UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN



UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN UNAE

Educación Especial

Itinerario Académico en: Discapacidad Intelectual y Desarrollo

Sistema de Actividades para Desarrollar las Habilidades de Autocuidado en un Estudiante con Síndrome de Down de una Unidad Especializada

Autor:

Jhuliana Cristina Loja Chalán

Autora:

Milena Alexandra Jadan Molina

Azogues - Ecuador

Febrero, 2026

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN UNAE

Trabajo de Titulación

Modalidad

Propuesta de Innovación Pedagógico - Curricular

Línea de investigación

Educación inclusiva para la atención a la diversidad

Autor:
Jhuliana Cristina Loja Chalán
Trabajo de Titulación previo a la obtención del título de Licenciado/a en Ciencias de la Educación Especial

Autor:
Milena Alexandra Jadan Molina
Trabajo de Titulación previo a la obtención del título de Licenciado/a en Ciencias de la Educación Especial

Docente Tutor	María Gabriela Guillén Guerrero
CÓDIGO ORCID	0000-0003-0268-9852

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

TODA LA INFORMACIÓN EXPRESA EN EL PRESENTE TRABAJO DE TITULACIÓN ES DE ABSOLUTA RESPONSABILIDAD DEL AUTOR Y TUTOR Y SE ENCUENTRA DEBIDAMENTE AUTORIZADA PARA SU CORRESPONDIENTE PUBLICACIÓN

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

AGRADECIMIENTOS Y/O DEDICATORIAS

Esta tesis está dedicada principalmente a Dios por que sin él no lo hubiera logrado. A mi mami, quien estuvo ahí a mi lado orientándome en los pasos que daba e impedir que me rindiera cuando quería hacerlo. A mis hermanos y hermanas, quienes estuvieron ahí con su apoyo y compañía en los momentos difíciles. A mis amigos y familiares que me ayudaron sin pensarlo. Y a mí misma porque pensaste que no lo podías, pero lo hiciste. Además, agradezco a la universidad por abrirme las puertas hacia una nueva meta y a los docentes que me enseñaron y llenaron de sus conocimientos. Gracias a todos ustedes.

Jhuliana Cristina Loja Chalán

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Gracias a Dios por ser mi guía y la fuerza invisible detrás de cada uno de mis logros. Por darme la vida, la salud y la perseverancia necesaria para no rendirme cuando el camino se puso difícil. Sin su bendición y su luz, nada de esto sería posible.

A mi Mami quien le debo todo lo que soy. Gracias por sus sacrificios, por sus palabras de aliento y por creer en mí incluso cuando yo misma dudaba. Este éxito es tanto suyo como mío, porque su amor ha sido el motor que me impulsó a llegar a la meta.

A Manuel Carchipulla, quien, sin compartir mi sangre, me ha brindado el amor y el apoyo de un verdadero padre. Gracias por estar presente en cada paso de este camino y por su respaldo incondicional; valoro profundamente su esfuerzo y el cariño con el que me has acompañado. Su presencia ha sido un pilar fundamental en mi crecimiento y en el logro de esta meta

A mis Hermanos, compañeros de vida y de travesuras: gracias por ser mi refugio y mi alegría. Verlos crecer a mi lado me motiva a ser mejor cada día. Gracias por su paciencia y por recordarme siempre que, pase lo que pase, siempre nos tendremos los unos a los otros.

A mi sobrina Camila, por ser la luz de nuestra familia. Dedico este logro a tu futuro, con la esperanza de que este esfuerzo te sirva de inspiración para perseguir tus propios sueños con valentía. Que siempre sepas que no hay meta inalcanzable cuando se trabaja con el corazón.

A mi Novio, gracias por ser mi lugar seguro y mi mejor amigo. Por escuchar mis quejas, celebrar mis pequeñas victorias y sostenerme en los momentos de estrés. Gracias por caminar a mi lado y por hacer que este viaje sea mucho más dulce y especial.

A mí misma, me agradezco por no rendirme, por las noches de desvelo y por la valentía de perseguir mis sueños. Hoy abrazo a la persona que empezó este camino con miedos y celebro a la mujer que hoy lo culmina con orgullo.

Milena Alexandra Jadan Molina

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

RESUMEN

El presente trabajo de investigación parte de la problemática relacionada a la falta del desarrollo de las habilidades de autocuidado en un estudiante con síndrome de Down. El objetivo general se estableció en proponer un sistema de actividades para el desarrollo de las habilidades de autocuidado en un estudiante con síndrome de Down que asiste al aula 5 de una Unidad de Educación Especial. Se realizó una sistematización teórica de las principales aportaciones sobre el desarrollo de las habilidades de autocuidado en relación con el síndrome de Down. La metodología de este estudio es de corte cualitativo, con un paradigma hermenéutico-interpretativo, las cuales se utilizaron para analizar la realidad del sujeto en su contexto. El método utilizado es el estudio de caso único, ya que se trabajó con un solo estudiante. Entre las técnicas e instrumentos utilizadas está la entrevista, la guía de entrevista, lo observación participante, guía de observación, diario de campo, análisis documental y fichas documentales, estos fueron necesarios para elaborar la propuesta de intervención. La propuesta de intervención se basó en diseñar un sistema de actividades que permitan al estudiante desarrollar sus habilidades de autocuidado, enfocándose en el estudiante y consistiendo en tres dimensiones que buscan fortalecer los aspectos de la higiene personal, la vestimenta y la alimentación. Para finalizar, la aplicación parcial de esta propuesta resultó factible para el estudiante, dado que le proporcionó la oportunidad de adquirir habilidades en el autocuidado, las cuales son esenciales para su independencia y permanencia en la sociedad.

Palabras claves: Habilidades de autocuidado, síndrome de Down, Sistema de actividades.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

ABSTRACT

This research project addresses the issue of the lack of development of self-care skills in a student with Down syndrome. The overall objective was to propose a system of activities for the development of self-care skills in a student with Down syndrome who attends classroom 5 of a Special Education Unit. A theoretical systematization of the main contributions on the development of self-care skills in relation to Down syndrome was carried out. The methodology of this study is qualitative, with a hermeneutic-interpretative paradigm, which was used to analyze the reality of the subject in their context. The method used is a single case study, as only one student was involved. The techniques and instruments used include interviews, interview guides, participant observation, observation guides, field diaries, document analysis, and documentary files, which were necessary to develop the intervention proposal. The intervention proposal was based on designing a system of activities that would allow the student to develop his self-care skills, focusing on the student and consisting of three phases that seek to strengthen aspects of personal hygiene, clothing, and nutrition. Finally, the implementation of this proposal proved beneficial for the student, as it provided him with the opportunity to acquire self-care skills, which are essential for his independence and continued participation in society.

Keywords: Self-care skills, Down syndrome, Activity system.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

ÍNDICE

Contenido

Agradecimiento..... IV

Resumen.....VI

Abstract.....VII

Introducción XI

Objetivo general:.....XVIII

Objetivos específicos: XVIII

Capítulo 1. Fundamentos Teóricos Acerca del Desarrollo de las Habilidades de Autocuidado en Estudiantes con síndrome de Down XXI

1.1. Evolución histórica y teórica relacionada con el síndrome Down (SD). XXI

1.2 El síndrome de Down definición, tipología y características. XXII

1.3 Habilidades de Autocuidado, definición, en la discapacidad y clasificación..... XXVII

1.3.1 Higiene personal..... XXIX

1.3.2 Habilidades de alimentación XXX

1.3.3 Vestimenta..... XXXI

1.4 Base legal XXXII

2. Fundamentación Metodológica Acerca del Desarrollo de las Habilidades de Autocuidado en un Estudiante con Síndrome de Down.....XXXV

2.1 Paradigma.....XXXV

2.2 Enfoque XXXVI

2.3 Método de investigación XXXVI

2.3.1 Fases del Estudio de Caso XXXVII

2.4 Categoría de análisis.....XXXIX

2.5 Técnicas e instrumentos de recolección de información.....XLI

2.5.1 La observación participante XLI

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

2.5.2 Diario de campo XLI
2.5.4 Guía de observación XLII
2.5.5 Entrevista Semiestructurada XLIII
2.5.6 Guía de preguntas XLIII
2.5.7 Análisis documental XLIV
2.5.8 Fichas documentales. XLIV
2.6 Análisis de la información. XLV
2.7 Análisis y resultados XLIX
Capítulo 3. Propuesta de un sistema de actividades para desarrollar habilidades de autocuidado en un estudiante con síndrome de Down de una Unidad de Educación Especial. LIII
3.1 Introducción LIII
3.2 Fundamentación Teórica LV
3.2.1 Sistema de actividades LV
3.2.2 Características de un sistema de actividades LV
3.2.3 Componentes de un sistema de actividades LVI
3.2.4 Enfoque psicológico: perspectiva sociocultural y aprendizaje social LVI
3.2.5 Modelamiento por imitación como estrategia metodológica LVII
3.2.6 Pasos para aplicar la estrategia de modelamiento por imitación LVIII
3.3 Fundamentación Metodológica LVIII
3.3.1 Currículo Priorizado LVIII
3.3.2Fundamentación Práctica LIX
3.3.3 Novedad y Significación del Aporte LX
3.3.4 Propósito del Sistema LX
3.3.5 Características Generales LX
3.3.6 Estructura del Sistema LXI
3.3.7 Descripción Detallada de Componentes LXI
3.3.8 Orientaciones para la Implementación LXI
3.3.9 Evaluación del Resultado LXII

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Dimensión 1: Higiene Personal LXIII
Dimensión 2: Alimentación LXX
Dimensión 3: Vestimenta LXXII
Resultados Obtenidos de la Aplicación parcial del Sistema de Actividades para Desarrollar Habilidades de Autocuidado en un Estudiante con Síndrome de Down del Aula 5 LXXVII
Conclusiones LXXXI
Recomendaciones LXXXII
Referencias bibliográficas LXXXIV
Anexos. XCVI

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Introducción

El síndrome de Down (SD) es un cambio genético en los cromosomas, específicamente en el cromosoma 21. Esta alteración involucra diferentes aspectos, ya sean morfológicos o cognitivos. Este síndrome se caracteriza por tener hipotonía muscular, baja estatura, extremidades cortas, los ojos rasgados y lengua grande ligeramente pronunciada. Además, existe un retraso en el desarrollo cognitivo, lo que afecta al aprendizaje y expresión del lenguaje verbal (González, 2023).

A partir de estas características físicas y cognitivas se puede comprender que los niños con síndrome de Down enfrentan ciertas dificultades para aprender a cuidar de sí mismos, por lo que el desarrollo de habilidades en el autocuidado se vuelve indispensable. Dicho proceso requiere la intervención de aspectos físicos, psicológicos y una enseñanza individualizada. Sin embargo, si el individuo llega a alcanzar una autonomía total, tendrá más confianza y se sentirá seguro al interactuar con la sociedad.

En este sentido, las habilidades de autocuidado son fundamentales en la vida humana porque son actividades que todos realizamos a diario y son útiles para el desenvolvimiento tanto personal como social. También son necesarias para mantener un buen bienestar emocional, mental y físico. Según Rojas y Méndez (2023), estas habilidades son capacidades que posee un individuo, como el saber alimentarse y elegir los alimentos que desea comer, aprender a colocarse las prendas de vestir y tener un sentido de la moda y la higiene personal que incluye lavarse la cara, las manos, bañarse, cepillarse los dientes, peinarse y controlar los esfínteres.

Los niños con síndrome de Down (en adelante SD), a menudo, tienen dificultades con el aprendizaje de estos hábitos, por sus características cognitivas y físicas asociadas al síndrome. Por ello, se recomienda estimular su aprendizaje desde temprana edad, utilizando estrategias educativas adaptadas a sus necesidades que favorezcan su desarrollo. Todas estas habilidades son necesarias para que logren una mayor autosuficiencia y una mejor calidad de vida.

A partir de una búsqueda realizada por las autoras de este trabajo, se han encontrado algunas investigaciones sobre las habilidades de autocuidado en personas con síndrome de Down

en el contexto escolar. Sin embargo, hemos creído pertinente ampliar la búsqueda hacia otras discapacidades como la intelectual, parálisis cerebral y autismo en el contexto educativo, con el propósito de tener un panorama más completo del tema.

A nivel internacional, Martín y Romano (2017), realizaron una investigación cualitativa en Zaragoza, España, Identificaron dificultades en las habilidades de autocuidado como vestirse, bañarse, alimentarse y tomar medicamentos en jóvenes entre los 18 a 21 años con discapacidad intelectual leve; la carencia fue la falta de estimulación en las habilidades motrices. Para abordar esta problemática propusieron un programa grupal sustentado en el modelo de ocupación humana, a partir de una revisión bibliográfica. Al finalizar se mostraron mejoras significativas en la autonomía de los participantes, reflejando la efectividad del proyecto. Este estudio aporta un referente valioso para la presente investigación, ya que ofrece un modelo adaptable con estrategias estructuradas y contextualizadas para fomentar la independencia funcional.

Asimismo, en Valladolid, España, San Millán (2018), identificó problemas en la falta de autonomía en niños con discapacidad intelectual, basándose en una revisión bibliográfica. Para ello planteó un proyecto orientado al desarrollo de la autonomía y habilidades sociales en las actividades básicas de la vida diaria. Como resultados se evidenció la importancia de fomentar la autonomía desde edades tempranas. Por lo tanto, esta investigación sirve como aporte ya que al subrayar la influencia del entorno familiar y la necesidad de intervenciones que promuevan la independencia funcional, son aspectos importantes que se debe tener en cuenta en este trabajo.

Finalmente, Die (2023), desarrolló una tesis de investigación documental que abordó las dificultades en la autonomía personal de estudiantes con síndrome de Down. Este estudio realizado en Valencia, España, es de tipo cualitativo empleó una revisión bibliográfica para analizar el rol del docente frente a las necesidades específicas de apoyo educativo. Como propuesta, se diseñó un recurso educativo para capacitar a los docentes con tácticas para el desarrollo de habilidades de cuidado personal. Como resultados destacan la importancia del papel docente en el refuerzo de la independencia del estudiantado con síndrome de Down. Esta investigación aporta herramientas pedagógicas para promover la autonomía.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

A nivel de Latinoamérica, en Colombia, Arévalo (2015), en su artículo realizado a una niña con síndrome de Down, constató problemas de autonomía en las habilidades básica. Estas dificultades incluían, un bajo desempeño al cepillarse los dientes correctamente, la imposibilidad de vestirse sola y una forma inadecuada de alimentarse. La causa más relevante fue la sobreprotección por parte de su cuidadora, lo cual impedía el desarrollo adecuado de la niña. Esta investigación al ser de tipo cualitativo se propuso la realización de tareas basadas en el juego de roles para ayudar al crecimiento de habilidades del cuidado personal. Los resultados mostraron mejoras en la independencia de la niña. Este estudio resalta la crucial importancia del juego como herramienta pedagógica y el respaldo familiar en el desarrollo de la autonomía.

De la misma manera, Yucra (2022), en Lima Perú observó, en un adolescente de catorce años con discapacidad intelectual, carencias en las habilidades básicas como el no comer con utensilios, no saber vestirse, no lavarse correctamente los dientes y no comunicarse verbalmente con la familia. Este problema se derivó por la ausencia de la madre. Por lo cual, se propuso un programa de intervención psicológica enfocado en el desarrollo de las habilidades de autocuidado, logrando una mejora en estas. Este trabajo aporta un modelo de intervención estructurado que puede adaptarse en contextos similares, enfatizando el valor del trabajo conjunto entre el entorno terapéutico y familiar.

De igual manera, Jiménez (2018), en su investigación realizada en Perú con estudiantes de entre 3 y 20 años que presentaban discapacidad severa y multidiscapacidad, identificó mediante la observación y entrevistas que enfrentan problemas en el desarrollo de habilidades de auto valimiento. Estas se debían, en gran medida, a que los padres eran de escasos recursos y algunos sobreprotectores, destacando también la carencia de formación docente para la adecuada planificación de las actividades. Con base a esto se creó una propuesta de estrategias metodológicas orientadas al desarrollo de habilidades básicas de autovalimiento, mediante la creación de comunidades profesionales de aprendizaje. Los resultados evidenciaron la autonomía del alumnado y mejoras en la calidad educativa. Por lo tanto, este estudio resalta la necesidad de una intervención colaborativa entre escuela y familia.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

A nivel nacional en Guayaquil, Ortiz (2017), identificó mediante la observación directa y el acopio sistemático de datos que niños de entre siete y diez años con síndrome de Down presentaban retraso en la autonomía y autocuidado. Los problemas identificados fueron complicaciones con la vestimenta, la incapacidad para distinguir el zapato derecho del izquierdo, el uso incorrecto de la cuchara y la falta de una higiene adecuada. Estas dificultades se debían a la coordinación visoespacial y la hipotonía muscular. Por lo tanto, se propuso un programa de ayuda desde la terapia ocupacional, dirigido a mejorar habilidades prácticas para el día a día, logrando así que los estudiantes pudieran tener una mejor independencia. Este trabajo es relevante porque demuestra la eficacia de los métodos terapéuticos completos adaptados al ambiente escolar.

Asimismo, en Azogues Morocho y Yungaicela (2021), evidenciaron en un estudiante de 9 años con discapacidad intelectual deficiencia en el adecuado desarrollo de las actividades diarias. Estas se observan al seleccionar la ropa y al realizar las normas de aseo. El análisis cualitativo reveló que el niño mostró mayor dependencia y ayuda constante en hacer actividades cotidianas; por lo tanto, propusieron un plan para mejorar estas habilidades. El aporte no se puso en práctica, pero subraya la importancia de intervenciones tempranas y del trabajo conjunto entre familia, docentes y equipos multidisciplinarios para fomentar la autonomía e inclusión social de los niños con discapacidad intelectual.

De igual modo, Yagual (2022), en su investigación desarrollada en Santa Elena, observó que personas con discapacidad intelectual, de entre diecisiete y cincuenta y tres años, presentaban obstáculos en el desarrollo autónomo funcional. Se realizó una investigación de tipo cuantitativo con técnicas como encuestas y entrevistas. Donde identificaron que estas dificultades se debían a la falta de recursos y a la escasa atención por parte del área de salud. Por ende, establecieron una propuesta con lineamientos que favorezcan el desarrollo de la autonomía funcional a través de procesos rehabilitadores y asistidos. Los resultados mostraron que es posible mejorar significativamente las destrezas para la vida diaria. Por lo tanto, esta investigación de atención integral sirve como guía para la presente investigación.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

A nivel local, Loja y Rodríguez (2021), desarrollaron una investigación en niños con discapacidad intelectual y evidenciaron que tenían dificultades en la ejecución de acciones en el cuidado personal, asociadas principalmente a las limitaciones de la motricidad fina. Entre ellas se encontraron la incapacidad para reconocer el anverso y el reverso de la ropa, dificultades en la forma de comer y el desconocimiento de como cepillarse los dientes. La investigación empleó técnicas como la revisión bibliográfica y la entrevista. Además, propusieron actividades pedagógicas para el fortalecimiento de estas habilidades en el cuidado personal, este estudio aporta a la presente investigación al sustentar la importancia de implementar actividades pedagógicas adaptadas para el desarrollo del autocuidado.

