

# Jugá conmigo en San Juan

#12



MIS SEGUNDOS  
**1000 DÍAS**  
EN SAN JUAN

GOBIERNO DE  
**SAN JUAN**

MINISTERIO DE  
**SALUD PÚBLICA**



Vamos a solicitarles algo muy importante, nos disponemos a adoptar una actitud positiva frente a la temática que vamos a abordar.

Muchas veces se asocia a la condición de discapacidad con aspectos negativos, esto ubica a la persona en una posición de desvalimiento o inferioridad. Esta actitud no colabora con un enfoque de derechos, siendo también necesario el uso positivo del lenguaje en lo referido a la salud.

Se considera a la discapacidad no como una cuestión puramente biológica ni puramente social, sino más bien como una interacción entre problemas de salud y factores ambientales. Son los factores ambientales muy importantes reconocerlos porque pueden actuar como barreras o facilitadores modificando su vivir.

Hablar de una condición de discapacidad, no sólo es hacer referencia a alguna parte o función del cuerpo que esté con dificultades, sino también es muy relevante describir más aspectos de la persona. Entonces conocer sus actividades en la vida diaria y familiar; cómo participa en actividades con su escuela, grupo de pares, actividades recreativas tiene implicancias también en su salud integral.

Se establece que "las personas con discapacidad son aquellas que tienen deficiencias físicas, mentales, intelectuales o sensoriales a largo plazo que, al interactuar con diversas barreras, puedan impedir su participación plena y efectiva en la sociedad, en igualdad de condiciones con las demás.

Tener una discapacidad no significa que un niño, niña o adolescente (NNA) no esté sana/o o no pueda estarlo. Estar sano representa lo mismo para todas las personas, es decir, estar y mantenerse bien para llevar una vida plena y activa. Esto incluye tener las herramientas que pueden incluir de atención específica en salud: apoyos adecuados mediante profesionales o equipos especializados y/o ayudas técnicas, así como también acceder a la información y a la comunicación.

Valiosísimo es incorporar la opinión de los niños, niñas y jóvenes con discapacidad en el planeamiento de metas funcionales, conocer sus deseos y proyectos relevantes para ellos. Esto



promueve infancias estimulantes y satisfactorias; preparándolos para una participación plena y significativa en la adultez.

Alentamos a las familias a proporcionar un entorno en que los padres tengan una visión positiva de las capacidades emergentes de sus hijos, sin dejar de ignorar los desafíos que pueden enfrentar en virtud de las restricciones en una o más áreas de su función o su necesidad de recibir lo mejor para su calidad de vida, por lo que resulta indispensable seguir promoviendo los derechos de NNA con discapacidad.

Durante el recorrido de esta revista encontraremos propuestas de actividades y juegos pensados desde la concientización y desde el enfoque de la accesibilidad comunicacional para que todos podamos seguir aprendiendo mientras jugamos.

iiiiiiiiiiA disfrutar!!!!!!!!!!!!

**Dra. Laura Saad Greco**

Programa de Salud Infantojuvenil con Discapacidad  
Dirección Materno Infancia

Revista del Programa Mis Segundos Mil Días en San Juan.  
Propiedad del Ministerio de Salud Pública del Gobierno de la Provincia de San Juan.

**ENTREGA GRATUITA. PROHIBIDA SU VENTA.**



## La inclusión la hacemos entre todos

### **La salud de niños, niñas y adolescentes (NNA) con discapacidades. La atención y el seguimiento para una inclusión plena.**

Los NNA con discapacidades necesitan concurrir a los mismos controles de salud que sus pares sin discapacidades y necesitan tener su médico o pediatra de cabecera que revise y conozca sus registros de salud, propicie el control de niño/a o adolescente sano, el calendario de vacunas, el crecimiento físico, la alimentación, los hábitos saludables, la vigilancia de su desarrollo y la consejería en la crianza o en la etapa que trascorra su ciclo de vida. Sin embargo, como resultado de su condición y discapacidad, pueden también necesitar atención especializada para que puedan

alcanzar su máximo potencial. Esta atención puede incluir servicios específicos de atención en salud (por ejemplo, médico o equipos de especialistas), terapias de apoyo (por ejemplo, kinesiología, fonoaudiología), productos de apoyo o equipamiento (por ejemplo, silla de ruedas, audífonos) o terapias de estimulación (ej. estimulación temprana, visual, auditiva).

