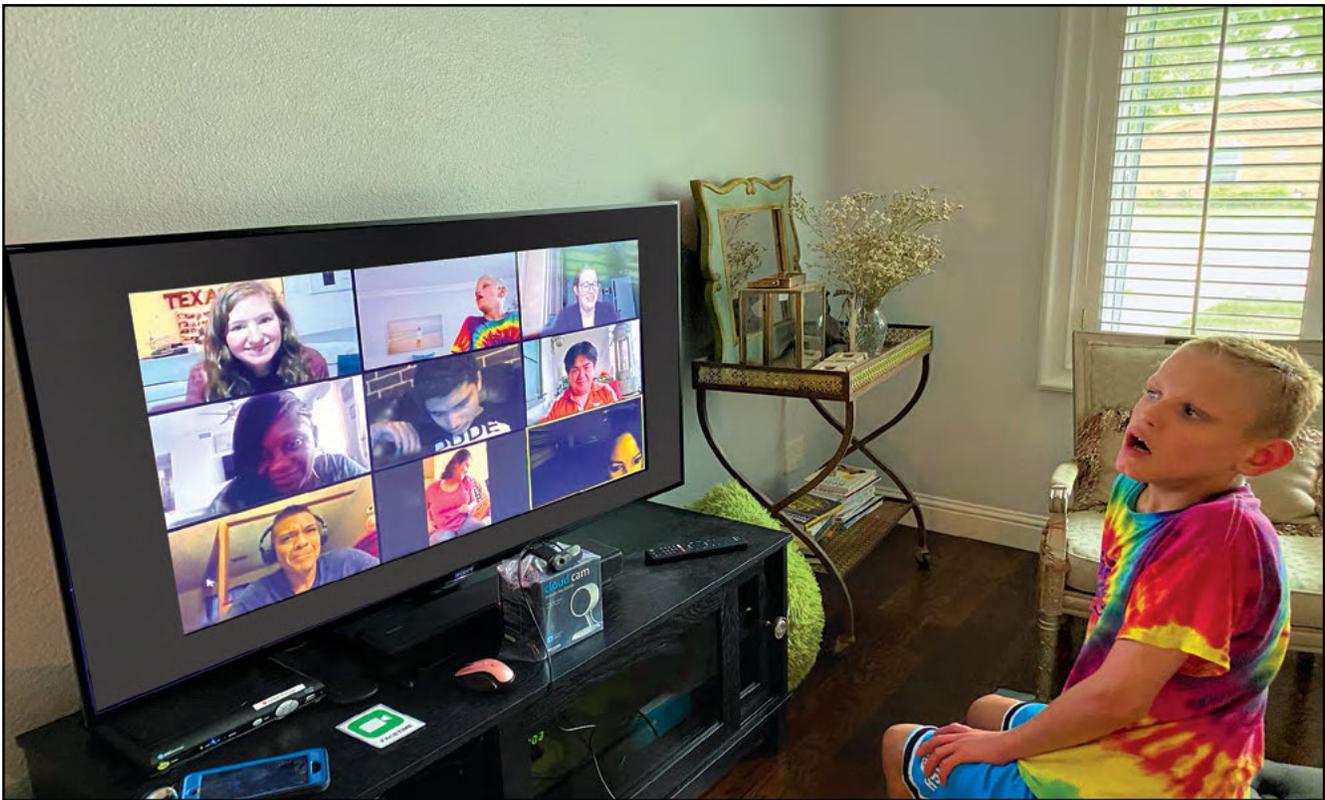


TX SenseAbilities

UNA PUBLICACIÓN SOBRE DISCAPACIDAD VISUAL Y SORDOCEGUERA PARA FAMILIAS Y PROFESIONALES



Un estudiante sordociego participa en una reunión por Zoom con su clase, personal docente y residencial y proveedores de servicios afines.

Sabiduría familiar

Cantar en cuarentena.....	2
Los altibajos del aprendizaje remoto	5
Nueva presidente de la TAPVI.....	8
Las 5 erres de la educación virtual.....	11

Prácticas eficaces

¡Estoy bien! ¡tú tienes manías!	14
Tips de AT para matemáticas	22
La ECI y por qué es importante.....	26

Noticias y opiniones

La TSBVI en medio de una pandemia.....	30
7 conductas para manejar la diabetes.....	32
Outreach durante el COVID-19.....	35
Programas de corto plazo	38

TX SenseAbilities es una colaboración de la Escuela para Ciegos e Impedidos Visuales de Texas, el Programa de Descubrimiento y Desarrollo Vocacional de Niños y Personas con Servicios Humanos de Texas (BCVDDP) y la Comisión de la Fuerza Laboral de Texas (TWC).

Cantar en cuarentena: The Spinrockers y nuestra travesía hacia un logro musical

Devin Gutierrez, Estudiante de EXIT de la TSBVI y
Mary Rose Bushland, Estudiante de la TSBVI

Resumen: Este artículo recorre la travesía de Devin Gutierrez y Mary Rose Bushland mientras armaron su banda, The Spinrockers, y entretuvieron al país en la “Serie de conciertos en vivo desde la sala de estar” durante la cuarentena por el COVID-19.

Palabras clave: Spinrockers, “Serie de conciertos en vivo desde la sala de estar por el COVID-19”, música, cuarentena, pandemia, COVID-19, artes escénicas

Durante la pandemia del COVID-19, Mary Rose y Devin, también conocidos como The Spinrockers, decidieron que el mundo necesitaba un empujón de positividad en medio de esa gran incertidumbre. Advirtieron que tenían la capacidad de alegrarse a sí mismos y a los que los rodeaban a través de la música, entonces decidieron compartir algo de felicidad a mayor escala. La “Serie de conciertos en vivo desde la sala de estar” de The Spinrockers dibujó sonrisas en muchos rostros. Para entender cómo sus espectáculos semanales reunieron miles de visualizaciones y cientos de comentarios de seguidores que sintieron el impacto positivo, hay que entender cómo arrancó The Spinrockers.

En 2017, Devin y Mary Rose eran estudiantes en la Texas School for the Blind and Visually impaired (TSBVI). Siempre estaban tarareando o cantando a viva voz alguna melodía en el campus. A nadie sorprendió que fuera en el edificio de Bellas Artes, su “Lugar Feliz”, donde se conocieran por primera vez. Devin participaba en la producción



Mary Rose y Devin se preparan para un show con transmisión en vivo desde su sala de estar.

primaveral de la TSBVI de “Shrek Jr, El musical,” como Shrek. Mary Rose fue miembro del público y realmente disfrutó el show.

MR: La obra fue muy divertida, me encantó cómo cantaban y los personajes chistosos, sobre todo Shrek.

Después del show, Devin dedicó un tiempo a los miembros del público. Allí se conocieron él y Mary Rose por primera vez. En el transcurso del año siguiente, participaron juntos en dos producciones teatrales de la TSBVI. La mamá de Mary Rose se acercó después a Devin para preguntarle si le daría lecciones de música a Mary Rose.

D: Estaba trabajando para alcanzar mi meta de ser un músico profesional pero la posibilidad de enseñar realmente nunca se me había ocurrido. Es decir, sabía que podía tocar música y cantar, pero creía que no tenía las aptitudes o la experiencia para enseñarle a nadie.

Devin aceptó enseñarle a Mary Rose con el apoyo de sus mentores y maestros de música. Con el tiempo, empezaron a tocar en eventos escolares y comunitarios, pero sabían que si querían ser conocidos, necesitaban el nombre de una banda.

MR: Me encanta girar (spin en inglés) mientras escucho música y Devin toca mucho rock, entonces se nos ocurrió el nombre The Spinrockers.

Devin y Mary Rose siguieron participando en varios emprendimientos musicales, incluso la Banda de Jazz de la TSBVI llamada The New Motown, producciones de teatro musical y más eventos comunitarios. No fue hasta la cuarentena por el coronavirus que la música de The Spinrockers llegó en vivo a las salas de estar de miles de familias de todo el país.

D: Medio que nos vino la idea de otros artistas que transmitían en vivo en todo el mundo. Al principio no estaba muy seguro porque pensaba que nadie nos escucharía pero con el aliento de familiares, amigos

y maestros, decidimos seguir adelante e intentar un concierto en Facebook live.

MR: Recuerdo estar contenta y entusiasmada de tener nuestro primer show de Spinrockers por Facebook Live.

D: Habíamos pensado en hacer un solo concierto. No sabíamos bien cuánto iba a durar la cuarentena. Pensábamos que regresaríamos a la escuela en una semana más.

El primer show tuvo una cantidad asombrosa de espectadores y muchos comentarios positivos. Quedó en claro los días siguientes a ese primer show que el COVID-19 no se iría pronto a ningún lado, entonces The Spinrockers decidieron hacer otro show.

D: ¡De repente estábamos hablando de una serie de conciertos de ocho semanas! Me preocupé porque sabía que significaba mucho trabajo para ambos. Rápidamente preparamos una rutina. Después de cada concierto, pasaríamos un día o dos buscando las canciones perfectas para el siguiente grupo de canciones. El resto de la semana estaba ocupadísimo aprendiendo letras, haciendo arreglos de varias canciones y con largos ensayos. Estos shows eran en vivo, y había un cierto entusiasmo por no saber que pasaría durante los conciertos.

MR: Me sentía entusiasmada cuando era el momento de vestirme y salir en vivo. Siempre me daba curiosidad quiénes se conectarían ese día y qué dirían sus comentarios. Sabía que todo el trabajo de la semana ameritaba estos momentos.

The Spinrockers realmente disfrutaron actuar cada domingo por ocho semanas, pero los momentos posteriores a cada show tuvieron igual importancia.

(cont.)

SABIDURÍA FAMILIAR

Spinrockers—continuado

D: Tuvimos momentos de verdadera unión después de cada concierto. Todos nos reuníamos en la casa para leer los comentarios en Facebook, volver a mirar cada show y conversar sobre cómo había salido. Fue muy gratificante oír comentarios de seguidores que decían que sus días habían mejorado por nuestra música. Sentimos que realmente estábamos marcando una diferencia durante estos tiempos alocados.



Mary Rose y Devin posan para una foto durante su tour en Wisconsin.

MR: ¡Los comentarios eran adorables! Creo que los seguidores que se conectaron eran fantásticos. ¡Sentí estallar de felicidad!

Recibimos comentarios de personas de todo el país. Tony de Idaho escribió: “¡Qué bendición terminar así nuestra tarde! Gracias”. Debbie de Indiana compartió: “Esta actuación levanta el ánimo de toda nuestra casa. Gracias a los dos por su increíble talento”. Jenny de Minnesota posteo: “¡Me encanta la música! ¡Justo lo que todos necesitamos en estos tiempos difíciles! ¡Gracias por regalarnos su hermosa música!” Jeremy de Texas dijo: “¡Estoy bailando con mi esposa en la cocina! ¡Bien hecho, muchachos!” Caryn de Florida compartió: “Estoy intentando escuchar, ¡pero no pude evitar cantar con ustedes!!!”

Los Spinrockers también llevaron su show de gira desde Hill Country de Texas hasta los bosques norteros de Wisconsin.

D: Hicimos dos presentaciones con distancia social en el norte. Quisiéramos seguir actuando y tenemos muchas ganas de convertirnos en una parte más grande de la escena musical en vivo de Austin.

The Spinrockers realmente disfrutaron la serie de conciertos y el tour. Están decididos a seguir su vocación de ayudar a los demás a través de la música.

Para obtener más información sobre The Spinrockers y ver los conciertos de la “Serie de conciertos en vivo desde la sala de estar por el COVID-19”, visite www.facebook.com/thespinnerockers. También puede conectarse con ellos a través del correo electrónico thespinnerockers@gmail.com. ●

Los altibajos del aprendizaje remoto

Barbara Knighton, Madre de la TSBVI

Resumen: Este artículo trata sobre una familia que reflexiona sobre los últimos meses de aprendizaje a distancia. La autora se concentra en sus experiencias, las ventajas, las desventajas y cómo navegar la situación con un equipo de apoyo los ayudó a sentirse empoderados al final.

Palabras clave: aprendizaje a distancia, reuniones por Zoom, instrucción virtual, Texas Families Together, cuidado personal, apoyo a padres, Outreach, Covid-19, discapacidad visual con discapacidades múltiples, MIVI

El 23 de marzo de 2020 comenzó nuestra travesía por el inexplorado territorio del aprendizaje a distancia. Fue una tarea excesivamente dificultosa dado que mi hijo tiene discapacidades múltiples y trabaja con varios miembros del personal a diario para recibir instrucción curricular y servicios afines. Aterrada ante la pérdida del notable progreso que Joshua tuvo durante su primer semestre en la TSBVI, decidí que no tenía alternativa sino dar lo mejor de mí. Mi profesión no es educadora ni terapeuta entonces me sentí completamente un sapo de otro pozo. Antes había trabajado con mi hijo pero nunca recibí capacitación formal sobre cómo enseñarle a mi hijo. Confiaba profundamente en el conocimiento y la experiencia de la maestra del salón de clase de mi hijo. Afortunadamente ella tiene ideas originales y mucha paciencia. Armamos un horario de trabajo para la casa que imitaba su jornada escolar habitual y nos pusimos en marcha.