Del mismo modo, en Cuenca, Campoverde y García (2023), en su tesis, identificaron a una niña con daño cerebral infantil espástico que presentaba dificultades en el autocuidado. Esta investigación cualitativa diseño un programa para ayudar a la independencia tanto en casa como en la escuela, manifestando la urgente necesidad de que la niña pueda mejorar en su autonomía. Este trabajo ayuda a la actual investigación al dar un modelo de intervención que se puede usar con varias discapacidades, mostrando la importancia de adaptar el apoyo y la colaboración entre instituciones y familias para promover independencia.

Además, Rojas y Méndez (2023), en su trabajo de titulación, observaron a un estudiante con multidiscapacidades el cual tenía dificultades en la realización de actividades como la alimentación, el consumo de líquidos en vaso y el lavado de manos y rostro. Estos problemas fueron causados por la sobreprotección de los padres generando en el adolescente rechazo al realizar estas actividades. Su propuesta de intervención se basó en desarrollar dichas habilidades mediante actividades. Este trabajo es relevante porque ejemplifica cómo diseñar e implementar una propuesta práctica para desarrollar habilidades de autocuidado, específicamente en el contexto de la educación especial.

En resumen, los estudios mencionados evidencian que los autores en sus investigaciones sobre desarrollo de habilidades de autocuidado en personas con algún tipo de discapacidad

intelectual, incluyendo a los que presentan síndrome de Down y parálisis cerebral, identificaron dificultades significativas en la autonomía personal y en la realización de actividades básicas de la vida diaria. Las principales dificultades observadas estuvieron relacionadas con el aseo personal (bañarse, cepillarse los dientes, lavarse la cara, manos, etc.), la vestimenta (colocarse correctamente bien una prenda, ya sea diferenciar el anverso y reverso de la ropa) y las habilidades de alimentación (el correcto uso de los utensilios y el alimentarse de manera adecuada).

También, las causas que conllevaban al poco desarrollo de las habilidades de autocuidado fueron la falta de estimulación temprana en la motricidad, la carencia de conocimiento de los padres, la sobreprotección familiar, la carencia de dichos hábitos, la falta de motivación y las características propias de las diferentes discapacidades; ya que cada una presenta afectaciones que impactan el desarrollo de estas habilidades esenciales.

Como se ha podido evidenciar, las habilidades de autocuidado son cruciales para las personas con síndrome de Down y otras discapacidades, ya que contribuyen directamente a su desarrollo integral. Ahora bien, estas habilidades se desarrollarían al máximo si se tuviera el acompañamiento de la familia, docentes y otros especialistas. Asimismo, es fundamental implementar estrategias que promuevan su fortalecimiento. Por lo tanto, se considera pertinente continuar realizando nuevas investigaciones que planteen propuestas innovadoras para seguir contribuyendo al desarrollo de las habilidades de autocuidado.

Esta investigación se origina a partir de las practicas desarrolladas en una Unidad de Educación Especial, ubicada en la provincia del Azuay, cantón Paute, perteneciente a la zona 6 de educación. Dicha institución cuenta aproximadamente con 10 docentes y 70 estudiantes. Ofrece varios niveles educativos, tales como educación inicial, preparatoria, básica y bachillerato. Todos estos niveles están unificados por aulas, con una única jornada la matutina y el perfil de salida es en hotelería y turismo.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

El proceso de observación se realizó en el aula 5 de una unidad de educación especial, integrada por una docente y siete estudiantes de entre ocho y quince años con diversas discapacidades. Entre ellos la estudiante H, con discapacidad auditiva, los estudiantes M y J con discapacidad intelectual, otros estudiantes como M, E y D con parálisis cerebral y el estudiante A, con síndrome de Down. Se considero como caso de estudio al estudiante A, quien presenta síndrome de Down, su porcentaje de discapacidad es del 40%, tiene una edad cronológica de trece años y una edad mental de cuatro a cinco años, eso en base al informe psicopedagógico.

Las observaciones revelaron que el estudiante A experimenta un marcado aislamiento dentro del aula, permaneciendo la mayor parte del tiempo en una colchoneta ubicada en una esquina, acompañado únicamente de pinturas y marcadores. También, se identificaron dificultades en su autonomía personal, como no saber atarse los cordones de los zapatos, abotonar las prendas de vestir como la camisa o realizar actividades básicas de higiene, como lavarse las manos y los dientes después de comer. Además, requiere apoyo para ir al baño, ya que no sabe limpiarse correctamente. Estas necesidades presentes afectan su independencia personal y su relación con los demás.

Asimismo, se evidenciaron limitaciones en habilidades motoras finas y manipulativas, como la dificultad para abrir botellas, ya sean de yogur o refresco, abrir paquetes de galletas o la manipulación correcta de herramientas como tijeras. Tampoco sostiene de manera adecuada lápices o pinturas, lo que dificulta su participación en actividades escolares.

También se recalca fortalezas que tiene el estudiante como recoger los objetos sin problemas, si se le indica, identificar colores primarios y secundarios, los números del uno al diez, nombres de algunos animales y las partes del cuerpo humano. Además, cuando le interesa algo permanece quieto y colabora en las actividades. Por último, es cariñoso con las personas que lo tratan amablemente y es empático con los que están tristes o llorando.

A partir de lo mencionado, se evidencia que la docente tiene un interés limitado en relación con la adquisición de las habilidades de autocuidado en el estudiante, por lo que no

implementa actividades que estimulen el desarrollo de dichas habilidades diarias. Esta circunstancia genera ciertas barreras tanto actitudinales como metodológicas, impidiendo su capacidad para brindar apoyo efectivo en dicho proceso. De igual manera, se menciona que la docente no aporta con orientaciones o recomendaciones a las familias, dificultando la participación en la estimulación del estudiante desde la casa.

Por esta razón, dicha problemática condujo a la formulación de la siguiente pregunta de investigación:

¿Cómo desarrollar las habilidades de autocuidado en un estudiante con síndrome de Down que asiste al aula 5 de una unidad de educación especial?

Para abordar la pregunta de investigación, se plantea los siguientes objetivos:

Objetivo general:

Proponer un sistema de actividades para el desarrollo de las habilidades de autocuidado en un estudiante con síndrome de Down que asiste al aula 5 de una Unidad de Educación Especial.

Objetivos específicos:

1) Fundamentar teóricamente el desarrollo de las habilidades de autocuidado en estudiantes con síndrome de Down.
2) Caracterizar el nivel de desarrollo actual de las habilidades de autocuidado del estudiante con síndrome de Down que asiste al aula 5 de una Unidad de Educación Especial.
3) Elaborar un sistema de actividades para el desarrollo de las habilidades de autocuidado en un estudiante con síndrome de Down que asiste al aula 5 de una Unidad de Educación Especial
4) Aplicar parcialmente el sistema de actividades para el desarrollo de las habilidades de autocuidado en un estudiante con síndrome de Down que asiste al aula 5 de una Unidad de Educación Especial.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Esta investigación sobre el desarrollo de habilidades de autocuidado en un estudiante con síndrome de Down es esencial dentro del proceso de aprendizaje y a la vez relevante porque permite al estudiante alcanzar un nivel de autosuficiencia que favorece su desarrollo personal y le brinda autonomía en la sociedad. Al fomentar su independencia, el estudiante adquiere conocimientos y habilidades que mejoran su bienestar y satisfacen sus necesidades básicas. Esta independencia también incrementa su autoestima y confianza, convirtiéndolo en un apoyo esencial para otros. Además, le permite participar activamente en actividades académicas, favoreciendo la diversidad y respetando sus necesidades y características individuales.

El estudiante A, quien tiene síndrome de Down, es el beneficiario directo de esta propuesta, ya que hemos identificado la necesidad de mejorar sus habilidades de autonomía personal. Para ello, se proponen actividades que estimulen estas destrezas, y puedan ayudarle a superar las dificultades encontradas. Entre estas deficiencias se incluye la dificultad para realizar tareas como amarrarse los cordones, abrochar botones y cepillarse los dientes. Estas dificultades impactan negativamente en su autonomía al desarrollar actividades cotidianas.

Los beneficiarios indirectos de esta investigación son la docente y la familia, ya que, al fomentar la autosuficiencia del estudiante, podrán experimentar mejoras en su interacción con él. Por lo tanto, es crucial que colaboren activamente. Lo que se enseña en la escuela debe reforzarse en el hogar para garantizar un progreso continuo. A medida que el estudiante avance en su autonomía, los beneficios se reflejarán en su desarrollo personal, así como en el entorno familiar y educativo.

Esta investigación es posible gracias al convenio entre la universidad y la Unidad de Educación Especial. Además, está vinculada al itinerario de discapacidad intelectual, ya que emergió de una situación real vivida durante las prácticas preprofesionales y está enfocada en el síndrome de Down.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Este estudio se enmarca en la línea de Educación inclusiva para la atención a la diversidad, así como en la sublínea de Estrategias curriculares y didácticas para la atención a la diversidad. Ambas están directamente relacionadas con nuestra propuesta de investigación.

El aporte práctico se centra en un sistema de actividades que incluye tareas como higiene, alimentación y vestimenta para desarrollar y mejorar las habilidades prácticas en un estudiante con síndrome de Down. Entre los aportes que se asemejan a esta investigación están los de Loja y Rodríguez (2021), quienes propusieron un libro con actividades sobre autonomía personal y el de Rojas y Méndez (2023), que diseñaron actividades explicando los pasos para realizar tareas de la vida cotidiana.

Lo novedoso de esta investigación radica en la implementación parcial de un sistema de actividades orientado al desarrollo de habilidades de autocuidado en el estudiante, el mismo que promueve su participación activa y su seguridad en la ejecución de tareas cotidianas. Este sistema se fundamenta en el modelamiento por imitación como método, integrando pasos estructurados que faciliten el aprendizaje progresivo. Asimismo, se emplea material interactivo y significativos que favorece la adquisición de estas habilidades, permitiendo ajustar las actividades según el ritmo y las necesidades del estudiante.

Ahora bien, el Trabajo de Integración Curricular se estructura en tres capítulos. El primer capítulo aborda los referentes teóricos relacionados con el síndrome de Down y las habilidades de auto cuidado. El segundo capítulo expone la metodología, incluyendo el enfoque, paradigma, tipo de investigación, así como las técnicas e instrumentos para la recolección de datos. Por último, el tercer capítulo presenta una propuesta de intervención basada en un sistema de actividades, destinada a desarrollar las habilidades de autocuidado en un estudiante con síndrome de Down que asiste al aula 5 de una Unidad de Educación Especial. Finalmente, se establecen los respectivos resultados, conclusiones, recomendaciones, bibliografía y anexos.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Capítulo 1. Fundamentos Teóricos Acerca del Desarrollo de las Habilidades de Autocuidado en Estudiantes con síndrome de Down

Este capítulo responde al primer objetivo o propósito de este estudio mediante un análisis de la base teórica sobre dos elementos fundamentales: el síndrome de Down y las habilidades de autocuidado. En primer lugar, se aborda un breve resumen sobre la evolución histórica del síndrome de Down, seguido de su definición, los tipos que se conocen y sus diferentes características. A continuación, se analiza el concepto de habilidades de autocuidado, se explica las implicaciones de las habilidades de autocuidado en el síndrome de Down y finalmente la clasificación de estas habilidades.

1.1. Evolución histórica y teórica relacionada con el síndrome Down (SD).

Antes del siglo XIX no se presentaban ni publicaban informes bien documentados que describieran a las personas con síndrome de Down, por su alta tasa de mortalidad en los primeros meses de vida y a que no se les daba la debida importancia. En 1866, se describió un caso: una niña con la cabeza pequeña y redondeada, ojos achinados, lengua prominente y un vocabulario muy limitado. Ese mismo año, John Langdon Down, un médico inglés que trabajaba con personas con discapacidad intelectual estudió a un grupo de pacientes con rasgos similares (López et al., 2000).

Posteriormente, publicó un artículo en el que presentó una descripción minuciosa de estos pacientes, detallando sus características faciales y físicas. También señaló que tenían dificultades con el lenguaje oral, una sorprendente capacidad de imitación y un buen sentido del humor. Así mismo, mencionó que se parecían a los nómadas de Mongolia central por su aspecto oriental en sus ojos y creía que era debido a un retroceso en la evolución de ese tipo de raza primitiva, ahí es donde nace el término idiocia mongólica o mongolismo (Cammarata et al., 2010).

No obstante, en 1932, se mencionó que la causa provenía de una anomalía en los cromosomas. Sin embargo, no es hasta 1956, que se identificó que el ser humano tenía 46 cromosomas y en 1959 descubrieron que las personas con síndrome de Down tenían 47 cromosomas y que el cromosoma pequeño adicional correspondía al par 21. Así mismo, en 1960,

se reportó un tipo de anomalía cromosómica “la traslocación” y en 1961, observaron el tipo conocido como “mosaicismo” en el grupo cromosómico adicional (Pérez, 2014).

Poco tiempo después, un grupo de científicos decidió cambiar el término mongol o mongolismo por el de síndrome de Down, aludiendo que esos términos eran ofensivos, molestos y discriminativos debido a su implicación racial o étnica. En 1965, la OMS (Organización mundial de la salud) decide cambiar el término “mongolismo” y acepta el nombre de síndrome de Down como terminología aprobada, por la petición informal de la delegación del país de Mongolia, recalcando que esos términos objetables se evitaran en el futuro (Howard-jones, 1979).

Desde mediados de los noventa hasta la actualidad se han realizado un sin números de investigaciones científicas sobre el síndrome de Down, partiendo siempre de las singularidades que tienen estas personas, como su cognición, el comportamiento, la fisiología y las posibles afectaciones en la salud. Las investigaciones contribuyeron con información relevante para la comunidad, entre ellas están: que las personas con síndrome de Down, alcanzan hasta los 60 años, y no muchas la superan, que el Alzheimer, el hipotiroidismo, los defectos cardiacos, la deficiencia visual y auditiva están asociados al síndrome de Down; a la vez que tienen déficit en el aprendizaje y la memoria, que la estimulación y la terapia son primordiales y que las mujeres mayores de 35 años corren el riesgo de tener un hijo con síndrome de Down. Toda esta información no solo ayuda a las personas con síndrome de Down sino también a la familia, escuela y la sociedad en general (Global Down Syndrome Foundation, s.f.).

1.2 El síndrome de Down definición, tipología y características.

El síndrome de Down (SD) es una condición a nivel genético, muy común a nivel mundial. Los niños que tienen síndrome de Down presentan un exceso de material genético por la presencia de un cromosoma 21 adicional, por eso se lo llama comúnmente como trisomía 21. Así, el sujeto no tendría 46 cromosomas como los demás, si no 47. Toda esta variación genética produce cambios en el desarrollo del individuo y en las características propias de las personas con este síndrome, lo que se traduce en discapacidad intelectual y otras características biológicas,

psicológicas y sociales que impactan la vida del niño, su familia, la comunidad y la sociedad en general (Bastidas et al., 2013).

Desde otra perspectiva, Fernández (2016), nos menciona que el síndrome de Down se caracteriza por una deficiencia mental, así como por desafíos en el desarrollo físico y fisiológico, y problemas de salud que afectan al individuo. Desde esa mirada, las personas con síndrome de Down tienen algunas características que son fácilmente reconocibles, como ojos rasgados, su cráneo, nariz, orejas, manos y pies pequeños. Además, suelen presentar patologías asociadas como el hipotiroidismo, obesidad, problemas cardiacos y digestivos. Cabe mencionar que la discapacidad intelectual es una característica inherente a este síndrome.

Según lo expuesto previamente, tanto Bastidas et al. (2013), como Fernández (2016), coinciden en que el síndrome de Down conlleva una discapacidad intelectual debido a una anomalía genética en los cromosomas. Esta condición afecta a la capacidad de aprender y adaptarse a la vida diaria, presentando limitaciones en el funcionamiento intelectual y en la forma de integrarse socialmente.

Por otra parte, existen diferentes tipologías en el síndrome de Down. Clavijo (2014), refiere que hay tres tipos de síndrome de Down entre ellos están:

Trisomía 21: Se produce por la aparición de un cromosoma extra en el par 21 de las células. Esto ocurre debido a un error en la segregación del material genético durante la formación de las células, ya sea del padre o de la madre. En lugar de tener 23 cromosomas de cada progenitor, hay 24, lo que resulta en un total de 47 cromosomas. Como consecuencia, esto puede dar lugar a un niño con síndrome de Down.

Traslocación cromosómica: Se produce cuando un cromosoma del par 21 se rompe o se transfiere completo al cromosoma 14. Esto significa que, a pesar de tener un error en el cromosoma 21, hay una carga extra en el par de cromosomas 14.

Mosaicismo o trisomía en mosaico: Este tipo es el de menor aparición, pero se produce después de la concepción. Es decir, los cromosomas se unen, pero puede ocurrir que un cromosoma se desplace al par 21, resultando en tres cromosomas en el par 21, mientras que en otro cromosoma puede faltar uno.

El síndrome de Down se detecta desde el nacimiento por las características físicas comunes que suelen presentar, tales como:

El rostro plano y una nariz pequeña y achatada; los ojos almendrados, con fisuras palpebrales oblicuas, y las comisuras se inclinan hacia arriba. Se observa un desarrollo atípico de las orejas y un crecimiento óseo reducido en el tercio medio del rostro. También, sus maxilares y boca son pequeños, con una oclusión dental deficiente, lo que podría obligarles a respirar por la boca (Madrigal, 2004).

Los problemas respiratorios afectan el desarrollo de las mejillas y limitan la capacidad pulmonar. Además, tienen gran pliegue único en la palma de la mano, en lugar de dos separados. Por último, suelen presentar problemas en el desarrollo corporal, como una estatura baja en general (Madrigal, 2004). Desde esa perspectiva, las características físicas del síndrome de Down no solo se limitan a aspectos externos, sino que también facilitan una detección precoz. Además, se destaca que los rasgos faciales no guardan relación con el nivel cognitivo por lo que el trabajo con estos estudiantes debe en una evaluación integral y no únicamente en las características generales del síndrome.

Adicionalmente, Quirce et al. (2024), mencionan algunas otras características más que los individuos con síndrome Down tienen; como la forma del cráneo que es más reducida de lo habitual, la cabeza aplanada, marcas en el iris de los ojos, lengua larga y gorda (macroglosia), suelen tener hipotonía muscular, cuello corto y ancho, tendencia a la obesidad e hiperlaxitud articular. Esta última, en combinación con la hipotonía, puede causar una ralentización motora e inestabilidad en las vértebras. Así también existe mayor predisposición a ciertos problemas de

salud, como infecciones, defectos cardíacos, problemas en el sistema digestivo, trastornos sensoriales, entre otros.

Después de haber conocido cuáles son las características físicas del síndrome de Down, no podemos dejar de lado las características psicológicas que poseen estas personas. Svetnik (2005), menciona algunas características psicológicas que poseen las personas con síndrome de Down entre ellas tenemos:

La imitación. – es una acción o efecto que la persona adquiere de forma consciente o inconsciente por la que imita expresiones, gestos, actitudes, patrones que observa de las personas que le rodean. La imitación empieza desde la infancia, cuando los bebés intentan comunicarse empleando los gestos que observó de su familia. Es por ello que, es crucial que el niño con síndrome Down crezca en un ambiente armónico donde los padres y hermanos sean buen ejemplo para proveer al niño un crecimiento adecuado.

