

# Caminando juntos

Guía de autonomía para alumnos con discapacidad visual de 0 a 6 años



**Intervención en Atención Temprana**

Intervención en Atención Temprana  
Guías para familias de niños con discapacidad visual

***Caminando juntos: guía de autonomía para alumnos con discapacidad visual de 0 a 6 años***

Primera edición: junio de 2021

© **De esta edición:**

Organización Nacional de Ciegos Españoles (ONCE)  
Dirección General de la ONCE. Dirección de Educación, Empleo y Braille  
Calle del Prado, 24; 28014 Madrid (España)

**Edita:**

Dirección de Educación, Empleo y Braille. Dirección General de la ONCE

**Ha elaborado esta guía el Seminario de Atención Temprana del CRE de la ONCE en Alicante.**

**Coordinadora de esta guía:** María Dolores García Payá, maestra.

**Colaboradores de la colección:**

Pilar Carballo Lado — Pedagoga del CRE de la ONCE en Pontevedra.  
María Dolores García Payá — Maestra del CRE de la ONCE en Alicante.  
Francisco López Montellano — Maestro del CRE de la ONCE en Madrid.  
Montse Morral Subirá — Maestra del CRE de la ONCE en Barcelona.  
Coral del Pilar Regidor Poyatos — Maestra del CRE de la ONCE en Sevilla.

**Coordinadora de la colección:** M.ª Ángeles Lafuente de Frutos, técnica del Departamento de Atención Educativa de la Dirección de Educación, Empleo y Braille de la ONCE.

**Ilustraciones de** Mariona Coma Segalés.



**Reconocimiento-NoComercial-SinObraDerivada · CC BY-NC-ND**

*Esta licencia Creative Commons le permite descargar la guía e imprimirla para su uso personal, así como compartirla con otras personas, siempre que se reconozca su autoría. No permite cambiar de ninguna manera su contenido ni utilizarlo comercialmente.*

El material de estimulación propuesto en estas guías ha sido seleccionado con una finalidad terapéutica. Dadas las características de la población a la que va dirigido, para garantizar la seguridad y prevenir accidentes, se debe utilizar únicamente bajo la vigilancia y supervisión de un adulto.

La ONCE ha adquirido un compromiso firme en la defensa y la aplicación efectiva del principio de igualdad entre mujeres y hombres y entiende que debe velar para que en la comunicación interna y externa de la Organización se utilice un lenguaje no sexista. Para ello, intenta recurrir a técnicas de redacción que permitan hacer referencia a las personas sin especificar su sexo. No obstante, en los documentos normativos en ocasiones es necesaria la utilización de términos genéricos, especialmente en los plurales, para garantizar claridad, rigor y facilidad de lectura, sin que esto suponga ignorancia en cuanto a la necesaria diferenciación de género, ni un menor compromiso de la Institución con las políticas de igualdad y contra la discriminación por razón de sexo.

## Índice

---

<b>Presentación de las Guías para familias de niños con discapacidad visual</b> .....	4
Las guías .....	4
<b>Introducción</b> .....	5
<b>Ya estamos juntos</b> .....	5
Primeros meses.....	5
6 meses – 1 año .....	6
<b>Quiero conocer el mundo. Guíame</b> .....	7
De 12 a 18 meses .....	7
De 18 a 24 meses .....	8
<b>¡Soy «grande», puedo aprender a hacer las cosas yo solo!</b> .....	8
De 2 a 3 años .....	8
<b>Ya voy al cole, seguimos aprendiendo</b> .....	10
De 3 a 4 años .....	10
<b>¡Hora de practicar!</b> .....	11
De 4 a 5 años .....	11
<b>Ya soy mayor: gracias por enseñarme tanto</b> .....	12
De 5 a 6 años .....	12

## Presentación de las *Guías para familias de niños con discapacidad visual*

---

Tras el análisis y valoración realizados en cursos pasados sobre la situación actual de la intervención educativa de la ONCE, a través de sus cinco Centros de Recursos Educativos (en adelante, CRE) y los Equipos Específicos de Atención Educativa a la Discapacidad Visual, se crearon varias comisiones o grupos de trabajo. La comisión encargada de la Atención Temprana está compuesta por los cinco enlaces del Grupo Dinamizador de la Atención Temprana de la ONCE (Grupo DATO) en los CRE de la ONCE y la coordinación de dicho grupo desde la Dirección General de esta Entidad.