Joshua trabaja en problemas matemáticos con una recta numérica.

(cont.)

SABIDURÍA FAMILIAR

Aprendizaje remoto—continuado

Las primeras tres semanas fueron increíblemente estresantes y llenas de ajustes de horarios, compensación de diferencias y detección de cuáles lecciones funcionaban en formato virtual y cuáles no. Miramos videos educativos, hicimos paseos virtuales y completamos hojas de trabajo. Pronto empezamos a incluir reuniones por Zoom con otros miembros del personal de la TSBVI y proveedores de servicios afines. Joshua realmente disfrutaba sus reuniones por Zoom y estaba muy entretenido una vez que encontrábamos los temas que le interesaban. Disfrutó las sesiones semanales de movimiento con su instructor de O&M, una rutina para cepillar el cabello y una presentación al personal residencial y la sesión de música semanal con su maestra de bellas

artes. ¡Incluso comenzó a cantar la palabra de turno! Sin la distracción de ningún compañero de clase, Joshua se concentraba únicamente en la tarea presente. Participó en una jornada escolar completa con hasta cuatro reuniones por Zoom por día.

Joshua no es capaz de completar su tarea de forma independiente entonces sus días escolares también fueron mis días escolares. Lamentablemente, este horario quería decir que mis días se transformaron en jornadas laborales de diez a doce horas que, finalmente, me llevaron a un punto de quiebre. Sentí mucho agradecimiento por el Equipo de Outreach que realizó las reuniones semanales por internet de Texas Families Together. Fue la vía de escape



Joshua se une a su clase para una lección por Zoom.



¡Joshua está listo para trabajar!

que necesitaba para volver a centrarme en mí misma y recuperar el control de mi salud física y mental. Me ayudaron a procesar mis sentimientos porque escuchaban mis preocupaciones y me permitían expresar cualquier frustración, enojo y/o agotamiento. El equipo y otros padres me permitían tener estos sentimientos, confirmaban que eran previsibles durante esta época y me ayudaron a entender que el cuidado personal debe ser una prioridad. Con las herramientas que me dieron, pude tener una conversación productiva con la maestra del salón de clase sobre cuáles apoyos necesitaba y cómo implementarlos.

Soy perfeccionista y estaba siendo demasiado dura conmigo misma. Me preocupaba tanto qué pasaría con el futuro de mi hijo

que estaba arriesgando mi propia salud física y mental. Logramos atravesar las diez semanas y media de aprendizaje a distancia con éxito. Aprendimos muchas lecciones, con muchísimas ideas nuevas y el intercambio continúa. Estoy tan orgullosa de Joshua, y aunque me cueste decirlo, estoy orgullosa del trabajo que hacemos para apoyarlo durante esta época. Todos mostramos resiliencia, perseverancia, paciencia y, lo más importante, todos ayudamos a mantener el amor de Joshua por aprender. Siento un agradecimiento eterno al personal de la TSBVI, no solo por apoyar las necesidades de mi hijo sino también las mías. Esperamos tomar lo que aprendimos y aplicarlo a nuestro nuevo año escolar a medida que seguimos en nuestra travesía por el aprendizaje a distancia. ◆

Presentación de la nueva presidente de la TAPVI

Hillary Rodriguez, Madre y presidente de la TAPVI

Resumen: La Texas Association for Parents of Children with Visual Impairments (TAPVI) hace poco eligió a Hillary Rodriguez como su nueva presidente. En este artículo, Hillary se presenta, comparte información sobre su recorrido hasta llegar a la TAPVI y describe sus aspiraciones para la organización. Los lectores también pueden saber más sobre cómo conectarse con la TAPVI y mantenerse informados de sus eventos.

Palabras clave: Texas Association for Parents of Children with Visual Impairments, TAPVI, organización de apoyo familiar, Texas Tween/Teen Time, redes sociales

¡Hola a todos! Me llamo Hillary Rodriguez y he sido electa como la nueva presidente de la organización Texas Association for Parents of Children with Visual Impairments (TAPVI) para el año 2020-2021. Quisiera aprovechar esta oportunidad para compartir un poco de información sobre mí, mi familia y mis aspiraciones para la organización.

Vivo en Houston, Texas, con mi esposo Javier y nuestros tres niños. Trabajo de tiempo completo como supervisora de laboratorio de control de calidad en una empresa de líquidos suplementos agrícolas. Cuando no estoy trabajando o siendo una mamá, soy voluntaria. Junto con la TAPVI, también trabajo en mi segundo año como tesorera de la PTA de Educación Especial de nuestro distrito escolar local (antes fui 3.ra VP de Comunicaciones por dos años) y tesorera del Cub Scout Pack de mi hijo. Soy voluntaria habitual en mi iglesia en distintas funciones. Mi pasión por el voluntariado y servir a los demás empezó con mi madre. Siempre era voluntaria en hospitales locales mientras criaba a sus hijos y, cuando estaba en la escuela preparatoria, seguí su ejemplo

y empecé a ser voluntaria en Texas Children's Hospital, un lugar que se convirtió en más familiar después del nacimiento de mi hija.

Mi hija Madelyn nació exactamente un mes después de que el huracán Ike destruyera nuestra casa y escuela ubicada en Galveston, Texas. Ya era un momento traumático para nuestra joven familia cuando notamos por primera vez algo raro en los ojos de Madelyn solo un día después de que nació. Al principio fue negación, pero finalmente nos sentamos en el consultorio de su pediatra, aguardando una derivación al oftalmólogo pediátrico. Una semana después, recibimos el diagnóstico. Madelyn tiene microftalmia con colobomas de retina, nervio óptico e iris. Me sentí devastada. Mi esposo acababa de graduarse de la universidad y yo todavía estaba terminando la escuela. ¿Cómo íbamos a mantener a una niña con una discapacidad visual? Sus médicos le ordenaron una evaluación genética completa y una resonancia magnética. Menos de un mes después de su nacimiento, estaba amamantando a Madelyn en algunos de los



Hillary, su esposo Javier y sus tres niños.

mismos corredores en los que había pasado muchas horas como voluntaria, aguardando que se la llevaran para la anestesia. Después de traerla a casa ese día, algo cambió en mí que solo puedo describir como una llama que se encendió. Decidí que incluso si ella no podía ver el mundo que la rodeaba, igual viviría grandes cosas. Esa “llama” sigue impulsándome hoy mientras avanzo, integrando y alentando a familias cuando reciben su primer diagnóstico además de aquellas con niños más grandes que luchan con esfuerzo para alcanzar mayores alturas.

Hoy Madelyn es una niña segura e inteligente de sexto grado que asiste a la es-

cuela Science Magnet dentro de su distrito. Asiste a clases de Educación General con sus compañeros videntes pero también tiene un IEP con servicios para VI y O&M. Es extremadamente independiente y usa un bastón para andar por todos lados. Una de las cosas en las que creo fervientemente es permitir a todos los niños que se destaquen en sus capacidades, a pesar de sus discapacidades. En casa, encontramos soluciones para ayudar a Madelyn a triunfar como familia, con mi esposo y yo sentándonos con ella y pidiendo su aporte para encontrar soluciones. Cosas como agregar alfombras a las escaleras para que pueda diferenciar el primer escalón y la planta

(cont.)

TAPVI—continuado



Madelyn recibe un lazo del 4.to lugar por su proyecto de la feria de ciencias.

baja, protuberancias en los electrodomésticos, marcadores táctiles en la ropa o ajustes de audio en dispositivos han sido muy útiles. Estas soluciones le dan seguridad para prosperar a medida que logra cosas maravillosas como ganar el cuarto lugar en la feria de ciencias de su distrito, premios en el concurso de arte y tocar tres instrumentos. Estos últimos años observar a Madelyn

crecer para convertirse en una jovencita me ha inspirado incluso más. Me asombra profundamente su valentía, determinación y compasión.

Este año ha planteado un reto para tantos de nosotros. Navegar una nueva forma de vida ha sido estresante y nos desconecta. Este año en la TAPVI, intento concentrarme en facilitar nuevas conexiones. Una de las cosas que Madelyn echó tanto de menos este año fue asistir a su horario normal de campamentos de verano. Conectarse con otros niños ciegos o con discapacidades visuales es su vía de escape cada año. La TAPVI piensa empezar un Texas Tween/ Teen Time este otoño. Este será un evento solo con invitación y confirmación de asistencia en el que los niños ciegos o con discapacidades visuales pueden hacer las conexiones que de otro modo no pueden hacer en este momento. Se organizará a través de Zoom con diversos temas y tiempo libre para compartir cada vez. La meta es entablar relaciones duraderas y construir una comunidad mediante la diversión y la risa.

Asegúrese de estar incluido en la lista de correo de la TAPVI completando la Google Form <http://tiny.cc/tapvis> y no se olvide de poner “Me gusta” y “Seguir” en nuestra página de Facebook @TAPVIFamilies. Allí encontrará información sobre próximos eventos. Aceptamos con gusto que compartan sus eventos, pensamientos y recursos en nuestro grupo de Facebook, TAPVI Families Connected. Para unirse, solo respondan algunas breves preguntas y algún administrador les permitirá unirse al grupo.

¡Tengo muchas ganas de conocerlos a todos este año y hacer nuevas conexiones! ●

Las cinco erres: Navegar la educación especial virtual e híbrida

Caroline Nelson, Abogada PLLC

Resumen: Debido a que la pandemia del COVID-19 sigue, las familias han tenido una creciente preocupación acerca de cómo sus niños que reciben servicios de educación especial seguirán progresando y avanzando en su aprendizaje. Este artículo trata las implicaciones de la pandemia en los servicios de educación especial. La autora les provee a las familias cinco consideraciones para equilibrar la defensa de sus niños con las realidades y limitaciones del aprendizaje durante esta época inusual.

Palabras clave: defensa, IDEA, aprendizaje a distancia, instrucción virtual, programas híbridos, presencial, COVID-19, servicios compensatorios, colaboración, apoyo para padres, regresión, cuidado personal

La llegada de la pandemia de la pasada primavera movió los cimientos educativos de las familias y escuelas. La IDEA y la educación pública nunca contemplaron una crisis económica y de salud pública del tipo del coronavirus. La educación pública ya era complicada, dinámica y lejos de perfecta, pero una cosa que la mayoría de nosotros nunca cuestionaba era la posibilidad de que los niños fueran a un edificio escolar físico con clases, actividades, almuerzos y tiempo desestructurado presenciales. Cuando la modalidad de la crisis de repente nos aisló y encerró, las escuelas y las familias se las tuvieron que ingeniar para regresar al año escolar. Al principio, pensamos que serían pocas semanas, y después entendimos que terminaríamos el semestre aprendiendo desde casa. La mayoría no nos dimos cuenta incluso hasta más adelante que la escuela a distancia, virtual y, ahora, híbrida sería una situación a largo plazo.

Mientras las escuelas se las ingeniaban para arrancar el año escolar otra vez, sus primeros esfuerzos fueron enviarles con-

tenido concentrado y prioritario a los estudiantes en casa a la vez que se las arreglaban con los recursos y el conocimiento existentes. Así era la escuela para todos los niños. Al mismo tiempo, la comunidad de educación especial se daba cuenta de que además de un base general drásticamente cambiada y reducida para todos, los servicios de IEP, los apoyos y las adaptaciones serían incluso más difíciles de proveer.

Los padres de los niños con IEP planteaban las mismas preguntas que todos los padres planteaban: ¿Cómo se supone que yo sea el implementador? ¿Cómo equilibraré este nuevo trabajo con las responsabilidades de adulto que se ven igual de alteradas? ¿Cómo va a afectar la situación general a nuestra familia y qué debemos hacer para atravesarla? Y, a diferencia de las demás familias, los padres de niños con discapacidades enfrentaban mayores problemas como la reducción de la experiencia profesional práctica, terapias, instrucción y servicios especializados, experiencias sociales y la estructura diaria. Todo esto produjo

(cont.)

(y todavía produce) un efecto dominó que aceleró la regresión de los estudiantes e intensificó la urgencia de que se nos ocurran soluciones significativas.

Los distritos escolares y las agencias de educación federales y estatales todas se dieron cuenta de lo mismo al mismo tiempo. Nadie se engañaba pensando que los IEP escritos para la escolarización presencial podrían ser plenamente implementados en el formato domiciliario. Se instruyó a las escuelas que regresaran la educación de la mejor forma que pudieran, y a falta de reglas legales para proveer un plan de acción o rendición de cuentas, la TEA y el Departamento de Educación de EE. UU. empezaron a expedir guías que siguen saliendo con el tiempo.