Esta característica es temporal, es decir desaparece en la primera infancia en los niños neurotípicos; sin embargo, en los con niños con síndrome de Down tiene una mayor duración debido a que son personas que aprenden visualmente o por imitación.

La obstinación. – se atribuye a sus factores emocionales, es decir su actitud cambia de acuerdo con la forma de hablar de las personas hacia ellos o cómo los traten. Además, las personas con este síndrome suelen imponer sus preferencias en cualquier ámbito hasta llegar al punto de aburrirse de la misma acción que realizan.

La afectividad. – esta característica es innata en los niños con síndrome de Down, suelen mostrar un gran interés por las personas, sus caras, expresiones, favoreciendo su aprendizaje social. Poseen una capacidad para detectar el estado de ánimo de las personas mostrando empatía cariño y apoyo. Regularmente buscan atención, por ello son sociales y abiertos mostrando sus sentimientos con los demás. Pero, si el entorno familiar es agresivo, el niño replicará los

comportamientos de manera similar. Sin embargo, hay que tener en cuenta la diferencia entre la afectividad y la sobreprotección, ya que lo último afectaría negativamente al desarrollo del niño.

Afabilidad. – a las personas con síndrome de Down, les gusta que los traten bien, con cariño, respeto y los mimen. Es por ello, que los padres tienen que impulsarlos y motivarlos para realizar cualquier acción demostrando que son capaces de hacerlo.

Sensibilidad. – esta característica permite que el niño entienda que existen acciones que se deben tomar en ciertos momentos. Para ello, se establecen normas de disciplina dentro y fuera del hogar, para que el niño tome interés por ciertas actividades, rutinas, que permitan el desenvolvimiento como miembro de una sociedad.

Sociales. – como bien se sabe los niños con síndrome de Down son sociables y afectivas con las personas a su alrededor, desde pequeños por su curiosidad por aprender actúan con humor y simpatía. Sin embargo, si se les muestra actitudes de rechazo, discriminación, marginación puede causar en ellos baja autoestima, alteraciones en las conductas y aislamiento total.

Del mismo modo, Quilambaqui (2013), nombra algunas características más como:

La personalidad. – presentan resistencia a ciertos cambios, si perciben actividades difíciles prefieren no implicarse, dependen mucho de los adultos, tienen poca iniciativa para realizar tareas y si tienen apego por algún objeto o actividad se inclinan por aquello que ya conocen o dominan.

Procesos cognitivos. - procesan la información visual más que la auditiva, existe un desfase en su capacidad para comprender lo que se les dice y habilidad para expresarlo verbalmente, realizan las tareas impulsivamente, pero sus respuestas son lentas, tienen dificultad en la distribución de actividades de su día a día, tienden a agotarse con facilidad después de una tarea y poseen un estilo de aprendizaje tardío. Además, existe un déficit de memoria a corto plazo que tienen estos niños.

Por todo lo anterior, se conoce que el síndrome de Down es una anomalía cromosómica que se da con mayor frecuencia en el cromosoma 21. Sus rasgos posibilitan conocer más acerca de estos individuos y cómo influyen en la ejecución de determinadas tareas. Por tanto, es importante hablar de las habilidades de autocuidado y cómo el síndrome de Down influye en ellas.

1.3 Habilidades de Autocuidado, definición, en la discapacidad y clasificación.

Las habilidades constituyen un conjunto de capacidades orientadas a la realización eficiente de actividades. Así mismo estas habilidades se las va adquiriendo a lo largo de la vida mediante la experiencia en diferentes entornos. Según Torres (2017), las habilidades se basan en lo que las personas pueden hacer con sus condiciones neurofisiopsicológicas; pueden ser integradoras cuando se realizan en algunas situaciones y especificas cuando se requieren en ciertas tareas.

En cambio, Tobon (2003), menciona que “El autocuidado tiene que ver con aquellos cuidados que se proporciona la persona para tener una mejor calidad de vida” (p. 1). El autocuidado está profundamente relacionado con las decisiones y hábitos que una persona adopta para proteger su salud y mejorar su calidad de vida. Esto incluye aspectos como mantener una alimentación correcta, elegir una forma de vestir que le resulte cómoda y adecuada, así como cuidar su bienestar emocional, reconociendo la importancia de la salud mental y emocional en su vida diaria.

Por consiguiente, si unimos estos dos conceptos, obtenemos como resultado que las habilidades de autocuidado son las capacidades que tienen las personas para cuidar de sí mismas. Además, a medida que pasa el tiempo y el sujeto se desarrolla, estas habilidades pueden irse afirmando y mejorando, lo que da como fruto un buen desempeño en el cuidado personal.

Según Ruiz (2020), las habilidades de autocuidado se refieren al cuidado personal en términos de higiene, alimentación, ropa y salud; estas son una de las estrategias para alcanzar la

autonomía y la inclusión en diversas áreas. Por lo tanto, estas destrezas ayudan a la optimización integra a nivel individual.

Por otra parte, Romero (2019), nos menciona que las habilidades de autocuidado son actividades cotidianas las personas las realizan de manera habitual e independiente en los diferentes ámbitos de su vida.

A partir de lo anterior, tanto Ruiz (2020), como Romero (2019), coinciden en que las habilidades de autocuidado son fundamentales para incentivar la autonomía y la independencia en los diferentes contextos. Los autores sostienen que estas habilidades permiten la participación de las personas en diversos procesos sociales a los que se enfrentan en el diario vivir. Mientras que para Ruiz (2020), las habilidades de autocuidado se refieren a una serie de acciones prácticas que tienen que ver con la higiene, la alimentación y la forma de vestir, Romero (2023), destaca que dichas habilidades se las realizan de manera habitual. Por consiguiente, para este estudio adoptamos la postura de Ruiz (2020), ya que su enfoque se ajusta de manera más directa a las habilidades específicas que buscamos observar y fortalecer en el caso analizado.

El desarrollo de las habilidades de autocuidado es fundamental para todas las personas, especialmente para aquellas con Síndrome de Down. Rojas y Méndez (2023), señalan que las habilidades de autocuidado en personas con discapacidad constituyen un conjunto de destrezas que se desarrolla a lo largo de su vida, mediante la experiencia y las enseñanzas brindadas por la familia, la escuela y la comunidad en general. Estas habilidades favorecen a la adopción de un estilo de vida saludable y promueva la autonomía personal.

Como hemos visto, este síndrome presenta diversas características que pueden restringir el desarrollo autónomo de ciertas conductas. No obstante, con el apoyo adecuado y el tiempo necesario, es factible fortalecer estas habilidades. Por lo tanto, se sugiere que estas habilidades sean impartidas desde una edad temprana, especialmente en el caso de niños con discapacidad, con el objetivo de promover su desarrollo progresivo. Asimismo, es esencial erradicar prejuicios o pensamientos negativos que sostengan que el niño no es capaz de aprender o progresar debido

a su condición. Por el contrario, la perseverancia y el acompañamiento constante son fundamentales para fomentar la autonomía de la persona, lo cual no solo constituye un logro significativo, sino que también proporciona un alivio y una satisfacción a las familias.

Las habilidades de autocuidado se conciben como componente esencial de la independencia en el cuidado personal. En este sentido, Ruiz (2012) propone la siguiente clasificación las habilidades de autocuidado:

1.3.1 Higiene personal

En relación con este componente, Martínez (2004) señala que "la higiene personal tiene por objeto colocar a la persona en las mejores condiciones de salud frente a los riesgos del ambiente y del propio individuo, lo cual, va a ser fundamental en la prevención de enfermedades" (p. 2). Por consiguiente, la higiene personal no significa estar o verse limpio por fuera, sino que son acciones que se adquieren para proteger al cuerpo de agentes internos como externos, para la obtención de una buena calidad de vida.

De la misma manera, las destrezas de higiene comprenden acciones como lavar el cuerpo, el cabello, el rostro, las manos y los dientes. La limpieza y aseo de forma regular previene los problemas de salud (Bender y Valletutti,1981). Por lo tanto, las destrezas de higiene adecuadas como, lavarse las manos, bañarse, cepillarse los dientes, mantener las uñas limpias regularme, reducen el riesgo de contraer enfermedades. A la vez que si la persona se siente limpia mejora la autoestima y la confianza para mantener relaciones con otros.

De acuerdo con lo expuesto anteriormente, Martínez (2004), así como también Bender y Valletutti (1981), concuerdan en que el aseo personal constituyes un componente fundamental para la prevención de enfermedades y el cuidado de la salud. Martínez (2004), trata la higiene desde una perspectiva general y preventiva. Bender y Valletutti (1981), por otro lado, detallan que las habilidades de higiene contienen actividades específicas como lavarse el cuerpo, el cabello, la cara, las manos y los dientes; enfatizan también que al cumplir estas acciones de manera frecuente ayuda a evitar problemas de salud. De manera que, para el estudio actual

tomamos lo dicho por Bender y Valletutti (1981), pues su perspectiva ofrece pautas específicas y observables para analizar y fortalecer las capacidades higiénicas en el ámbito de la educación y de la inclusión de individuos con discapacidad.

En efecto, la higiene personal comprende un conjunto de actividades esenciales que toda persona debe realizar en su vida diaria. Entre estas prácticas se incluyen acciones como tomar una ducha diariamente, cepillarse el cabello, cepillarse los dientes, utilizar hilo dental y enjuague bucal, así como lavar el rostro y las manos después de cada actividad. La realización correcta y constante de estas acciones no solo contribuye a la prevención de enfermedades, sino a un mejor aspecto y un bienestar integral.

1.3.2 Habilidades de alimentación

La alimentación es un requisito fisiológico que toda persona debe cumplir. En este campo es posible identificar tanto la variedad de alimentos que se ingieren como los utensilios que se emplean y gestionan para el consumo (plato, cuchara, tenedor, cuchillo). La capacidad para alimentarse requiere de ciertos procedimientos como la masticación, la deglución, la digestión y ciertas habilidades para el manejo correcto de los utensilios (Ruiz, 2012).

De igual manera, Zazo y Giner (2016), señalan que la alimentación es la actividad mediante la que tomamos del mundo exterior sustancias necesarias para nutrirnos.

Tanto Ruiz (2012) como Zazo y Giner (2016), coinciden en que la alimentación es una necesidad fisiológica fundamental para el ser humano. Sin embargo, Ruiz (2012), enfatiza lo crucial que es el uso apropiado de los utensilios (el cuchillo, la cuchara, el tenedor y el plato), haciendo hincapié en que para comer es necesario desarrollar destrezas motoras para realizar esta actividad de forma independiente. Zazo y Giner (2016), por su parte, destacan que la alimentación es el proceso a través del cual una persona incorpora elementos de su entorno para nutrirse. Por lo tanto, para este estudio tomamos el punto de vista de Ruiz (2012), porque su perspectiva se adecúa mejor a las metas de la investigación; no solamente trata la alimentación en términos fisiológicos, sino que también incluye el elemento práctico y funcional vinculado al

empleo de utensilios, un factor esencial para fomentar la autonomía en personas con discapacidad.

Se recalca que la alimentación es fundamental en la vida diaria, ya que los alimentos proporcionan nutrientes esenciales que ayudan al cuerpo a desarrollarse de manera óptima. Por esta razón, es importante que las personas consuman alimentos ricos en minerales, proteínas y vitaminas. Esto adquiere aún más relevancia en el caso de niños con discapacidad, como el síndrome de Down, ya que suelen nacer con defensas bajas, lo que hace que una alimentación adecuada sea crucial para su desarrollo integral y su capacidad de desenvolverse en el ámbito social.

Para lograrlo, es importante que los niños adquieran habilidades de autonomía relacionadas con la alimentación, lo que incluye el uso correcto de diversos utensilios de cocina, como cucharas, tenedores, y otros. Asimismo, deben aprender a identificar si un alimento está en buen estado o dañado, saber cómo pelar una fruta para consumirla y eventualmente, prepararse sus propios alimentos. Estas habilidades no solo contribuyen a su desarrollo integral, sino que también fomentan su autonomía e independencia.

1.3.3 Vestimenta

De Souza (2019) “La vestimenta como un hecho social no solo se revela para cubrir o decorar el cuerpo humano, sino que también sirve para establecer normas de conveniencia en el cotidiano social” (p.45). En ese caso, la vestimenta ayuda a las personas a sentirse bien dentro del contexto en el que conviven.

Por otra parte, Bender y Valletutti (1981), indican que esta actividad se refiere a una serie de habilidades que el individuo adquiere de manera autónoma a medida que transcurre cada temporada. Inicialmente, se forma para saber cómo colocarse la camisola, abrocharla, colocarse los jeans, las medias, los tenis y posteriormente se preparará para retirarse la ropa.

Pues bien, De Souza (2019) y Bender y Valletutti (1981), si bien con enfoques distintos coinciden en que vestirse es una actividad primordial en la vida diaria. Souza (2019), acentúa

que la vestimenta no solo tiene una intención de cubrir o adornar el cuerpo, sino que además ejerce una función social al establecer reglas y pautas de convivencia en la vida diaria. Con respecto a Bender y Valletutti (1981), ellos se enfocan en las competencias prácticas vinculadas con la vestimenta, indicando que estas se adquieren de forma paulatina: Primero adquiere la habilidad de colocarse la camisa y el pantalón; posteriormente, la de abrocharse la camisa y, por último, la de retirarse las prendas de manera autónoma. Por lo ello, para esta investigación se guía a partir del enfoque de Bender y Valletutti (1981), ya que su enfoque posibilita la formulación de criterios precisos y observables para la enseñanza y supervisión en cuanto a las habilidades de vestimenta en personas con discapacidad, promoviendo el fortalecimiento de su autonomía diaria.

Con todo lo mencionado, se sabe que la vestimenta posee un carácter social y fue creada inicialmente con el propósito de cubrir el cuerpo. Sin embargo, a lo largo del tiempo, ha evolucionado hasta convertirse en un símbolo de estatus, identidad y expresión social que refleja quién eres o lo que te gusta. Esto también aplica a las personas con discapacidad, quienes tienen sus propios gustos y preferencias en cuanto a la vestimenta. Además, en algunos casos, sus elecciones pueden estar relacionadas con factores como alergias u otras condiciones que influyen en cómo se visten. Las personas con discapacidad enfrentan varias complicaciones relacionadas con la vestimenta. Sin embargo, una acción tan sencilla como escoger su ropa y vestirse puede contribuir a que se sientan bien con su personalidad y sean aceptadas como parte de un grupo social.

1.4 Base legal

A nivel macro, la actual investigación está basada en normas mundiales y nacionales que cuidan los derechos de las personas con dificultades, fomentando su inclusión, autonomía y el crecimiento completo. Entre los principales papeles legales sobresalen: La Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (CDPD), adoptada por la Asamblea General de las Naciones Unidas en 2006 y ratificada por Ecuador en 2008. La cual, reconoce el derecho de las

personas con discapacidad a moverse libremente y usar ayudas para su movilidad como sillas de ruedas.

La CDPD (2006), en su Artículo 19: Derecho a vivir de forma independiente y a ser incluido en la comunidad menciona que “reconocen el derecho en igualdad de condiciones de todas las personas con discapacidad a vivir en la comunidad, con opciones iguales a las de las demás” (p.10).

Asimismo, en artículo 20: Movilidad personal indica que “Promueve la movilidad personal con independencia, facilitando el acceso a tecnologías de apoyo, dispositivos técnicos y capacitación en habilidades de movilidad” (p.11). De igual manera el artículo 26: Habilitación y rehabilitación resalta que “Fomenta servicios y programas para lograr la máxima independencia física, mental, social y vocacional, basados en las necesidades individuales” (p.13).

La normativa legal a nivel macro, representada principalmente por la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (CDPD), constituye un pilar fundamental para el desarrollo de habilidades de autocuidado en niños con síndrome de Down. Esta convención no solo reconoce el derecho de las personas con discapacidad a vivir de manera independiente e integrada en la comunidad, sino que también promueve la movilidad personal con autonomía y el acceso a programas de habilitación y rehabilitación, elementos importantes en el proceso de enseñanza del autocuidado.

Estas disposiciones respaldan legalmente la necesidad de brindar apoyo técnico, pedagógico y social para que los niños con discapacidad, desde edades tempranas, desarrollen competencias funcionales básicas como la higiene, la alimentación, el vestido y el manejo corporal. En este sentido, el marco legal internacional refuerza la responsabilidad de los Estados, y por ende de las instituciones educativas, de garantizar entornos accesibles y programas educativos inclusivos que potencien la autonomía y participación activa de los niños con síndrome de Down en su vida cotidiana.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

A nivel meso, se considera la Constitución de la República del Ecuador y el marco normativo del sistema educativo ecuatoriano que orienta las prácticas inclusivas y el desarrollo de habilidades funcionales en estudiantes con necesidades educativas especiales:

El principal referente de las leyes ecuatorianas es la Constitución de la República del Ecuador (2008), la cual reconoce en su Artículo 47 los derechos de las personas con discapacidad, asegurando su acceso a la educación, la salud, la participación social, el trabajo y el respeto a su autonomía e integridad personal. Este artículo es el que da soporte legal para incorporar habilidades de autocuidado en los procesos pedagógicos.

Por otra parte, la Ley Orgánica de Discapacidades (LOD) (2012), que establece los principios, derechos y garantías para las personas con discapacidad en Ecuador, promoviendo su inclusión social, educativa y laboral. En su artículo 23 se aborda la necesidad de generar condiciones de igualdad y accesibilidad, así como el fomento a la vida autónoma. Esto significa que los ambientes de aprendizaje tienen que proponer situaciones auténticas para que los estudiantes desarrollen competencias funcionales y no solo conocimientos teóricos.

Asimismo, la Ley Orgánica de Educación Intercultural (LOEI), reformada en 2021, que en su Artículo 49 reconoce el derecho de los estudiantes con discapacidad a recibir atención educativa especializada, con enfoques personalizados y adaptaciones curriculares que fomenten su desarrollo integral. Este articulo hace hincapié en enfoques personalizados como el desarrollo en su bienestar y cuidado personal para fomentar su máximo potencial en la vida.

De igual manera, el Reglamento General a la LOEI (2022), menciona la regularización de la organización del sistema educativo para garantizar una educación inclusiva, de calidad, equitativa y orientada al desarrollo de la autonomía y las habilidades de la vida diaria en estudiantes con discapacidad.

Por lo tanto, la normativa citada constituye un pilar fundamental para la investigación, al establecer el marco de legitimidad y relevancia social de abordar el autocuidado en personas con

síndrome de Down. Cada uno de los instrumentos legales mencionados refuerza la necesidad y el derecho a la promoción de la autonomía y las habilidades para la vida diaria en esta población.

A nivel micro, se reconoce la ausencia de documentos institucionales específicos que orienten de manera clara las acciones pedagógicas en torno al desarrollo de habilidades de autocuidado en el estudiante con síndrome de Down objeto de esta investigación. Durante el proceso de observación y diagnóstico en una Unidad de Educación Especial, no se encontraron protocolos, planes o lineamientos institucionales que aborden de forma concreta esta dimensión del aprendizaje funcional, lo que limita la actuación pedagógica coherente y sostenida.

