

# CATÁLOGO DE ADAPTACIONES

para Estudiantes con Síndrome de Tourette,  
Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad  
y  
Conducta Obsesivo-compulsiva

**Susan Conners**  
Especialista en Educación  
TSA

Tourette Syndrome Association, Inc.  
42-40 Bell Boulevard, New York 11361  
Tel: 718-224-2999 Fax: 718-279-9596  
e-mail: [ts@tsa-usa.org](mailto:ts@tsa-usa.org) <http://www.tsa-usa.org>

E-125  
©2005 Tourette Syndrome Association, Inc.

## INTRODUCCIÓN

Muchas de las llamadas telefónicas y correos electrónicos enviados a la Tourette Syndrome Association (TSA) provienen de familias preocupadas porque los síntomas relacionados con los tics afectan negativamente al aprendizaje de su hijo o hija en la clase. A menudo estos padres hacen un gran esfuerzo por instruir a los profesores sobre la naturaleza de estos tics, sabiendo muy bien que pueden ser confundidos simplemente como una mala conducta, si el profesor no tiene una información precisa. Este documento ha sido escrito para responder a las preguntas del profesorado y el personal implicado en la educación, que buscan las adaptaciones apropiadas y las estrategias para trabajar con alumnos afectados por el Síndrome de Tourette (ST) en la escuela.

Por suerte, ahora los educadores son más conscientes del ST y lo entienden mejor hoy en día que en el pasado. Muchos profesores han pedido ayuda a la TSA con el fin de encontrar vías más efectivas para proporcionar un entorno en el cual los estudiantes con ST puedan aprender y prosperar con los compañeros no afectados. Proporcionar este entorno a la clase implica planificar, ser creativos y constantes. Implica también estrategias efectivas y apropiadas para adaptar las necesidades tanto del estudiante con el ST como del resto de la clase. Este escrito fue hecho con esta finalidad: ofrecer sugerencias a los profesores que buscan maneras de mejorar su experiencia educativa para todos sus alumnos.

### ¿QUÉ SON ADAPTACIONES?

Trabajar en el aula con estudiantes diagnosticados con síndrome de Tourette puede ser un reto. Una de las mejores maneras de enfrentarlo es "adaptar" los síntomas del ST más bien que luchar contra ellos o haciendo que desaparezcan mediante métodos duros o punitivos. Como ilustración leed un ejemplo de la vida real:

#### **Toc, Toc, Toc**

**Un niño afectado por el ST desarrolló un tic molesto con la mano que le creaba la necesidad de tamborilear sobre la mesa con un lápiz. Este repiqueteo constante estorbaba mucho. La maestra, pensando creativamente, le proporcionó una esponja ancha y blanda, y ella con el alumno la pegaron sobre el pupitre. Este síntoma estaba "adaptado", el tic del niño ya no fue ridiculizado ni castigado, en cambio los ruidos disminuyeron y de esta manera se redujo notablemente la molestia a la maestra y a la clase.**

De entrada esta conducta podría haber sido interpretada como mala conducta hecha voluntariamente, incluso irrespetuosa con los compañeros y la maestra. No obstante, si las familias y los educadores trabajan conjuntamente para entender el ST, la comprensión que adquirirán les posibilitará una mejor solución de los problemas, como se ve en el ejemplo. Por otra parte, entender la naturaleza del ST y de los trastornos asociados puede ser una buena herramienta para vencer los retos que crea a la maestra. Si los educadores sienten que tienen la clave sobre lo que es el ST, cómo se puede manifestar juntamente con los otros trastornos neurológicos asociados, y de qué manera inciden en el funcionamiento de la clase, pueden después avanzar hacia

un segundo paso: encontrar las maneras creativas y efectivas de gestionar la situación a la que ella y sus alumnos se enfrentan.

Una vez dicho esto, una cosa importante a tener presente es que lo que es justo no siempre es igualitario y que lo que es igualitario no siempre es justo. Los maestros pueden pensar que están dando una ventaja injusta a los niños con el ST cuando les hacen estas adaptaciones. De hecho, las adaptaciones sólo "nivelan el terreno de juego" de manera que los niños y niñas afectados (o cualquier niño con necesidades especiales) tenga las mismas oportunidades de salir adelante a pesar de su discapacidad.

### **CÓMO UTILIZAR ESTE CATÁLOGO.**

Os insto a que antes de consultar este catálogo os leáis los folletos educativos que hay en la lista de Educación en la sección de Publicaciones del sitio web de la TSA ([www://tsa-usa.org](http://www://tsa-usa.org)). Los opúsculos os darán la información que necesitáis para entender de qué manera el ST y los trastornos asociados tienen un impacto en el rendimiento educativo del estudiante. Cuando poseáis esta información podréis utilizar más fácilmente las recomendaciones de esta publicación.