Uno de los objetivos que se planteó desde esta comisión ha sido elaborar una serie de documentos, a modo de guías dirigidas a las familias, para acompañar la intervención de los profesionales con los niños atendidos en los servicios de atención temprana y de apoyo a la educación infantil. Para ello, se ha contado con la colaboración de los seminarios para la Atención Temprana en cada uno de los CRE.

El objetivo es contribuir a la intervención en atención temprana de los niños con discapacidad visual, el apoyo directo a esta población y sus familias y como recurso educativo para los seminarios de atención temprana en los CRE, para impulsar el trabajo en red y la posibilidad de continuar compartiendo materiales, documentación e información, siendo un recurso más de apoyo a los profesionales. Confiamos en que estas acciones de difusión contribuyan a visibilizar la Atención Temprana, las necesidades de los profesionales implicados, el tipo de intervención a realizar y los recursos necesarios para ello.

### *Las guías*

Las guías que ahora presentamos van dirigidas especialmente a las familias, si bien su contenido es también de interés para los profesionales. Son las siguientes:

- **Guía *Vamos juntos para un primer acercamiento de las familias a la atención temprana*.** Esta guía se dirige a los padres de niños con ceguera o con deficiencia visual grave, con el afán de ofrecerles apoyo desde el mismo instante en que sospechan o reciben la noticia de que su hijo padece una afectación visual.

Los profesionales del servicio de Atención Temprana, situándose al lado de las familias, aplican todo su esfuerzo y experiencia para conseguir que se sientan capaces de identificar e interpretar correctamente los estados emocionales y las necesidades de sus hijos a través de sus conductas y, así, afrontar la tarea vital que supone la crianza, con confianza y disfrutando de ello.

- **Guía de autonomía *Caminando juntos*.** Esta guía pretende orientar a familias y profesionales en el desarrollo de hábitos en la alimentación, el aseo, el vestido y el orden, así como de aspectos relacionados con la movilidad para favorecer la autonomía en edades de 0 a 6 años. «Los niños no tendrán éxito gracias a lo que hayas hecho por ellos, sino gracias a lo que les has enseñado a hacer por sí mismos» (Ann Landers).
- **Guía para la estimulación visual *Mirando juntos*.** Esta guía va dirigida a las familias y profesionales que interactúan con niños que tienen un déficit visual grave. Intenta aproximar, de manera sencilla y comprensible, los factores básicos que hemos de tener en cuenta en la evolución del bebé con baja visión a través de recursos, juegos y elementos básicos que son estimulantes para el resto visual del niño. Este trabajo es fruto del estudio, experiencia y reflexión continuados de los profesionales de los servicios de Atención Temprana de la ONCE.

Así mismo, el objetivo es dar a conocer los servicios que tiene la ONCE para poder trabajar y acompañar a las familias en este recorrido, dando un soporte individual para cada una de ellas a través del conocimiento, observación y trabajo directos con el grupo familiar y en particular con su bebé.

## Introducción

---

Hola a ti que estás consultando esta guía. Queremos darte la bienvenida y transmitirte nuestro deseo de que te sea de utilidad y te sirva para descubrir cuántas cosas pueden aprender y hacer los niños con discapacidad visual grave. Las orientaciones que incluye están centradas en el área de la autonomía personal, especialmente en aquellos aspectos en los que tu hijo puede encontrar más dificultad, no porque no sea capaz de aprender, sino porque necesita más ayuda por nuestra parte para ello.

Fomentar la autonomía de nuestros niños es una de las mejores cosas que podemos hacer por ellos, no solo porque aprenden a hacer cosas por sí solos, sino porque les estamos enseñando a creer en ellos mismos, porque les transmitimos confianza en sus posibilidades y porque les preparamos para los múltiples retos que vendrán en el futuro. Por si todo esto no fuera suficiente, también debemos tener en cuenta la gran satisfacción que les produce a los niños el hacer algo por sí mismos, lo orgullosos que se sienten cuando lo logran, y más si nosotros les demostramos lo mucho que valoramos sus avances. Ver las limitaciones que pueden tener los niños con discapacidad visual grave en sus primeros años de vida puede llevarnos a sobreprotegerles, a hacerlo todo por ellos, sin darnos cuenta de que, de esta forma, les estamos privando de la oportunidad de aprender haciendo las cosas por sí mismos. Esto puede que nos lleve algo más de tiempo y esfuerzo, pero es una meta que merece la pena.