La asistencia que brindan cuando intervienen muchos profesionales o equipos hace que sea tan importante la interdisciplina y la comunicación entre ellos, así como con la familia. Es importante que se elija entre todos un coordinador, el que ordenará y orientará a la familia consensuando acciones.

Hay muchos aspectos del entorno que deben considerarse, que intervienen en forma directa e indirecta en relación a la salud integral como son las actividades de la vida diaria, la participación en su comunidad, el acceso a la educación, la vida de los cuidadores, la vida de los hermanos; observando que cada aspecto puede actuar como facilitador o barrera para la inclusión social.

Es por esto que resulta tan valioso reconocer los desafíos y las oportunidades, para trabajar en las funciones de esa persona. Siendo siempre la familia el principal aliado de los equipos para viabilizar las intervenciones.

La rehabilitación implica trabajar con NNA que han adquirido un problema funcional, para ayudarles a recuperar sus capacidades establecidas, pero con alguna deficiencia; o la habilitación cuando

hablamos de adquirir una habilidad por primera vez, no siempre del modo habitual.

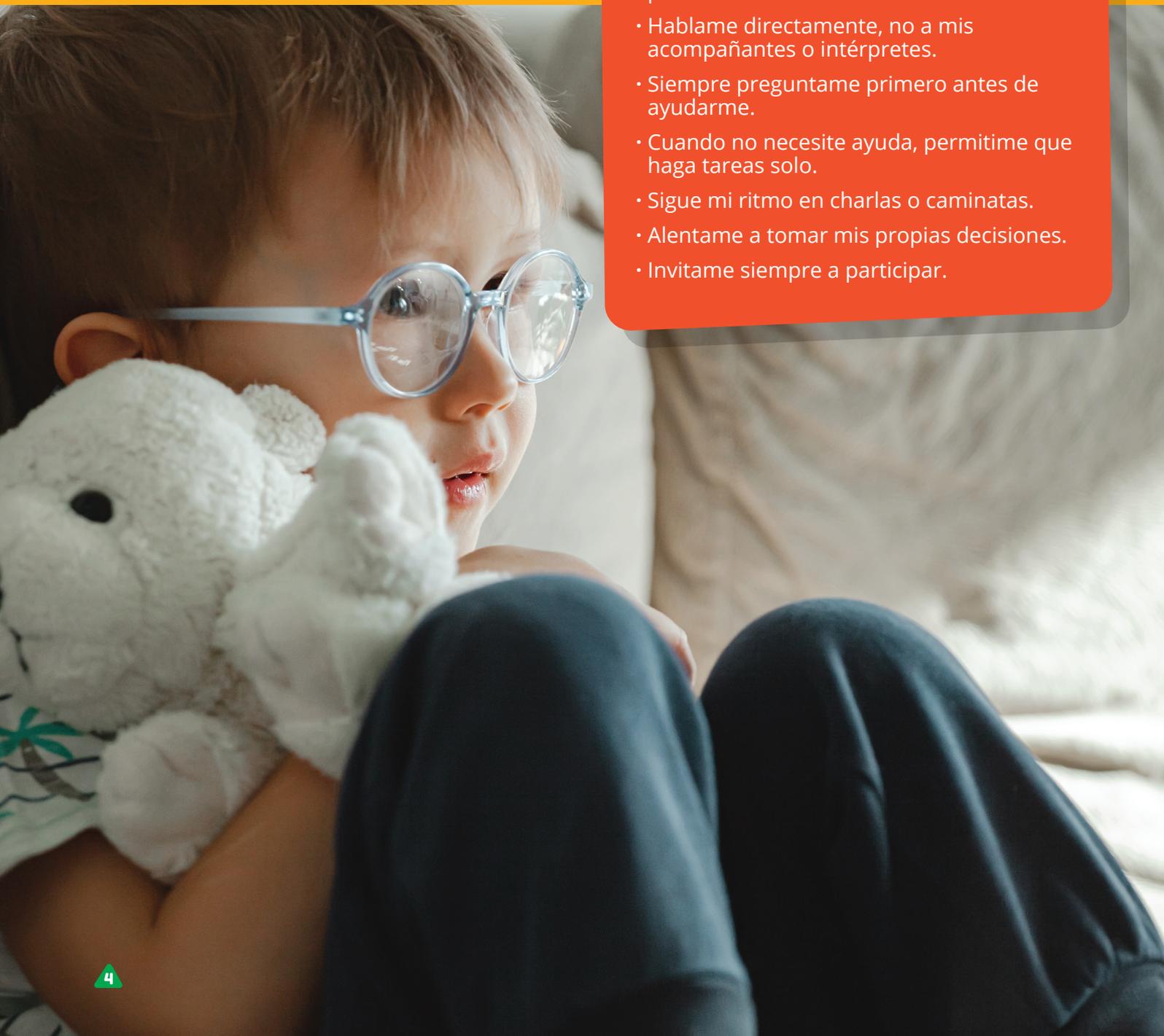
Los equipos de salud ofrecen asesoramiento e intervenciones con la finalidad de alentar a los padres para que ayuden a sus hijos en el camino para ser tan independientes, capaces y seguros de sí mismos como sea posible, mientras acompañamos y asistimos su salud integral.