El catálogo está dividido en secciones según los síntomas del trastorno (es decir: "Tics motores y vocales", "Trastorno obsesivo-compulsivo", etc.). Muchos de estos síntomas se solapan. Al principio de cada sección, he intentado dar un ejemplo sacado de la vida real de un estudiante con quien he trabajado. Espero que estos ejemplos os ayudarán a desarrollar vuestras propias soluciones. Bajo cada categoría hay una lista de adaptaciones posibles (marcadas con -) que puede ser útil al adaptar aquellos síntomas. Puede haber también comentarios adicionales y/o "cosas que hay que hacer" y "cosas que no hay que hacer" (marcados con o). Obviamente, nunca necesitaréis utilizar todas las sugerencias que se exponen en esta publicación, pero os insto a leerlo todo con una mentalidad abierta. A menudo, las estrategias más simples son exactamente las que un niño concreto necesita con el fin de progresar y eliminar un problema en la clase.

### **UNAS ÚLTIMAS REFLEXIONES**

Los estudiantes con el ST manifiestan unos síntomas con que jamás os habéis encontrado. Las adaptaciones que requieren también puede ser que estén fuera de vuestra "caja de herramientas", diferentes de cualquier otra solución/estrategia que hayáis utilizado antes. Para este fin, acordaos de hablar con los padres, con el niño y con el médico sinceramente y escucharles con actitud abierta antes de determinar qué aspectos son problemáticos para el niño en cuestión. Un profesor puede no ser capaz de observar todos los síntomas que un niño está presentando. Los niños con ST a menudo intentan suprimir o camuflar los tics que creen que podrían estar molestando a la clase o podrían llamar la atención sobre ellos mismos. Raramente comparten sus síntomas ocultos de trastorno obsesivo-compulsivo (TOC) con un profesor. Cuando se ha explorado la situación hablando de ella abiertamente, escuchando de forma atenta, y leyendo escritos pertinentes, se tendrá una mejor herramienta para intervenir en lo que está interfiriendo en la habilidad del alumno para progresar académicamente, y se

podrá proporcionar conjuntamente un plan de adaptación apropiado y un plan individual de educación para él o ella.

Finalmente, os recomiendo muchísimo que miréis al niño en su totalidad y no sólo los síntomas de su trastorno desorientador. Los niños con el ST y trastornos asociados son ante todo niños - con sentimientos y aspiraciones - como cualquier otro niño. Quieren progresar, pero os necesitan - a vosotros, educadores - para ayudarles a alcanzar sus sueños.

## TICS MOTORES Y VOCALES

*Un ejemplo de la vida real.*

### **Crónica de la carpeta "protectora"**

**John era un estudiante de 12 años diagnosticado con el síndrome de Tourette (ST), el trastorno obsesivo-compulsivo (TOC), el trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH) y algunos otros déficits relacionados con el aprendizaje. En el 7º curso, desarrollaba un tic/obsesión socialmente muy inconveniente. Cuando estaba en presencia de mujeres, acostumbraba a tocarles los pechos. Las profesoras primero intentaban modificar el comportamiento con castigos. Eso fue un fracaso total y de hecho hacía empeorar el tic sumándose al estrés de John (los síntomas incontrolables del trastorno son a menudo exacerbados por el estrés).**

**Una intervención por parte de la Tourette Syndrome Association local dirigida a probar una modificación del entorno se vio que era muy eficaz. A cada profesora se le pedía que llevara una carpeta que podría sostener junto a su pecho siempre que John se les dirigiera. Cuanto mayor fuera la carpeta, mejor. De hecho se convertía en una especie de competición entre las profesoras para ver quien la llevaba más grande, o más gruesa. Esta manera humorística de tomarse la situación sirvió para cambiar actitudes sobre John y ese síntoma tan difícil. Nos preocupaba, naturalmente, que hiciera eso a las chicas amigas suyas, de manera que se hicieron todos los esfuerzos por tener en los pasillos y áreas comunes cuando ningún otro estudiante estuviera presente. Dejaría cada clase tres minutos antes, se sentaría en la parte delantera en el autobús escolar, etc. Todos estos pasos reducían la ansiedad de John por el miedo de ser castigado a causa de alguna cosa que de ninguna manera podía controlar; si el estrés se aliviaba, también lo hacía el tic. También proporcionábamos la ayuda de un compañero de manera que los otros estudiantes entendieran el ST y ya no tuvieran miedo a John. La modificación del entorno resolvía el problema.**

### **POSIBLES ADAPTACIONES**

- Hacedles hacer los exámenes en un lugar a parte con flexibilidad de tiempo.
- Formad a los compañeros que tendrán contacto con el niño/a afectado/a.
  - o La TSA dispone de una publicación titulada "Educar a los compañeros de clase sobre el ST"<sup>1</sup>.
  - o También será útil la presencia de un "abogado" (persona de apoyo) de la asociación local del Síndrome de Tourette.
- Proporcionad al alumno/a un refugio donde el estudiante pueda relajar-se y dejar salir los tics y las obsesiones.
  - o El despacho del psicólogo escolar o cualquier otro lugar tranquilo disponible en el centro.
  - o Habría que evitar el despacho del Director porque se podría interpretar como un castigo.
- Permitidle frecuentes interrupciones fuera de la clase para poder soltar los tics en un entorno menos embarazoso:
  - o Los lavabos.
  - o Ir a beber agua.