Deseamos que encuentres en estas páginas la información que puedas necesitar para iniciar este camino, largo pero esperanzador. No olvides que no vas a estar solo y que los profesionales especializados en la atención a niños con discapacidad visual grave van a estar a tu lado en todo lo que necesites.

## Ya estamos juntos

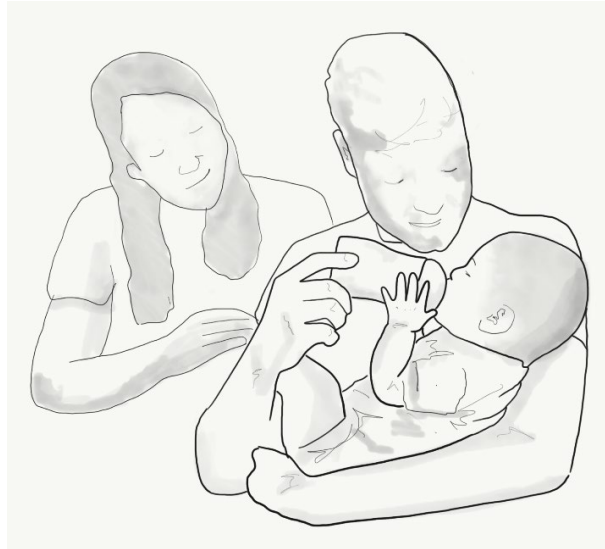
---

### *Primeros meses*

- Me encanta que me toquen y cojan las personas a las que quiero. Disfruto tocando las caras llenas de rasgos y sonidos. Me ayudará a interesarme más adelante por el mundo de los objetos.
- Cuando me hablas suavemente, me cantas..., me reconfortan tu voz y olor; aprendo a identificarte.
- Cuando me alimentes, dime dónde está el pecho o biberón, tocando ligeramente el lado de la cara. Yo lo buscaré y lo cogeré con mi boca. Pon mis manos para que vaya aprendiendo a cogerlo.
- La hora del baño es de mis preferidas. Si me permites patear y mover los brazos, ¡¡¡puedo crear hasta un tsunami!!! Un masaje al terminar me ayudará a conocer mi cuerpo.

- Colócame todos los días boca abajo para ponerme fuerte y facilitar más adelante el desplazamiento.
- Mis manos son una fuente enorme de conocimiento. Dame la posibilidad de experimentar con objetos de distintos sonidos, formas, texturas... Me interesará poco a poco querer cogerlos y jugar con ellos.

Ilustración 1. El bebé puede participar en su alimentación desde el primer momento



### 6 meses – 1 año

- Cuando me vistas, no hagas por mí todos los movimientos. Deja que estire mis brazos y piernas.

Ilustración 2. El bebé realiza los movimientos para facilitar el vestirse



- No me des todo en la mano. Acompaña mis manos a los objetos y yo intentaré cogerlos. Me encanta jugar a encontrar cosas. Aprendo que mis juguetes están donde se me caen o los dejo.
- Dame la oportunidad de probar alimentos nuevos para que descubra sabores, texturas... Tengo que aprender a masticar.
- Hay alimentos que **ya** puedo coger y llevármelos a la boca. Si me enseñas a ir alimentándome, poco a poco dejaré de necesitar que lo hagas por mí.

## Quiero conocer el mundo. Guíame

---

### De 12 a 18 meses

- Ya tengo un año y quiero aprender a utilizar la cuchara y el vaso, pero al principio voy a necesitar que te pongas detrás de mí y guíes mis movimientos.
- Cuando me enseñas a vestirme y desvestirme, habla conmigo mientras lo haces, cuéntame lo que estás haciendo. Eso me va a ayudar a saber los nombres de la ropa, a conocer mejor mi cuerpo y a aprender los movimientos que tengo que hacer para quitarme o ponerme las prendas. No lo hagas todo por mí, yo también puedo colaborar.
- Nómbrame los objetos que vamos a utilizar en el baño, explícame para qué sirven y déjame que los toque.
- Puedo empezar a desplazarme (arrastre, gateo...). Me gusta explorar los objetos que encuentro.