**Dra. Vanesa Garzón**  
Coordinadora del equipo NEAS  
Hospital Dr. G Rawson

## SOY UN/A NIÑO/A O JOVEN CON DISCAPACIDAD

### ACTITUDES QUE AYUDAN:

- Al hablarme, recordá que primero soy persona.
- Háblame directamente, no a mis acompañantes o intérpretes.
- Siempre preguntame primero antes de ayudarme.
- Cuando no necesite ayuda, permitime que haga tareas solo.
- Sigue mi ritmo en charlas o caminatas.
- Alentame a tomar mis propias decisiones.
- Invítame siempre a participar.





## TARTA SENSORIAL DE MANZANA

### Ingredientes:



500cc de leche tibia



125g de azúcar



2 huevos



1 manzana



50g de maicena (5 cucharitas de té c/u 10g)



1 cucharita de esencia de vainilla



9 Barritas Cereal del maletín Segundos Mil Días



## Alimentación e Integración Sensorial

La integración sensorial es un proceso neurológico a través del cual nuestro cerebro interpreta y responde a la información que le llega a través de nuestros sentidos.

El cerebro usa esas sensaciones que se integran y organizan para formar percepciones, comportamientos, aprendizajes y nos permite generar una respuesta a modo de regular el grado, intensidad y naturaleza de la información sensorial de manera graduada y adaptativa al medio ambiente.

### Preparación en familia:

#### Base de la tarta:

Desarmar las barritas de cereal y colocarlas en la base de la tartera (entre 25cm de diametro o una lata pizzera), aplastar para formar la base de la tarta.

#### Crema pastelera:

1. Colocar en un bols los huevos.
2. Agregar el azúcar, el vainillin y la leche.
3. Mezclar todo muy bien durante 2 minutos luego agregar la maicena; previamente disolver la misma con agua fría para que no se agrume.
4. Luego llevar a fuego lento hasta que espese.

Para finalizar cortar la manzana en gajos, cocinarla 10 minutos, dejar escurrir y luego colocarla arriba de la crema pastelera. Dejar enfriar 30 minutos. ¡Lista para compartir!

## LA HORA DEL CUENTO



¡Escaneá este código con tu celu y escuchá el audiocuento!

LA LECTURA DE CUENTOS DESDE PEQUEÑOS, FOMENTA LA ESCUCHA Y LA ATENCIÓN, ESTIMULA EL LENGUAJE Y LA MEMORIA.



Los invitamos a escuchar este cuento con los ojos cerrados y nos imaginamos sensaciones, olores, colores y sonidos.