---

<sup>1</sup> Educating Classmates about TS.

- Un encargo real o ficticio.
- Dad al niño un pase para salir de la clase cuando necesite una interrupción repentina.
- Hacedle sentar en un lugar donde sus tics se noten menos y sean menos embarazosos.
  - No hacerle sentar nunca en el centro de la primera fila de la clase.
- Si los tics son socialmente inconvenientes (escupir, blasfemar - proferir palabrotas – tocar a los otros de manera inconveniente), sería necesario imaginar diferentes soluciones; por ejemplo, un tic de escupir se podría resolver dando al niño/a un pañuelo para que escupa en él.
- Intentad programar la materias más importantes al principio del día porque los tics tienden a empeorar cuando el alumno está cansado.
- Comunicaos con frecuencia con los padres y hacedles saber si los tics empeoran o si aparecen otros nuevos.
- Cread un entorno de apoyo y aceptación en la clase.
  - Los estudiantes se sentirán seguros y eso aliviará gran parte de la ansiedad y frustración que tienden a agravar los tics.
  - Vosotros, profesores, sois siempre el modelo. Utilizad un tono que muestre aceptación y tolerancia con los síntomas del niño/a y así, de manera natural, dictaréis a sus compañeros cómo le han de tratar.

### *Un ejemplo de la vida real*

#### **"Tengo un pollo en los pantalones"**

**Un estudiante del séptimo curso con el ST (le llamaremos Chris) de repente hizo un tic que consistía en gritar tres o cuatro veces durante la clase "Tengo un pollo en los pantalones". La primera vez que ocurrió los maestros estaban perplejos sobre qué hacer. Puesto que yo misma tengo el ST, admito que tengo un extraño sentido del humor sobre los síntomas repentinos e imprevistos de los alumnos. Yo también he sido profesora durante treinta y tres años. La primera reacción de la mayoría de miembros del claustro fue decir a Chris que eso no era apropiado y pedirle que saliera de la clase antes de proferir la frase. Después de pensar unos minutos vi que este plan no funcionaría. En primer lugar, por desgracia, los niños/as generalmente no perciben que están a punto de hacer un tic con tiempo suficiente para poder abandonar la clase antes de producirse. En segundo lugar era previsible que este niño/a emplearía la mayor parte de su tiempo para prever el tic con el fin de salir de la clase anticipadamente. Imaginaos de qué manera todo esto interfería en su capacidad de concentrarse en la lección, y no digamos nada sobre el tiempo perdido fuera de la clase.**

**Mi propuesta consistió en seguir dos pasos. En primer lugar pedí a los maestros que tomaran nota del número de interrupciones que se daban en una hora de clase durante un día. Tenían que contar todas las interrupciones: estornudos, tos, sonarse, hacer punta al lápiz, arrastrar sillas, caída de objetos al suelo, sonar el intercomunicador y el ruido de los aviones sobrevolando la clase. Les pedí que comparasen el número de estas interrupciones con el hecho de que Chris gritase tres o cuatro veces "Tengo un pollo en los pantalones". Su "pollo en los pantalones" palidecía al lado de todas las interrupciones que se producían en un día y a las cuales ya se habían acostumbrado.**

**El segundo paso consistía en explicar al resto de los alumnos (con permiso de Chris y de sus padres), qué es el Síndrome de Tourette y por qué Chris decía lo que decía. Estando todo el mundo de acuerdo, se le facilitó la ayuda de un compañero. Mirad:**

**todos nosotros (estudiantes y profesores) nos fuimos acostumbrando a este tic y entendimos todas la otras interrupciones. Entonces Chris fue uno más en la clase. Ahora nos puede hablar indefinidamente sobre el pollo de sus pantalones y ya nadie ni siquiera parpadea. La actitud y el conocimiento lo son todo. Y el pollo vivió feliz para siempre.**