Las escuelas del mismo modo que las familias se lanzaron de regreso en la primavera igualmente alarmadas acerca de los derechos de los estudiantes, las responsabilidades de las escuelas y el mayor impacto de los cierres escolares sobre los estudiantes con discapacidades. Para moldear el desarrollo de posibles soluciones como un equipo para nuestros niños, pensemos en Las Cinco Erres para aprovechar al máximo la escolarización a distancia o híbrida para los estudiantes con discapacidades.

1. REGLAS

Conozca las reglas: el “manual” de la IDEA sigue vigente y los requisitos no han cambiado, a pesar de la pandemia.

- Los nuevos IEP (anual o revisión) deben ser escritos para instrucción tradicional y presencial.
- Las reuniones de ARD/IEP todavía se realizan, los padres pueden solicitar-

las y deben tener todos los miembros requeridos presentes; reuniones por video o telefónicas pueden reemplazar las reuniones en persona hasta que la salud pública permita lo contrario.

- Se permiten enmiendas a la documentación de ARD/IEP para más propósitos que antes. Esto es para permitir cambios mientras se evitan reuniones, pero los padres siempre pueden solicitar una reunión de ARD/IEP real, incluso si el tema puede ser tratado mediante una enmienda.
- Los requisitos de Child Find, Transición y Evaluación siguen como antes.
- Se deben proveer servicios compensatorios para servicios en un IEP que no son prestados o deberían haber sido prestados, pero se pasó por alto o no se abordó la necesidad educativa del niño. Estos servicios deberían estar diseñados para poner al estudiante en el lugar en el que hubiera estado si se hubiesen provisto los servicios desde un principio. Aunque pueden ser provistos como un reemplazo individual directo (por ejemplo, la escuela no dio en un principio 5 sesiones de terapia, entonces se proveerán 5 sesiones de terapia), no hay obligación de que así sea. Los servicios compensatorios todavía deben ser individualizados.
- Las opciones de resolución de disputas siguen iguales como antes, incluso reunión de ARD/IEP, sesión de resolución, mediación, queja en la TEA, Debido proceso.

2. REALIDADES

Aunque la guía federal y estatal actualmente mantiene vigentes los requisitos de la IDEA, también acepta y permite flexibili-

dad para las escuelas con dificultades para mantener estos estándares durante periodos de instrucción a distancia.

- Se instruyó a las escuelas que hagan esfuerzos de buena voluntad para proveer lo máximo que puedan dadas las circunstancias. “Buena voluntad” incluye comunicación habitual y significativa y colaboración con los padres para poder priorizar lo que se puede proveer, para hacer ajustes en respuesta a la participación y al progreso del estudiante, y para apoyar a los padres como los principales implementadores domiciliarios.
- Se informó a todos los interesados, la escuela al igual que los padres, que esperen que el primer abordaje para subsanar brechas en servicios durante la instrucción a distancia sea en forma de servicios compensatorios.
- El Congreso sigue considerando la posibilidad de eximir o alterar los requisitos de la IDEA para ayudar a las escuelas que enfrentan obvios problemas de implementación. Está alerta a cambios potenciales u oportunidades de defensa.
- A medida que se van advirtiendo con el tiempo los efectos desiguales de la instrucción a distancia sobre estudiantes con discapacidades, se están concretando esfuerzos para elaborar nueva legislación que aborde las condiciones actuales en algunos estados a través de litigios.

3. RITMO

Mantenga el avance de su hijo en materia educativa asociándose con los educadores con buena voluntad.

- Uno de los únicos recursos no comprometidos por la pandemia es la creatividad de los miembros del

equipo de su hijo/a. Estos proveedores de servicios no suelen tener el poder para decidir horarios escolares, personal, prácticas sanitarias o asignación de recursos. Son los que tienen la posibilidad más directa para seguir intentando opciones creativas para la instrucción dados los recursos con los que cuentan para trabajar y compartir con usted. Expresé su frustración con delicadeza y defiéndase ante los cargos que correspondan.

- Elabore un diario, libreta de datos o sistema de acopio de instantáneas para poder registrar información básica a lo largo del tiempo sobre la participación y el progreso de su hijo en la instrucción a distancia. Puntos claves de información sobre su hijo pueden incluir comportamiento, motivación, interés, tiempo en la tarea, independencia y habilidades con tecnología y materiales didácticos. La información clave puede incluir su perspectiva sobre cuánto aprendizaje y progreso se está produciendo o no. Estos datos serán importantes para debates posteriores sobre los servicios compensatorios.
- No tiene que esperar hasta el “final” para iniciar una conversación sobre servicios compensatorios con su escuela. Los servicios compensatorios suelen ser prestados lo antes posible de producirse la brecha para minimizar la interrupción del progreso de un estudiante. Debido a que no podemos predecir cuándo se producirá el “final” de las dificultades actuales de implementación del IEP, considere iniciar una conversación sobre servicios compensatorios ni bien pueda identificar algo que podría ser abordado dado el formato actual. Presentar pequeñas solicitudes en el camino no impide que puedan seguir surgiendo solicitudes.

(Continúa en la página 21.)

Observar la autoestimulación en la búsqueda del ocio o “Yo estoy bien, ¡tú tienes manías!”

Kate Hurst y Robbie Blaha, especialistas en educación, Programas de Outreach de la TSBVI

Resumen: Durante el largo periodo de cuarentena por el COVID-19, muchas familias han informado un aumento de conductas autoestimulantes en sus niños con discapacidades sensoriales, incluso aquellos con discapacidad visual y que tienen discapacidades adicionales o son sordociegos. Este artículo se publicó por primera vez en la edición de la primavera de 1993 de P.S. NEWS!!! (Volumen V. Nro. 3) por los Programas de Outreach de la TSBVI. Debido a que el estrés y los cambios en la rutina siguen afectando la conducta de los estudiantes, sobre todo durante la pandemia, le pedimos a la autora Kate Hurst que repasara y actualizara su artículo. Junto con la coautora Robbie Blaha, exploraron las causas fundamentales de actividades y conductas que pueden ser consideradas socialmente inadecuadas y alentamos a los lectores a revisar sus ideas y reacciones a las conductas autoestimulantes. Cambiar percepciones sobre estas conductas puede ayudar a los padres y profesionales a responder de manera más eficaz y ayudar a guiarlos en el tratamiento de las necesidades sensoriales de los estudiantes.

Palabras clave: ocio, amañeramiento, conducta, estimulación sensorial, privación sensorial, sistema nervioso central, autorregulación, habilidades sociales, canales sensoriales, autoestimulación

Nota de Kate Hurst:

¡Gracias a mis colegas!

Este artículo fue originalmente publicado a principios de la década de 1990 en el boletín “P.S.News!” publicado por los Programas de Outreach de la TSBVI. A pesar de que tiene su tiempo, creo que vale la pena volver a considerarlo. En el momento en el que fue escrito, la tecnología médica no nos había mostrado todas las cosas que sabemos desde entonces sobre el cerebro, las hormonas del estrés y la resiliencia. Pero pioneros como el Dr. Jan van Dijk y la Dra. Lilli Nielsen ya estaban averiguando estas cosas en relación con individuos con discapacidades visuales y discapacidades adicionales, incluso sordociegos.

Sabían que la autoestimulación se producía en respuesta a una privación sensorial para estos estudiantes. Ahora la ciencia está validando lo que ellos proponían.

Empecé a pensar en este artículo con la intención de escribir sobre las habilidades del ocio. No tenía idea que terminaría con un artículo sobre autoestimulación. Espero que este artículo muestre algunos de los prejuicios que parecen existir en torno a este tema. Debemos entender que la autoestimulación es una actividad humana normal y debemos abordar esas conductas como corresponde.

También quisiera agradecer a Gretchen Stone, Ann Silverrain y Barbara Belle-

mo-Edusei por sus contribuciones a este trabajo. Estas mujeres, junto con Robbie Blaha, formaron un grupo de estudio en 1985 después de asistir a una conferencia en Tallahassee que hizo el Dr. Jan van Dijk. Impulsadas tanto por la información como por los valores expresados por van Dijk al hablar de niños sordociegos, trabajaron para digerir información bastante compleja sobre el cerebro humano, el sistema nervioso y las implicaciones que esta información tiene para enseñar a niños con discapacidades visuales y discapacidades adicionales, incluso sordociegos. Sus debates y los ensayos generados como resultado de este grupo de estudio, fueron valiosísimos para el inicio de mi recorrido para entender los efectos de la privación sensorial sobre el sistema nervioso central y cómo se vincula con la manera en que individuos con una discapacidad sensorial pueden responder ante el mundo.

El tiempo de ocio

El tiempo de ocio, el tiempo alejados del trabajo o de las obligaciones, es importante para todos los seres humanos. El tiempo de ocio es el tiempo para hacer algo que nos relajará o energizará para poder renovarnos para encarar las exigencias de nuestras vidas. Es algo que necesitamos tanto como el alimento o sueño para permanecer sanos y cuerdos.

Todos tenemos diferentes maneras de pasar nuestro tiempo de ocio. Lo que podría ser una actividad de ocio para mí (leer una novela policíaca) podría no serlo para usted. Sabemos y aceptamos esto de cada persona. Sin embargo, cuando se consideran las “habilidades del ocio” de individuos que tienen discapacidades visuales y discapacidades adicionales, incluso los sordociegos, a menudo nos concentramos en actividades que no los relajan o

energizan de forma positiva. Tendemos a pasar tiempo logrando que participen en “trabajo lúdico” como un joven sordociego lo expresa. Aprender a jugar juegos, participar en actividades artísticas y deportivas u otros intereses como parte de sus programas educativos puede ser beneficioso para los niños en muchas maneras, pero estas actividades no satisfacen forzadamente sus necesidades de “ocio”.

El tipo de actividades que a menudo sí proveen relajación o entretenimiento para estos individuos incluye conductas que muchos consideran inaceptables: sacudir las manos delante de los ojos, deshilar prendas, hacer sonidos repetitivos, etc. Estas conductas son consideradas autoestimulación, y como tales, a menudo se perciben de forma negativa porque no lucen “normales”, porque pueden interferir con el aprendizaje y pueden a menudo ser autolesivas. Sin embargo, estas conductas cumplen con un propósito positivo para estos individuos.

Cambiar nuestra percepción de estas conductas autoestimulantes puede ser el rumbo más razonable para abordar este asunto, sobre todo si este cambio de percepción también nos ayuda a encontrar opciones para dar más información al niño y, en consecuencia, reducir su necesidad de hallar estimulación por cuenta propia. Estas conductas también pueden ser la clave para descifrar información sobre sus preferencias personales, lo que podría ofrecer oportunidades para enseñarles opciones más adecuadas para actividades del ocio.

Experiencias estimulantes

La mayoría de nuestras “actividades de ocio” no son nada más que conductas de autoestimulación que se han vuelto altamente ritualizadas con el tiempo y so-

(cont.)

cialmente aceptables. No hay nada intrínsecamente valioso o razonable sobre los intereses ociosos como saltos tipo bungee jumping, jugar naipes, bailar, jugar videojuegos, escuchar música, fumar, etc.

Las personas participan en estas actividades diferentes porque les resultan placenteras y porque las actividades alteran su estado físico. Cada actividad provee un tipo específico de estímulo sensorial (ver cuadro más abajo). No siempre hay una gran diferencia en algunas de estas actividades y las conductas llamadas de autoestimulación aparte del hecho de que algunas son más socialmente aceptables y “normales” en apariencia que otras. Por ejemplo, ¿cuál es realmente la diferencia entre golpear una mesa y golpear una batería, mecerse con música y mecerse en silencio, hacer sonidos repetitivos e imitar cantos de pájaros, dar vueltas sin motivo evidente y dar vueltas en un juego de un parque de diversiones?

Canales sensoriales y conductas autoestimulantes

Nuestro cerebro busca estimulación externa a través de los canales de nuestros sentidos. Cada uno buscamos esta estimulación externa de diversas maneras. La sociedad acepta alguna de estas conductas sin cuestionar pero opina muy distinto de otras. En algunos casos, esta aceptación parece arbitraria. El siguiente cuadro muestra ejemplos de cómo los individuos suelen satisfacer esta necesidad de estimulación y algunas conductas de autoestimulación semejantes a estas conductas. Cada día gastamos una buena parte de nuestra energía en autoestimulación. Tan solo observe a las personas que lo rodean. Está en una sala con su familia mirando televisión o en una reunión con un grupo de compañeros de trabajo. Aunque todos aparentemente están participando en la misma actividad, su hija o colega está jugando con su cabel-

lo. Su hijo o su compañero de oficina está agitando la pierna y marcando ritmos en el apoyabrazos de la silla. Su esposo está cambiando canales con el control remoto o su jefe está hojeando papeles. Si les pregunta qué están haciendo, probablemente contestarían que están mirando televisión o en una reunión importante. Es menos probable que digan que estaban cambiando de canal, jugando con el cabello, tocando la batería imaginaria u hojeando papeles.

