcta ésta es mecánica y debido al esfuerzo de decodificación se reduce la comprensión de los diferentes contenidos.



EN LA ESCRITURA



- En ocasiones se producen inversiones de letras en espejo.
- Presentan, en muchas ocasiones, confusiones de letras que se parecen por la grafía o por el sonido.
- Se suelen presentar omisiones similares a las que se dan en su lectura, de letras, sílabas o palabras.
- Mezcla de letras mayúsculas con minúsculas.
- Se producen agrupaciones y separaciones incorrectas, partiendo palabras o uniendo varias palabras en una sola: "y enlacoruña viaunas olas muigrandes y mecudrian".
- En general en la escritura encontramos además una serie de características:
 - o Torpeza y coordinación manual baja.
 - o Postura inadecuada, tanto del niño como de la hoja de papel.
 - o Tonicidad muscular inadecuada, que puede ser por falta de presión o por exceso de la misma.
- Las alteraciones gráficas afectan también obviamente a los números, sin que se pueda hablar de una discalculia.
- Se dan inversiones de cifras en números de dos cifras, 24/42. Con números de tres o más cifras se hace más frecuente. Encuentran gran dificultad en diferenciar 104 de 140.
- Tienden a confundir números de sonido semejante (60/70).
- Trastornos de carácter espacio-temporal son: Dificultades de seriación, como hemos apuntado más arriba. Se manifiestan por ejemplo en los pasos de una decena a otra y en las seriaciones en sentido inverso, descendente.
- Las dificultades gráficas y de orientación espacial se unen para dar un aspecto desordenado a las operaciones, dificulta una correcta alineación de las cifras en las operaciones, tienden en ocasiones a empezar las operaciones por la izquierda.
- Dificultad para expresarse con términos precisos.
- Dificultad en el uso adecuado de los tiempos del verbo.
- El esfuerzo del niño, cuando lo hace, se pierde en gran parte en descifrar las palabras, se cansa, y tiene gran dificultad para abstraer el significado de lo que lee.
- La ortografía, es una gran dificultad para estos niños y se puede hablar en muchas ocasiones de disortografía.
- Se observan dificultades en la desorientación espacio-temporal. Así, en historia les cuesta captar la sucesión temporal y la duración de los períodos. En geografía tienen gran dificultad para localizar y en especial para establecer las coordenadas geográficas y los puntos cardinales. En geome-

tría se producen grandes dificultades por su relación directa con la estructuración espacial.

IV. ASPECTOS SOCIALES Y EMOCIONALES

Samuel T. Orton, fue uno de los primeros investigadores en describir los aspectos emocionales que conlleva la dislexia. Según su investigación, la mayoría de los niños en edad preescolar que más tarde fueron diagnosticados con dislexia eran felices y estaban socialmente bien integrados. Los problemas emocionales comienzan a desarrollarse cuando empiezan con el aprendizaje de la lectura temprana que no coincidiendo la forma de aprendizaje o método de enseñanza utilizada con las necesidades de un niño disléxico en cuanto al aprendizaje.

Con los años, la frustración aumenta conforme el resto de sus compañeros superan al estudiante con dislexia en las habilidades y dominio de la lectura.

1. Características de la personalidad

El niño disléxico presenta características de personalidad que a veces se atribuyen a otra cosa, pero que tienen que ver con su problema de aprendizaje, a veces como causa y otra como consecuencia.

- La falta de atención.
- Emocionalmente sensibles.
- Cambios bruscos de humor.
- Capacidad de intuición rápida, curiosidad y creatividad.
- Piensan más con imágenes que con palabras.
- Perciben de una manera mutidimensional (usando todos los sentidos).
- Extremadamente ordenados o desordenados.
- Lento para recordar información.
- Sueño muy profundo o se despiertan con mucha facilidad.



2. Imagen propia

La dislexia también puede afectar a la autoestima de una persona. Después de experimentar una gran cantidad de estrés debido a los problemas académicos, el estudiante puede desanimarse y

decidir abandonar los estudios.

La posición de la familia y con mucha frecuencia, de los profesores es creer que el niño tiene un mero retraso evolutivo.

Los niños que tienen éxito en la etapa escolar, van a desarrollar sentimientos positivos sobre sí mismos y se van a sentir capaces de tener éxito en la vida.

En cambio, los niños que sufren el fracaso y la frustración constante en la etapa escolar, se sienten inferiores a los demás, y ven que su esfuerzo no se ve recompensado, es un esfuerzo que nadie percibe, ni valora.

Los investigadores han comprobado que cuando los alumnos tienen éxito, es porque confían en sus propios esfuerzos y capacidades para lograr su éxito. Cuando no lo consiguen se dicen a sí mismos que deben de esforzarse más. Sin embargo, cuando los estudiantes con dislexia tienen éxito, son propensos a atribuir su éxito a la suerte.