## SÍNTOMAS DEL TRASTORNO POR DÉFICIT DE ATENCIÓN (TDA) Y DÉFICIT DE ATENCIÓN CON HIPERACTIVIDAD (TDAH)

### *Un ejemplo de la vida real*

#### **Intento no decirlo, pero se me escapa**

**Una psiquiatra escolar que trabaja con un alumno de secundaria diagnosticado con TDAH y TOC tenía dificultades para distinguir entre los tics y las conductas impulsivas. No estaba muy convencida de que siempre que el alumno decía alguna cosa inconveniente o actuaba de manera impulsiva se tratara de un tic. Los tics se definen como movimientos o ruidos repentinos y repetitivos y no todo lo que este niño mostraba se podía clasificar "técnicamente" como un tic. Un representante de la TSA le explicó que a veces es mejor considerar las dificultades que experimenta el estudiante como "síntomas" y no tanto como tics. Eso puede ser útil porque con demasiada frecuencia consideramos los tics verbales y físicos como los únicos síntomas del ST. En realidad, muchos estudiantes, tanto si tienen tics graves como si los tienen leves, experimentan una dificultad significativa con los síntomas invisibles pero extremadamente disruptivos de la desinhibición. Cuando a este estudiante se le dijo que se había acabado su turno en el ordenador, espetó alguna cosa muy inconveniente al profesor. No era un tic "per se", pero era un síntoma de su ST/TDAH. En estos casos la mejor manera de gestionar la situación es ignorar la conducta, pero a la vez incluir en el plan de actuación sobre la conducta, el apoyo que les será útil para ayudarle a aprender otras técnicas para reconocer que sus "frenos" no funcionan bien. Al cabo de un tiempo puede aprender a sustituir esta conducta por otra más apropiada pero, puesto que sus actos son impulsivos; esto requerirá una larga práctica y mucha paciencia por parte de todos.**

#### **POSIBLES ADAPTACIONES**

- Dad al estudiante un lugar preferente en la clase.
  - o Delante y a un lado de la clase es ideal: el profesor podrá ayudar al alumno a ser constante en el trabajo.
  - o Delante y en medio de la clase con frecuencia es embarazoso para el niño con tics evidentes.
- Proporcionadle un lugar tranquilo en la clase para trabajar con independencia.
- Sed condescendientes con la libertad de movimiento: permitidle una salida rápida al lavabo, a beber agua o a hacer una encargo para la clase.
- Las clases estructuradas pero flexibles son las mejores para el niño con TDAH. Cambiadle las tareas con frecuencia.
- Utilizad indicaciones visuales y auditivas a la vez.
  - o Estableced un gesto con la mano como recordatorio para concentrarse y volver al trabajo.
- Dividid las tareas.
  - o Dadle una hoja sola en lugar de unas cuantas a la vez.
  - o Dividid en trozos más cortos, en partes más manejables, todas las tareas y proyectos a largo plazo. Por ejemplo, la primera parte para hacer en dos días más bien que el proyecto entero en tres semanas.
- Reducidle la cantidad de deberes para hacer en casa: lo que importa es la *calidad* y no la cantidad.



- Proporcionadle una hoja con las tareas de cada día para que el estudiante la llene y el profesor la pueda verificar.
  - o Entonces los padres pueden comprobar si ha hecho todo el trabajo y le podrán ayudar a priorizar y gestionarlo.
- Dejad que el alumno salga de la clase un poco antes de acabar para organizar sus materiales y preparar la cartera.
  - o Dispondrá de un poco más de tiempo para acceder a su armario sin distracciones y con los pasillos abarrotados de gente.
  - o Quizá se necesitará la ayuda de una persona adulta.
- Proporcionadle un juego complementario de libros de texto para estudiar en casa.
- Utilizad un código de colores para forrar sus libros de texto, las libretas, las carpetas, etc. (p.e. la carpeta *azul* va con el libro *azul* de ciencias de la naturaleza).
- Tened papel, bolígrafos y lápices para dejar prestados a los alumnos que se los han olvidado o los han perdido.
  - o No castigéis al estudiante que olvida o pierde las herramientas básicas de trabajo en clase.
  - o Poneos de acuerdo con los padres para volver a proporcionarles estos materiales perdidos.
  - o Para estar seguros de que se llevan los materiales al final de la clase, tomad algún objeto del alumno como prenda, por ejemplo un zapato.
- Enseñad a la niños las destrezas básicas para el estudio y estrategias organizativas.
  - o Cómo secuenciar y dividir las tareas en fragmentos más manejables.
  - o Cómo priorizar las tareas para una mejor gestión del tiempo.
- Utilizad una manera concreta, práctica de enseñar, y no solamente la lectura y métodos abstractos.
- No deis por hecho que si un alumno no se sienta perfectamente quieto y mirando al profesor, no está atento – justamente es verdad lo contrario en el caso de los niños con TDAH.
  - o Permitid al alumno algún tipo de actividad motora durante el tiempo de intensa concentración. Por ejemplo: apretar una bola blanda con la mano, golpear con el lápiz un objeto blando (una esponja), golpear con los pies (sin zapatos), mover el cuerpo, garabatear sobre un papel mientras está escuchando.
- Cuando se dan instrucciones, haced que el alumno las repita para estar seguros de que se han entendido bien.
- Estructurad las tareas.
  - o Hacer listas de tareas que se puedan ir tachando cuando se hayan acabado.
  - o Para las tareas más largas, posibilitar frecuentes interrupciones.
- Proporcionad al alumno un “banco de palabras” para utilizar en los exámenes que impliquen llenar espacios vacíos.
- Establecer un método de comunicación diaria entre las familias y la escuela a través de una agenda.
- Designad un “compañero/a de deberes” del alumno con el fin de poderle llamar pidiéndole ayuda para cuestiones como “¿Cuáles son los deberes para mañana?”, “¿Cuándo hay que entregar el trabajo?”, etc.
- Dejad siempre tiempo para el ejercicio físico durante el día.