Cada uno de nosotros, incluso los que tenemos sistemas nerviosos centrales más intactos, toleramos diferentes grados de estimulación. Observe la diferencia en los gustos musicales preferidos (y niveles de intensidad) entre un adolescente y una persona de cincuenta años. A pesar de que muchos adolescentes disfrutan de conciertos de rock megapotentes con toda la fanfarria, los adultos mayores tienen mayor tendencia a buscar música más suave o silencio en una habitación con luz tenue. Del mismo modo, los niños con discapacidades visuales y discapacidades adicionales, incluso los sordociegos, varían en la cantidad e intensidad de estimulación que necesitan.

Si logramos aceptar que la autoestimulación es una actividad importante y válida para individuos sin discapacidades, entonces debemos empezar a revisar nuestras ideas sobre cómo abordamos las conductas autoestimulantes en individuos con discapacidades sensoriales.

Algunas preguntas para considerar en el abordaje de conductas autoestimulantes:

¿Se puede detener esta conducta?

Para encontrar la respuesta a esta pregunta, primero échese un vistazo. Intente este ejercicio: identifique una de sus propias conductas autoestimulantes muy preciadas como sonarse los nudillos, tararear, deslizar

Canales sensoriales	Guía de autoestimulación adecuada de la Señorita Modales	Variaciones creativas que pueden conectarlo con un plan de conducta escrito
<p>Táctil: Información recibida por el tacto (a través de toda la superficie del cuerpo); incluye sensibilidad al toque ligero, presión, dolor y temperatura.</p>	<p>Darle vueltas al cabello, tamborilear con los dedos, jugar con la condensación de un vaso, tocar telas, frotarse los ojos, jalarse la barba</p>	<p>Jalar cabello, recostarse delante de la ventilación, abofetear el rostro/oído, jugar con saliva, frotar la cabeza</p>
<p>Propioceptivo: Información sobre las posiciones relativas del cuerpo. Proviene de sensaciones en los músculos, articulaciones, ligamentos y receptores ligados a los huesos.</p>	<p>Acurrucarse con cobijas, sonarse los nudillos, menear/cruzar las piernas, sentarse sobre la pierna</p>	<p>Hacer madrigueras con los muebles, cruzar los brazos adentro de camisetas, agitar las muñecas</p>
<p>Visual: Información recibida a través de los ojos; ver.</p>	<p>Mirarse fijo las uñas, manos y anillos, mirar televisión sin sonido, mirar escaparates, hojear revistas, presionarse los ojos</p>	<p>Agitar las manos delante de los ojos, hojear páginas de libros, mirar fijo la luz, jugar con objetos transparentes o brillantes, picarse el ojo</p>
<p>Auditivo: Información recibida a través de los oídos; oír.</p>	<p>Tararear, silbar, dar golpecitos con un lápiz contra una superficie, tener música de fondo</p>	<p>Vocalizar o hacer sonidos, golpear objetos, dar golpecitos con objetos cerca del oído</p>
<p>Olfativo: Información recibida a través de la nariz; oler.</p>	<p>Usar perfume, oler marcadores, rasguñar y olfatear pegatinas, quemar incienso</p>	<p>Frotar heces sobre el cuerpo y oler, oler las manos o zapatos de otras personas</p>
<p>Gustativo: Información recibida a través de la lengua o los labios; degustar. (muy vinculado con el sentido del olfato)</p>	<p>Masticar palillos saborizados, chupar mentas o caramelos duros, fumar, morderse el cabello, chupar bolígrafos o bisutería</p>	<p>Llevar objetos a la boca, morderse el cabello, chuparse los dedos, lamer objetos</p>
<p>Vestibular: Información recibida a través de receptores en el oído interno que nos permite detectar movimiento, aceleración, desaceleración.</p>	<p>Mecerse en sillas o mecer el cuerpo, subir a juegos de parques de diversiones, bailar, girar en banquetas, andar en patineta, deslizarse</p>	<p>Mecer el cuerpo, dar vueltas, girar en columpios, mecer la cabeza</p>

(cont.)

PRÁCTICAS EFECTIVAS

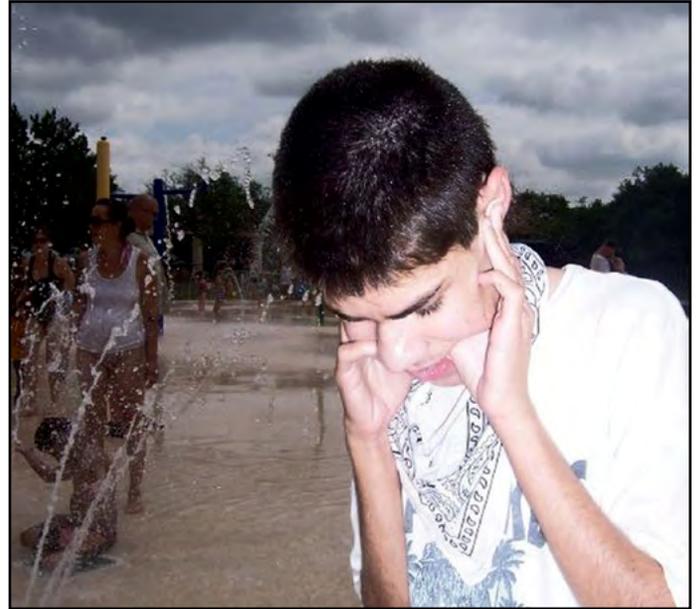
Yo estoy bien—continuado

un dije colgante de su collar, etc. Intente registrar cuántas veces en el transcurso de un periodo de 24 horas realiza esta conducta. Luego pase las siguientes 24 horas evitando esta conducta. Si lo logra, después intente eliminar esa conducta específica por un mes. Detenga esta conducta en toda circunstancia: momentos de estrés, momentos de inactividad, etc. Después de haber completado este ejercicio, responda la pregunta sobre usted. Responderá un resonante “no” o un “tal vez, si” según su éxito particular en la compleción del ejercicio.

Los niños con discapacidades visuales y discapacidades adicionales, incluso los sordociegos, tienen conducta autoestimulante (igual que usted y yo) para tranquilizarse, energizarse, obtener respuestas, etc. La mayoría de las veces no puede eliminar por completo las conductas autoestimulantes, y quizá no debería hacerlo, porque cumplen con un propósito.

¿Se puede redirigir esta conducta?

Muchos padres descubren que es más probable que su hijo o hija tenga conductas autoestimulantes cuando está inactivo o estresado. Interactuar con su niño/a en alguna manera puede interrumpir la autoestimulación. Si la conducta aparece en respuesta a estrés, encontrar opciones para ayudar a relajarlo (por ejemplo, un masaje, involucrarse con una cobija, etc.) puede reducir la cantidad de tiempo que pasa con esa conducta que a usted le resulta inadecuada o nociva. Sin embargo, si lo deja solo o sola, es probable que él o ella retome esta actividad ni bien se le presenta la oportunidad.



Habría que tomar medidas extremas para “evitar” que un niño acceda a su propia cara con su propia mano.

¿Se puede “contener” esta conducta?

Algunas conductas pueden plantear problemas porque son consideradas socialmente inadecuadas en lugares específicos. Quiénes somos fumadores hemos aprendido a abstenernos de nuestra conducta favorita de autoestimulación en vuelos, pero todos sabemos exactamente a qué lugar ir en el aeropuerto para fumar ese último cigarrillo antes de que salga el vuelo.

Con algo de esfuerzo, muchos niños pueden aprender a irse a su dormitorio o un lugar privado cuando tienen conductas de autoestimulación que no se consideran socialmente aceptables. Usar símbolos de calendario para representar esta actividad preferida y coordinar horarios para la

actividad como parte del día de su hijo/a puede ayudar a que el niño se abstenga de esta conducta autoestimulante específica por mayores periodos de tiempo y permanezca concentrado en otros tipos de actividades.

¿Se puede modificar o expandir esta conducta?

Las conductas autoestimulantes son valiosas porque le dicen cómo su hijo incorpora información. Si a su hijo le gusta armarse una madriguera con cojines del sofá, que lo alcen o abracen mucho, disfruta un masaje, etc., usted puede suponer que esta información que recibe por canal propioceptivo lo motiva. Si a su hijo le gusta vocalizar, escuchar música o golpear cosas cerca de su oído, puede suponer que la información que recibe por canal auditivo lo motiva.

Estas conductas se pueden usar como una opción para explorar los canales sensoriales favoritos del individuo para recibir información del mundo. Con esta información, podemos identificar experiencias sensoriales preferidas en torno a las que podemos desarrollar actividades de ocio más “corrientes” que nuestros niños también llegarán a ver cómo “ocio”. Por ejemplo, si un niño disfruta la sensación visual de las luces, podemos buscar juguetes adecuados a la edad que podrían motivarlo. Además de juguetes conocidos como Lite-Brite, considere lámparas de lava, máquinas de ondas continuas, mesas con luz para dibujar e incluso algunos juegos estilo Nintendo. También podría considerar eventos extracurriculares como ir a los videojuegos, decorar con luces según las festividades o recostarse en una hamaca debajo de un árbol para observar el juego de las luces por las hojas.

Tómese el tiempo para observar los tipos de autoestimulación que su hijo o hija realiza y cuándo se producen estas conductas. Obsérvalo y tome notas de lo que ve y cuándo lo ve. Después intente ver si hay algún patrón en estas conductas que le daría alguna perspectiva respecto del tipo o tipos de estimulación que él o ella prefiere y el propósito que cumple. Al mismo tiempo, advierta cuáles tipos de actividades le provocan rechazo.

Cuando entienda bien las preferencias de su niño, empiece a pensar en opciones que puede ofrecerle de otras actividades estimulantes. Algunas veces la actividad de autoestimulación favorita de su hijo también se puede modificar o expandir de manera tal que sea más socialmente aceptable. Por ejemplo, todas conocen a alguien que se muerde las uñas, pero ¿lo reconoce cuando se convierten en manicuras? Varios de mis amigos reemplazan la conducta más aceptable de cuidado de uñas por su actividad favorita de morderse las uñas. Llevan un set completo de manicura con ellos en todo momento y a menudo se los puede ver en reuniones silenciosamente limándose o recortándose una uña. Pulen, humectan y pintan. Examinan sus uñas para detectar astillas, salientes, quiebres. Los demás admiran sus esfuerzos y los felicitan en lugar de quedar encasillados con baja autoestima por morderse las uñas por nervios.

Pídale ayuda al maestro de su hijo, fisioterapeuta, terapeuta ocupacional y otros. Observe a niños de la misma edad e intente encontrar juguetes o actividades que hagan que la conducta autoestimulante parezca más “normal” y/o socialmente aceptable. Sin embargo, debería darse cuenta de que generalmente su hijo

Yo estoy bien—continuado

necesitará su apoyo para encontrar estas conductas más aceptables. La primera preferencia generalmente será la conducta que han desarrollado por cuenta propia.

¿Puede armarse el ambiente para que esta conducta sea más segura?

Las personas que gustan de saltar de cosas son grandes ejemplos de armar el ambiente para que una conducta autoestimulante peligrosa sea más segura. Estos tipos (skaters, paracaidistas, esquiadores, etc.) han desarrollado formas complejas para hacer actividades extremadamente peligrosas y sobrevivir. Tenemos industrias basadas en prendas y equipos de protección que les permitirán arrojarse al espacio y aterrizar de forma segura.

Frecuentemente lo mejor que puede hacer es proveer protección para los niños que se ponen en peligro de daño físico participando en las actividades de autoestimulación que son excesivas al punto de crear daño físico para ellos mismos o los demás. A veces de deben usar férulas, cascos y otros dispositivos de forma provisoria para proteger al niño y a los que lo rodean.

Además de proveer protección contra los efectos de la conducta, es importante mirar la causa de la conducta. A menudo estas conductas surgen en respuesta a verdaderos problemas físicos que el niño no es capaz de comunicarle. Estas conductas podrían indicar dolor o disminución de sensación, como es el caso de desprendimiento de retina o infecciones del oído. Es muy importante para la salud y seguridad del niño realizar los exámenes médicos adecuados cuando este tipo de conducta aparece o aumenta.

Las condiciones emocionales y ambientales también pueden provocar aumentos en conductas autolesivas. Una conocida presentó un aumento drástico en la conducta autoestimulante después del fallecimiento de su padre. La cantidad e intensidad de la conducta planteó inquietudes respecto de su seguridad y la ajena. Como no había un fundamento fisiológico para su conducta, la familia pasó mucho tiempo en el que ella miraba fotos de su papá, yendo al cementerio e intentando participar en actividades que estaban vinculadas con su padre. Después de un periodo de tiempo, las conductas bajaron a niveles que eran comparables con el periodo anterior a la muerte del padre.

Cambios en horarios o mudarse a un nuevo ambiente también pueden producir aumentos en conductas autoestimulantes. Ayudar al niño a anticipar estos cambios y proveer la mayor cantidad de constancia posible con rutinas familiares durante épocas de cambio puede ayudar a reducir este tipo de conducta.