3. El estrés y la ansiedad

El estrés y la ansiedad aumentan cuando estamos en situaciones sobre las que tenemos poco o ningún control. Los alumnos con dislexia son particularmente vulnerables. Esto se debe a que muchas personas no entienden completamente la naturaleza de su Dificultad Específica de Aprendizaje, y como resultado, tienden a culparse a sí mismos de sus propias dificultades. Los años de duda y la autorrecriminación pueden dañar la autoestima de una persona, haciendo que sea menos capaz de afrontar los retos diarios en colegio o en las interacciones sociales, haciendo que esté más estresado y con una mayor ansiedad.

Muchos alumnos con dislexia han experimentado **frustración**, a pesar de las innumerables horas de terapia con especialistas, clases particulares, programas especiales y trabajo personal. Su progreso puede haber sido lento, haciéndolos emocionalmente frágiles y vulnerables. Algunos han sido sometidos a una presión excesiva para tener éxito sin el apoyo o la formación adecuada.

Los alumnos con dislexia pueden experimentar en ocasiones que al estar en compañía de otras personas conlleva el riesgo de cometer errores tontos y ser motivo de burla.

4. Depresión

La depresión también puede ser un daño colateral de la dislexia.

Tienden a presentar tres características :

- Tienden a tener pensamientos negativos sobre sí mismos, es decir, una autoimagen negativa.
- Tienden a ver el mundo de forma negativa. Son menos propensos a disfrutar de las experiencias positivas de la vida. Esto hace que les cueste divertirse.
- Los jóvenes más deprimidos tienen gran dificultad en imaginar algo positivo sobre su futuro.

El niño deprimido con dislexia no sólo experimenta gran dolor en sus experiencias actuales, sino que también se imagina una vida futura de continuo fracaso.

5. Actitudes que favorecen su autoestima

Los niños tienen más éxito cuando en su infancia temprana alguien ha mostrado con él una actitud extremadamente favorable y alentadora. Cuando el niño ha encontrado un espacio o lugar en el que puedan tener éxito.

Los profesores pueden convertirse en un apoyo increíble y jugar un papel determinante en la vida del niño a través de:

- Escuchar los sentimientos de los niños.
- Valorar el progreso, “dónde estábamos y a dónde hemos llegado”.
- Ayudar a los estudiantes a establecer metas realistas para sí mismos.

Lo más importante para la educación de un niño es que pueda reconocer y disfrutar de sus éxitos. Los puntos fuertes de un alumno con dislexia son a menudo más sutiles y menos evidentes que en el resto .

Por encima de todo, es fundamental que el personal escolar, docentes, padres y profesionales externos que trabajan con el niño con dislexia tengan una comunicación muy fluida entre ellos, con el fin de proporcionar el apoyo necesario.

Enseñar a los estudiantes con dislexia se puede convertir en un gran reto para el profesor. Los profesores deben de aplicar las adecuaciones necesarias a cada niño, y deben de buscar la forma de aprender que sea mejor para él . Con ello conseguirán hacer efectivo el principio de diversi-

dad que rige en nuestro sistema, fomentando el aprendizaje y consiguiendo una mayor calidad de enseñanza.



V. ESTRATEGIAS PARA EL AULA. CONSEJOS Y HERRAMIENTAS

Las siguientes recomendaciones intentan establecer un marco para ayudar a los estudiantes con **Dificultades Específicas de Aprendizaje** a alcanzar dentro del sistema educativo el éxito escolar:

- Haga saber al niño que se interesa por él y que desea ayudarlo. Él se siente inseguro y preocupado por las reacciones del profesor.
- Establezca criterios para su trabajo en términos concretos que él pueda entender. Evalúe sus progresos en comparación con él mismo, con su nivel inicial, no con el nivel de los demás en sus áreas deficitarias.
- Ayúdele en los trabajos en las áreas que necesita mejorar.
- Déle atención individualizada siempre que sea posible. Hágale saber que puede preguntar sobre lo que no comprenda.
- Coloque al estudiante cerca del profesor, de la pizarra, o en el área de trabajo y lejos de los ruidos, materiales u objetos que le puedan distraer.
- Fomentar el uso de agendas o calendarios de trabajo. Hacer el seguimiento diario.
- Asegúrese de que entiende las tareas.
- La información nueva, debe repetírsela más de una vez.
- Puede requerir más práctica que un estudiante normal para dominar una nueva técnica.
- Necesitará ayuda para relacionar los conceptos nuevos con la experiencia previa.

- Déle tiempo: para organizar sus pensamientos, para terminar su trabajo. Si no hay presión de tiempo estará menos nervioso y en mejores condiciones para mostrarle sus conocimientos.
- Proporcionar una copia de los apuntes de la lección para poder tomar notas durante las explicaciones.
- Es importante el uso de tamaños de fuente más grandes y aumentar el espaciamiento de secciones.
- Combinar la información verbal y visual a la vez.
- Escribir los puntos clave o palabras en la pizarra antes de la explicación.
- Uso de lectura auditiva en especial en los exámenes. Algunos niños pueden leer un pasaje correctamente en voz alta, y aún así no comprender el significado del texto.
- Evitar la corrección sistemática de todos los errores en su escritura. Hacerle notar sólo aquellos sobre los que se está trabajando en cada momento.
- Tener en cuenta que le llevará más tiempo hacer las tareas para casa que a los demás alumnos de la clase. Se cansa más que los demás. Procurarle un trabajo más ligero y más breve. Eximirles de copiar los anunciados.
- Es fundamental hacer observaciones positivas sobre su trabajo, sin dejar de señalar aquello en lo que necesita mejorar y está más a su alcance.
- La motivación es esencial. Hay que elogiarlos y alentarlos siempre que sea posible.
- Hay que darles oportunidades de que hagan aportaciones a la clase.
- No hacerle leer en voz alta en público contra su voluntad.
- Es una buena medida el encontrar algo en que el niño sea especialmente bueno y desarrollar su autoestima mediante el estímulo y el éxito.