- No castigáis nunca a un estudiante con TDAH privándole de la clase de educación física, las pausas en la clase o cualquier ocasión de hacer ejercicio físico como desahogo.
- Colgad el horario de las actividades del día delante de la clase de manera que ninguna sea una sorpresa o algo imprevisto.
- Los estudiantes con TDAH trabajan mejor con un archivador de anillas o un estuche donde se puedan poner todas las carpetas al mismo tiempo.
  - El estuche se tiene que poder cerrar (p.e. con una cremallera) de manera que se pueda asegurar que los materiales no se perderán.
  - Organizar las carpetas en el archivador según el horario de clase de cada día.
  - Tener una bolsa de plástico perforada que se pueda cerrar en el archivador. Comprobar que en la bolsa siempre haya lo necesario y reponer cuando haga falta.
  - Estar seguros de que se han puesto anillas reforzantes en los agujeros para que no se rompa el papel o reparar los agujeros rotos.
- Tener una carpeta aparte sólo para los deberes hechos puede ser útil a muchos estudiantes. Será menos probable que pierdan los deberes hechos si se ponen en el mismo sitio.
- Puede ser necesario limpiar semanalmente el archivador y el armario personal. Eso puede formar parte de la hora de tutoría.

#### *Un ejemplo de la vida real*

##### **Parece que no estás atento**

**Mientras el profesor leía, Sue acostumbraba a caminar por la clase, golpeando suavemente sus piernas. Sus profesores aprendieron que no podía prestar atención a lo que se estaba haciendo en la clase si se sentaba en silencio en su silla. Caminar le permitía estar atenta.**

**Una vez, mientras yo estaba observando la clase, pude ver que Sue estaba trabajando en el ordenador mientras la profesora estaba leyendo un cuento que sería objeto de un control para toda la clase inmediatamente después. Pregunté a la ayudante de Sue si la niña estaba tomando notas y me contestó que estaba escribiendo un cuento de misterio. Sorprendida, pregunté por qué no estaba escuchando el cuento y me dijo que me esperara unos minutos y observara. Cuando se pasó el control su ayudante escribió las respuestas que ella le dictaba y Sue obtuvo un 100% de respuestas correctas. Más tarde el profesor me aseguró que si hubiera insistido en que Sue se sentara y escuchara la lectura, seguramente habría suspendido el control.**

**Quizás se trata de un ejemplo extremo, pero no es infrecuente que los estudiantes con TDA/TDAH estén más atentos mientras están distrayéndose con alguna cosa o moviéndose de alguna manera. La investigación actual empieza a apuntar que el movimiento estimula el cerebro y ayuda a fijar la atención.**

## DIFICULTADES MOTRICES Y VISUALES FINAS

### *Un ejemplo de la vida real*

#### **Cuando escribir es doloroso**

**Andrew era un niño afectado de ST, TDAH, déficits en la motricidad fina y TOC. Era un alumno brillante, y se esforzaba para salir adelante, pero poco a poco se volvió desafiante y rehusaba hacer el trabajo.**

**La asociación local de la TSA envió a una observadora, la cual notó que Andrew se movía constantemente - a veces estando de pie al lado de su pupitre, a veces sentándose debajo o caminando a su alrededor. Bien pronto su profesor supo ver la necesidad de movimiento de Andrew y lo colocó al lado de la puerta, un poco apartado de la vista de sus compañeros. Cuando se movía en su pequeño espacio no molestaba a nadie y el movimiento le ayudó a estar atento (como pasa a la mayoría de niños afectados por el TDAH).**

**Los problemas empezaron para Andrew en el momento en que se pidió a los alumnos que "cogieran un papel y escribieran un cuento". Andrew jugaba con las cosas de su pupitre, iba a su armario de la clase, a los lavabos - cualquier cosa que le permitiera evitar escribir el cuento. El observador le preguntó qué quería escribir y él inmediatamente le explicó el tema. Cuando le pidió que escribiera la primera frase, el chiquillo de 7 años le soltó: "Duele, escribir"!**