## EL DÍA QUE VOS NACISTE

ME CONTARON UNA VEZ QUE EN UNA GRANJA LLENA DE ANIMALES VIVÍA MARÍA, UNA NIÑA DE 4 AÑOS QUE COMPARTÍA SUS MAÑANAS CON SU ABUELA ROSA MIENTRAS SU MAMÁ Y SU PAPÁ TRABAJABAN.

UN DÍA DE PRIMAVERA MARÍA SE LEVANTÓ TEMPRANO. SU ABUELA LE TENÍA LISTO EL DESAYUNO COMO TODOS LOS DÍAS, SE ESCUCHABA EL CANTAR DE LOS PAJARITOS Y EL RELINCHO DE LOS CABALLITOS A LO LEJOS. A MARÍA LE ENCANTABA PASAR LAS MAÑANAS CON SU ABUELA ROSA Y SENTIR EL AROMA A GALLETAS RECIÉN HORNEADAS MIENTRAS EL SOLCITO DE LA MAÑANA CALENTADA SUAVEMENTE POR LA VENTANA.

ESE DÍA SERÍA INOLVIDABLE PORQUE CONOCERÍA UNA HISTORIA DE MUCHO AMOR. LUEGO DE TOMAR LA RICA LECHE, SU ABUELA LA INVITÓ A SENTARSE EN EL SILLÓN Y SE

PREPARÓ PARA CONTARLE UN CUENTO, PERO MARÍA TENIA GANAS DE CONVERSAR.

—ABUELA ¿POR QUÉ YO NO ME ACUERDO DE CUANDO ERA BEBÉ? ¿CÓMO ERA CUANDO NACÍ? ¿LLORABA MUCHO? ¿A QUÉ JUGABA? ERAN MUCHAS PREGUNTAS LAS QUE HACÍA LA NIÑA. ENTONCES SU ABUELA COMENZÓ UN BELLO RELATO QUE MARÍA NO OLVIDARÍA JAMÁS.

SU ABUELA LE ACARICIABA LAS MANOS, A MARÍA LE GUSTABA TANTO SENTIR LAS MANOS DE SU ABUELA EN LAS SUYAS.

ROSA COMENZÓ EL RELATO:

“EL DÍA QUE VOS NACISTE AMANECIÓ CON AGUNAS NUBES, YO ME DESPERTÉ MUY FELIZ. LOS PAJARITOS CANTABAN EN SUS NIDOS. LAS FLORES ESTABAN MÁS HERMOSAS Y SU AROMA ERA EXQUISITO, ERA PRIMAVERA. EL VERDE DE LOS ÁRBOLES BRILLABA Y LA



BRISA ERA MUY AGRADABLE.  
LOS PATITOS DEL LAGO PASEABAN CON SU MAMÁ PATA MIENTRAS SE LAVABAN SUS ALITAS HACIENDO RUIDITO EN EL AGUA.  
LA VACA CUIDABA A SUS TERNERITOS.  
LAS GALLINAS SE ESCAPABAN DEL GALLINERO, Y LOS POLLITOS LAS SEGUÍAN POR DETRÁS MUY ORDENADOS.  
LAS ABEJITAS ELABORABAN SU MIEL CON MUCHO ESMERO.  
Y UNA JOVEN Y HERMOSA MUJER CON UNA PANZA MUY GRANDE YA SENTÍA QUE SE ACERCABA EL NACIMIENTO DE SU HIJA.”  
—¿ABUELA ESA ERA MI MAMÁ?— PREGUNTÓ MARÍA.  
—CLARO, ERA TU MAMÁ.  
Y CONTINÚA EL RELATO:  
“JUNTO A TU PAPÁ FUERON RÁPIDAMENTE AL HOSPITAL PORQUE YA IBAS A NACER.  
Y LLEGASTE VOS Y TE LLENARON DE BESOS Y VOS LOS LLENASTE DE ALEGRÍA.  
CUANDO TE VÍ POR PRIMERA VEZ, CON ESOS CACHETES COLORADOS Y ESOS OJITOS