2. Fundamentación Metodológica Acerca del Desarrollo Actual de las Habilidades de Autocuidado en un Estudiante con Síndrome de Down

En este apartado, se aborda todo lo referente al enfoque, paradigma, método de investigación, el uso de un estudio de caso dividido en varias fases. Además, se manifiesta la operacionalización de las categorías, técnicas y herramientas utilizadas para llevar a cabo este proyecto. Todos estos procedimientos y estrategias están diseñados para cumplir con el objetivo específico número dos. Se plantearon actividades bien organizadas las cuales sirvieron para recolectar información precisa en cada una de ellas. Finalmente, se analizará la información para conocer los resultados.

2.1 Paradigma

El tipo de paradigma que orienta esta investigación es el paradigma interpretativo hermenéutico, que según Beltrán y Ortiz (2020), es una metodología de investigación que se dedica a entender la realidad social mediante las vivencias y significados que las personas presentan en sus contextos. Además, este resalta cómo evoluciona las relaciones de los individuos con su entorno. Por ello, se realizó una interacción directa con el estudiante con síndrome de Down en el aula clases y las actividades que realizaba dentro y fuera de ella. De esta manera, se logró identificar e interpretar a través de la realidad las necesidades que presentaba en las diversas actividades que se realizaba diariamente.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

2.2 Enfoque

Esta investigación se desarrolló bajo un enfoque cualitativo, que se centró en entender de manera profunda al sujeto, comprendiendo su características, conductas y necesidades en particular. Según Blasco y Pérez (2007), el enfoque cualitativo se dedica a examinar la sustantividad y su manifestación en entorno auténticos, sustrayendo y descifrando hechos en relación con los individuos implicados.

A su vez, Hernández et al. (2014), nos menciona que la indagación cualitativa es un es un conjunto de técnicas interpretativas que permiten "ver" el mundo, alterar su esencia y convertirlo en una serie de representaciones a través de observaciones, notas, grabaciones y documentos. Entonces este enfoque permitió emplear técnicas e instrumentos necesarios para recopilar la información para posteriormente proceder con su respectivo análisis.

2.3 Método de investigación

Se utiliza el estudio de caso como método de investigación. Para Yin (2009), el estudio de caso es un método y un concepto de investigación utilizado para realizar un análisis en profundidad de un fenómeno o tema de investigación en particular. También, Yin (2009), lo define como un proceso de investigación que incluye métodos y procedimientos rigurosos, que son pensados para la recopilación de datos y procesos de revisión apropiados para responder preguntas de investigación. Por lo tanto, permite una comprensión y análisis profundo del fenómeno, agilizando el acercamiento a la realidad educativa que tiene el estudiante con síndrome de Down de la Unidad de Educación Especial.

La investigación se desarrolló en una Unidad de Educación Especial, localizada en la ciudad de Paute. Dentro de ella se puede encontrar el aula número cinco liderada por una docente y siete estudiantes con diferentes necesidades educativas. Entre los estudiantes se ha seleccionado como caso de estudio único a un adolescente con síndrome de Down por sus particularidades y dificultades en el desempeño autónomo de las tareas diarias en el entorno escolar. Es decir, tiene dificultad para desarrollar habilidades de autocuidado, especialmente en actividades relacionadas con el aseo personal, vestimenta y habilidades de alimentación.

También demuestra limitaciones en la motricidad fina, justificando la necesidad de esfuerzos educativos en esta área.

En este sentido, el estudio de caso único es una investigación cualitativa que se enfoca en el examen minucioso y exhaustivo de un asunto, suceso, entidad o fenómeno (Roussos, 2007). Por tal razón, al investigar y explorar un caso en cuestión, resulta beneficioso porque se puede enfrentar los desafíos que se hallan con mayor eficacia.

2.3.1 Fases del Estudio de Caso

Jimenes (2012), refiere que es necesario seguir diversas etapas generales del análisis de caso para preservar el ritmo de la investigación. A continuación, se mencionan dichas fases que se han efectuado en este análisis.

1.Selección y definición de caso

Para cumplir con este paso, se realizó la observación en el aula número cinco de una Unidad de Educación Especial y se seleccionó al estudiante con síndrome de Down debido a que este tenía dificultades en su independencia, que son importantes en la sociedad y su cotidianidad. A través de los registros en el diario de campo se constató que el sujeto tenia dificultades al lavarse la cara, las manos, cepillarse los dientes, utilizar utensilios, entre otros. Por eso es un estudio de caso único.

2.Elaboración de las preguntas que guíen nuestro proceso investigador en un primer momento.

En este contexto, es fundamental formular un conjunto de preguntas precisas y detalladas que guíen la investigación. Estas preguntas permitirán recopilar la información necesaria para comprender a profundidad las habilidades de autocuidado del estudiante, los factores que afectan su desarrollo y las probables áreas de intervención.

Una vez seleccionado el tema realizaremos preguntas con el qué, el por qué y el cómo que servirán para la investigación.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

¿Culés son los problemas que presenta?

¿Por qué el estudiante presenta estas dificultades?

¿Qué se puede hacer para desarrollar estas carencias?

¿Cómo se beneficia el estudiante al intervenir en estas carencias?

3.Localización de las fuentes de información y obtención de las mismas

Esta fase el investigador determina las fuentes de información necesarias para responder a las preguntas planteadas. Esto puede incluir observaciones, entrevistas, documentos, y otros recursos que proporcionen datos relevantes sobre el caso. La elección de las fuentes es una parte importante para garantizar que la información sea válida.

Por lo cual, en este estudio se realizaron observaciones a través de diarios de campo, guías de observación, entrevistas a la docente y madre de familia, revisiones de literatura institucional y fichas psicopedagógicas.

4.Análisis de datos e interpretación

Después de la fase de recopilación de información, los instrumentos fueron organizados para que pudiera realizarse su respectivo análisis. Este paso es importante para comprender qué necesita el estudiante y que estrategia de intervención se puede llevar a cabo.

5.Elaboración del informe

Se elaboró un informe con los resultados obtenidos en las observaciones y documentos establecidos. Dentro de este se menciona cada detalle del estudiante y la vez que se propone una propuesta de intervención que puede ayudar a las necesidades que presenta el estudiante.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

2.4 Categoría de análisis

Según Rivas (2015), una categoría de análisis es un enfoque metodológico utilizado para explicar un fenómeno que estamos investigando. Dentro de las categorías de análisis hay subcategorías e indicadores que nos orientan en el proceso de investigación.

Por consiguiente, en esta investigación se estableció como categoría de análisis a las "habilidades de autocuidado". La cual está definida por Ruiz (2020), quien señala que se refieren al cuidado personal en términos de higiene, alimentación, ropa y salud; estas son una de las estrategias para alcanzar la autonomía y la inclusión en diversas áreas.

Las habilidades de autocuidado se dividen en tres subcategorías: higiene personal, habilidades de alimentación y vestimenta. Dentro de cada subcategoría seleccionamos algunos indicadores, para la higiene personal tenemos (cepillarse los dientes solo, lavado correcto de manos y rostro, usa apoyo para ir al baño), para las habilidades de alimentación (uso correcto de la cuchara) y para la vestimenta (abotonado y desabotonado de prendas y atado de cordones). Todo lo mencionado es esencial para esta investigación.

A continuación, se presenta la Tabla 1 de la operacionalización de la categoría de análisis, con sus respectivas subcategorías, indicadores, objetivos y sujetos a quienes va dirigido.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Tabla 1: Operacionalización de la categoría de análisis

Categoría de análisis	Definición	Definición operacional	Subcategorías	Indicadores
Habilidades de autocuidado	Ruiz (2020), señala que las habilidades de autocuidado se refieren al cuidado personal en términos de higiene, alimentación, ropa y salud; estas son una de las estrategias para alcanzar la autonomía y la inclusión en diversas áreas.	Para la comprensión de las habilidades de autocuidado, se ha planteado una definición propia centrada en la autonomía personal del individuo que se clasifica y las divide por tres dimensiones como la higiene, alimentación, ropa y salud, considerándolas como clave para alcanzar la autonomía. Las habilidades de autocuidado son actividades para el cuidado personal que se enfocan en la higiene personal, la alimentación y la vestimenta.	**Higiene personal**	- Cepilla sus dientes solo. - Lava su rostro de manera correcta. - Se lava las manos correctamente. - Se dirige al baño con apoyo o de manera independiente.
			Habilidades de alimentación	- Usa correctamente la cuchara.
			Vestimenta (ropa)	- Se abotona y desabotona las prendas. - Se ata los cordones de los zapatos.

2.5 Técnicas e instrumentos de recolección de información

Para la recolección de la información se emplearon las siguientes técnicas e instrumentos.

2.5.1 La observación participante

Según Díaz (2014), la observación participante es una técnica cualitativa fundamental en la investigación de estudios de caso, especialmente en contextos donde se busca comprender la dinámica social y comportamiento de los individuos en su entorno natural. Este mismo autor menciona que esta técnica significa que el investigador se involucra activamente en el contexto indagado, lo que le permite lograr una comprensión más profunda y contextualizada de los fenómenos observados (Díaz, 2014). En este caso, se buscaba observar y analizar las habilidades de autocuidado del estudiante en situaciones reales, como vestirse, comer e ir al baño, lo que hacía esencial una aproximación contextualizada.

2.5.2 Diario de campo

Un Diario de Campo es una de las herramientas que te permite sistematizar tu práctica investigativa cada día; Además, nos permite mejorarlos, enriquecerlos y transformarlos (Martínez, 2007). Así mismo Valverde (1993), considera que el diario de campo puede ser descrito como un instrumento de almacenamiento de información procedimental, similar a la versión específica de una libreta, pero con una gama de uso extendido y ordenado sistemáticamente en relación a los datos que se busca recopilar en cada uno de los informes. Pero a través de diversas técnicas de recopilación de datos para entender la realidad, explorar acontecimientos nuevos en la circunstancia que se atiende, y seguir un proceso de investigación. Por tanto, el diario de campo permite plasmar todo lo que se vio en la práctica, pero de forma escrita que permite el almacenamiento de una averiguación con el fin de tener una argumentación de información.

El diario de campo permitió obtener datos relevantes sobre la línea de indagación, así como registrar datos de manera detallada, lo cual fue de gran ayuda para identificar y delimitar el problema de investigación. Asimismo, se recopiló información de la institución educativa, como sus normas y documentos institucionales, entre otros aspectos. Además, se recopiló información dentro y fuera del aula sobre el individuo estudiado: su conducta, nivel socioemocional, intelectual, habilidades, fortalezas y debilidades. Toda esta información resultó fundamental para

el desarrollo de la investigación, ya que permitió comprender mejor la situación y determinar posibles acciones para mejorar el problema identificado.

Este instrumento tuvo como objetivo el registrar el desarrollo de habilidades básicas de autocuidado, como la higiene personal, la alimentación y el vestido, en un adolescente con síndrome de Down de una Unidad de Educación Especial. Este registro permitió identificar áreas de fortaleza y debilidad para diseñar estrategias y actividades orientadas a promover su independencia y autonomía (ver **Anexo A**).

2.5.4 Guía de observación

Para Campos y Lule (2012), la guía de observación es la herramienta que posibilita que el espectador se ubique de forma sistemática en lo que verdaderamente es enfoque de estudio; además, es el instrumento que dirige la recopilación y adquisición de datos e información sobre un área o suceso.

Se recopiló información de suma relevancia utilizando la guía de observación bien organizada en el caso. Empleamos la guía para ver solo lo observable dentro del aula y la institución educativa. Todos los datos que se querían recolectar tenían un orden y un propósito que respondan a las variables o indicadores del problema, además de que sea capaz de resistir el análisis en cualquier instante de la investigación sin comprometer su validez.

Aunque la observación es flexible, tener una guía proporciona un marco para asegurar que se recojan datos relevantes y coherentes. Utilizamos la guía de observación como una herramienta para centrarse en áreas importantes de desarrollo de las habilidades de autocuidado. La intención de esta guía era poder observar y registrar cómo se comporta el adolescente, cuáles son sus habilidades y que patrones de conducta tiene el estudiante en relación con el autocuidado. Por medio de una guía de observación, logramos un acercamiento sistemático para identificar todas las áreas más relevantes del autocuidado. Allí mismo, pudimos recoger la información detallada, lo que se necesita para diseñar las respuestas específicas a las áreas más significativamente destacadas (ver **Anexo B**).

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

2.5.5 Entrevista Semiestructurada

Para Villarreal y Cid (2022), la entrevista semiestructurada o semiestandarizada promueve la creación de conocimiento y su posterior interpretación; al igual que cualquier entrevista, necesita las condiciones ideales para que se produzca un intercambio dialógico entre el entrevistador y el entrevistado. Por lo tanto, en esta investigación, la entrevista permitió obtener información personalizada y detallada desde la vivencia y entendimiento de las personas que están en contacto con el sujeto de estudio. A la vez, que se generó un espacio más amplio para la investigación que proporciona información desde diferentes perspectivas.

2.5.6 Guía de preguntas

Para Lucero y Saldaña (2024), el recurso vinculado a la entrevista es una guía de preguntas, que hace referencia al catálogo de asuntos que se abordan en el estudio. Esta guía es un instrumento que permite al indagador entender la raíz del problema y buscar su resolución completa o parcial.

La guía de preguntas es una herramienta utilizada en diversas situaciones, como entrevistas, estudios, encuestas y procesos de enseñanza. Consiste en un conjunto de preguntas organizadas que tienen como objetivo recolectar información relevante y coherente sobre un tema específico. La estructura de la guía permite recoger las respuestas necesarias de manera completa. Además, se organiza en un esquema que sirve como referencia para la persona que realiza la investigación, guiándola en el transcurso del levantamiento de información.

Este instrumento fue fundamental para recopilar información sobre la experiencia y perspectiva de la madre y la docente respecto al desarrollo, necesidades y comportamientos del adolescente. El uso de una guía de entrevista semiestructurada permitió una exploración exhaustiva del contexto familiar y educativo y la complementó con datos observados directamente en el aula. Además, ayudó a construir una visión integral del desarrollo del estudiante, considerando tanto su entorno educativo como familiar, lo cual fue esencial para diseñar estrategias efectivas de intervención (ver **Anexo C**).

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

2.5.7 Análisis documental

Para Barbosa et al. (2013) La revisión documental se representa de una manera sostenible para enfocar y respaldar el trabajo de revisión de los documentos de fuentes de información a partir de los temas de investigación pertinentes (el problema y sus temas consultivos).

La revisión documental es considerada como un proceso en el que se analiza e interpreta la información que se encuentra incluida en los documentos pertinentes. Estos se clasifican en documentos primarios (fuentes originales, leyes, normativas, planes de educación, informes) y documentos secundarios (interpretaciones y análisis que se derivan de documentos primarios). Estos fortalecen la validez de ésta ya que se hace a partir de fuentes fundamentadas y fiables.

2.5.8 Fichas documentales.

Según Acosta (2023), las fichas documentales son instrumentos prácticos que sirven para sintetizar, ordenar y recordar datos importantes de las diferentes fuentes consultadas. Para ello se utilizó en esta investigación la ficha psicopedagógica del caso de estudio otorgada por la psicóloga de la institución educativa.

Yagual (2023), señala que una ficha de observación psicopedagógica es un recurso empleado en el campo de la psicopedagogía para recoger datos acerca del progreso, la conducta y las capacidades de una persona dentro del ámbito educativo. La ficha psicopedagógica es una herramienta de evaluación utilizada en la psicopedagogía individualizada. Permite recoger datos y valorar el desempeño de cada participante en el estudio. Estas fichas se utilizan como herramientas cuyo uso es fundamental para comprender y optimizar la capacitación de los estudiantes, pues permiten personalizar el aprendizaje.

Para llevar adelante el análisis, se solicitó a la psicóloga de la institución la ficha psicopedagógica del estudiante. Esta información resultó de gran relevancia, ya que nos permitió conocer diversos aspectos clave del estudiante, tales como sus antecedentes familiares, sus fortalezas y debilidades, así como el porcentaje de discapacidad que presenta. Además, nos brindó una visión clara de las áreas en las que el estudiante necesita mejorar para potenciar su autonomía personal (ver **Anexo D**).

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

2.6 Análisis de la información.

Para Alzás y García (2017), la utilización de la triangulación como método de investigación permite un análisis integral de la información, facilita la mitigación de sesgos en la investigación y promueve un análisis de resultados más matizado, diverso y completo. En esta investigación se utiliza la triangulación para combinar la información de las distintas partes de los instrumentos, logrando así una mejor comprensión del fenómeno. Se interpretaron los indicadores que arrojaron cada resultado y, a partir de la comparación e integración de estos, se elaboró un resultado final que integrará de manera coherente la información recolectada.

A continuación, se muestra la Tabla 2, que ilustra la triangulación de los datos obtenidos mediante las diversas técnicas e instrumentos de investigación:

Tabla 2. Triangulación de información de los instrumentos

Categoría	**Subcategoría**	**Indicadores**	**Revisión bibliográfica**	**Observación participante**		**Entrevista Semi estructurada**		**Análisis documental.**	**Análisis de los resultados.**
Habilidades de autocuidado. (HA)	Higiene personal (HA_HP)	- Cepilla sus dientes solo. (HA_HP_CDS) - Lava su rostro de manera correcta. (HA_HP_LRMC) -Se lava las manos correctamente. (HA_HP_LMC) -Se dirige al baño con apoyo o de manera independiente. (HA_HP_DBAMI)	Las destrezas de higiene comprenden acciones como **lavar el cuerpo, el cabello, el rostro, las manos y los dientes.** La limpieza y aseo de forma regular previene los problemas de salud (Bender y Valletutti,1981).	**Diario de campo**	**Guía de observación**	**Madre de Familia**	**Docente**	**Fichas de análisis documental**	Se demuestra que el estudiante necesita de apoyo para bañarse, cepillarse los dientes, lavarse la cara, manos y para ir al sanitario.
				El estudiante **cepilla sus dientes, lava su cara y va al baño con apoyo** de la docente.	El estudiante **necesita que se le recuerde lavarse las manos, cepillarse los dientes y para ir al baño,** debido a que no controla esfínteres.	Menciona que se **resiste a lavarse la cara**, **el cepillado dental, lavarse las manos e ir al baño lo hace con apoyo.**	Menciona que el estudiante **se lava las manos y cepillado de dientes con apoyo.** Además, que **no controla esfínteres.**	El informe menciona que el estudiante **requiere ayuda para su higiene personal,** ya que **no se baña solo y necesita apoyo para el cepillado de dientes.**	
	Habilidades de alimentación (HA_HDA)	- Usa correctamente la cuchara. (HA_A_UCC)	La alimentación es un requisito fisiológico que toda persona debe cumplir. En este campo es posible identificar tanto la variedad de alimentos que se ingieren como **los utensilios que se emplean y gestionan para**	El estudiante **come comidas blandas y necesita apoyo para el uso de la cuchara.**	El estudiante come solo comidas blandas y bebidas. **Utiliza la cuchara solo si recibe ayuda.**	Menciona que consume alimentos líquidos o blandos y es necesario **darle de comer con cuchara, ya que derrama la comida.**	Menciona que el estudiante no consume alimentos duros y **no utiliza correctamente la cuchara.**	Señala que tienen **cierta intolerancia a algunos alimentos** como la lactosa.	Se demuestra que el estudiante necesita apoyo para utilizar la cuchara y que tienen cierta intolerancia aciertos alimentos.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

			el consumo (plato, cuchara, tenedor, cuchillo). La capacidad para alimentarse requiere de ciertos procedimientos como la masticación, la deglución, la digestión y ciertas habilidades para el manejo correcto de los utensilios (Ruiz, 2012).						