**La fuerza emocional y la verdad abrumadora de su afirmación no pasó desapercibida para la observadora. Propuso a Andrew que le dictara el cuento. Ella sería su "secretaria" y se lo escribiría todo. Inmediatamente sus pensamientos fluyeron libremente. Con un vocabulario superior a lo que tocaba a un niño de segundo, acabó seis frases muy bien hechas en un tiempo récord. Tenía el cuento en la cabeza desde el comienzo; sin embargo, como muchos otros niños con el ST, no lo podía poner sobre el papel. Las dificultades con las habilidades motoras finas hacen que escribir se les haga muy penoso y, por supuesto, los intentos de escribir se habían convertido para Andrew en una experiencia muy frustrante. Su escritura era casi ilegible, no podía mantenerse en la misma línea, los márgenes eran irregulares, y siempre que escribía algunas palabras tenía que parar, descansar y sacudir la mano porque le hacía mucho daño. Para Andrew la solución más simple era rehusar escribir, sentirse frustrado y dolorido.**

**Hoy tiene un plan de educación especial con apoyos para la escritura, tiene un "secretario" para escribir, utiliza el ordenador siempre que puede y se le ha reducido la cantidad de deberes. Sus notas han mejorado espectacularmente y es un niño mucho más feliz.**

#### **POSIBLES ADAPTACIONES**

- Intervención de terapia ocupacional, terapia física con una evaluación de integración sensorial.
  - Estas terapias pueden ser útiles para las dificultades en la escritura, pero a menudo no lo son.
  - La mejor aplicación de estas terapias se tiene que hacer individuo por individuo.

- Pueden estar presentes aspectos sensoriales y se podrían mejorar con la intervención de terapia ocupacional.
- Proporcionad alternativas para los controles/exámenes, tareas, informes, etc.
  - Los controles/exámenes se pueden hacer oralmente.
  - Sed flexibles en los límites de tiempo en la aplicación de exámenes.
  - Las respuestas de los tests estandarizados se pueden escribir directamente en el papel de las preguntas y, si hace falta, pueden ser traspasadas a la hoja de respuestas por el profesor o un ayudante.
  - Los informes se pueden entregar oralmente o grabados.
- El uso de software para el ordenador o procesador de textos es una adaptación razonable y a menudo necesaria.
  - No penalicéis al alumno por su mala letra.
  - No lo penalicéis por los errores de ortografía sino animadlo a utilizar el corrector ortográfico del ordenador.
- Reducid o consolidad los trabajos.
  - Por ejemplo, poned diez problemas de matemáticas en lugar de veinte.
  - Lo que importa es la calidad del trabajo, no la cantidad.
- Verificad que todas las instrucciones para los deberes se han copiado correctamente.
- Proporcionad papel cuadriculado para ayudar a alinear las operaciones matemáticas o permitid que el alumno lo utilice en posición vertical.
- Proporcionad al alumno los apuntes de clase antes que hacerlos copiar de la pizarra o de una pantalla.
  - El estudiante puede tomar apuntes en clase, pero hay que proporcionarle una segunda copia, que puede ser una fotocopia de las notas tanto del profesor como de un alumno de confianza.
- Es preferible fotocopiar los materiales a que el alumno los tenga que copiar. Eso es particularmente importante cuando se ponen deberes de matemáticas.
  - Si no es posible hacer fotocopias, hay que permitir que los padres o un profesor copien los enunciados.
  - Lo que importa son los cálculos matemáticos, no la habilidad para copiar problemas.
- Animad al alumno a utilizar una cartulina para seguir visualmente la página en las tareas de lectura.
- Utilizar una calculadora para las matemáticas puede ser útil para las dificultades visomotoras.
- Dad más tiempo para los trabajos escritos.
- Escanead los deberes y los controles/exámenes en un ordenador.

## SÍNTOMAS DE TRASTORNO OBESIVOCOMPULSIVO (TOC)

### *Un ejemplo de la vida real*

#### **No salirse de la raya**

Ana era una niña de séptimo curso afectada por TOC y algunos problemas de aprendizaje. Inesperadamente desarrolló una obsesión con los trabajos escritos que le requería poner cada letra de cada palabra perfectamente alineada sobre las rayas del papel. Noche tras noche se quedaba hasta la madrugada copiando y volviendo a copiar los deberes hasta que cada palabra estuviera exactamente sobre la línea. Sus profesores se esforzaban en encontrar estrategias y hacer las intervenciones oportunas. Pensaron en muchas cosas - proporcionarle a un "secretario de escritura", acortarle los deberes y otras. Ninguna fue eficaz. Finalmente preguntamos a Ana qué le parecía que funcionaría. Nos dio la mejor idea de todas: ¿por qué no dejar simplemente que escribiera en un papel sin rayas? ¡Funcionó! Yendo más allá, la animamos a utilizar un procesador de textos siempre que fuera posible, y eso también fue útil para resolver el problema.