PEQUEÑOS SE ME LLENÓ DE AMOR EL CORAZÓN, TU PIEL ERA MUY SUAVE.  
MARÍA, SOS MI PRIMERA NIETA Y SOY MUY FELIZ DE SER TU ABUELA.  
MIS MAÑANAS YA NO SON ABURRIDAS, TU PRESENCIA ME LLENA DE VIDA, CHARLAR CON VOS Y SOBRE TODO ESCUCHARTE, TAN CHARLETA ES MARAVILLOSO. TUS OCURRENCIAS, TUS MOVIMIENTOS, VERTE JUGAR E INVENTAR JUEGOS ES POR MOMENTOS MUY GRACIOSO. SOS UNA NIÑA MUY DULCE Y CARIÑOSA.  
EL DÍA QUE VOS NACISTE TODO A MI ALREDEDOR SE VOLVIÓ MÁS BELLO.  
EL DÍA QUE VOS NACISTE SIN DUDAS MI VIDA CAMBIÓ PARA SIEMPRE.”  
LA ABUELA ROSA TERMINÓ SU HISTORIA Y ABRAZÓ FUERTE, FUERTE A MARÍA.  
SU NIETA ESTABA TAN FELIZ CON LO QUE HABÍA ESCUCHADO QUE TENÍA UNA SONRISA DIBUJADA EN SU ROSTRO Y SUS OJITOS BRILLABAN DE EMOCIÓN.  
¡CUÁNTO AMA MARÍA A SU ABUELA ROSA!

ACTIVIDAD DESDE LOS

**2 AÑOS**

UN JUEGO DIVERTIDO QUE PROMUEVE LA COMUNICACIÓN, UNIÓN Y TRABAJO EN EQUIPO. ADEMÁS, PONE EN PRÁCTICA MUCHAS HABILIDADES TALES COMO, EQUILIBRIO, RELAJACIÓN DEL CUERPO Y COORDINACIÓN DE MOVIMIENTOS.



## EL ESCULTOR

### ¿CÓMO SE JUEGA?

1. Los participantes se colocan en parejas y uno de ellos debe ser el escultor y su pareja la escultura.
2. Este juego consiste en que el niño escultor debe realizar una escultura con el cuerpo del compañero, teniendo libertad para mover sus extremidades, arreglar su cabello y dejar volar su creatividad.
3. El niño escultura debe permanecer estático y relajado, permitiendo que su compañero termine la obra.
4. Una vez que los escultores terminen sus esculturas, todos deben adivinar de que se trata cada una. Luego, se intercambiarán los roles.

### ¿POR QUÉ ES IMPORTANTE ADAPTAR JUGUETES Y/O JUEGOS?

El juego constituye un elemento básico en la vida de un niño porque, además de ser divertido, es necesario para su aprendizaje. En el caso de los niños con discapacidad los juguetes adaptados son especialmente importantes por ser una fuente de autoafirmación que ayuda al desarrollo de sus capacidades.

Debe cumplirse un "Diseño para Todos", de forma que NNA con y sin discapacidad, puedan utilizar los mismos juegos en similares condiciones. Así ampliamos la participación de niños y niñas en el juego, gran motorizador del desarrollo infantil, favoreciendo la interacción entre pares y la inclusión social.



LOS JUEGOS DE MÍMICA SON MUY ÚTILES YA QUE FOMENTAN LA CREATIVIDAD, FAVORECEN EL DESARROLLO PSICOMOTOR, MEJORARAN LA SOCIABILIDAD Y AYUDAN A NIÑOS Y A GRANDES A EXPONERSE ANTE UN GRUPO DE PERSONAS.

## JUGAMOS AL DÍGALO CON MÍMICA UTILIZANDO PICTOGRAMAS

### ¿QUÉ ES UN PICTOGRAMA?

Es un recurso comunicativo de carácter visual. Un pictograma es un signo claro y esquemático que representa un objeto real, figura o concepto. Sintetiza un mensaje que puede señalar o informar, los podemos encontrar en diversos contextos de nuestra vida diaria y nos aporta información útil. Son capaces de adaptarse a diversos propósitos comunicativos en la enseñanza que se desarrolla en contextos de diversidad.