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

	Vestimenta (HA_V)	- Se abotona y desabotona las prendas. (HA_V_ADP) - Se ata los cordones de los zapatos. (HA_V_ACZ)	Esta actividad se refiere a una serie de habilidades que el individuo adquiere de manera autónoma a medida que transcurre el tiempo. Inicialmente, **aprende a colocarse la camisa, abotonarla,** ponerse los pantalones, los calcetines y **los zapatos** y posteriormente aprenderá a retirarse las prendas. (Bender y Valletutti,1981)	El estudiante se viste con ayuda, **no puede abotonarse o desabotonarse las prendas** de vestir.	El estudiante **necesita apoyo para colocarse los zapatos, atarse los cordones y abotonarse el pantalón.**	Menciona que **no sabe abotonarse las prendas de vestir y amarrarse los cordones.**	Menciona que el estudiante **no puede abotonarse el pantalón o camisa**.	Señala que **no sabe colocarse las prendas que tienen botones.**	Se demuestra que el estudiante requiere apoyo para vestirse como abrocharse las prendas y atarse los cordones de los zapatos.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

2.7 Análisis y resultados

En este apartado se presenta los resultados del análisis que realizamos en la recopilación de instrumentos utilizados para la investigación y que se basó en torno a la pregunta de investigación ¿Cómo desarrollar las habilidades de autocuidado en un estudiante con síndrome de Down que asiste al aula 5 de una Unidad de Educación Especial?

Para realizar el proceso de análisis se aplicó la triangulación de la información, que consistió en contrastar todos los datos provenientes de la diferentes técnicas y herramientas. En tal sentido, la información que se generó a través de la observación participante fue comparada con las entrevistas de la docente y la madre y así mismo con los datos del informe psicopedagógico. Todo esto se realizó con la finalidad de tener una compresión más profunda del caso.

Este procedimiento permitió confirmar la existencia de dificultas del desarrollo de las habilidades de auto cuidado especialmente en actividades que tiene relación con la higiene personal, habilidades de alimentación y la vestimenta. También se reconoció algunas fortalezas del estudiante como su capacidad de imitación y su disposición para participar en actividades que le agraden.

En la subcategoría de higiene personal, el estudiante presenta dificultades en diversas actividades, como bañarse, cepillarse los dientes, lavarse la cara, las manos y usar el sanitario, lo que dificulta su autonomía personal y le hace requerir apoyo en estas destrezas.

Los resultados mencionados pueden justificarse a través de la investigación de Bender y Valletutti (1981), que señalan que las destrezas de higiene comprenden acciones como lavar el cuerpo, el cabello, el rostro, las manos y los dientes. Además, la limpieza y el aseo de forma regular previenen problemas de salud.

Cabe destacar que algunas de estas actividades las realiza, pero no de manera adecuada. Por ejemplo, se cepilla los dientes, pero solo durante 10 segundos y no utiliza suficiente agua para enjuagarse y eliminar los residuos de la pasta dental. De igual forma, realiza el lavado de manos, pero presenta dificultades al momento de usar el jabón, ya que suele dejar residuos en sus manos.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

En cuanto a la subcategoría de habilidades de alimentación, se evidenció que el estudiante necesita apoyo para utilizar la cuchara, ya que, si lo hace por sí solo, derrama los alimentos sobre su ropa. Además, presenta cierta intolerancia a algunos alimentos que, en caso de consumirlos, podrían causarle daño.

Lo anteriormente mencionado puede justificarse a través de la investigación realizada por Ruiz (2012), quien señala que la alimentación es un requisito fisiológico que toda persona debe cumplir. En este campo, es posible identificar tanto la variedad de alimentos que se ingieren como los utensilios que se emplean y gestionan para el consumo (plato, cuchara, tenedor, cuchillo). La capacidad para alimentarse requiere de ciertos procedimientos, como la masticación, la deglución, la digestión y ciertas habilidades para el manejo adecuado de los utensilios.

Se destaca que el estudiante presenta intolerancia a ciertos alimentos debido a una intervención quirúrgica a nivel hepático que le fue realizada a los seis meses de nacido. Esta condición le impide consumir alimentos procesados o de consistencia dura, ya que, al hacerlo, presenta malestar estomacal. No obstante, en cuanto al consumo de bebidas, lo realiza de manera adecuada y sin necesidad de apoyo.

Por otro lado, los resultados en la dimensión de vestimenta indicaron que el estudiante tiene dificultad para vestirse, debido a que se coloca la ropa sin considerar si está correctamente posicionada. Además, cuando se pone la camisa o el pantalón no puede abotonarse ninguno, al mismo tiempo cuando se coloca el calzado requiere ayuda para el atado de agujetas ya que no sabe cómo hacerlo por sí mismo.

Lo hallazgos se apoyan en lo planteado por Bender y Valletutti (1981), aludiendo que esta actividad se refiere a una serie de habilidades que el individuo adquiere de manera autónoma a medida que transcurre el tiempo. Inicialmente, aprende a colocarse la camisa, abotonarla, ponerse los pantalones, los calcetines y los zapatos y posteriormente aprenderá a retirarse las prendas.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Cabe mencionar que el estudiante se viste de forma independiente; sin embargo, no siempre verifica que las prendas estén correctamente colocadas y tiende a usar repetidamente las mismas piezas de ropa; por ejemplo, dos camisas o dos pantalones al mismo tiempo, sin realizar cambios a menos que alguien se lo indique.

En el análisis realizado se interpreta que el estudiante con síndrome de Down presenta varias dificultades para realizar las actividades de la vida diaria. Esas limitaciones requieren de un mayor apoyo y acompañamiento en la realización de las destrezas de autocuidado. Las barreras presentes se han evidenciado por la falta de práctica de estos hábitos en el hogar como a nivel educativo. No obstante, se ha observado que el estudiante responde favorablemente en el refuerzo positivo y el trato respetuoso, lo que se demuestra como un potencial para el fortalecimiento de su autonomía.

En conclusión, la caracterización realizada permite comprender de manera integral el perfil del estudiante y constituye una base fundamental para diseñar un plan de intervención educativa que promueva el desarrollo progresivo de las habilidades de autocuidado y fortalezca su autonomía en el entorno escolar como en el familiar.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Mi mundo lleno de aventura, desbloqueo etapas y supero desafíos









Propuesta: Sistema de Actividades para Desarrollar Habilidades de Autocuidado en un Estudiante con Síndrome de Down del Aula 5.

Beneficiario: Estudiante con síndrome de Down, Aula 5

Creado por: Jhuliana Cristina Loja Chalán

Milena Alexandra Jadan Molina

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Capítulo 3. Propuesta de un sistema de actividades para desarrollar habilidades de autocuidado en un estudiante con síndrome de Down de una Unidad de Educación Especial.

3.1 Introducción

Ahora bien, el presente estudio propone como resultado científico el "Sistema de Actividades para Desarrollar Habilidades de Autocuidado del estudiante con síndrome de Down". Según Addine (2013), un sistema de actividades se puntualiza como "el conjunto estructurado de acciones y operaciones que un sujeto o grupo realiza de manera consciente y motivada para transformar un objeto o alcanzar un resultado" (p. 45). Por lo tanto, se concibe como un sistema de actividades debido a que las mismas se encuentran organizadas y articuladas en función de un objetivo común: el desarrollo de habilidades de autocuidado. Estas actividades se relacionan entre si complementándose y progresando, permitiendo su adaptación a ala necesidades del estudiante.

Según Henao y Gil (2009) la adquisición de habilidades de autocuidado son un indicador importante de la calidad de vida de las personas con discapacidad intelectual, dado que estas influyen directamente en su autodeterminación, dignidad y participación social. Por lo tanto, las habilidades de autocuidado pueden presentar dificultades, lo que se ve en el contexto de esta investigación. Dado que se observa que al estudiante se le dificulta realizar actividades relacionadas a las habilidades de autocuidado, como lavarse las manos, abrochar un botón o usar la cuchara.

De esta forma, lo observado demuestra la urgencia de crear una propuesta que ayude al estudiante a mejorar sus habilidades de autocuidado. Por eso, en este contexto, resulta importante diseñar intervenciones educativas que fortalezcan el desarrollo de habilidades de autocuidado, debido a que estas no solo mejoran la funcionalidad del estudiante, sino que también repercuten positivamente en su autoestima, participación social y bienestar general (Alonso, 2018).

De ahí que, esta propuesta se justifica desde el punto educativo, social y pedagógico, al responder a una necesidad real observada en un estudiante con síndrome de Down del aula 5, quien presenta dificultades en la ejecución de habilidades básicas de autocuidado. Por esta

razón, esta propuesta tiene como objetivo general: Implementar parcialmente el sistema de actividades para la comprobación de su viabilidad en el desarrollo de habilidades de autocuidado en el estudiante con síndrome de Down que asiste al aula 5 de Unidad de Educación Especial.

Asimismo, desde la parte pedagógica, esta propuesta se justifica por su pertinencia en el marco de la educación inclusiva. Con respecto a esto, Barrios (2011), señala que los niños que presentan síndrome de Down tienden a alcanzar los diferentes hitos más tarde en comparación con los niños sin discapacidad, lo que indica que las personas con SD necesitan estrategias pedagógicas adecuadas y sistemáticas para favorecer su autocuidado. Además, Contreras et al. (2011), destacan que a medida que los niños con SD aprenden a explorar y cambiar su entorno mediante el movimiento, incrementan su autoestima, lo cual constituye parte importante en su proceso de inclusión social.

También, desde una perspectiva social, el sistema de actividades propuesto contribuye a la inclusión del estudiante en su entorno. Debido a que, como lo mencionan Lobo et al, (2013) la enseñanza debe centrarse en guiar al niño en la exploración de objetos, personas y eventos dentro de contextos sociales, ya que estos son procesos clave para el aprendizaje y la participación. Por lo tanto, no solo mejora las habilidades de autocuidado, sino que también contribuye a que el individuo tenga más oportunidades para interactuar socialmente y participar tanto en el aula como en la comunidad.

Finalmente, la necesidad observada en el estudiante del aula 5, justifica el diseño de un sistema de actividades para el desarrollo de las habilidades de autocuidado. Además, esta propuesta, fundamentada en lo educativo y pedagógico, busca ayudar al estudiante en su proceso educativo para mejorar su inclusión en la escuela. Por lo tanto, y para profundizar en los conceptos centrales que guiarán la elaboración del sistema de actividades, se procede a establecer el marco teórico.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

3.2 Fundamentación Teórica

En esta sección se lleva a cabo un análisis teórico de dos componentes: el sistema de actividades, su definición, sus características y componentes. Posteriormente, se establece el concepto del modelado por imitación y los procedimientos que implica.

3.2.1 Sistema de actividades

De acuerdo con Valle, et al., (1998) un sistema de actividades se puede definir como el conjunto estructurado de acciones y operaciones que un sujeto o grupo realiza de manera consciente y motivada para transformar un objeto o alcanzar un resultado. Además, un sistema de actividades se entiende como un conjunto estructurado de tareas que están interrelacionadas y que responden a objetivos educativos definidos, facilitando la planificación, ejecución y evaluación del aprendizaje de forma sistemática (Addine, 2004). Por lo tanto, esto permite que el proceso educativo tenga una secuencia lógica y se trabaje de manera conjuntan los contenidos, las estrategias metodológicas y los resultados esperados.

Por otro lado, desde el punto de la educación inclusiva y de la atención a estudiantes con discapacidad intelectual, el sistema de actividades se vuelve importante para orientar el desarrollo de habilidades de autocuidado, debido que, los sistemas de actividades permiten que el estudiante adquiera destrezas aplicables a contextos reales, tales como el autocuidado, promoviendo su involucramiento activo en el círculo familiar, escolar y comunitario (Ramón, 2025). De esta forma, el aprendizaje va más allá del aula y se vincula directamente en el perfeccionamiento del estilo de vida del estudiante.

3.2.2 Características de un sistema de actividades

Ahora bien, entre las principales características de un sistema de actividades se destacan la intencionalidad educativa, la secuenciación lógica, la contextualización y la adaptabilidad (Ojeda et al., 2024). De acuerdo con esto, la intencionalidad educativa garantiza que cada actividad tenga un propósito muy bien definido y claro, también, la secuenciación permite avanzar de lo simple a lo complejo; la contextualización asegura que las tareas estén relacionadas con situaciones reales (Addine, 2004). Es por eso que, estas características resultan importantes para favorecer procesos de aprendizaje efectivos en

estudiantes con discapacidad intelectual, quienes requieren apoyos estructurados y significativos.

Asimismo, Addine (2004) menciona que el sistema de actividades debe promover la transferencia de aprendizajes, es decir, la capacidad del estudiante para aplicar las habilidades que adquieren en distintos contextos y situaciones. De igual manera, Ojeda et al., (2024) afirman que cuando las actividades se diseñan en función de entornos reales y se refuerzan de manera constante, se incrementa la probabilidad de que el estudiante pueda incorporar lo aprendido a su rutina, lo que permitirá el fortalecimiento de su independencia y autonomía funcional.

3.2.3 Componentes de un sistema de actividades

Con relación a los componentes que integran un sistema de actividades Álava y Vega (2025) indican que está conformado por objetivos educativos claramente definidos, contenidos funcionales, estrategias metodológicas, recursos didácticos, formas de organización y criterios de evaluación. Cada componente tiene un fin determinado en el proceso educativo (Álava y Vega, 2025). Sin embargo, en estudiantes con SD, estos componentes deben articularse de manera integral y flexible, priorizando el desarrollo de habilidades útiles y funcionales.

Finalmente, Díaz (2009) destacan que la implementación de sistemas de actividades bien estructurados contribuye al desarrollo de habilidades de autocuidado, al fortalecimiento de la autonomía y al potenciamiento del bienestar integral de las personas con discapacidad intelectual. En este sentido, el sistema de actividades contribuye a la educación inclusiva, dado que permite responder a las necesidades individuales del estudiante y promover su participación activa dentro del aula.

3.2.4 Enfoque psicológico: perspectiva sociocultural y aprendizaje social

Por su parte, Urbano y Yuni (2016) señalan que el enfoque psicológico permite comprender el desarrollo humano a partir de procesos individuales como la conducta, la cognición, la emoción y la motivación, en interacción con el entorno. Dentro de este enfoque se integra la perspectiva sociocultural, que sostiene que el desarrollo psicológico se forja en

el trato con los demás y el contexto cultural (Carrera y Mazzarella, 2001). Desde esta visión, el aprendizaje no ocurre de forma aislada, sino que es un proceso mediado socialmente. Las interacciones con docentes, compañeros y la comunidad influyen de manera significativa en dicho proceso.

Por otro lado, aquí también, se integra la teoría del aprendizaje social propuesta por Albert Bandura, quien sostiene que la mayor parte de lo que el humano aprende se produce a través de la observación y la imitación de modelos significativos, sin necesidad de una experiencia directa (Bandura, 1977). Por lo tanto, en base a esta teoría, se dice que los individuos aprenden nuevas conductas al observar las acciones de otros y las consecuencias que estas generan, proceso conocido como modelamiento. Además, Bandura (1997) resalta que la atención, la retención, la reproducción motora y la motivación son elementos imprescindibles para que el aprendizaje por observación sea efectivo.

Por consiguiente, la teoría del aprendizaje social tiene un alto impacto en el campo de la discapacidad, dado que el modelamiento se convierte en una excelente estrategia para la adquisición de habilidades sociales, comunicativas y de autocuidado (Cuesta et al., 2019). De igual forma, en personas con discapacidad intelectual o trastornos del desarrollo, la observación de modelos claros, repetitivos y funcionales facilita la comprensión y ejecución de conductas adaptativas (Schunk, 2012). Asimismo, el uso del modelado beneficia el desarrollo de la autonomía y la inclusión social, al permitir que el estudiante aprenda conductas socialmente aceptadas dentro de su contexto cultural.

3.2.5 Modelamiento por imitación como estrategia metodológica

Ahora bien, Bandura (1977) sostenía que el aprendizaje por imitación se da mediante cuatro procesos cognitivos importantes: atención, retención, reproducción y motivación. Por lo cual, primero, el sujeto debe prestar atención al modelo; luego, debe retener en la memoria lo observado; después, reproducir la conducta que ha observado. Finalmente, el estudiante debe estar motivado para realizarla, lo cual depende de las consecuencias observadas en el modelo.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

3.2.6 Pasos para aplicar la estrategia de modelamiento por imitación

Según Bandura (1977), los pasos para aplicar esta estrategia se expondrán a continuación:

1. **Identificar la conducta objetivo**: Debe ser observable, medible y funcional para el contexto del estudiante (por ejemplo, lavarse las manos).
2. **Seleccionar al modelo**: Puede ser un adulto, un compañero, un video o incluso el propio docente. El modelo debe ser percibido como atractivo o relevante por el estudiante
3. **Garantizar la atención**: El estudiante debe observar con atención la conducta. Para ello, se eliminan distracciones y se enfatizan los aspectos clave del comportamiento.
4. **Facilitar la retención**: Se apoya la memoria mediante repeticiones, uso de imágenes, rutinas o apoyos visuales.
5. **Promover la reproducción**: Se brindan oportunidades para que el estudiante practique la conducta, adaptando el entorno si es necesario (por ejemplo, usando material didáctico o apoyos sensoriales).
6. **Refuerzo y retroalimentación**: Se refuerza la conducta imitada con elogios, recompensas o reforzamiento social, lo cual aumenta la posibilidad de su repetición en el futuro.

3.3 Fundamentación Metodológica

3.3.1 Currículo Priorizado

Ahora bien, esta propuesta se basa en el Currículo Priorizado de Preparatoria (Ministerio de Educación del Ecuador [MinEduc], 2025) puesto que este se constituye en el marco normativo que legitima la propuesta de intervención para el desarrollo de habilidades de autocuidado en estudiantes con síndrome de Down. Por ello, la propuesta de un sistema de actividades estructurado en fases (higiene, alimentación y vestimenta) responde directamente al criterio de priorización curricular, puesto que articula los aprendizajes fundamentales con necesidades funcionales inmediatas del estudiante.

De ahí que, se selecciona la destreza “DHP2.1: Se lava las manos, el rostro y se cepilla los dientes siguiendo una secuencia funcional y con el mínimo apoyo requerido” (Ministerio de Educación del Ecuador [MinEduc], 2025, p. 31). Debido a que, esta destreza priorizada se articula con el indicador de logro “ejecuta la rutina completa de higiene con autonomía en el contexto escolar y familiar”, lo que permite al estudiante con síndrome de Down alcanzar niveles de autocuidado que inciden en su calidad de vida y en la reducción de la dependencia de adultos.

Finalmente, el enfoque inclusivo del currículo priorizado se refuerza con la metodología de modelamiento por imitación empleada en la propuesta, estrategia que Bandura (1977) considera eficaz para la adquisición de conductas de autocuidado. También, al establecer que “los aprendizajes deben ser mediados por modelos significativos y apoyos visuales que faciliten la retención y la reproducción” (MinEduc, 2025, p. 27), el currículo valida el uso de pictogramas, video-modelos y rutinas ecológicas implementadas en el sistema de actividades. De esta manera, la propuesta no solo cumple con los lineamientos oficiales, sino que además convierte los criterios de priorización en un itinerario concreto de desarrollo personal y social para el estudiante con síndrome de Down.