Conclusión

Al igual que usted y yo, los niños con discapacidades visuales y discapacidades adicionales, incluso los sordociegos, tienen una necesidad de participar en actividades autoestimulantes. Debido a que estas conductas pueden parecer muy distintas a las nuestras y pueden interferir en el aprendizaje o volverse peligrosas, a menudo son percibidas de forma negativa por otras personas. Cambiar nuestra percepción de estas conductas puede ayudarnos a responder mejor ante ellas.

Existen diferentes maneras para intervenir. Mantenga a los niños entretenidos

con otros durante el transcurso del día. Ayúdelos a contener la conducta o armar el ambiente de modo tal que la conducta sea más segura. Coordine horarios en el día para que su hijo realice la actividad preferida. Busque opciones que se puedan adaptar para que parezcan más “normales”. Use la información que estas conductas le dan sobre los canales de estímulo sensorial preferidos de su niño como una forma para desarrollar intereses recreativos y sociales que él o ella pueda disfrutar, incluso si estas actividades no

satisfacen completamente las necesidades de “ocio” de él o ella. Por último, acepte que probablemente nunca eliminará por completo la conducta sin reemplazarla por otra conducta autoestimulante. La autoestimulación es común a todos los humanos y cumple con un importante propósito.

Lectura adicional:

Conductas estereotípicas y autoestimulación. Obtenida del sitio web de Active Learning Space: <https://bit.ly/2TigANv> .

Las cinco erres: Viene de la página 13.

4. RECTITUD

Usted sabe lo que es correcto para su hijo o hija. Mantenga los esfuerzos de defensa concentrados en las necesidades el progreso y el bienestar exclusivos de su niño.

- Los padres pueden ser los primeros en identificar una nueva necesidad, un área de regresión o una sorprendente adaptación a la instrucción a distancia. Comparta esta información con el equipo de su estudiante. No pueden responder a algo que no saben.
- La educación especial sigue siendo individualizada, y el sentido común de no exigir automáticamente lo que recibe el hijo de su vecino, a menos que su hijo tenga la misma necesidad, sigue en pie. La otra cara también es verdad. A menudo es posible agregar un elemento programático creativo o poco común, incluso en las circunstancias actuales, si empieza por llevar una descripción respaldada con datos de la necesidad de su hijo al equipo de ARD/IEP.

5. RECORDAR

Los problemas complejos casi nunca requieren respuestas tajantes. Tenga en cuenta que estas cosas pueden pasar al mismo tiempo:

- Sentir ansiedad o enojo y trabajar con buena voluntad con la escuela
- Ayudar a su hijo a aprovechar al máximo la escolarización virtual o híbrida y reunir la información que necesita para una conversación sobre servicios compensatorios
- Tener compasión de los profesionales y ser un fuerte defensor
- Ocuparse de usted y ocuparse de su hijo y de su familia
 - Importante: Usted es un jefe o jefa de familia y defensor más fuerte cuando se ocupa de sus propias necesidades.
 - Descanse, no se sobreexija y trátese bien cuando encare sus propias incertidumbres y dilemas. ●

Tecnología auxiliar para Matemáticas: 10 Tips para TVI

Cecilia Robinson, Asesora de tecnología, Programas de Outreach de la TSBVI

Resumen: Todos los estudiantes necesitan una fuerte base de conocimientos y habilidades en matemáticas para poder retener aprendizaje nuevo y poder seguir desarrollando conceptos matemáticos nuevos. Esto se aplica a estudiantes con discapacidades visuales también, y hay muchos dispositivos con tecnología auxiliar (AT) disponibles para ayudar a facilitar su aprendizaje de conceptos y habilidades matemáticos. La autora comparte información sobre una variedad de estos materiales y describe cómo con poca y mucha tecnología se puede mejorar el aprendizaje de matemáticas de los estudiantes.

Palabras clave: tecnología auxiliar, AT, códigos matemáticos en braille, Código Nemeth, objetos para manipular, objetos reales, brailler, dispositivos actualizables en braille, gráficos táctiles, American Printing House for the Blind, APH

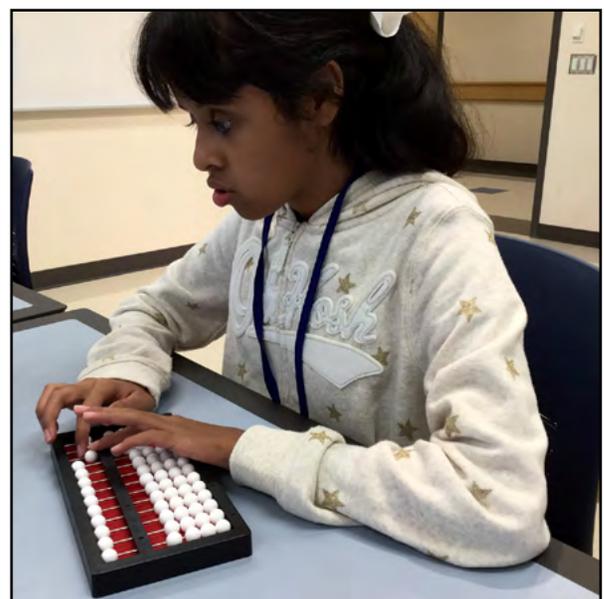
La tecnología auxiliar (AT) para matemáticas consta de artículos y dispositivos que van desde poca a mucha tecnología. Los artículos con poca tecnología pueden incluir objetos para manipular, como dinero, figuras geométricas y sólidos o dispositivos para medir. Los dispositivos con mucha tecnología pueden incluir, entre otros, calculadoras, lupas para video, estampadoras en relieve o máquinas que producen gráficos táctiles.

Para que los estudiantes se conviertan en usuarios competentes de AT para matemáticas, deben establecer una fuerte base de conocimientos y habilidades matemáticos. Una fuerte base en conceptos matemáticos proveerá una "plataforma" más fuerte sobre la que se podrán acumular nuevo aprendizaje y experiencias.

Los siguientes son diez tips para que maestros de estudiantes con discapacidad visual (TVI) tengan en cuenta cuando usan AT para apoyar el aprendizaje de matemáticas:

1. Empiece temprano. Usando ambas

manos, si corresponde, permiten a los estudiantes pequeños manipular objetos reales de diferentes tamaños, formas, texturas y otros detalles. Aliéntelos a explorar el espacio que los rodea. La conciencia espacial y aprender a través de experiencias ayudará a los estudiantes pequeños a entender



Una estudiante usa ambas manos para hacer cálculos en un ábaco Cranmer.

las relaciones con los números y otros conceptos más adelante.

- Use objetos para manipular y dispositivos en su instrucción. Consúltele al maestro de matemáticas del estudiante para identificar materiales que facilitarán mejor el aprendizaje del estudiante. Tenga en cuenta dispositivos como por ejemplo el ábaco, reglas táctiles, un dispositivo de recta numérica



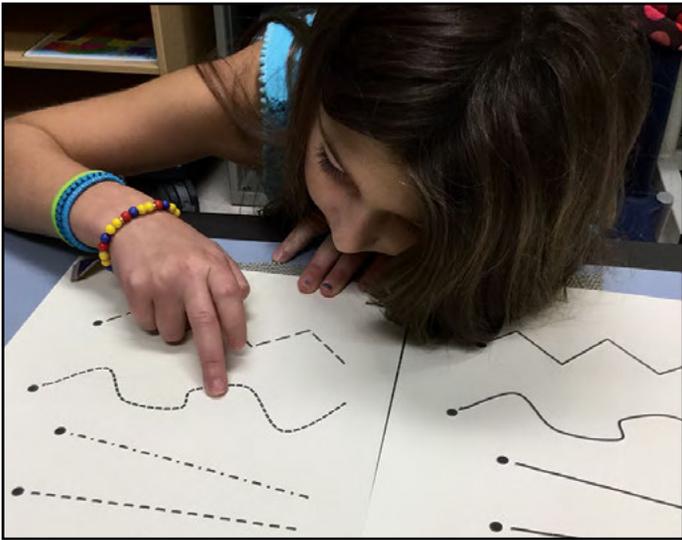
Una estudiante con gafas azules usa una regla táctil para medir una caja.

ca o un regulador de valor posicional de la American Printing House for the Blind (APH) para maximizar la experiencia de aprendizaje de un estudiante.

- Facilite construir una fuerte base de conocimientos y habilidades. Cada niño aprende de una manera distinta. Individualizar es la clave para ayudar a los estudiantes a adquirir un entendimiento de conceptos, sobre todo conceptos más abstractos y habilidades como el uso de AT. Colabore con el equipo del estudiante, incluso familiares, para apoyar el aprendizaje del niño de matemáticas y AT.

- Presente códigos matemáticos en braille desde temprano para que los estudiantes ciegos tengan una forma de leer y escribir números desde su primer aprendizaje de los números y cómo trabajar con ellos. Los códigos matemáticos en braille también les permiten a los estudiantes leer y escribir muchos otros símbolos relacionados con matemáticas y ciencias, desde los conceptos más básicos hasta muy avanzados. Pueden usar códigos matemáticos en braille como Código Nemeth para resolver diversos problemas matemáticos usando dispositivos de AT con poca tecnología, como un brailleur Perkins, o dispositivos AT de mucha tecnología como dispositivos actualizables en braille y calculadoras científicas y gráficas.
- Incluya gráficos táctiles en su instrucción. Los gráficos táctiles se crean para ser tocados de modo que rectas numéricas, pictogramas, diagramas de Venn, gráficos de barras, gráficos en plano de coordenadas y dibujos geográficos pueden ser representados de maneras significativas. Los gráficos táctiles pueden ser producidos usando AT como por ejemplo PIAF (Picture In A Flash) o Swell Form Machine o una estampadora en relieve de gráficos ViewPlus. Además, los estudiantes pueden crear gráficos táctiles usando AT como TactileDoodle, la pizarra para dibujo táctil DRAFTSMAN, el bloc de dibujo inTACT, la pizarra para dibujo de líneas en relieve Sewell o la pizarra negra Sensational. Algunos estudiantes con poca visión limitada también usan gráficos táctiles. Los gráficos de SwellTouch producidos con PIAF o Swell Form Machine pueden ser particularmente beneficiosos para estos estudiantes.

(cont.)



Una estudiante explora un gráfico táctil.

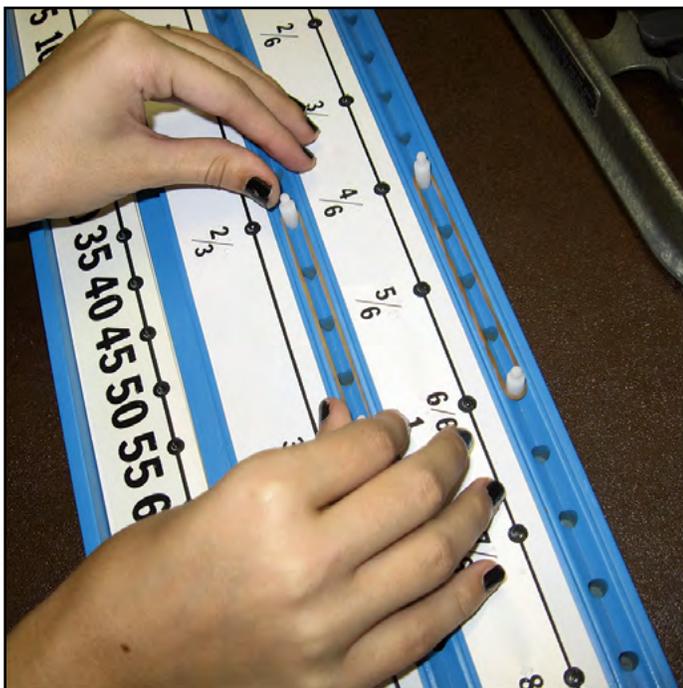
6. Aprenda sobre la AT antes de presentarla al estudiante. Abordar una nueva AT desde la perspectiva de un aprendiz le proveerá un valiosa percepción para encarar su enseñanza. Cuanto más conozca usted la AT, mejor podrá demostrarle la AT a su estudiante o al maestro de matemáticas.
7. Deles tiempo a los estudiantes para aprender acerca de la AT. Necesitan tiempo para practicar usar la AT para que puedan ser eficientes cuando necesiten usarla en clase.
8. Enseñe a sus estudiantes a resolver desafíos vinculados con AT, sobre todo cuando no es su horario en el campus de un estudiante. Empodere a sus estudiantes enseñándoles los comandos para “destrabar” o para acceder a opciones de ayuda incorporada. Dígalos que está bien pedirle ayuda al maestro de matemáticas también. Si corresponde, enséñeles a pedir asistencia técnica de las empresas que

fabrican los dispositivos que usan con mayor frecuencia.

9. Capacite a su estudiante para usar un sistema de backup cuando no funciona la AT. Un sistema de backup puede ser otro dispositivo o un dispositivo similar al que un estudiante suele usar. También puede ser un sistema con poca tecnología, como un braille Perkins, ábaco o bolígrafo y papel. Asegúrese de que el equipo del estudiante sepa del sistema de “backup” para que puedan alentar o recordar al estudiante que lo use cuando no haya AT disponible. Tener un sistema de backup implementado puede minimizar la pérdida de tiempo para encontrar opciones alternativas.
10. Mantenga altas expectativas de aprendizaje y desempeño. Como TVI de su estudiante, considere asumir el lider-



Un estudiante usa una máquina PIAF para crear un gráfico lineal en relieve.