### Instrucciones del juego:

**Pegamos las siguientes fichas en una cartulina, luego las recortamos.**

Colocamos las fichas boca abajo en el medio.

Cada jugador saca una ficha por turno y con mímica tiene que mostrar lo que dice la tarjeta. El que adivina se lleva la ficha. Gana el que obtiene la mayor cantidad de fichas.

**DORMIR**



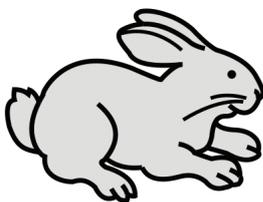
**MARIPOSA**



**LEER**



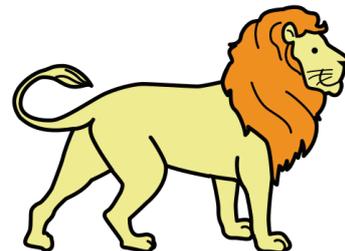
**CONEJO**



**BEBER**



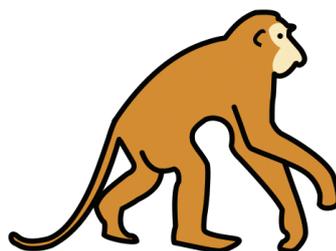
**LEÓN**



**SALTAR**



**MONO**



**VESTIR**



## TESTIMONIOS Y CONSULTAS



Te invitamos a que así  
como Carolina lo hizo, nos envíes  
tu testimonio o tus preguntas.

Contacto:  
[jugaconmigoensanjuan@gmail.com](mailto:jugaconmigoensanjuan@gmail.com)

“

### Aprendimos a vivir de una forma distinta...

Cuando nos pensamos como familia, mi esposo y yo nunca nos imaginamos ser una familia diferente, en realidad todas lo son, pero cuando la palabra discapacidad entra en la conversación la diferencia es más notable. Nuestro hijo hoy tiene 16 años, cuando lo soñamos y lo gestamos fue con mucho amor, y cuando nació iluminó nuestro mundo.

A los 2 años notamos que no era como otros chicos, se aislaba, ordenaba sus juguetes de manera súper prolija y no se los podíamos tocar ya que si lo hacíamos gritaba y mucho. Pero hablaba y mucho, digo “pero” porque uno de los indicadores más comunes para el diagnóstico del Autismo es la ausencia o gran dificultad del habla. A sus tres años nació nuestro segundo hijo y las conductas antes mencionadas se incrementaron, pero fueron asociadas a los celos. En el jardín nos sugirieron que consultáramos con una psicóloga porque veían y nosotros también, que no le gustaba estar con otros niños y seguía aislándose.

Cuando recibimos el diagnóstico nos invadió la angustia y la incertidumbre. ¿Que hacíamos? ¿Dónde íbamos? Miles de preguntas.

Poco a poco fuimos conociendo a quienes hasta hoy son su equipo terapéutico: una psicóloga, una acompañante terapéutico (AT), una docente auxiliar integrador (DAI), una psicopedagoga, una psiquiatra. Ellas forman la red de contención de él y de nosotros como familia.

Los amigos y la familia como pudieron y pueden lo acompañan y nos acompañan en este camino un tanto espinoso.

Poco a poco aprendimos a vivir de una forma distinta al resto, no conocemos otra, nos enriquecemos los unos a los otros, aceptamos los desafíos que se presentan, nos reímos, jugamos y lloramos... Por sobre todo nos amamos y respetamos profundamente.

*Carolina, mamá de Jaime y Pedro.*

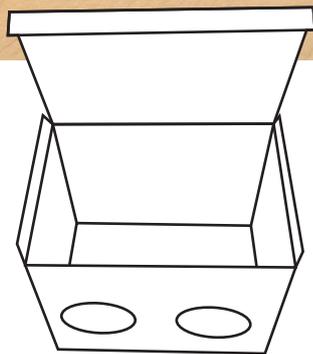
ESTA ACTIVIDAD AYUDA EN EL DESARROLLO DE HABILIDADES MOTORAS FINAS, MEJORANDO LAS PERCEPCIONES TÁCTILES Y EN GENERAL CONSOLIDANDO DIVERSAS HABILIDADES MANUALES.