3.3.2Fundamentación Práctica

Por otra parte, la pertinencia práctica de este sistema radica en responder a una necesidad concreta diagnosticada en el contexto educativo del aula 5. En este sentido, investigaciones como las de Pesau et al. (2020) confirman que las habilidades de autocuidado son un componente crucial para la calidad de vida y la inclusión social de las personas con discapacidad intelectual. De ahí que, este sistema este dirigido específicamente a estudiantes con síndrome de Down en edad escolar que presentan dificultades en relación a las habilidades de autocuidado. Además, su utilidad se manifiesta al ofrecer una herramienta estructurada, secuencial y adaptable que permite a los educadores intervenir de manera sistemática, pasando de un apoyo total a una autonomía gradual del estudiante en tareas importantes como la higiene personal, la alimentación y el vestirse.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

3.3.3 Novedad y Significación del Aporte

De igual manera, la novedad de este resultado científico reside en la integración sistémica y secuenciada de varios elementos teóricos y metodológicos en un solo programa de intervención aplicable al contexto educativo inmediato. Debido a que, este sistema destaca por su diseño, donde cada actividad está contextualizada en escenarios reales de la vida del estudiante (como el baño de la escuela o el comedor), facilitando la generalización. Además, combina de manera explícita el modelamiento por imitación (Bandura, 1977) con apoyos visuales adaptados (pictogramas) y una evaluación rigurosa por medio de rúbricas y listas de cotejo específicas para cada fase.

Igualmente, su significación es doble: para la práctica educativa, proporciona a los docentes un instrumento concreto, fundamentado y listo para implementar, que aborda una necesidad sentida en la población con síndrome de Down. Dentro del ámbito académico, el sistema constituye un ejemplo de diseño didáctico basado en evidencia que puede ser replicado, adaptado o servir como fundamento para próximas investigaciones en el área de educación especial y la intervención psicomotriz.

3.3.4 Propósito del Sistema

El Sistema de Actividades tiene como propósito implementar una intervención educativa estructurada y progresiva para fortalecer las habilidades de autocuidado en un estudiante con síndrome de Down. Esta propuesta busca promover la autonomía, la inclusión educativa y la calidad de vida. Asimismo, el objetivo se alinea con el enfoque del currículo priorizado, debido a que se centra en las habilidades prácticas y funcionales para la vida diaria.

3.3.5 Características Generales

El sistema actividades se caracteriza por ser sistémico y secuencial, organizado en dimensiones que progresan de lo simple a lo complejo, facilitando la planificación y evaluación del aprendizaje. Asimismo, es flexible y adaptable, permitiendo ajustes según las necesidades y el ritmo del estudiante, en concordancia con la atención a la diversidad. Además, es contextualizado y funcional, ya que las actividades se desarrollan en entornos

naturales del estudiante. Finalmente, integra diversas estrategias metodológicas, como el modelamiento y los apoyos visuales, para atender diferentes estilos de aprendizaje.

3.3.6 Estructura del Sistema

El sistema se estructura en tres dimensiones secuenciales del autocuidado: higiene personal, habilidades de alimentación y vestimenta, cada una con indicadores específicos de logro. La dimensión de higiene incluye actividades de cuidado personal básico; la de alimentación se centra en el uso de la cuchara; y la de vestimenta aborda el abrochado de prendas y el atado de cordones. Cada dimensión comprende actividades progresivas orientadas a alcanzar la autonomía, aplicando el principio de andamiaje como apoyo temporal para el desarrollo de habilidades.

3.3.7 Descripción Detallada de Componentes

Cada actividad dentro del sistema está diseñada con componentes específicos que garantizan una intervención completa. Como establecen Álava y Vega (2025), "un sistema de actividades debe integrar objetivos claros, contenidos funcionales, estrategias metodológicas, recursos didácticos y criterios de evaluación" (p. 34). En coherencia con esto, cada actividad incluye: (1) Título creativo que motiva al estudiante; (2) Objetivo específico observable y medible; (3) Recursos materiales y humanos necesarios; (4) Métodos pedagógicos basados en el modelamiento y la imitación (Bandura, 1977); (5) Contenidos específicos; (6) Instrumentos para la evaluación como rúbricas y listas de cotejo; (7) Lugar y duración definidos; y (8) Desarrollo paso a paso con orientaciones pedagógicas detalladas.

3.3.8 Orientaciones para la Implementación

Para la implementación del sistema se requieren condiciones específicas de tiempo, espacio, recursos humanos y materiales. Las actividades se desarrollan en sesiones de 30 minutos, dos veces por semana durante un período mínimo de 6 semanas, preferentemente en contextos naturales de autocuidado. Es fundamental la participación del docente de apoyo, con posible colaboración de familiares o auxiliares capacitados, así como el uso de materiales adaptados y objetos cotidianos, lo que exige que el implementador conozca las características del estudiante y los principios del modelamiento por imitación.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

3.3.9 Evaluación del Resultado

En este aspecto, se realiza una evaluación de si el estudiante cumple o no con los criterios establecidos en cada actividad y si se alcanzaron los objetivos propuestos. Además, que para facilitar la evaluación se utilizó varios instrumentos como son la lista de cotejo, guía de observación, escala de dependencia y registro anecdótico.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Sistema de actividades

Dimensión 1: Higiene Personal

Indicador: Cepillado de dientes

Título	**Actividad 1: Aventura Dental: Aprendo mi Cepillado**		
Objetivo	Identificar los materiales básicos del cepillado dental y la ejecución de la secuencia funcional de 5 pasos, utilizando apoyos visuales y ayuda física progresivamente decreciente	**Recursos:** Cepillo dental personalizado, pasta dental (cantidad pequeña), vaso con agua, toalla pequeña o delantal plástico, secuencia visual de 5 pictogramas (10x10 cm): Tomar cepillo, colocar pasta, mojar el cepillo, cepillar frente, cepillar lados, espejo de mesa (Anexo 1), canción corta de cepillado, cronómetro visual	
Método	Modelamiento directo, imitación guiada, encadenamiento hacia adelante, uso de apoyos visuales, reducción progresiva de ayuda y refuerzo positivo inmediato.	**Contenidos**	Reconocimiento táctil-visual de materiales, secuencia inicial de pasos, diferenciación de zonas bucales.
	Evaluación: *Lista de cotejo (Anexo 1)*	**Lugar:** Aula con espacio despejado, mesa antideslizante, sillas adaptadas	**Duración:** 30 minutos
Orientaciones (Pasos)	1. **Identificación de la conducta objetivo:** Se establece como meta que el estudiante ejecute de forma funcional la secuencia básica del cepillado dental (tomar el cepillo, colocar la pasta, mojar el cepillo, cepillar la parte frontal y los lados), utilizando adecuadamente los materiales y apoyándose en ayudas visuales. 2. **Selección del modelo:** El docente actúa como modelo principal, demostrando de manera clara, lenta y exagerada cada paso del cepillado, utilizando los mismos materiales y apoyándose en pictogramas para facilitar la comprensión. 3. **Garantizar la atención:** Se prepara un entorno sin distractores y con solo los materiales necesarios. Se emplea lenguaje sencillo, señalización visual, contacto visual breve y una canción corta relacionada con el cepillado para favorecer la atención y la participación. 4. **Facilitar la retención:** La retención se fortalece mediante una secuencia visual de cinco pasos, la repetición guiada de la actividad y el uso del espejo, permitiendo al estudiante observar y consolidar la secuencia a través del conteo y la práctica estructurada. 5. **Promover la reproducción (Juego de roles):** El estudiante participa activamente en la ejecución de la conducta mediante un juego de roles, asumiendo el papel de “explorador dental”. Inicialmente, se brinda ayuda física completa (mano sobre mano), que se reduce progresivamente a ayudas parciales y señales gestuales, promoviendo la imitación, la práctica autónoma y el control motor frente al espejo. 6. **Refuerzo y retroalimentación:** Se brinda refuerzo positivo inmediato, principalmente verbal y social, acompañado de retroalimentación breve y específica que reconoce el esfuerzo y la correcta ejecución de los pasos, favoreciendo la motivación y la repetición de la conducta.		
Título	**Actividad 2: Reto del Diente Feliz: ¡Yo Puedo Solo!**		

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Objetivo	Realizar la secuencia completa de 8 pasos de cepillado dental en el entorno natural (baño) con apoyo visual mínimo generalizando la habilidad y manteniendo estándar de calidad.	**Recursos:** Materiales reales en baño adaptado: cepillero con su nombre, pasta familiar, vaso personal, secuencia visual pequeña laminada (Anexo 2), cronómetro visual, pictograma "Cepillarse los dientes", tarjeta "Ayuda", diploma "Experto en sonrisas" y sello especial	
Método	Modelamiento oculto, práctica en entorno natural, encadenamiento hacia atrás, autorregistro, desvanecimiento de ayudas, refuerzo intermitente.	**Contenidos**	Secuencia completa autonómica, generalización a contexto natural, autorregulación del tiempo y mantenimiento de materiales (limpieza y guardado)
Evaluación: *Rúbrica de autonomía en entorno natural (Anexo 2)*	**Lugar:** Baño real del centro educativo adaptado: antideslizante en piso, espejo a altura adecuada, iluminación adicional, espacio para acompañante.	**Duración:** 30 minutos	
Orientaciones (Pasos)	**1. Identificación de la conducta objetivo:** Se define como meta que el estudiante ejecute de manera autónoma la secuencia completa del cepillado dental en el baño, respetando el orden de los pasos, el tiempo de ejecución y la calidad de los movimientos, con apoyos visuales mínimos. **2. Selección del modelo:** El docente actúa como modelo implícito, recordando verbalmente la actividad previamente aprendida sin realizar demostración directa, para promover la generalización de la conducta en un contexto real. **3. Garantizar la atención:** La atención se activa mediante señales contextuales claras: presentación del pictograma “Cepillarse los dientes”, una indicación verbal motivadora y el desplazamiento anticipado y positivo hacia el baño. **4. Facilitar la retención:** La retención se apoya en la preparación del espacio de trabajo y en una secuencia visual reducida colocada en el espejo. Solo se brindan señales gestuales mínimas si el estudiante no inicia la actividad, evitando la intervención verbal constante. **5. Promover la reproducción (Juego de roles):** El estudiante asume el rol principal durante la ejecución independiente supervisada: Se brinda la instrucción inicial: “Comienza cuando estés listo. Yo observaré desde aquí”, manteniendo distancia física. El docente observa sin interferir, promoviendo la autonomía. Solo se interviene si el estudiante se detiene por más de 20 segundos, presenta un error grave de secuencia o existe riesgo de seguridad. Se activa el cronómetro para regular el tiempo y se observa la calidad de los movimientos (movimientos circulares y cobertura de zonas bucales). **6. Refuerzo y retroalimentación:** Al finalizar, se fomenta la autoevaluación frente al espejo y se brinda refuerzo social positivo, reconociendo el logro alcanzado mediante elogios y un estímulo simbólico, favoreciendo la generalización del aprendizaje.		

Indicador: Lavado del rostro

Título **Actividad 1: Exploradores de la Cara Feliz: Misión Agua Mágica**

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Objetivo	Reconocer las principales partes del rostro y ejecute la secuencia funcional de 4 pasos del lavado del rostro (mojar, enjabonar, enjuagar y secar), utilizando apoyos visuales y ayuda física decreciente, en un contexto lúdico y estructurado.	**Recursos:** espejo grande, pictogramas (anexo 3), partes del rostro (frente, mejillas, nariz), canción corta del rostro, bowl con agua tibia, jabón líquido suave, toalla pequeña, mandil plástico, crema hidratante (uso lúdico), refuerzos: stickers o elogios verbales	
Método	Modelamiento en vivo, juego sensorial guiado, apoyos visuales, encadenamiento simple y reducción progresiva de ayudas.	**Contenidos**	Partes principales del rostro, secuencia funcional del lavado del rostro, conceptos básicos: agua, jabón, limpio, seco
Evaluación: *Lista de cotejo (Anexo 3)*	**Lugar:** Baño o aula adaptada con espejo a la altura del estudiante y materiales visibles.		**Duración:** 30 minutos
Orientaciones (Pasos)	1. **Identificación de la conducta objetivo:** Se define como meta que el estudiante reconozca y toque intencionalmente las partes principales del rostro (frente, mejillas y nariz) y realice la secuencia básica del lavado facial (mojar, enjabonar, enjuagar y secar), utilizando apoyos visuales y ayudas físicas gradualmente decrecientes. 2. **Selección del modelo:** El docente actúa como modelo principal, demostrando de forma clara, lenta y frente al espejo la identificación del rostro y la secuencia completa del lavado, usando los mismos materiales y verbalizando cada acción. 3. **Garantizar la atención:** Se organiza un entorno libre de distractores y se emplean el espejo, una canción corta y lenguaje motivador para favorecer la atención conjunta, la observación y la imitación activa del estudiante. 4. **Facilitar la retención:** La retención se apoya en el uso permanente de pictogramas visibles y en repeticiones breves y estructuradas de cada paso, acompañadas de verbalizaciones simples y gestos claros. 5. **Promover la reproducción:** El estudiante practica directamente el lavado del rostro con ayuda física inicialmente completa, que se reduce progresivamente. Se incorporan elementos lúdicos para aumentar la motivación y favorecer una ejecución cada vez más autónoma. 6. **Refuerzo y retroalimentación:** Se brinda refuerzo positivo inmediato, principalmente verbal y social, junto con retroalimentación breve y específica que reconoce los logros y fortalece la correcta ejecución de la secuencia.		
Título	**Actividad 2: Espejito, Espejito ¿Estoy Limpio?**		
Objetivo	Realizar la secuencia completa de lavado de rostro con la mínima ayuda gestual, utilizando un modelo y una checklist visual para autoevaluar el resultado.	**Recursos:** Modelo breve, checklist visual de autoevaluación, todos los materiales de lavado, espejo, refuerzo: elección de una actividad preferida	
Método	Modelaje + Autoevaluación guiada + Generalización.	**Contenidos**	Autonomía en rutina de higiene. Autoevaluación (limpio/sucio). Generalización a entorno natural (lavamanos del baño).
Evaluación: *Escala de dependencia (Anexo 4)*	**Lugar:** Baño real		**Duración:** 30 minutos

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Orientaciones (Pasos)	1. **Identificación de la conducta objetivo:** Se establece como meta que el estudiante realice de forma autónoma y funcional el lavado del rostro en el lavamanos escolar, siguiendo la secuencia aprendida y utilizando apoyos visuales solo como referencia. 2. **Selección del modelo:** El docente brinda un apoyo inicial mediante una demostración breve con gestos y verbalizaciones simples, complementada con un video-modelo de un compañero o referente cercano para aumentar la motivación y facilitar la imitación. 3. **Garantizar la atención:** Se asegura la atención ubicando al estudiante en un espacio tranquilo y sin distractores, visualizando el modelo en dos ocasiones y reforzando verbalmente los momentos clave de la actividad. 4. **Facilitar la retención:** Antes de la práctica, se repasa la secuencia visual de pasos y se presenta la checklist "Antes–Después" como apoyo para anticipar y recordar la finalidad de la actividad (rostro sucio–rostro limpio). 5. **Promover la reproducción:** El estudiante realiza el lavado del rostro de manera autónoma tras una instrucción general. El docente observa e interviene solo ante dificultades. Al finalizar, se utiliza el espejo y la checklist para favorecer la autoevaluación del resultado. 6. **Refuerzo y retroalimentación:** Se brinda refuerzo social positivo y acceso a una actividad preferida cuando la autoevaluación es correcta. Si existen errores, se ofrece retroalimentación específica y positiva, guiando únicamente el paso necesario hasta lograr una ejecución adecuada.

Indicador: Lavado de manos

Título	**Actividad 1: Manos Maravilla: La Fábrica de Burbujas**		
Objetivo	Reconocer las partes de sus manos, identifique cuándo están sucias y ejecute la secuencia funcional de lavado de manos	**Recursos:** Pintura de dedos lavable no tóxica, bandejas o platos plásticos, pictogramas: mano sucia → mano limpia, secuencia de lavado de manos, bowl con agua o lavamanos, jabón líquido espumoso, toalla pequeña, crema hidratante, cronómetro visual o reloj de arena, canción de lavado de manos, refuerzos: calcomanías o burbujas	
Método	Modelamiento en vivo, juego sensorial guiado, apoyos visuales, práctica funcional con reducción progresiva de ayudas.	**Contenidos**	Partes de la mano (palma, dorso, dedos, uñas), discriminación sensorial: sucio / limpio, secuencia funcional del lavado de manos
Evaluación: *Lista de cotejo (Anexo 5)*	**Lugar:** Aula con mesa protegida y/o lavamanos adaptado, con materiales visibles y secuencia visual a la altura del estudiante.		**Duración:** 30 minutos
Orientaciones (Pasos)	**Identificación de la conducta objetivo:** Se define como meta que el estudiante reconozca cuándo sus manos están sucias y realice correctamente la secuencia completa del lavado de manos (mojar, enjabonar, frotar, enjuagar y secar), utilizando apoyos visuales y ayudas físicas gradualmente decrecientes. **Selección del modelo:** El docente actúa como modelo principal, demostrando la conducta de forma clara y exagerada, apoyándose en manos grandes o un muñeco y verbalizando cada paso para facilitar la comprensión.		

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

	Garantizar la atención: Se prepara un entorno sin distractores y se presenta la actividad de forma lúdica, utilizando materiales visibles, lenguaje motivador, expresiones faciales exageradas, contacto visual y una canción corta para favorecer la atención conjunta. **Facilitar la retención:** La retención se apoya en pictogramas de "mano sucia–mano limpia", la secuencia visual de los cinco pasos, repeticiones guiadas, canciones rítmicas y un cronómetro visual para comprender el tiempo adecuado de higiene. **Promover la reproducción:** El estudiante practica directamente el lavado de manos con ayuda física inicialmente completa, que se reduce progresivamente a apoyos parciales, gestuales y visuales, incorporando elementos lúdicos para aumentar la motivación y la autonomía. **Refuerzo y retroalimentación:** Se brinda refuerzo positivo inmediato mediante elogios verbales y refuerzos motivadores, junto con retroalimentación breve y específica que destaca los logros y refuerza la importancia del lavado de manos en la vida diaria.			
Título	**Actividad 2: Inspector de Manos: En Busca de los Gérmenes Invisibles**			
Objetivo	Iniciar autónomamente el lavado de manos en situaciones simuladas de necesidad (tras tocar tierra, antes de comer) y utilice una lámpara de luz negra para autoevaluar la eficacia del lavado.	**Recursos:** Crema o polvo "simulador de gérmenes", modelo de 3 minutos que muestre a alguien lavándose las manos tras jugar y antes de comer, tarjetas con pistas visuales, materiales para simulación: maceta con tierra, galleta o fruta de juguete, todos los materiales de lavado en su lugar habitual, refuerzo: diploma de "inspector de manos certificado" y elección de una actividad.		
Método	Modelaje + Simulación de contexto + Autoevaluación con retroalimentación inmediata.		**Contenidos**	Generalización de la rutina a contextos ecológicos (después de ensuciarse, antes de comer). Concepto de gérmenes invisibles. Autonomía y autoverificación.
	Evaluación: *Lista de cotejo (Anexo 6)*	**Lugar:** Entornos naturales: zona de juegos/suelo y área de merienda. Lavamanos real		**Duración:** 30 minutos
Orientaciones (Pasos)	1. **Identificación de la conducta objetivo:** Se establece como meta que el estudiante realice el lavado de manos de manera autónoma ante estímulos cotidianos relevantes (después de jugar o antes de comer), identificando cuándo es necesario hacerlo sin requerir instrucciones paso a paso. 2. **Selección del modelo:** Se utiliza un video-modelo protagonizado por un compañero del entorno escolar en situaciones reales, lo que favorece la identificación, aumenta la motivación y promueve la imitación espontánea. 3. **Garantizar la atención:** El estudiante observa el video en un espacio sin distractores. El docente destaca momentos clave mediante pausas y verbalizaciones guiadas, y presenta tarjetas visuales de "cuándo lavarse las manos" para reforzar la comprensión. 4. **Facilitar la retención:** La retención se refuerza mediante una experiencia sensorial con crema simuladora de gérmenes, que permite comprender que la suciedad no siempre es visible y fortalece la memoria del propósito del lavado de manos. 5. **Promover la reproducción (simulación de situaciones reales):** El estudiante practica el lavado de manos en contextos simulados (después de jugar y antes de comer), identificando el estímulo, iniciando la acción de forma autónoma y recibiendo solo apoyos verbales mínimos cuando es necesario.			