#### **POSIBLES ADAPTACIONES**

- Las obsesiones y las compulsiones pueden adoptar tantas formas diferentes que se hace difícil llegar a adaptaciones creativas y efectivas sin conocer la naturaleza particular e individual del TOC del niño. El mejor consejo que puedo dar es valorar el tipo de obsesión e imaginar posibles soluciones con los otros profesores y con los padres. Hay que estar seguros siempre de incluir a los padres, que conocen a sus hijos mejor que nadie de nosotros. Éstos son algunos ejemplos de obsesiones y compulsiones concretas, y de los pasos creativos que se dieron de cara a una solución:
  - A un estudiante que tenía la obsesión de contar las palabras de cada raya que leía se le proporcionó un libro grabado.
  - A un estudiante que tenía una obsesión por los gérmenes se le propuso llevar pañuelos de mano antisépticos al bolsillo y limpiarse las manos siempre que se sintiera "contaminado".
  - A un estudiante que no podía escribir sin un lápiz con buena punta y que le estaba haciendo punta constantemente se le dio un lápiz mecánico.
  - Un estudiante con una obsesión por la simetría iba borrando constantemente el trabajo que había hecho y lo volvía a hacer porque "no le parecía correcta". Dejándole utilizar un ordenador para su trabajo se consiguió que no fuera un problema tan importante.
- Proporcionad el apoyo necesario para reducir el estrés.
  - La ansiedad es a menudo la dificultad principal para los alumnos con TOC.
  - La escuela es el lugar donde se pueden cometer errores sin correr riesgos.
  - Castigar y ridiculizar sólo sirve para aumentar la ansiedad y las dificultades asociadas.
  - Distraerse puede ser una buena manera de romper una obsesión con el fin de superarla.
  - Cambiad el entorno.
  - Permitid al alumno alguna actividad física para ayudarlo a superar la obsesión.
- Dad un tiempo de transición entre las actividades.

## RABIETAS Y CONDUCTA OPOSICIONAL

### *Un ejemplo de la vida real*

**Patatas, patata, patatas..., cualquier tipo de patatas irán bien.**

**Pete era un chico de sexto con ST, TOC, TDAH y Síndrome de Asperger. Como se puede imaginar, fue un reto para sus profesores encontrar soluciones creativas para dar respuesta a sus necesidades, pero estábamos gestionando sus tics, sus obsesiones y su conducta hiperactiva bastante bien.**

**Nuestro reto mayor era cómo gestionar el comportamiento impulsivo y socialmente inadecuado que tenía hacia sus compañeros y profesores. Discutía con facilidad y cuando se encontraba en este estado emocional no sólo se volvía agresivo verbalmente sino incluso físicamente, tirando cualquier objeto que estuviera a su alcance a causa de su frustración.**

**Necesitábamos encontrar una manera positiva de ayudar a Pete a mantener estas conductas bajo control. Se hizo un plan que tenía dos objetivos: las explosiones verbales y las rabietas. Primeramente seguimos con Pete unas estrategias para utilizar maneras más apropiadas de expresar su frustración. Se le dio un carné plastificado a fin de que pudiera abandonar la clase siempre que le pareciera que podría estar a punto de comportarse de alguna de estas dos maneras. Pusimos en práctica esta estrategia pero sólo funcionó hasta un cierto punto; el obstáculo era encontrar una recompensa adecuada. Nada funcionó; todo lo que probamos le interesaba muy poco hasta que un día tuvo una conversación con su profesor de educación especial. Durante media hora hizo saber su "profundo" amor por las patatas, explicando con todo tipo de detalle cada clase de patatas que le gustaban.**

**Por supuesto, esta era la respuesta. Por extraño que pueda parecer, las patatas serían su premio. Con la aprobación de su madre, los últimos 15 minutos del día eran el "tiempo de las patatas" para Pete si su tarjeta de conducta era buena aquel día. Revisábamos esta tarjeta a menudo durante el día de manera que pudiera evaluar con regularidad su progreso hacia las patatas. Si llegaba un día en que había perdido las patatas al mediodía y sabíamos que la tarde podía ser un desastre, volvíamos a empezar y le dábamos la oportunidad de ganar como mínimo la mitad. Su conducta mejoró espectacularmente y le pusieron amablemente el sobrenombre de "Pete patatas", un título que a él le gustaba. Pete (patatas) está ahora en el noveno curso y se comporta muy bien. Su premio ya no son las patatas, pero el "mote" le ha quedado.**

### POSIBLES ADAPTACIONES

- Permitid al niño abandonar la clase dos o tres minutos antes de acabar con el fin de evitar los pasillos llenos.
- Tened un ayudante del profesor cerca en el comedor para evitar enfrentamientos.
  - o A veces es mejor tener un lugar alternativo para comer con un amigo.
- Hacedle sentar en el asiento del delante del autobús escolar e informad al conductor.
- Aseguraos que el niño esté en una clase con un profesor exigente pero flexible.
- Ayudad al niño a aprender a salir del aula antes de que la situación esté fuera de control y premiadle por haberlo hecho.