Un estudiante explora tres líneas numéricas elevadas para comparar fracciones y números enteros.

azgo para implementar altas expectativas para aprendizaje y desempeño en el equipo del IEP. Asegúrese de que el equipo, incluido el o la estudiante, entienda las expectativas y cómo se verán (para el/la estudiante).

Recursos

- Enseñanza de matemáticas a estudiantes con discapacidad visual <https://www.tsbvi.edu/math>
- Matemáticas: Una colección de videos <https://www.tsbvi.edu/videos-webinars/mathematics>
- Proyecto de acceso a las matemáticas <http://www.tsbvi.edu/mathproject/intro.asp#main>
- Tutoría sobre Nemeth <https://nemeth.aphtech.org/>

- Cursos en braille de Nemeth (inscripción obligatoria) <https://www.tsbvi.edu/course-listing>
- Accessibility en Pearson <http://accessibility.pearson.com>
- American Printing House for the Blind (APH) <https://www.aph.org>

Dispositivos auxiliares

- Dispositivo para gráficos táctiles Picture In A Flash (PIAF) https://bit.ly/humanware_txsa
- Swell Form Machine https://bit.ly/swell_txsa
- Estampadoras en relieve ViewPlus <https://viewplus.com/>
- Kit TactileDoodle <https://www.aph.org/product/tactiledoodle-kit/>
- Pizarra de dibujo táctil DRAFTSMAN <https://www.aph.org/product/draftsman-tactile-drawing-board/>
- Bloc de dibujo inTACT https://bit.ly/board_txsa
- Kit de dibujo para dibujar y escribir con relieve con gancho Sewell E-Z https://bit.ly/sewell_txsa
- Pizarra negra Sensational <http://www.sensationalbooks.com/products.html>

Si tiene preguntas respecto de tecnología auxiliar para matemáticas o cualquier otra información de este artículo, contacte a Cecilia Robinson a través de robinsonc@tsbvi.edu. También puede encontrar este artículo en el sitio web de Paths to Literacy https://bit.ly/PTL_TX_SA. ●

Qué es la ECI y por qué es importante

Renee Ellis, Maestra de estudiantes con discapacidad visual (TVI) y asesora independiente de primera infancia

Resumen: La autora describe la interacción entre agencias, sistemas y planes para prestar servicios de Intervención en la primera infancia (ECI) para niños con discapacidades sensoriales en Texas, desde el nacimiento a los tres años de edad. También describe el marco legal en el que operan estos sistemas y entidades.

Palabras clave: Intervención en la primera infancia, ECI, Memorando de Acuerdo, MOU, Comisión de Salud y Servicios Sociales de Texas, HHSC, Agencia de Educación de Texas, TEA, Child Find, Ley para individuos con discapacidades, IDEA, Código de Educación de Texas, Agencia de Educación Local, LEA, Plan Individualizado de Servicios a la Familia, IFSP, Admisión, Revisión y Retiro, ARD

Intervención en la primera infancia (ECI) es un programa estatal dentro de la Comisión de Salud y Servicios Sociales de Texas (HHSC) que provee servicios a niños menores de tres años de edad que tienen retrasos en el desarrollo o discapacidades y a sus familias. Los programas de ECI prestan servicios en cada condado de Texas <https://citysearch.hhsc.state.tx.us/> y funcionan como una asociación tripartita entre proveedores de servicios, familias y la agencia de educación local (LEA).

A través de un Memorando de Acuerdo (MOU) entre la HHSC y la Agencia de Educación de Texas (TEA), los niños con discapacidad visual y/o pérdida de audición son atendidos bajo la Parte C de la Ley para individuos con discapacidades (IDEA) y el Código de Educación de Texas. Parte

de la responsabilidad de ECI bajo la Parte C es Child Find. Child Find es un requisito legal de que las escuelas deben buscar a todos los niños con discapacidades y que puedan tener derecho a recibir servicios de educación especial. Los programas de ECI tienen la tarea de ubicar, identificar y evaluar a bebés y niños pequeños, desde el nacimiento a los 36 meses de edad, que tienen o existe la sospecha de que tienen retrasos en el desarrollo o una discapacidad visual o auditiva.

ECI y discapacidad visual y/o auditiva

Los servicios para niños del nacimiento a los 36 meses de edad con una discapacidad visual o auditiva deben ser coordinados entre el programa ECI local y el distrito escolar donde el niño reside. Los

programas de ECI, con consentimiento de los padres, proveerán una o más evaluaciones de un oftalmólogo u optometrista licenciado para niños que se sospecha tienen una discapacidad visual y/o una evaluación audiológica de un audiólogo licenciado cuando se sospecha una discapacidad auditiva. Si se sospecha que un niño tiene una discapacidad en la visión o audición, ECI es responsable, con consentimiento de los padres, de comunicarse con la agencia de educación local (LEA) para informar la necesidad de una evaluación. La LEA proveerá un/a TVI (Maestro/a de

estudiantes con discapacidad visual) y un/a COMS (Especialista certificado en orientación y movilidad) para completar determinadas evaluaciones para determinar si el niño reúne los requisitos para recibir servicios relacionados con su discapacidad visual y/o un Maestro/a certificado para sordos e hipoacúsicos (TDHH) si se sospecha una discapacidad auditiva.

Los niños del nacimiento a los tres años de edad que tienen un diagnóstico médico de pérdida de visión y/o audición o que son sordociegos son elegibles para ob-



Un niño pequeño juega con cuentas durante una evaluación de la visión.

PRÁCTICAS EFECTIVAS

ECI–continuado

tener servicios relacionados con su discapacidad sensorial tanto de ECI como del distrito escolar local. Únicamente niños con discapacidad visual y/o auditiva, o sordociegos, son elegibles para recibir servicios gratis a través de la LEA.

Otros servicios que el niño pueda necesitar, como fisioterapia, terapia ocupacional o del habla y servicios de nutrición, entran dentro de la Participación en costos de la familia de ECI. Las familias pueden tener que pagar por esos servicios. La Participación en costos de la familia es una escala tarifaria móvil y se basa en el tamaño y los ingresos familiares después de los descuentos permitidos. No se negarán servicios a ningún niño o familia debido a la incapacidad para pagar.

Los servicios de ECI se basan en las necesidades e inquietudes de cada familia y niño. Los servicios se prestan en ambientes naturales, típicamente en la casa del niño, pero también se pueden prestar en otros lugares como una guardería. El personal del programa de ECI, junto con la familia, desarrollará un Plan Individualizado de Servicios a la Familia (IFSP) para el niño que describa los servicios basados en las fortalezas y las necesidades del niño y de la familia. “Un principio rector del IFSP es que la familia es el mayor recurso de un niño, que las necesidades de un niño o niña están estrechamente vinculadas con las necesidades de su familia. La mejor forma para apoyar a los niños y satisfacer sus necesidades es apoyar

y desarrollar las fortalezas individuales de su familia. Entonces el IFSP es un plan familiar integral con los padres como los mayores aportantes a su desarrollo.” <https://www.parentcenterhub.org/ifsp/> .

Los profesionales de ECI trabajan con los familiares y les enseñan a las familias formas para practicar habilidades específicas dentro de sus rutinas diarias que fomentan el desarrollo infantil. El IFSP se repasa con la familia cada 6 meses y se actualiza anualmente. Los servicios de ECI pueden incluir algunos o todos los siguientes:

- Gestión de caso y capacitación en habilidades especializadas
- Fisioterapia, terapia ocupacional y del habla
- Servicios de lactancia y nutrición
- Servicios de consejería y trabajo social
- Servicios de visión y educación para sordos

Los ECI tiene obligación y son responsables de invitar a un/a TVI o TDHH, según corresponda, a la reunión inicial del Plan Individualizado de Servicios a la Familia (IFSP). La participación del TVI y/o TDHH correspondiente es obligatoria en las reuniones iniciales y anuales del IFSP y en otras reuniones del IFSP cuando se traten asuntos relacionados o afectados *por la discapacidad visual o auditiva* (MOU, Sec. IV A.7).

La transición de ECI al preescolar (Parte C a Parte B)

Los niños no cumplen automáticamente con los requisitos para asistir a programas de escuela pública solo por haber recibido servicios de ECI.

No menos de 90 días antes del cumpleaños de tres años de un niño, ECI coordinará una reunión del Plan Individualizado de Servicios a la Familia (IFSP) para desarrollar un plan de transición para el potencial ingreso del niño a un programa de Educación Especial de primera infancia (ECSE). Los niños con pérdida de visión y/o audición *pueden* ser elegibles para recibir servicios de educación especial en el preescolar bajo la Ley para individuos con discapacidades (Parte B de la IDEA).

Es responsabilidad del programa de ECI informar a la escuela que un niño en el distrito puede ser elegible para recibir servicios. ECI debe obtener el consentimiento escrito del padre/madre antes de notificar al distrito de la potencial elegibilidad de un niño. Si los padres optan por rechazar los servicios de ECSE, no se tomará ninguna otra medida y se interrumpirán los servicios cuando el niño cumpla tres años. Si los padres aceptan, ECI se comunicará con el distrito escolar donde el niño reside, proveerá a la escuela la información de contacto de la familia, los registros de evaluación del niño y el IFSP más reciente. El distrito entonces coordinará una evaluación para determinar si el niño es elegible para recibir servicios de educación especial bajo la Parte B.

Después de que el distrito escolar evalúa al niño, se realizará una reunión de Admisión, Revisión y Retiro (ARD). En esta reunión, los miembros del comité, que

incluyen a uno o ambos padres, determinarán si el niño es elegible para recibir servicios de educación especial y, en ese caso, desarrollar un Programa Individualizado de Educación (IEP). Los tipos y la cantidad de servicios serán determinados en esta reunión. Cuando el niño cumple 3, terminan los servicios de ECI y el niño entonces es elegible para matricularse en el distrito escolar local y empezar a recibir servicios bajo la Parte B.

Para obtener más información sobre servicios de Intervención en la primera infancia en Texas, consulte:

- <https://hhs.texas.gov/services/disability/early-childhood-intervention-services>
- Texas Project First <https://www.texasprojectfirst.org/>

Para obtener más información sobre los beneficios de ECI:

- The Early Learning Institute <https://www.telipa.org/top-5-benefits-early-intervention/>
- Early Childhood Technical Assistance Center <https://ectacenter.org/>

Para obtener más información sobre el proceso del IFSP:

- ECTA Center <http://ectacenter.org/topics/ifsp/ifspprocess.asp>

También consulte el Memorando de Acuerdo sobre transición en la primera infancia que se encuentra en el sitio web de la Agencia de Educación de Texas para obtener más información sobre los roles y las responsabilidades de ECI. ◆

La TSBVI en medio de una pandemia

Emily Coleman, Superintendente, Texas School for the Blind and Visually Impaired

Resumen: La Superintendente de la TSBVI habla sobre cómo cambió la TSBVI durante la pandemia del COVID-19 al aprendizaje a distancia y estableció metas para emprender un nuevo año escolar.

Palabras clave: aprendizaje a distancia, instrucción virtual, clases presenciales, acceso a internet, Covid-19, seguridad de estudiantes y empleados, educación de alta calidad, apoyo a las familias, comunicación constante, empoderar estudiantes, resiliencia

El 12 de marzo de 2020 fue la última vez que tuvimos estudiantes en nuestro campus durante el año escolar 2019-2020. Al igual que las escuelas por todo Texas, hicimos un rápido cambio al aprendizaje a distancia. Durante la primavera, organizamos más de 12,000 reuniones por Zoom e impartimos más de 15,000 horas de instrucción. Realizamos eventos virtuales como un baile de fin de curso, una graduación y una obra de primavera. Ofrecimos desarrollo profesio-

al a través de “Coffee Hours” con Outreach y grupos de apoyo a las familias llamados “Texas Families Together” (TFT). Realizamos una escuela virtual de verano con más de 100 participantes; ninguno de ellos asisten a la TSBVI durante el año escolar.

A medida que avanzamos en el año escolar 2020-2021, seguimos aumentando nuestros conocimientos y habilidades de aprendizaje a distancia a través de capacitación y desarrollo curricular. Entregamos dispositivos y acceso a internet a familias y mejoramos a partir de lo que logramos en la primavera. Nuestro primer día de clase fue el 17 de agosto y comenzamos nuestro año escolar 100% a distancia. Nuestro primer grupo de estudiantes regresó para instrucción en el campus el 13 de septiembre y pensamos seguir trayendo a más estudiantes de regreso en las semanas siguientes. A lo largo de todo el año, seguiremos ofreciendo instrucción a distancia para cualquier familia o estudiante adulto que la prefiera.



Un estudiante participa en un juego adaptado con símbolos táctiles que le enseñan a distancia con el apoyo de su padre.