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

6. **Refuerzo y retroalimentación:** Se brinda retroalimentación positiva y específica ante errores, reforzando únicamente los pasos necesarios. Al finalizar con éxito, se ofrece refuerzo social y un reconocimiento simbólico, fortaleciendo la motivación y la generalización de la conducta

Indicador Dirigirse al baño con apoyo o de manera independiente

Título	**Actividad 1: Exploradores del Cuarto de Baño: Nuestra Nueva Misión**		
Objetivo	Familiarizar al estudiante con el entorno del baño, identifique los elementos clave (inodoro, papel higiénico, lavamanos) y realice la secuencia de entrar, bajar el pantalón y sentarse brevemente en el inodoro (vestido), sin exigir eliminación.	**Recursos:** Tablero de secuencia visual con 4 pictogramas: 1. entrar al baño, 2. bajar pantalón, 3. sentarse en el inodoro, 4. subir pantalón. (anexo7), inodoro, muñeco/a con ropa que se pueda bajar, calzoncillo puesto sobre la ropa del estudiante, solo para simulación, cronómetro visual, refuerzo: sticker de personaje favorito	
Método	Modelamiento con muñeco + Juego de roles + Desensibilización gradual.	**Contenidos**	Partes del baño. Secuencia básica de acciones. Reconocimiento de señales corporales iniciales (opcional). Tolerancia a sentarse en el inodoro
Evaluación: *Guía de observación (Anexo 7)*	**Lugar:** Baño real, pero con la puerta abierta y en un momento sin urgencia. Asegurar privacidad y comodidad.	**Duración:** 30 minutos	
Orientaciones (Pasos)	**1. Identificación de la conducta objetivo:** Sentarse en el inodoro con la ropa puesta, siguiendo una secuencia estructurada como parte de una rutina de familiarización con el uso del baño. El docente explica que la actividad permitirá conocer los pasos básicos del uso del baño, sin exigir aún el control de esfínteres. **2. Selección del modelo: Modelo**: Muñeco manipulado por el docente. El docente utiliza un muñeco como modelo, lo cual reduce la ansiedad del estudiante y permite observar la secuencia completa de manera segura y lúdica. El muñeco facilita la comprensión visual de cada paso y favorece la anticipación. **3. Garantizar la atención:** El docente presenta al muñeco con tono entusiasta: "¡Vamos a enseñarle a [nombre del muñeco] a usar el baño!". Se muestra el tablero visual de la rutina (pictogramas). El docente narra y ejecuta cada paso con el muñeco, verbalizando y señalando el pictograma correspondiente: Entra al baño, baja el pantalón, se sienta en el inodoro, sube el pantalón. Al finalizar, se celebra el logro del muñeco con aplausos y expresiones positivas, reforzando la atención del estudiante. **4. Facilitar la retención:** Para cada paso, el docente dice de forma repetitiva, por ejemplo: Para sentarse: "Abajo, abajo, y a sentar". Se repite la secuencia completa con el muñeco 2 a 3 veces, manteniendo siempre el mismo orden, ritmo y verbalizaciones. Se invita al estudiante a anticipar el siguiente paso señalando el pictograma, reforzando la memoria y la secuenciación.		

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

	5. Promover la reproducción (Juego de roles): Fase 1 – El estudiante como "entrenador" del muñeco: El docente invita al estudiante a asumir el rol de entrenador. Con ayuda del tablero visual, el estudiante indica al muñeco qué hacer en cada paso (señalar pictogramas, decir palabras clave). El docente solo apoya si es necesario, reforzando cada indicación correcta. **Fase 2 –** Práctica consigo mismo: El docente invita al estudiante: "Ahora te toca a ti, como un explorador". Usando un calzón de aprendizaje sobre su ropa, el estudiante sigue el tablero visual: Entra al baño. Se baja el pantalón (con ayuda física parcial o total si es necesario). Se sienta en el inodoro vestido, permaneciendo sentado mientras se cuenta hasta 5 con un timer visual. Se levanta y se sube el pantalón. El docente observa y brinda apoyo solo cuando es necesario, reduciendo gradualmente la ayuda. **6. Refuerzo y retroalimentación:** Al completar toda la secuencia, el estudiante recibe un refuerzo inmediato y significativo, previamente acordado, acceso a los stickers de su personaje favorito. Se acompaña con refuerzo verbal positivo: "¡Eres un gran explorador!", "¡Conoces todos los pasos!". El refuerzo inmediato fortalece la motivación y la aceptación de la rutina.		
Título	**Actividad 2: Los Superhéroes del Baño: ¡A Detectar las Señales!**		
Objetivo	Guiar al estudiante con apoyos visuales y modelamiento, realice la rutina completa del baño (entrar, bajar ropa, sentarse, intentar eliminar, limpiarse, tirar de la cadena, lavarse manos) tras reconocer una señal programada (timer) o natural.	**Recursos:** Secuencia visual expandida de 8 pasos en una tira laminada: 1. timer suena (señal), 2. ir al baño, 3. bajar ropa, 4. hacer pipí/ popó, 5. limpiarse, 6. tirar de la cadena, 7. subir ropa, 8. lavar manos. (anexo 8), timer programable con pictograma de un baño (para simular señal corporal programada), toallitas húmedas y papel higiénico, sistema de refuerzo inmediato: música de celebración, gráfico de "señales de mi cuerpo" con fotos/dibujos: niño tocándose la entrepierna, saltando, cara de esfuerzo, ropa fácil de bajar (elástico).	
Método	Modelamiento en video (del propio estudiante en la Act.1) + Práctica guiada con ayuda física decreciente.	**Contenidos**	Secuencia completa ecológica. Reconocimiento de señales corporales pre-eliminatorias. Habilidades de autocuidado (limpieza).
Evaluación: *Registro anecdótico (Anexo 8)*	**Lugar:** Baño real. Minimizar distracciones.		**Duración:** 30 minutos
Orientaciones (Pasos)	**1. Conducta Objetivo:** Completar la rutina de uso del baño después de recibir una señal (timer), incorporando los pasos de limpieza e higiene, con apoyos físicos y visuales según necesidad. **2. Modelo:** Se utiliza un video corto del propio estudiante (grabado en la Actividad 1) donde realiza los primeros pasos de la rutina. El video es editado para incluir los nuevos pasos (limpieza y lavado de manos), los cuales son modelados por un compañero, facilitando la identificación y la imitación**.** **3. Garantizar Atención:** El docente invita al estudiante a observar el video-modelo en un espacio sin distractores. Mientras se reproduce el video, el docente señala la pantalla y verbaliza: "Mira, cuando suena el timer (señal de pipí), tú vas al baño y haces todos los pasos".		

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Finalizado el video, se revisa el gráfico de “Señales de mi Cuerpo”, identificando la señal que indica la necesidad de ir al baño. El estudiante señala o nombra la señal con apoyo verbal o gestual.
4. Facilitar Retención: Antes de ingresar al baño, el docente ensaya la secuencia completa fuera del contexto, utilizando la tira de pictogramas.
Se señalan uno a uno los pictogramas y se realiza la acción mimética correspondiente (caminar al baño, bajarse la ropa, limpiarse, lavarse las manos). Se practica específicamente el gesto de limpieza, utilizando papel y un muñeco, guiando el movimiento correcto de adelante hacia atrás. Se repite la secuencia al menos dos veces para fortalecer la memoria y la anticipación.
5. Promover Reproducción (Práctica en contexto): El docente programa el timer para que suene a los 5 minutos y anuncia de forma motivadora:
“¡Tu señal de superhéroe! ¿Qué dice la señal? ¡Es hora!”.
Se acompaña al estudiante al baño llevando la tira visual.
El estudiante señala cada pictograma a medida que realiza la acción correspondiente.
Para el paso “Limpiarse”, el docente utiliza el sistema de manos sobre manos para guiar el movimiento correcto.
Luego, se entrega el papel o toallita para que el estudiante lo coloque en el contenedor correspondiente.
La ayuda física se reduce gradualmente, pasando a apoyo gestual o verbal.
Tras eliminar (o intentarlo), el docente presiona inmediatamente el botón de celebración y verbaliza:
“¡Lo lograste, superhéroe!”.
El estudiante es guiado para completar los pasos restantes de la rutina (subirse la ropa, lavado de manos).
6. Refuerzo: Refuerzo social efusivo, música de celebración.

Dimensión 2: Habilidades de alimentación

Indicador: Uso correcto de la cuchara

Título	Actividad 1: **La Cuchara Aventurera: Nuestro Primer Viaje**		
Objetivo	Sostener la cuchara con un agarre funcional y realice el movimiento de llevar un objeto no alimenticio desde un bowl hasta su boca o un modelo, estableciendo la coordinación básica.	**Recursos:** Cucharas de distintos tamaños, pesos y texturas (plástico, silicona, con mangos gruesos), pictograma de agarre que muestre la mano sosteniendo la cuchara. (anexo 9), bowl pequeño y pesado, "alimento" de práctica: bolitas de algodón coloridas, pompones, cuentas grandes de espuma, "diana de la boca": dibujo de una cara sonriente con la boca abierta, plastificado y pegado en un vaso, guante con imán o velcro para adaptar el agarre si es necesario, refuerzo: sonajero o instrumento musical que suene al "acertar" en la diana.	
Método	Modelamiento en vivo + Juego sensorial dirigido + Moldeamiento físico.	**Contenidos**	Concepto "lleno/vacío". Coordinación. Secuencia: recoger → transportar → soltar.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Evaluación: *Guía de observación (Anexo 9)*	**Lugar:** Mesa de trabajo o comedor, en un ambiente tranquilo y sin distracciones alimenticias.		**Duración:** 30 minutos
Orientaciones (Pasos)	**1. Identificar Conducta Objetivo:** Sostener cuchara y realizar movimiento de transporte hacia un objetivo. **2. Modelo:** Docente y un muñeco de peluche con boca grande. **3. Garantizar Atención:** - Presentar la cuchara como "nave espacial" o "camión volquete". - El docente muestra el pictograma de agarre, luego toma una cuchara y llena con un pompón. "¡Cargando el camión!". Lo transporta exagerando el movimiento y lo deja caer en la boca del muñeco. "¡Descarga completada!". **4. Facilitar Retención**: - Usar una canción corta para la acción: "Recoge, lleva y... ¡suelta!". - Poner el pictograma de agarre a la vista y la "diana de la boca" frente al estudiante. **5. Promover Reproducción (Moldeamiento):** - Paso 1: Ayudar al estudiante a tomar la cuchara, colocando sus dedos en la posición correcta. Celebrar el solo agarre. - Paso 2: Con la mano sobre la suya, guiarle para que recoja un pompón del bowl. "¡Cargamos!". - Paso 3: Guiar físicamente su mano en el arco desde el bowl hasta la diana (o hasta su propia boca si está listo). Ayudarle a inclinar la cuchara para soltar. "¡Descargamos!". - Repetir disminuyendo gradualmente la ayuda física. **6. Refuerzo:** Por cada "viaje" completado, hacer sonar el instrumento o dar una palmada. "¡Eres un gran conductor de cuchara!". Al final, dar un sello de "cuchara" en su mano.		
Título	**Actividad 2: El Gran Chef: Preparando Nuestra Primera Receta**		
Objetivo	Utilizar apoyos visuales mínimos, para emplear el uso de la cuchara de forma independiente para llevarse a la boca un alimento de consistencia adecuada (ej: puré espeso), manejando los desafíos de llenado, transporte y limpieza de la cuchara	**Recursos:** Alimentos ideales: puré de papa muy espeso, yogur griego, helado, masa para galletas cruda (sin huevo), bowl antideslizante o con ventosa, secuencia visual de 4 pasos: 1. cuchara al bowl (recoger), 2. llevar a la boca (vuelo estable), 3. poner en boca y sacar vacía, 4. limpiar boca (con servilleta). (anexo 10), babero o delantal, temporizador visual de "comida en boca" (3 segundos), refuerzo: canción de felicitaciones tras 5 cucharadas exitosas.	
Método	Modelamiento por video + Práctica guiada con encadenamiento hacia adelante.	**Contenidos**	Secuencia completa de auto-alimentación. Consistencia de alimentos. Autorregulación (ritmo, tamaño del bocado)
Evaluación: *Registro Anecdótico (Anexo 10)*	**Lugar:** Comedor o cocina, en horario real de comida.		**Duración:** 30 minutos

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Orientaciones (Pasos)	**1. Conducta Objetivo:** Comer de forma independiente 5 cucharadas de un alimento espeso. **2. Modelo:** Video del estudiante de la Act.1 completando el transporte, editado con imágenes de los nuevos pasos (comer y limpiar) modelados por un compañero. **3. Garantizar Atención:** Ver el video-modelo antes de sentarse a la mesa. "Hoy eres el gran chef y vas a preparar tu merienda". Mostrar la secuencia visual de 4 pasos en la mesa. **4. Facilitar Retención:** Practicar la secuencia "en seco" antes de poner el alimento: recoger aire, llevar a la boca, sacar cuchara, simular limpiarse. Usar un espejo pequeño para que se vea a sí mismo. **5. Promover Reproducción** (Encadenamiento hacia adelante): Colocar el bowl con una pequeña cantidad de puré (2-3 cucharadas). - Paso 1 (Recoger): Instrucción verbal: "¡A cargar el camión!". Observar. Si no inicia, dar ayuda gestual (señalar). Si no, ayuda física parcial (guiar su muñeca). - Paso 2 (Transportar): Una vez la cuchara está llena, instrucción: "¡Al viaje!". Observar. Si se vuelca, detener suavemente su mano y decir: "Despacio, la nave va en línea recta". - Paso 3 (Comer): Cuando la cuchara toque sus labios, dar instrucción: "¡Abre la boca del chef!". Usar el temporizador visual de 3 segundos para que mantenga la cuchara en la boca y luego la retire vacía. - Paso 4 (Limpieza): Ofrecer la servilleta y guiarle para que se limpie, aunque sea un toque simbólico. - Repetir la secuencia para las siguientes cucharadas, reduciendo ayudas. **6. Refuerzo:** Tras cada cucharada exitosa, marcar un punto en una tabla. Al completar 5, poner la canción de felicitaciones y bailar brevemente. "¡Eres un chef estupendo!".

Dimensión 3: Vestimenta

Indicador: Abrocharse y desabrocharse las prendas

Título	**Actividad 1: Los Cazadores de Botones: La Gran Aventura de la Tapa**	
Objetivo	Identificar las partes de un botón y su ojal, y realice la acción de "atrapar" el botón (ensartarlo) a través de un ojal grande en un material rígido, utilizando pinza digital y coordinación bilateral básica.	**Recursos:** Tablero de abrochado gigante: madera o cartón duro con botones grandes (5-6 cm) cosidos y ojales recortados grandes (1.5 veces el tamaño del botón), botones sueltos de distintos tamaños, texturas y colores, con un aro de velcro pegado atrás, guante para la mano no dominante, si se necesita ayuda para estabilizar, pictograma de pasos básicos: 1. agarrar botón, 2. empujar, 3. pasar, 4. jalar. (anexo 11), cuento social breve: "el botón que quería pasar al otro lado", refuerzo: canción de éxito y un sello de "cazador de botones" en la mano.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Método	Modelamiento con títere + Juego sensorial dirigido + Moldeamiento físico	**Contenidos**	Concepto botón, ojal, pasar, jalar. Lateralidad básica (mano que agarra vs. mano que ayuda).
Evaluación: *Guía de observación (Anexo 11)*	**Lugar:** Mesa de trabajo con buena iluminación, sin distracciones.		**Duración:** 30 minutos
Orientaciones (Pasos)	**1. Identificar Conducta Objetivo:** Ensartar un botón grande a través de un ojal gigante en un tablero. **2. Modelo:** Títere de mano con dedos que simulen agarrar. "¡Hola! Soy el Duende Abrochador y voy a enseñarte mi magia". **3. Garantizar Atención:** Leer el cuento social usando el tablero gigante y botones de fieltro. El docente (o el títere) modela exageradamente: agarra el botón con pinza, alinea con el ojal, dice "¡Pasa, botón!" y lo empuja con el dedo índice, luego lo jala del otro lado. **4. Facilitar Retención:** Cantar una canción de 4 tiempos: "Agarro, empujo, paso y jalo". Colocar el pictograma de los 4 pasos a la vista. **5. Promover Reproducción (Moldeamiento):** - **Paso 1 (Agarre):** Poner un botón suelto con velcro en la mesa. Ayudar al estudiante a formar una pinza con pulgar e índice para levantarlo. "¡Atrapado!". - **Paso 2 (Alinear):** Con el tablero estabilizado, guiar la mano del estudiante para que acerque el botón al borde del ojal. "¡A la puerta!". - **Paso 3 (Pasar):** Usar la mano del docente sobre la del estudiante para empujar el botón hasta que asome por el otro lado. "¡Medio cuerpo fuera!". - **Paso 4 (Jalar):** Enseñarle a usar los dedos de la otra mano para agarrar el botón del otro lado y terminar de pasarlo. "¡Libre!". - Reducir la ayuda física progresivamente. **6. Refuerzo:** Por cada botón "cazado", cantar la canción de éxito y dar una palmada. Al final de la sesión, poner el sello. "¡Eres un cazador de botones de primera!"		
Título	**Actividad 2: Ingenieros de la Ropa: Construyendo Nuestra Armadura**		
Objetivo	Utilizar apoyos visuales, para el abroche y desabroche de manera independiente 3-4 botones en una prenda real (chaleco) colocada sobre una superficie plana, manejando la tensión de la tela y la alineación.	**Recursos:** Chaleco o banda de práctica, secuencia visual detallada de 6 pasos: 1. separar bordes, 2. buscar botón y ojal, 3. meter botón en ojal, 4. pasar botón completo, 5. jalar tela, 6. Verificar, (anexo 12), anillo de orientación: anillo de plástico o goma para colocar alrededor del botón y guiar la dirección del ojal, pinzas de ropa para mantener fija una parte de la prenda a la mesa, video-modelo en cámara lenta mostrando el ángulo correcto de entrada del botón, refuerzo: ficha para colocar en un "tablero del ingeniero" que lleva a un premio grupal.	
Método	Modelamiento por video + Práctica guiada con encadenamiento hacia atrás + Ayudas físicas graduadas.	**Contenidos**	Secuencia completa. Manejo de la tela (estabilizar, tensar). Coordinación bilateral avanzada. Autoverificación del resultado
Evaluación: *Lista de cotejo (Anexo 12)*	**Lugar:** Mesa de trabajo con la prenda asegurada con pinzas.		**Duración:** 30 minutos
Orientaciones (Pasos)	**1. Conducta Objetivo:** Abrochar 3 botones en una prenda sobre la mesa. **2. Modelo:** Video en cámara lenta del docente o un compañero, mostrando claramente cómo se mete el botón en ángulo y cómo se usa la mano no		

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

	dominaría para tensar el ojal. **3. Garantizar Atención:** Ver el video 2 veces, pausando en el momento crítico de "meter el botón". Colocar la secuencia visual de 6 pasos en orden vertical. **4. Facilitar Retención:** Practicar los pasos 1 y 2 (separar y buscar) varias veces sin intentar abrochar. Usar el anillo de orientación en el primer botón para guiar visualmente hacia dónde debe ir el ojal. **5. Promover Reproducción (Encadenamiento hacia atrás):** - **Paso 6 (Verificar):** El docente deja el último botón medio abrochado. Guía al estudiante para que jale y verifique que esté firme. ¡Refuerzo! - **Paso 5 (Jalar tela):** El docente deja el botón pasado, pero no jalado. El estudiante debe jalar ambos lados de la tela para asentarlo. - **Paso 4 (Pasar botón completo):** El docente mete el botón en el ojal, pero solo hasta la mitad. El estudiante debe pasarlo completamente. Se continúa hacia atrás hasta que el estudiante inicia desde el paso 1 (separar bordes) para el primer botón. Se repite la secuencia completa para los siguientes botones, reduciendo ayudas. **6. Refuerzo:** Por cada botón abrochado de forma independiente, coloca una ficha en su tablero. Al completar 3, puede acceder a un premio grupal (ej: elegir la música del salón por 5 minutos). "¡Tu ingeniería es perfecta!"