-Evaluarle con respecto a sus propios esfuerzos y logros. El sentimiento de obtener éxito lleva al éxito.

-Permitirle aprender de la manera que le sea posible, con los instrumentos alternativos a la lectura y escritura que estén a nuestro alcance: calculadoras, magnetófonos, tabletas, lectores electrónicos, diccionarios, ortografía, texto para los programas de voz, audio libros, y más pueden ser herramientas muy útiles.



VIII. EL PAPEL DEL TUTOR

El papel más importante que tienen que cumplir los tutores de alumnos con dislexia quizás sea el de apoyo emocional al alumno y a los padres. El niño debe de saber que sus padres comprenden la naturaleza de sus problemas de aprendizaje.

El tutor debe de informar de las dificultades que presenta el aula y de las ayudas que dispone el centro. Debe de transmitir tranquilidad y normalidad. Remitiendo al alumno al departamento de orientación.

Hay que evitar que la ansiedad de los padres aumente los problemas del niño, aumentando su propia ansiedad y preocupación generando dificultades emocionales secundarias.

El tutor debe de coordinar y comunicar las adecuaciones y ayudas que necesita tener el alumno con dislexia en el aula. Informará a cada uno de los profesores como se manifiesta la dislexia en el alumno y medidas a tomar. Es muy importante la comunicación fluida entre todo el equipo docente.

El tutor debe de normalizar la dislexia dentro del aula con el resto de los compañeros.

El mensaje importante que el tutor tiene que comunicar a todos los profesores implicados es que el niño **ha tenido que esforzarse mucho más** en su trabajo para alcanzar su nivel actual.

El tutor hará sentir al alumno con dislexia que se le seguirá valorando, aunque no pueda ir especialmente bien en el colegio. El éxito puede implicar una considerable cantidad de trabajo, pero se le hace ver que se comprende su problema y él va a recibir una ayuda específica a fin de que pueda superarlo.

Es importante desarrollar la autoestima a todos los niveles. Puede hacerse dispensando al niño consideración positiva incondicional, en especial cuando se siente decaído o fracasado. **Es fundamental evaluarlo con su propio nivel, esfuerzo y rendimiento.** La dificultad es no pasar a la sobreprotección, al "todo vale". Pero la guía es tener clara la escala de valores en la que se desenvuelve el niño, la situación de partida, el esfuerzo realizado.

Es esencial para el éxito del alumno con dislexia la eficaz colaboración de la familia y el profesorado. Sin dejar de lado la motivación y el aumento de la autoestima como base del aprendizaje.

IX. INFORMACIÓN ADICIONAL

Le animamos a que visite nuestra página web y también estas otras:

<http://www.madridconladislexia.org/>

<http://dyseggxia.com/index?lang=es>

www.fordyslexia.com

www.misdislexicos.blogspot.com

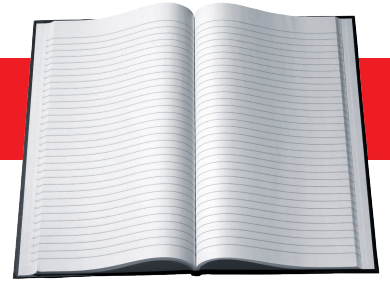
http://www.uam.es/ss/Satellite/es/1242664234487/subHomeServicio/Oficina_de_Accion_Solidaria_y_Cooperacion.htm. “Protocolo de actuación a personas con discapacidad en la Universidad”. Universidad Autónoma de Madrid.



XI. AGRADECIMIENTOS

Agradecemos especialmente la colaboración para la elaboración de esta Guía de: El logopeda Juan Carlos Muñoz Salmerón, Eva Luján, Daniel Cubilla, Cristina López, madres, padres y profesores que colaboran con Madrid con la Dislexia, Federación Española de Familias Numerosas, y a la Consejería de Educación de la Comunidad de Madrid, y a International Dyslexia Association.

XI. BIBLIOGRAFÍA



DISLEXIA EN ESPAÑOL
Juan E. Jiménez González
Edit. Pirámide 2012

DISLEXIA3
Antonio Valles Arándiga
Promolibro 2011

La dislexia desde la neuropsicología infantil.
Cristina de la Peña Álvarez.
Sanz y Torres 2012

Dislexia, Disortografía y Disgrafía
Rosa María Rivas Torres y Pilar Fernández Fernández
Pirámide 2004

Dislexia: Un enfoque multidisciplinar
M. Lisando Sánchez Merchán.
Club Universitario, 2011



www.madridconladislexia.org