Ilustración 3. Cuando inician la alimentación de forma autónoma, a través de las manos reciben gran cantidad de estímulos sensoriales

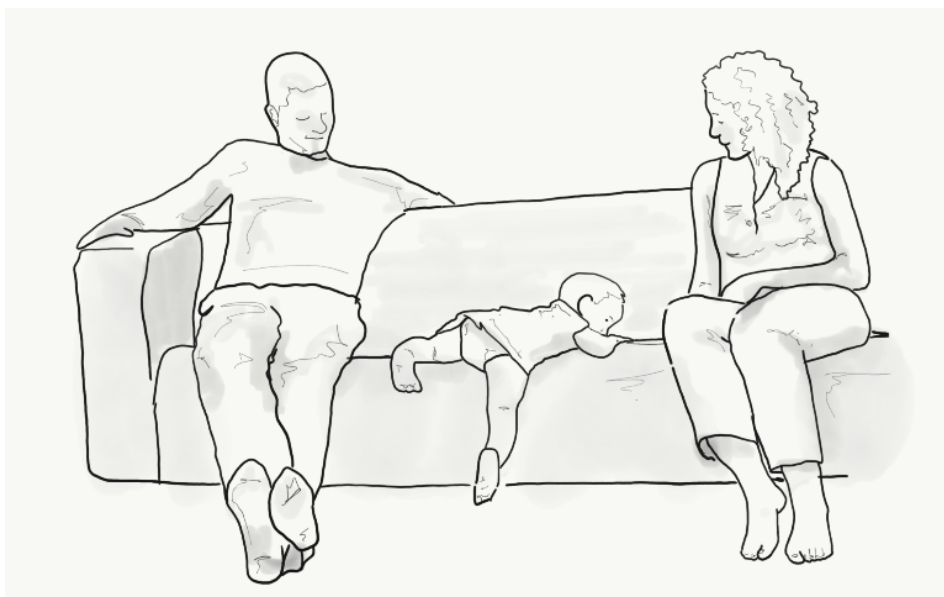




### De 18 a 24 meses

- Para que pueda localizar los cubiertos y el vaso necesito que me pongas las cosas siempre en el mismo lugar.
- Puedo usar la cuchara: aunque a veces me manche un poco, vale la pena intentarlo.
- Elige el color del plato y del vaso que más contrasten y así podré distinguir y localizar mejor los alimentos.
- Colaboro cuando me peinas, me lavas los dientes y me limpias los mocos. Como me cuesta imitarte, hagámoslo juntos.
- Ya puedo quitarme sin ayuda algunas prendas sencillas, como los calcetines o los zapatos. Quiero aprender a ponérmelas, dame tiempo para practicar sin prisas.
- Necesito un espacio amplio, conocido y seguro para jugar y moverme.
- Estoy empezando a dar mis primeros pasos. Cuando explore, ¡vigíleme y ayúdame! Intentaré bajar del sofá y subir las escaleras.

Ilustración 4. Ser capaz de desplazarse y acceder a objetos y lugares de forma independiente potencia su desarrollo



## ¡Soy «grande», puedo aprender a hacer las cosas yo solo!

---

### De 2 a 3 años

- Puedo asearme «solo». Dame pautas a seguir; por ejemplo, cómo se abre el grifo, cómo enjabonarme... Sitúate detrás de mí para guiarme e iré mejorando poco a poco.



- ¡Es hora de quitarme el pañal! Recuérdame de vez en cuando ir al aseo. No me riñas si se me escapa, necesito tiempo.
- Ayúdame a identificar todas las prendas que debo ponerme y no tengas prisa, recuerda que aprenderé un poco más despacio. Puedo empezar a bajar y subirme los pantalones elásticos, quitarme con ayuda la camiseta... ¡Que no se te olvide situarte detrás de mí!
- Para poder moverme con seguridad en mi entorno y saber dónde están las cosas, necesito explorarlo y conocerlo. Dame puntos de referencia y aleja de mí los peligros.
- Si me muestras un sitio **fijo** dónde guardar mis juguetes, sabré dónde encontrarlos y recogerlos.
- Cuando vayas a cocinar, dime qué es lo que vamos a comer y muéstrame los alimentos y utensilios que utilizas para prepararlo.
- También es importante para mí saber dónde está el alimento en el plato, así podré tocarlo con una mano mientras que, con la otra, puedo usar la cuchara o el tenedor.
- Como cualquier niño «grande» duermo solo en mi habitación, aunque a veces me despierte llamándote.