- Dadle un permiso escrito que le permita abandonar la clase unos minutos antes de que la situación esté fuera de control. Sentarse cerca de la puerta facilitará la "salida".
- Hablar con él le puede ayudar a verbalizar los sentimientos antes de perder el control.
- Proporcionadle un refugio o un lugar seguro dónde pueda ir para recuperar el control.
- Evitad las luchas de poder; conducen a una mala situación.
  - o Utilizad el humor para enfriar y hacer bajar la tensión y como distracción para la situación.
- Manteneos tranquilos y hablad con voz calmada y no emotiva cuando intentéis reconducir al niño.
  - o No le castigéis nunca cuando se encuentre en medio de una situación candente.
  - o Hacedle salir tranquilamente de la clase a una sala tranquila y tratad el problema después de que el niño se haya calmado.
- Las conductas difíciles pueden ser la única manera que el niño tiene para demostrar que hay un problema por resolver. Preguntaos si alguna de estas cosas son verdad:
  - o El trabajo que se le ha dado ¿está por encima de las capacidades del alumno?
  - o ¿Entiende las instrucciones?
  - o ¿Necesita apoyo para la escritura?
  - o ¿Le supera el entorno?
- Mirarse al niño como alguien que tiene un problema más bien como a alguien que es un problema permite al profesor ser creativo y apoyarle. Fijaos en aquello que podéis hacer con el estudiante y para el estudiante en vez de hacer alguna cosa al estudiante cuando manifiesta conductas difíciles.
- Enseñar estrategias al niño es mucho más efectivo que castigarlo. El castigo sólo enseña lo que no se puede hacer en vez de poner de relieve lo que habría que hacer.
- Sed específicos sobre las expectativas. Por ejemplo, en vez de decir "Para de ser maleducado", se podría decir: "En lugar de decir a un adulto que este trabajo es estúpido, podrías decir que no entiendes lo que hay que hacer".
- Intentar cambiar dos o más conductas al mismo tiempo es superior a las fuerzas de las personas implicadas.
- Un consejero puede proporcionar al estudiante una "caja de herramientas de estrategias" que puede utilizar cuando se encuentre en una situación difícil. Hace falta que esta caja se refuerce de una manera positiva por otros miembros del claustro.
- Proporcionar al niño incentivos que sean verdaderas motivaciones le pueden ayudar cuando aprende y pone en práctica nuevas estrategias. Habría que evitar las consecuencias negativas porque generalmente no funcionan tan bien como los refuerzos positivos.
- No os toméis las conductas como un asunto personal. Estas conductas son debidas a una discapacidad y no representan verdaderamente vuestra relación con el estudiante.

### *Un ejemplo de la vida real*

#### **Por qué Teresa se siente atrapada**

**Teresa, una estudiante de secundaria, empezó a mostrar mucho nerviosismo sin causa aparente, que a menudo acababa explotando en un enfrentamiento con otro alumno o**

**incluso con el profesor. Después de unos cuantos meses Teresa consiguió una relación de confianza con un consejero y le confesó que a menudo se sentía atrapada. Imaginaba que la puerta de la clase estaba cerrada con llave y que no podría salir cuando fuera la hora de volver a casa. Siempre que era posible la puerta se dejaba abierta. Si no era posible, se sentaba cerca de la puerta con el permiso de salir para ir a beber agua cuando veía que empezaba esta sensación claustrofóbica. Después de utilizar esta técnica unos días sólo abandonaba la clase ocasionalmente. Como tenía permiso para salir, ya no se sentía atrapada. Eso le impidió sentirse ansiosa, cosa que redujo las conductas difíciles a la vez que la necesidad de abandonar la clase.**

**UN ÚLTIMO PENSAMIENTO.** Los niños con ST y trastornos asociados fácilmente pueden experimentar frustración, sobreestimulación y ansiedad creciente. Los lugares más difíciles para ellos son los pasillos llenos de alumnos, el comedor, el bus escolar y el patio. No funcionan bien en una clase desestructurada y desorganizada. Viven diariamente con un trastorno que no les permite estar quietos. Tienen dificultad en los cambios de actividad. Una gran mayoría de estos niños tienen también una hipersensibilidad a los comentarios críticos. Cualquiera de sus sentidos o todos ellos pueden estar de repente sobrecargados y les hacen estar fácilmente "a punto de explotar".