**¿Miramos con las manos?**

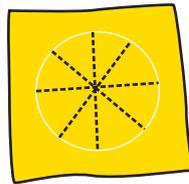
## LA CAJA SENSORIAL

La caja sensorial para identificar objetos es un juguete que se puede hacer utilizando principalmente una caja de cartón y juguetes u objetos que hay en casa.

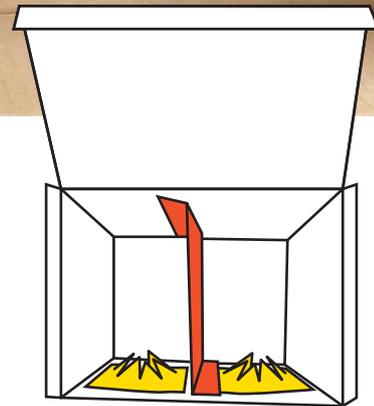
El objetivo del juego es encontrar pares de objetos idénticos a través del tacto, para esto se colocan dos grupos iguales de objetos con diferentes formas y/o texturas dentro de la caja (un grupo en cada sección de la caja) y el niño podrá introducir sus manos por los agujeros de la parte frontal intentando sacar dos objetos iguales guiándose únicamente por las manos.



Hacé dos agujeros de unos 10cm en el frente de la caja.  
(las manos de un niño tienen que poder atravesarlos)



Recortá dos cuadrados de tela gruesa (puede ser una ballerina de cocina o pañolenci) de unos 15cm x 15cm y haceles cortes cruzados en el centro.

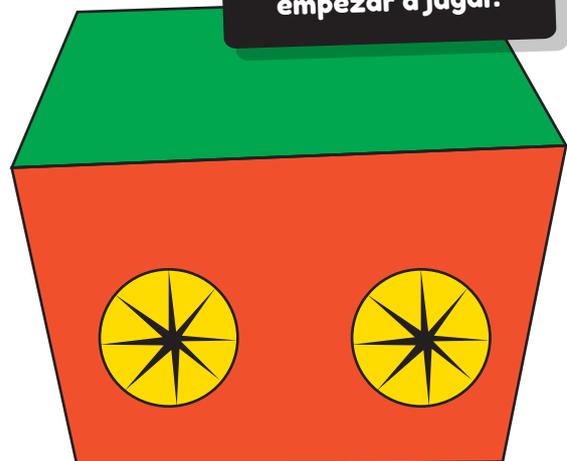


Pega las telas por adentro de la caja. También agregá un divisor de cartón en la mitad.

¡Listo! Pueden decorar la caja antes de empezar a jugar.

**SUGERIMOS COLOCAR ELEMENTOS CON DIFERENTES TEXTURAS, POR EJEMPLO:**

- 2 TROZOS DE ESPONJA
- 2 TROZOS DE PAPEL DE LIJA
- 2 TROZOS DE TELA
- 2 POMPONES DE LANA
- 2 PELOTITAS DE GOMA
- 2 TROZOS DE GOMA EVA



Jugá  
conmigo  
en San Juan

#12

COMUNICATE  
CON NOSOTROS

WHATSAPP:  
264 6301111

jugaconmigoensanjuan@gmail.com

www.mildias.sanjuan.gob.ar

TELÉFONO MATERNO INFANCIA SALUD PÚBLICA  
4307305 / 4307308 / 4305541

SEGUINOS:



@mildiassj

PODÉS ENVIARNOS SUGERENCIAS,  
DUDAS Y COMPARTIR CON NOSOTROS  
FOTOS DE LAS ACTIVIDADES QUE VAN  
REALIZANDO JUNTO A TUS HIJOS.

MIS SEGUNDOS

100  
DÍAS  
EN SAN JUAN



Cada vez que veas  
un código QR

acercá tu teléfono con la cámara para  
poder completar actividades, tener  
nuevas propuestas, bajar material,  
escuchar un audio cuento, etc.

¡HASTA  
LA PRÓXIMA!