Compartí con nuestros empleados durante nuestra reunión de “Bienvenida” por Zoom que, como dirigente educativa de una escuela pública, mi principal meta se ajusta a la visión de la TSBVI, que incluye proveer oportunidades educativas de alta calidad. Para



Una madre de un estudiante lo ayuda a usar lengua de señas para comunicarse con su instructora desde su casa.

satisfacer por completo las necesidades educativas de nuestros estudiantes, debemos poder acceder a nuestro campus. Vemos una regresión nacional en el aprendizaje por todas las poblaciones y grupos demográficos, pero es más obvia entre los estudiantes de educación especial. Este hecho habla del deseo de muchas de nuestras familias de regresar a sus hijos a la escuela.

Sin embargo, la salud y seguridad DEBEN ir primero. Hay muchos obstáculos e impedimentos para superar cuando se trata de regresar estudiantes a nuestro campus. Abordamos todas las preguntas, comentarios e inquietudes teniendo en cuenta “¿cómo podemos regresar a nuestros estudiantes?” “¿qué podemos hacer para mantenerlos seguros?” Cuando no tenemos una solución segura, entonces recurrimos a nuestras opciones. Es por ese motivo que empezamos nuestro año con instrucción a distancia. No era nuestra primera opción, pero sabemos que era la más segura.

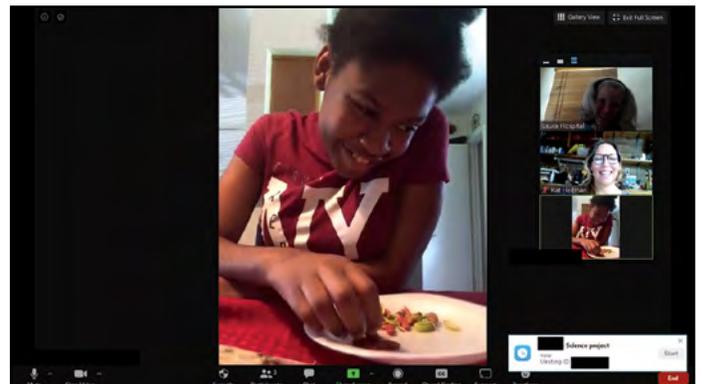
Estén nuestros estudiantes a distancia o en persona, debemos seguir empoderándolos. Seguiremos honrando sus necesidades socioemocionales y contribuciones

y no solo las educativas. Nos concentramos en fortalecer nuestras relaciones. Los estudiantes necesitan que les enseñen a hacerse cargo de su seguridad personal y trabajaremos con las familias para hacer sencillamente eso. Los estudiantes también pueden ser ciudadanos responsables.

A medida que emprendemos el nuevo año, prometí mi devoción a cuatro cosas y he alentado a mi personal a hacer lo mismo. Las “cuatro cosas” incluyen seguridad de los estudiantes y empleados, educación de alta calidad en todos los ámbitos, apoyo a las familias y comunicación constante. Observo a nuestros fenomenales empleados guiando el camino con esas cuatro metras en mente a la vez que bendicen con gracia el recorrido. Será un año único y aprovecharemos las oportunidades para enseñarles a nuestros estudiantes en medio de la pandemia a la vez que celebramos su resiliencia y la nuestra.

Vea este video que resume nuestra respuesta al COVID-19:

Estamos donde más nos necesitan <https://library.tsbvi.edu/player/6GeB2hCe> 🎬.



Una estudiante participa en una lección virtual de ciencias sobre germinación de las semillas.

Cuando alguien en tu familia tiene diabetes: siete formas para manejarla y prosperar

Lisa Golden, Especialista del programa de educación para la Diabetes del programa de Rehabilitación vocacional de la Comisión de la fuerza laboral de Texas

Resumen: La autora describe formas para manejar y apoyar a familiares con diabetes, según las siete conductas de cuidado personal de los Educadores de la Asociación Americana de Diabetes (AADE) que son eficaces para el autocontrol de la diabetes (las AADE7 Self-Care Behaviors®).

Palabras clave: diabetes, genética, cuidado personal, conducta saludable, control de azúcar en sangre, medicamento, reducir riesgo, bienestar, resolución de problemas, actividad física, prevención, Comisión de la Fuerza Laboral de Texas, TWC

La diabetes es una enfermedad familiar. Hay un fuerte componente genético y una vez que un familiar recibe el diagnóstico, ya sea niño o adulto, requiere de apoyo para poder manejar la enfermedad. Las tareas de cuidado personal que se les piden a las personas con diabetes son los mismos esfuerzos que se requieren de todos en la familia para estar saludables. Hablemos de algunos de ellos y qué se puede hacer para apoyar a nuestros seres queridos con diabetes.

1. Alimentación saludable – No existe una dieta para la diabetes. Para que cualquiera esté sano, las opciones alimentarias deberían incluir carbohidratos, proteínas y grasas que contienen una variedad de vitaminas y minerales. Pocas calorías u otros nutrientes no permitirán que su cuerpo rinda al máximo. Es una cuestión de encontrar el equilibrio. Puede ayudar a su familiar comiendo sano con él o ella. Intente comprar en el mercado agrícola de su local-

idad o incluso solo en el pasillo de frutas y vegetales del supermercado e inspírese por los vegetales o las coloridas frutas. Planten juntos. Y si salir a comer es un plan semanal o más frecuente, busquen restaurantes que tengan opciones saludables que son deliciosas. Todos los miembros de la familia deberían participar en la planificación de comidas, las compras y la preparación de alimentos.

2. Mantenerse activo – Ha sido maravilloso ver a las familias reunirse durante el COVID-19 para divertirse. Caminen juntos. Vayan al parque. Monten sus bicicletas. Si deben quedarse adentro, bailen. Juntos hagan un video de ejercicios. Tengan una pelea con almohadas. La actividad puede hacer mucho para ayudar a manejar la diabetes. También tiene muchos beneficios grandiosos para todos incluso mejorar su ánimo, ayudar a controlar el estrés y simplemente ser



Una familia de cuatro se toma de la mano mientras camina por una acera mojada.

Foto de Emma Bauso de Pexels.

<https://www.pexels.com/photo/family-of-four-walking-at-the-street-2253879/>

físicamente más fuerte. Mantenerse activo es bueno para todos, no solo para la persona con diabetes. Haga de la actividad un asunto familiar.

3. **Monitoreo** – Para las personas con diabetes, el monitoreo del azúcar en sangre es importante para entender cómo está funcionando el páncreas y cómo se ve afectado por los alimentos, la actividad, los medicamentos, el estrés y otros factores. El monitoreo puede ayudar a los individuos a ser proactivos en el manejo de su salud. Prestar atención a los parámetros de salud como el peso, la presión sanguínea, el colesterol y otros análisis de laboratorio puede servir para identificar potenciales problemas. Cuanto antes intervenga, más probable es que evite consecuencias negativas a su salud.

4. **Tomar medicamentos** - La meta para cada miembro de su familia es que viva una vida larga y saludable. Tomar medicamentos puede ser necesario para estar lo más sano posible. Trabaje con su proveedor de salud si tiene inquietudes como por ejemplo el costo del medicamento, efectos perjudiciales o si cree que el medicamento no está funcionando. Asegúrese de hablar acerca de cualquier vitamina, suplemento, medicamento de venta libre u opciones dietarias en caso de que puedan interferir con los medicamentos que esté tomando. Su farmacéutico también puede ayudarlo a entender los medicamentos que está tomando y cómo conseguir los mejores resultados.
5. **Manejo saludable** – El estrés puede tener un fuerte efecto sobre su salud. Todos tenemos frustraciones que afectan nuestro humor. El COVID-19 nos ha vuelto totalmente conscientes de nuestros niveles de actividad, nuestros patrones de sueño y nuestros sistemas de apoyo. ¿Cuáles sentimientos aparecen cuando piensa acerca de su salud? La diabetes es una enfermedad crónica y puede ser difícil manejarla. Puede sentir enojo, vergüenza o depresión, o puede sentirse optimista, fuerte y al mando. Hable con amigos y familiares acerca de sus sentimientos y sus metas personales de salud. Dígales formas en que pueden ayudarlo y cosas que pueden decir o hacer que no son tan útiles.
6. **Resolución de problemas** – Sin importar cuán bien planifique y organice, siempre surgen cosas. El COVID-19 definitivamente nos hizo

(cont.)

Diabetes—continuado

cambiar nuestros hábitos y nuestras prioridades. La resolución de problemas es una habilidad. Se puede pensar por adelantado en muchos problemas como los días en que se sienta mal. Tenga un suministro de artículos que podría necesitar cuando los tiempos sean atípicos. Otras veces, los problemas aparecen de repente y debe lidiar con ellos. Haga lo mejor que pueda para prepararse para lo imprevisto.

7. Reducir el riesgo - Esta conducta saludable se trata de la prevención. No usar productos de tabaco y moderar el uso de alcohol son conductas que pueden estar bajo nuestro control. Otra acción que puede ayudar a reducir riesgos incluye ver a sus profesionales de la salud según las indicaciones. Los controles anuales con su profesional de atención primaria son importantes al igual que con otros profesionales como su dentista y

oculista. Otros profesionales también pueden proveerle servicios y recursos como un podólogo, un nutricionista, un trabajador social o su proveedor de educación para la diabetes.

8. Manejar la diabetes puede ser un proceso complicado. Las familias que trabajan juntas para llevar un estilo de vida más saludable pueden marcar una gran diferencia en el bienestar de todos sus integrantes. Considere todas las opciones en las que puedan reunirse para disfrutar de alimentos saludables, actividades y lograr el cuidado personal necesario para vivir su mejor vida.

Si usted o alguien que conoce tiene un discapacidad que afecta la vida cotidiana o le dificulta trabajar, quizá sea elegible para recibir servicios de rehabilitación vocacional de Texas Workforce Solutions. Para encontrar una oficina cercana a usted, visite www.twc.texas.gov/VRNearMe. ◆

¡Anuncio! ¡Nuevas pautas y normas para 2020!

Las más recientes Pautas y Normas para La Educación de Estudiantes con Impedimentos Visuales en Texas de 2020 ahora están disponibles en <https://www.tsbvi.edu/2020-guidelines>.

Este documento les provee a las familias, el personal educativo y los administradores escolares las pautas y normas legales y reglamentarias para evaluar la calidad de programas para estudiantes con impedimentos visuales en Texas.

Se proveen enlaces a recursos y descripciones de componentes hallados en programas de alta calidad con referencias a leyes federales y estatales vigentes, reglas y reglamentaciones que afectan la educación de estudiantes con impedimentos visuales.

Outreach en época del COVID-19

Kate Borg, Directora de Outreach, Programas de Outreach de la TSBVI

Resumen: La Directora de Outreach de la TSBVI describe algunas de las iniciativas creativas que el Programa de Outreach de la TSBVI desarrolló durante la primavera y el verano de 2020 para proveer el apoyo y la colaboración necesarios a maestras, proveedores y familias durante el COVID-19.

Palabras clave: COVID-19, apoyo por internet, colaboración, consultas virtuales, asociaciones, Coffee Hour, Texas Families Together, TFT, apoyo educativo, apoyo a las familias, redes sociales, aprendizaje a distancia

En marzo de 2020 (¿pueden creer que no fue hace 5 años?), Outreach, la TSBVI y toda nuestra profesión se encontraron en un nuevo territorio. Sé que todos estamos cansados de las palabras “sin precedentes” pero esa es claramente la descripción correcta. De repente, los estudiantes no tenían instrucción presencial, los proveedores de servicios no tenían apoyo de instrucción y los familiares ahora tenían que asumir el rol de maestros. Se dice que en épocas de crisis, las personas se unen, pero algo que me encanta de esta profesión es que ya estamos unidos de una manera única. Lo que esta experiencia ha logrado es fortalecer los lazos de asociación y colaboración y ha creado tiempo y espacio para compartir y enseñarnos mutuamente.

Coffee Hour

Una de las iniciativas que se armó muy rápido fue Coffee Hour de Outreach de la TSBVI. Como nos reuníamos como un equipo, sabíamos que los docentes y proveedores en Texas necesitarían un lugar donde encontrar apoyo y colaboración. El equipo de

Outreach quería asegurarse de que lo que ofrecíamos mejoraría la instrucción y no sumaría otra carga en las circunstancias de por sí abrumadoras. Hablamos de la necesidad de temas que trataran estrategias de instrucción de forma colaborativa, sin ser “una cosa más” de la que preocuparse. El equipo trabajó velozmente para organizar sesiones y realizamos nuestra primera Coffee Hour el 30 de marzo.

Gracias a las redes sociales, invitaciones entre compañeros y nuestros socios de todo el país, Coffee Hour llegó a familias y profesionales de todo Estados Unidos y del mundo (Alemania, Inglaterra, Canadá, Croacia ¡y más!). Para fines de mayo, habíamos tenido 26 sesiones con más de 8500 participantes, promediando 340 por sesión. Los temas de conversación incluyeron series sobre discapacidad visual cortical, alfabetización temprana, Aprendizaje Activo, Apoyar la tecnología auxiliar a la distancia, Orientación y movilidad en formato virtual, Apoyar los lectores en braille a la distancia, Primera infancia, Hipoplasia del nervio óptico y muchos más.

