



ETAPA DE EDUCACIÓN INFANTIL

*Acompañando el desarrollo infantil con amor,
límites y coherencia*



PILDORA INFORMATIVA 2

En este documento vamos a tratar la importancia durante la etapa infantil, de promover la autonomía y fomentar una adecuada comunicación con los niños y niñas.



■ AUTONOMÍA y COMUNICACIÓN

Qué es la autonomía

Es importante fomentar la independencia progresiva y que los niños y niñas adquieran la capacidad de hacer tareas de la vida diaria por sí solos. **Ello aumentará su autoestima y reducirá frustraciones.**

Áreas de autonomía

- Vestirse con ayuda mínima. Podemos practicar en casa en el momento de ponerse el pijama, por ejemplo, utilizando ropa fácil de poner e indicando los pasos que deben seguir.
- Comer solos y comer bocadillos o alimentos masticables. Al masticar y tragar están trabajando todos los músculos que intervienen en la fonación. Procura que tome todo tipo de alimentos y evita el abuso de puré y sopa.
- Lavarse manos y cara.
- Recoger juguetes.
- Realizar pequeñas tareas en casa.
- Abrir y cerrar la cremallera de la mochila o la chaqueta.
- Abrocharse los botones de la ropa (se puede practicar el fin de semana a abrocharse los botones del babero escolar).
- Sonarse los mocos con pañuelos con ayuda mínima.
- Eliminar el uso de chupete ya que puede causar malformaciones. Los chupetes, biberón, dedo... deforman el paladar, conllevan problemas dentarios y de articulación entre otros.

Cómo fomentarla

- Dar tiempo suficiente
- Desglosar las tareas en pasos. *Podemos poner imágenes o dibujos que les sirvan de guía
- No corregir constantemente
- Preparar el ambiente (percheros bajos, cajas accesibles, etc)



**La autonomía requiere confianza por parte del adulto:
“Puedes hacerlo, aquí estoy si necesitas ayuda.”**



Eliminar el uso del pañal

- Es necesario **preparar el entorno** del niño o niña, para potenciar su autonomía. Debemos facilitar que pueda ir solo al baño y facilitarle un reductor, un banquito para subir y bajar si es necesario, papel accesible y ropa fácil de subir/bajar.
- Hay que **explicarles el proceso con toda naturalidad y para ello podemos utilizar cuentos cortos o canciones**. Pueden llevar slips de entrenamiento y mantener el pañal por las noches, si así lo precisa. Debemos **ofrecerles ir al baño con regularidad**, antes de salir de casa y antes de dormir, sin preguntarles si quieren ir, utilizando frases guía como “*es momento de ir al baño*”, o “*probamos y seguimos jugando*”.
- **Los accidentes pasan y debemos estar tranquilos sin culpabilizarlos**, diciendo “*se te ha escapado, vamos a cambiarnos*”, reforzando lo que sí hace bien “*has ido tú sola/o, genial*”. **Pequeños refuerzos visuales (pegatinas, dibujos, tabla de recompensas) funcionan muy bien en la etapa infantil.**





La importancia da la comunicación

Dedicar un momento al día para interactuar con los niños y niñas es fundamental para, entre otras cuestiones, fomentar el desarrollo del lenguaje.

Dedicar un ratito para la lectura de cuentos, adivinanzas, canciones y juegos de mesa, es necesario. Así, promovemos la socialización, la lectura, la comprensión y el desarrollo de la creatividad e imaginación. Cualquier momento es bueno para hablarle: cuando estéis en el parque, comprando, comiendo, viendo la tele, en el baño, cuando vais en el coche...

¿Cómo debemos comunicarnos?

- Habla despacio y claro.
- Ponte a su altura, fomentando el contacto ocular.
- Pronuncia correctamente y sin gritar.
- Corrige aquellas palabras que no nombran correctamente.
Por ejemplo, si dice "e toche tá loto", tú contestarás: "sí, ese coche está roto".
- Evita enunciados interrumpidos o desordenados.
- Adecua el tamaño y la dificultad de los mensajes.
- No respondas por él/ella, deja que se exprese libremente, sin interrumpirle y respeta el turno de palabra.
- Utiliza gestos naturales para facilitar la comprensión.
- No utilices un lenguaje infantil ni abusos de los diminutivos.



¡IMPORTANTE! Hay que limitar el uso (controlado y supervisado) del móvil u otros dispositivos. Su uso en niñas y niños pequeños, es perjudicial porque afecta el desarrollo cerebral y cognitivo, especialmente el lenguaje y la atención. Además, **puede causar problemas de sueño por la luz de las pantallas, fomentar el sedentarismo e impactar negativamente en la salud mental, el desarrollo de habilidades sociales y la visión.**