Ilustración 5. El aseo personal es un aspecto clave en el autocuidado



## Ya voy al cole, seguimos aprendiendo

---

### De 3 a 4 años

- Puedo colaborar en las tareas de orden: los juguetes en la habitación, la comida en la cocina. Cuando lo hago, me siento orgulloso y ¡veo que el esfuerzo merece la pena!
- Juguemos a decir partes del cuerpo. A ver si te gano, porque me sé muchas.
- También podemos jugar a tocar o a ponernos arriba, abajo, delante o detrás de un objeto.
- Puedo pelar con mis manos un plátano, una mandarina y ¡hasta un huevo duro!
- Quiero aprender a echarme agua en el vaso.
- Si me enseñas, podré ponerme yo solo los pantalones, el jersey y los zapatos.
- Casi siempre me levanto seco de la cama. Algún día puedo tener algún escape; en ese caso, ayudo a cambiar las sábanas.
- Me desplazo fácilmente por mi entorno y puedo llegar solo a mis lugares conocidos.
- Necesito salir al parque, jugar con otros niños, columpiarme, tirarme por el tobogán... Enséñame cómo y mantente cerca de mí al principio para darme seguridad.
- Necesito que me ayudes a reconocer algunos peligros. Así seré más precavido y los sabré evitar.

Ilustración 6. Jugar en el parque de forma autónoma me ayuda a ser libre



## ¡Hora de practicar!

---

### De 4 a 5 años

- Si me das pistas visuales, auditivas y/u olfativas, puedo desplazarme solo por entornos que ya conozco fuera de mi casa.
- Cuando voy a comer puedo colaborar en muchas cosas: ayudar a poner y quitar la mesa, limpiarla... También aprendo a mantenerme limpio usando la servilleta.
- Me gusta sentirme limpio y aseado, ya no necesito que me ayudes, pero recuérdame lo que se me olvida. Si están las cosas en su sitio, puedo lavarme, participar activamente cuando me bañas, peinarme y usar el váter yo solo. Así también aprendo a ser muy ordenado, dejando cada cosa en su lugar.
- También me gusta sentirme guapo y elegir la ropa y los zapatos que me pongo. Tengo que cuidar mi ropa, con tu ayuda puedo doblarla y guardarla.
- Sé ponerme y quitarme solo las prendas fáciles, pero necesito que me sigas ayudando con algunos cierres. Las etiquetas y otras marcas me ayudan a saber el derecho y el revés de la ropa.
- Cuando vamos al parque, me gusta jugar con los amigos; quizás necesite ayuda para saber dónde están. Disfruto saltando, corriendo, paseando en triciclo...

Ilustración 7. Decidir la ropa que voy a ponerme me da seguridad y favorece mi autoestima



## Ya soy mayor: gracias por enseñarme tanto

---

### De 5 a 6 años

- Me gusta servirme el agua. Meto los dedos, un poquito, en la orilla de la taza y así no se sale. Me puedo preparar un sándwich paso a paso.
- Me pongo los zapatos. Empiezo con los de velcro.
- Como ya se dónde está el cesto de la ropa sucia, voy allí a dejarla y ayudo a la colada. Doblo la ropa limpia y la coloco siempre dentro de los cajones.
- Sé lavarme los dientes, peinarme y usar la papelera. Para ello solo necesito que todo esté en su sitio.
- Antes de ir al cole estiramos las sábanas de mi cama. Cada día me sale mejor.
- Conozco la importancia de la seguridad. Por eso me encanta encajar el cinturón con un *clic* al subir al coche, aunque sigue siendo necesario que me supervises y te asegures.
- En el cole, he aprendido el recorrido del baño y de la fuente. Si tengo pis o sed, solo tengo que pedir permiso a la maestra.
- También me han enseñado los números. He memorizado el teléfono de mis papás. Si me indicas la posición de las teclas, soy capaz de llamar.
- Me gustan las actividades deportivas: correr, nadar, jugar a la pelota, ir en bici con ruedines... Busca momentos en que pueda practicarlas.

Ilustración 8. Cuando participo en preparar la comida, siento que es algo mío y me lo como más a gusto



**He aprendido muchas cosas, pero necesito hacerlas a menudo para llegar a ser una persona autónoma.**

*Contacta con nosotros, estamos para ayudarte.*

CRE de la ONCE en Alicante	965 267 000
CRE de la ONCE en Barcelona	932 381 111
CRE de la ONCE en Madrid	913 535 600
CRE de la ONCE en Pontevedra	986 856 200
CRE de la ONCE en Sevilla	954 989 311



## *Intervención en Atención Temprana*