(cont.)

TSBVI Outreach—continuado

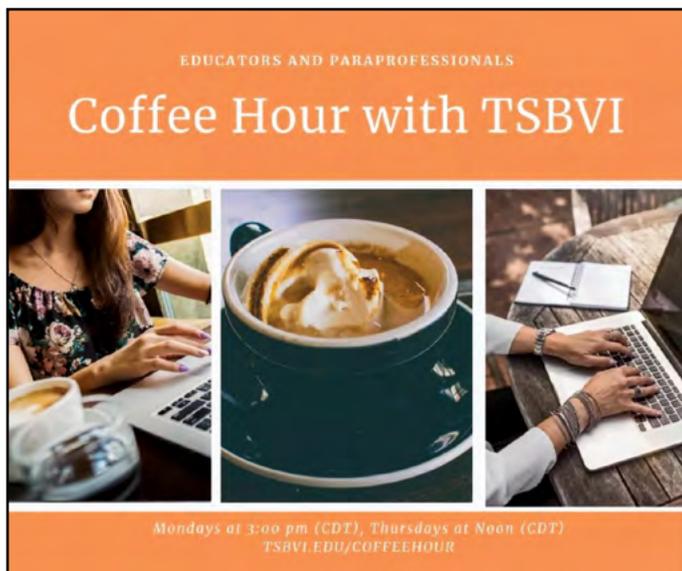
Lo que comenzó como una idea “alocada” creció hasta convertirse en un robusto programa de colaboración entre agencias, ramas estatales e internacionales. Coffee Hour de Outreach de la TSBVI es un testimonio de los esfuerzos, la experiencia y el espíritu de colaboración que encontramos en nuestra disciplina. Quiero reconocer el trabajo de Kaycee Bennett y otros miembros de los equipos de Outreach de la TSBVI para crear y presentar contenidos, coordinar presentadores, gestionar plataformas de medios y permisos, y organizar materiales en formatos accesibles. También quiero reconocer en especial los esfuerzos de las

familias y colegas en Texas, Washington, Utah, Oklahoma, Maryland, Michigan, New England, Países Bajos y todos los demás lugares que participaron mediante la presentación o entrega de contenido. Esta colaboración posibilitó contribuciones importantes a Coffee Hour, y tenemos el entusiasmo y la humildad de contar que Coffee Hour recibió un premio especial en colaboración de la Asociación para educación y rehabilitación de ciegos y discapacitados visuales (AER) y de la División sobre discapacidad visual y sordoceguera (DVIDB) del Consejo para niños excepcionales (CEC), el premio de reconocimiento presidencial por logro extraordinario.

Y en caso de que le preocupe que desaparezca, ¡todavía no guarde las tazas de café en el armario! Seguimos con Coffee Hour todo este año; se puede encontrar información en <https://tsbvi.edu/coffeehour>.

Texas Families Together (TFT)

Otra iniciativa que surgió de las respuestas de Outreach ante la pandemia del COVID-19 fue diseñada específicamente para las familias. Los coordinadores de Participación familiar y Transición trabajaron juntos para crear Texas Families Together (TFT), un espacio de reunión por internet para familiares de estudiantes ciegos, discapacitados visuales o sordociegos. Desde abril hasta mayo realizaron 18 sesiones, incluso tres cada martes. Y no se detuvieron por el fin del año escolar. TFT siguió durante todo el verano y seguirá durante el año escolar 2020-2021.



Los programas de Outreach de la TSBVI siguen ofreciendo información y apoyo a profesionales y familias durante el año escolar 2020-2021.



Los programas de Outreach de la TSBVI siguen ofreciendo información y apoyo a profesionales y familias durante el año escolar 2020-2021.

Un aspecto importante de TFT es que es un espacio protegido exclusivo para familias, que crea un ambiente de colaboración e intercambio. Una participante dijo: “Las reuniones grupales significaron mucho para mí. Me permitieron expresar mis preocupaciones sobre el aprendizaje a distancia en un ambiente seguro, interesado y respetable. Siempre es bueno saber que hay otros en la misma situación. Me sirvió hablar con profesionales sobre lo que estamos viviendo. Me autorizó a dejar de ser tan dura conmigo misma y a tomarme un tiempo solo para respirar y ver lo bueno en cada día”.

Las familias son nuestros socios más importantes en la educación y este tiempo ha sido muy importante para que pudiésemos conocer mejor a las familias y conectarlas entre sí. Por ahora, TFT seguirá realizándose los martes a las 2 pm. Puede encontrar información en <https://www.tsbvi.edu/tx-families-together>.

Cumplir con nuestra misión

A pesar de todos los problemas que se presentaron en la primavera de 2020, incluso la cuarentena por el COVID-19, el personal de Outreach siguió cumpliendo con nuestra misión para asociarse con familias, educadores y comunidades para generar oportunidades positivas para los niños con discapacidades visuales y sordociegos. Seguimos ofreciendo consultas virtuales para todo el estado, organizamos seminarios web para un público nacional y publicamos una edición de este mismo boletín informativo.

Como Directora de Outreach, quiero dar especialmente las gracias a un increíble grupo de profesionales que trabajaron incansablemente para aprender y enseñar en simultáneo dentro de esta disciplina. Aunque las cosas puedan verse y sentirse diferentes por algún tiempo, asumimos el compromiso de seguir ofreciendo información, apoyo, capacitación y liderazgo en Texas y en todo el mundo a familias y profesionales en las disciplinas de las discapacidades visuales y la sordoceguera. ●

Actualización sobre programas a corto plazo (STP) de la TSBVI

Sara Merritt, Directora de Short-Term Programs, TSBVI

Resumen: La Directora de Short-Term Programs (STP) de la TSBVI describe clases y actividades que ofrecieron durante la cuarentena por el COVID-19 y sus planes para 2020-2021.

Palabras clave: Short-Term Programs, STP, aprendizaje virtual, instrucción a distancia, Baile de fin de curso, clases por internet, Zoom, Google Classroom, sincrónico, asincrónico

Short-Term Programs (STP) ha ofrecido instrucción a distancia por varios años entonces cuando llegó la pandemia y cambió nuestras vidas, STP estaba listo para enfrentar el reto. Sabíamos cómo usar Zoom y Google Classroom; ofrecimos horas de consulta para ayudar a maestros de estudiantes

con discapacidad visual (TVI) y estudiantes. Nuestros maestros siguieron atendiendo a sus estudiantes de instrucción individualizada durante todo el semestre de primavera. Lo que tardamos un minuto para descifrar fue cómo convertir una clase presencial en una oferta por internet. Para cuando ofre-



Un estudiante saluda con la mano a los compañeros e instructores mientras festejan en un baile virtual de fin de curso. Participó en el baile de fin de curso de STP e hizo el arreglo floral para el ojal que está usando como parte de sus actividades por internet.

cidos la High School Independence Prom Class a principios de mayo, nuestra creatividad ya emanaba otra vez. La clase del baile de fin de curso nos enseñó algunas valiosas lecciones. Una que ahora parece obvia, pero esto pasó a principios de la época de pandemia: cuando organizas un evento por Zoom para 100 personas, ¡silencia todos los micrófonos ni bien ingresan!

La diversión y alegría que nos produjo bailar hasta el cansancio en el baile de fin de curso nos dio muchas ideas para hacer nuestro primer programa de verano a distancia divertido y entretenido. Durante el verano de 2020, 98 estudiantes participaron en programas de verano por internet. Viejos amigos que antes asistieron a nuestros programas presenciales pudieron reconectarse en clases por internet.

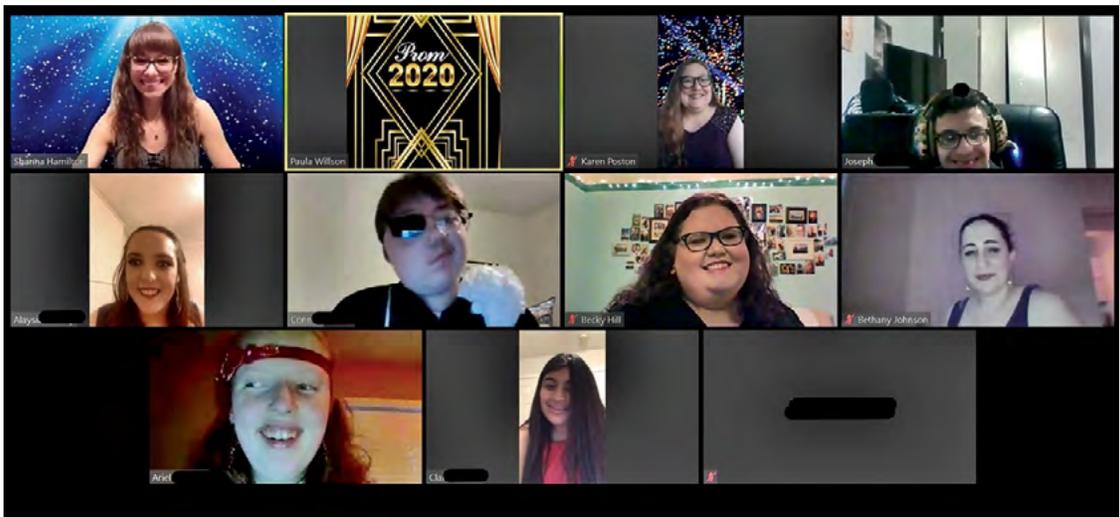
Este otoño, STP está aquí y listo para trabajar con nuestros estudiantes mediante instrucción a distancia por internet. Además de nuestras clases sincrónicas (en vivo), creamos trece clases asincrónicas

(o pregrabadas) para estudiantes sobre una variedad de temas de tecnología. El horario de las clases se puede consultar en nuestro sitio web en <https://www.tsbvi.edu/school/3365-calendar>. Se organizan por Zoom o Google Classroom y están disponibles únicamente para estudiantes de Texas.

Muchos maestros nos comentaron que nuestras clases asincrónicas eran útiles para TVI, entonces creamos una lista de reproducción en YouTube con todos los videos de nuestras clases. Síguenos en YouTube en STPOnline en https://bit.ly/TXSA_STP.

Si agrega un espacio entre STP y Online, seguirá a la banda Stone Temple Pilots y ¡dudamos que ellos pueden ayudarlo con JAWS! Recuerde que es **STPOnline**, ¡una sola palabra!

Comuníquese si tiene nuevas sugerencias para STP. Nos encanta colaborar con nuestros TVI colegas de todo el estado. 🟩



Estudiantes y personal de STP festejan en el baile virtual de fin de curso el 2 de mayo de 2020.

EQUIPO DE BOLETINES

Ann Adkins - *Editor en jefe*
adkinsa@tsbvi.edu

Juanita Barker - *Editor de Noticias y Vistas*
juanita.barker@twc.state.tx.us

Cyral Miller - *Editor*
millerc@tsbvi.edu

Julie Johnson - *Editor de Noticias y Vistas*
julie.johnson@twc.state.tx.us

Kathi Garza - *Editor de Sabiduría Familiar*
garzak@tsbvi.edu

Suzanne Becker - *Archivero*
beckers@tsbvi.edu

Sara Kitchen - *Editor de Prácticas Efectivas*
kitchens@tsbvi.edu

Melanie Schacht - *Asistente del editor*
schachtm@tsbvi.edu

Adam Graves - *Editor de Prácticas Efectivas*
gravesa@tsbvi.edu

Steven Landry - *Producción impresa y web*
landrys@tsbvi.edu

Disponible en inglés, español y audio en el sitio web de TSBVI:
www.tsbvi.edu/tx-senseabilities

Para solicitar un aviso por correo electrónico cuando se publique una nueva edición en la web o para darse de baja por correo, comuníquese con Melanie Schacht a schachtm@tsbvi.edu

La versión de audio de *TX SenseAbilities* es proporcionada por Learning Ally, Austin, TX. Este boletín está parcialmente financiado con fondos federales.

Si tiene una idea para un artículo que cree que sería excelente para *TX SenseAbilities*, envíe un correo electrónico a uno de los editores de la sección. Nos encantaría escuchar sus ideas.



Escuela para ciegos y deficientes visuales de Texas
Programas de Alcance
www.tsbvi.edu
512-454-8631 | 1100 W. 45th St. | Austin, TX 78756



Salud y Servicios Humanos de Texas Niños Ciegos
Programa de descubrimiento y desarrollo vocacional
<https://hhs.texas.gov/services/disability/blind-visually-impaired/blind-children-vocational-discovery-development-program>
1-877-787-8999



Texas Workforce Commission
<https://twc.texas.gov/>
1-800-628-5115



Este proyecto es apoyado por el Programa de Educación Especial del Departamento de Educación de EE. UU. (OSEP).

Las opiniones expresadas aquí son de los autores y no expresan necesariamente la posición del Departamento de Educación de los Estados Unidos.