Indicador: Se ata los cordones de los zapatos

Título	**Actividad 1: Los Lagartos que se Hacen Nudos: El Juego de los Cordones Mágicos**		
Objetivo	Manipular los cordones sueltos, forme cruces simples y realice un nudo básico (primer paso del lazo), desarrollando coordinación ojo-mano y comprensión de los conceptos "sobre", "debajo" y "a través"	**Recursos:** Cordones de práctica extra largos (80 cm), gruesos y de colores contrastantes, tablero de agujeros: cartón duro con 2-3 pares de agujeros grandes, pictogramas de acciones básicas: cruzar, pasar por debajo, jalar, (anexo 13), plantilla de "camino" con huellas que guíen el recorrido del cordón, canciones/rimas cortas para cada acción, aros pequeños de colores para ayudar a visualizar los "agujeros", refuerzo: calcomanías de animales que se enroscan (serpientes, lagartos).	
Método	Modelamiento con objetos animados (cordones con ojos adhesivos) + Juego sensorial dirigido + Moldeamiento físico.	**Contenidos**	Conceptos espaciales: sobre/ debajo/a través. Acciones: cruzar, pasar, jalar.
Evaluación: *Guía de observación (Anexo 13)*	**Lugar:** Mesa de trabajo amplia, sin distracciones.		**Duración:** 30 minutos
Orientaciones (Pasos)	**1. Identificar Conducta Objetivo:** Hacer un nudo simple (primer paso del atado). **2. Modelo:** Dos cordones con ojos adhesivos ("Lagarto Rojo" y "Lagarto Azul") manipulados por el docente. **3. Garantizar Atención:** Contar una historia: "Los lagartos quieren darse un abrazo. El Lagarto Rojo se pone SOBRE el Azul (hacer la X)". - El docente modela exageradamente: "Ahora el Lagarto Azul pasa POR DEBAJO del puente (pasar el extremo)", "y ahora JALAN fuerte cada uno para su lado".		

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

	4. Facilitar Retención: Enseñar una rima: "SOBRE y DEBAJO, un fuerte ABRAZO". Usar los pictogramas de acciones como referencia visual. **5. Promover Reproducción (Moldeamiento):** - **Paso 1 (Hacer la X):** Dar dos cordones de colores. Guiar las manos del estudiante para cruzarlos en el centro. "¡Hicieron el puente!". - **Paso 2 (Pasar por debajo):** Con el cruce sujeto por el docente, guiar la mano del estudiante para que tome el extremo inferior y lo pase por el espacio debajo del cruce. "¡Por el túnel!". - **Paso 3 (Jalar):** Enseñar a tomar un extremo con cada mano y jalar en direcciones opuestas. "¡Tiran los lagartos!". - Repetir la secuencia 5-7 veces, disminuyendo gradualmente la ayuda física hasta que pueda hacer el nudo simple con cordones sueltos en la mesa. **6. Refuerzo:** Por cada nudo simple exitoso, dar una calcomanía para pegar en un "certificado de aprendiz de lagarto". Celebrar con un sonido de animal. "¡Eres un experto en abrazos de lagartos!".			
Título	**Actividad 2: La Misión del Conejo y el Árbol: Tejiendo un Refugio**			
Objetivo	Completar la secuencia de 6 pasos para atar los cordones usando el método de "las orejas del conejo" en un zapato de práctica sobre la mesa, utilizando apoyos visuales secuenciales y encadenamiento hacia atrás.	**Recursos:** Zapato de práctica grande montado en un bloque de madera o tablero, con agujeros amplios y cordones de dos colores diferentes, secuencia visual de 6 pasos (anexo 14), video-modelo en cámara lenta, con primeros planos de las manos, plantilla de "árbol" y "conejos" de fieltro para simular, pinzas de ropa pequeñas para marcar los extremos de las "orejas", refuerzo: gráfico de progreso con imágenes de un árbol que se va llenando de hojas.		
Método	Modelamiento por video + Práctica guiada con encadenamiento hacia atrás + Ayudas físicas graduadas	**Contenidos**	Secuencia completa del método de orejas. Coordinación bilateral avanzada. Memoria procedimental. Concepto de lazo funcional.	
Evaluación: *Lista de cotejo (Anexo 14)*	**Lugar:** Mesa de trabajo, con el zapato de práctica fijo (con ventosas).		**Duración:** 30 minutos	
Orientaciones (Pasos)	**1. Conducta Objetivo:** Atar los cordones en el zapato de práctica usando el método de las orejas. **2. Modelo:** Video de un compañero ("el guardabosques") realizando la secuencia completa, con voz en off nombrando cada paso. **3. Garantizar Atención:** Ver el video 2 veces. La primera completo, la segunda pausando en cada paso y señalando el pictograma correspondiente. Contar la metáfora: "El conejo verde y el conejo marrón (las orejas) corren alrededor del árbol (el lazo)". **4. Facilitar Retención:** Practicar solo los pasos 2 y 3 (hacer orejas) múltiples veces, usando las pinzas para marcar dónde sostener. Cantar una canción de pasos: "Nudo, orejas, cruce, agujero, jalar... ¡y listo!". **5. Promover Reproducción (Encadenamiento hacia atrás):** - **Paso 6 (Jalar):** El docente hace todos los pasos hasta tener las orejas pasadas por el agujero, pero sin jalar. Guía al estudiante para que jale y apriete. ¡Refuerzo inmediato! - **Paso 5 (Pasar por el agujero):** El docente hace hasta cruzar las orejas. Ayuda al estudiante a identificar "el agujero" que se forma y a pasar una oreja a través. Luego que complete el paso 6.			

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

- **Paso 4 (Cruzar orejas):** El docente hace el nudo y las orejas. El estudiante debe cruzarlas y luego completar 5 y 6.
- Se continúa retrocediendo hasta que el estudiante pueda iniciar desde el paso 1 con ayuda gestual mínima.

6. Refuerzo: Por cada paso completado de forma independiente, pegar una "hoja" en el árbol del gráfico de progreso. Cuando el árbol tenga 6 hojas, otorgar el título de "Guardabosques de cordones".

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Resultados Obtenidos de la Aplicación parcial del Sistema de Actividades para Desarrollar Habilidades de Autocuidado en un Estudiante con Síndrome de Down del Aula 5

Antes de exponer los resultados, se proporcionará un informe sobre cómo respondió el estudiante previo a la implementación parcial de la intervención. Cabe señalar que estos resultados se obtuvieron de los instrumentos utilizados (guía de observación y diario de campo) durante las prácticas.

En primera instancia, en relación con la higiene personal, el estudiante presentaba diversas dificultades. Al momento de lavarse los dientes, no realizaba el cepillado lado a lado, sino únicamente de manera frontal y de forma brusca. Asimismo, en cuanto al lavado de manos, no seguía los pasos correspondientes ya que lo hacía con torpeza y dejando residuo de jabón en el intento. De igual manera el lavado de cara no lo realizaba adecuadamente, debido a que manifestaba sentir que se ahogaba, por esta razón se lava solo con agua sin la utilización del jabón. Por último, al momento de acudir al baño, el estudiante se resistía a ingresar ya que mencionaba que había un payaso dentro; además de que no sabe cómo limpiarse al momento de hacer sus necesidades.

En segunda instancia, en relación con las habilidades de alimentación, el estudiante presentaba dificultades al utilizar la cuchara y consumir alimentos con este utensilio. En consecuencia, prefería dejar de comer o hacerlo con las manos. Asimismo, en el hogar; estaba acostumbrado a que algún familiar le diera los alimentos directamente en la boca.

Y, por último, y en tercera instancia, en cuanto a la vestimenta, el estudiante tenía dificultades para abotonarse las prendas, ya que no lo podía hacer de forma autónoma. Además, no lograba amarrarse los cordones de los zapatos, por lo que requería el apoyo de otra persona.

Dimensión 1: Higiene Personal

Ahora bien, durante la implementación parcial de las actividades de higiene personal, el estudiante mostró avances progresivos en el reconocimiento y manipulación de elementos básicos. En el indicador de cepillado dental, logró identificar visualmente el cepillo, pasta

dental, vaso con agua, toalla y seguir la secuencia visual de cinco pasos, aunque requirió apoyo para manipular funcionalmente el cepillo y colocar la pasta dental. En el lavado de rostro, demostró habilidades de reconocimiento al señalar correctamente al menos cinco partes del rostro (frente, mejillas nariz, ojos y boca) y siguió la secuencia completa de lavado con apoyo mínimo, mostrando especial interés en observar su imagen en el espejo al finalizar.

En el área de lavado de manos, el estudiante evidenció capacidad para diferenciar entre manos sucias y limpias mediante pictogramas, identificando al menos dos partes de la mano. Sin embargo, requirió apoyo significativo para ejecutar correctamente el paso de frotar palmas, dorso, dedos y uñas.

Dimensión 2: Habilidades de Alimentación

En el desarrollo de habilidades alimenticias con el uso de la cuchara, el estudiante demostró progreso significativo en la ejecución de la secuencia completa de autoalimentación. Durante la actividad "El Gran Chef", completó al menos cinco cucharadas utilizando sandía como alimento, manteniendo un ritmo adecuado y retirando la cuchara vacía después de cada ingesta. Sin embargo, se observaron dificultades en la coordinación fina: requirió apoyo para sostener la cuchara con agarre funcional, mantenerla estable al recoger el alimento, transportar el objeto desde el bowl hacia la boca e inclinar correctamente la cuchara para soltar el contenido. A pesar de esto, el estudiante respondió positivamente al refuerzo y aceptó la ayuda física sin rechazo, mostrando una actitud colaborativa durante todo el proceso.

Dimensión 3: Vestimenta

En las actividades relacionadas con el vestido independiente, el estudiante mostró desarrollo heterogéneo según la complejidad de la tarea. En el abrochado de botones, logró identificar correctamente el botón y el ojal, y demostró comprensión del proceso al abrochar y desabrochar botones sobre superficie plana sin romper la secuencia. Sin embargo, requirió apoyo considerable para usar los dedos de su mano como pinza al agarrar el botón, alinearlo correctamente con el ojal y empujarlo a través del mismo. No logró completar tres botones

consecutivos de manera independiente, mostrando dificultades en la coordinación de ambas manos.

En cuanto al atado de cordones, el estudiante se encontraba en una etapa inicial de adquisición. Durante "El Juego de los Cordones Mágicos", logró el paso de hacer orejas y jalar y ajustar, pero requirió apoyo para cruzar los cordones, pasar un cordón por debajo del otro y realizar el nudo simple. La coordinación de ambas manos permaneció en proceso de desarrollo, evidenciando la necesidad de práctica continuada para alcanzar la independencia en esta habilidad motora fina compleja.

Discusión de Resultados

Ahora bien, la implementación parcial del Sistema de Actividades demostró ser una estrategia viable para el desarrollo progresivo de habilidades de autocuidado en el estudiante con síndrome de Down, evidenciando mejoras significativas en comparación con su desempeño inicial en las tres fases evaluadas. Estos avances validan la efectividad de un enfoque estructurado basado en el aprendizaje por etapas, el uso de apoyos visuales y la reducción progresiva de ayuda.

En la dimensión 1: Higiene Personal, el estudiante partió con ciertas habilidades previas, pero, tras la intervención parcial, consolidó estos conocimientos previos y logró avances específicos: pasó de reconocer elementos aislados a seguir secuencias visuales completas con apoyo mínimo, y de necesitar ayuda física para manipular objetos a realizar pasos como el lavado de rostro con autonomía creciente. Para finalizar, el interés del estudiante por observarse en el espejo durante el lavado evidenció un desarrollo emergente del auto-monitoreo que no se había observado previamente.

Por otra parte, en la dimensión 2: Habilidades de alimentación, los resultados revelan una transformación notable en la autonomía del estudiante. Debido a que, el hecho de completar cinco cucharadas de manera independiente, con ritmo adecuado y retirando la cuchara vacía, contrasta significativamente con su dificultad inicial para sostener correctamente el utensilio. Aunque persisten desafíos, la aceptación activa de la ayuda y la

respuesta positiva al refuerzo demuestran una actitud colaborativa que facilita el proceso de aprendizaje.

También, la dimensión 3: Vestimenta, presentó los avances más graduales, lo cual es consistente con la complejidad motora fina requerida para estas tareas. Sin embargo, el progreso en el reconocimiento de componentes (botón-ojal) y la comprensión conceptual del proceso de abrochado representan fundamentos sólidos para el desarrollo futuro. Asimismo, el logro parcial en el atado de cordones, aunque limitado, indica que el estudiante está construyendo las bases para esta habilidad avanzada. El hecho de que logre completar algunos pasos independientemente sugiere que con práctica continua podrá alcanzar mayores niveles de autonomía.

En conclusión, la mejora general que sea observado valida la efectividad del sistema de enseñanza implementado. Además, la combinación de apoyos visuales, modelamiento, práctica guiada y refuerzo positivo creó un ambiente de aprendizaje adecuado permitió al estudiante consolidar habilidades previas y alcanzar nuevos niveles de independencia. Estos resultados sugieren que la continuidad de este enfoque estructurado, con ajustes individuales según las necesidades específicas del estudiante, podría conducir a niveles aún mayores de autonomía en el desarrollo de habilidades de autocuidado.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Conclusiones

En este acápite se ofrecen los hallazgos a los que llegó esta investigación, estas exponen los resultados más relevantes en concordancia con los objetivos específicos formulados:

Del análisis de los referentes teóricos, se desprende que las habilidades de autocuidado son esenciales para el desarrollo de la autonomía e independencia personal, especialmente para los estudiantes con síndrome de Down, puesto que tienen características propias (hipotonía) o por la escasa estimulación y sobreprotección que pueden ralentizar el avance de estas actividades. Además, aprender estas habilidades permite al niño no solo participar activamente en su entorno familiar y escolar, sino que también fortalece su confianza en sí mismo, su sentido de competencia y sus oportunidades de inclusión social.

A partir del análisis cualitativo y asumiendo una perspectiva interpretativa, se caracterizó el desarrollo actual de las habilidades de autocuidado del estudiante con síndrome de Down en función del contexto escolar y familiar. Utilizando varias técnicas e instrumentos se evidenció que el estudiante tiene algunas dificultades en las actividades diarias, como la higiene personal (lavarse la cara, las manos, los dientes e ir al baño), el uso poco desarrollado de la cuchara y abotonarse la prendas y el atado de cordones.

De acuerdo con el tercer objetivo específico, la propuesta fue diseñada conforme a los parámetros establecidos y respondiendo a las necesidades específicas del estudiante. Se determina que el sistema de actividades elaborado es estructurado y dirigido al fortalecimiento del autocuidado en el estudiante con síndrome de Down. La propuesta se implementó parcialmente en tres dimensiones, siendo el modelamiento por imitación la estrategia base para cada actividad. La maleabilidad del programa permitió modificar duración de la actividad, recursos o materiales y grados en la asistencia para las necesidades del estudiante.

La implementación parcial del sistema permitió la observación de un progreso significativo en la ejecución de las tareas, acompañado de un mayor interés y participación del estudiante. El uso de estrategias clave como pictogramas, imitación guiada y refuerzo

positivo ayudó al estudiante a comprender y realizar las actividades. La implementación parcial de estas actividades en el contexto escolar, con el apoyo del profesorado y los compañeros, mejoró significativamente los niveles de motivación y perseverancia. En conclusión, una metodología estructurada, apoyada por una asistencia sensible y sistemática, representa un enfoque eficaz para fomentar la independencia personal del alumnado con síndrome de Down en el ámbito de la educación especial.

Recomendaciones

Se sugiere que en investigaciones futuras se aplique todo el sistema de actividades y se le incluya más actividades con mayor complejidad.

Es importante que en investigaciones posteriores se contemplen la posibilidad de adaptar o modificar las actividades propuestas cuando no se estén alcanzando los objetivos planteados. Esto permitirá respetar el ritmo, las características y las necesidades individuales de los participantes, favoreciendo resultados más significativos.

Es recomendable que en estudios sucesivos se analicen el impacto de promover el autocuidado como parte esencial de la formación dentro del centro educativo, evaluando cómo su integración sistemática contribuye a la autonomía.

Se propone diseñar investigaciones que contemplen la ejecución continua y organizada de las actividades, permitiendo medir no solo la adquisición de habilidades, sino también la consolidación de hábitos y la prevención de retrocesos en el aprendizaje.

Es pertinente que nuevas investigaciones integren activamente al personal docente y de apoyo, evaluando cómo su participación influye en el fortalecimiento de las habilidades de autocuidado y en la sostenibilidad de los resultados obtenidos.

Se recomienda que próximas investigaciones consideren la aplicación de las actividades tanto en el entorno escolar como en el hogar, con el fin de analizar la coherencia entre contextos y su efecto en el desarrollo integral del estudiante.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Finalmente, se sugiere incorporar procesos de seguimiento posterior a la intervención para examinar la permanencia de las habilidades de auto cuidado adquiridos y el impacto del acompañamiento continuo en la vida diaria del estudiante.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Referencias bibliográficas

Acosta, S. (2023). Los enfoques de investigación en las ciencias sociales. Latinoamericana Ogmios, 3(8), 82-95. https://idicap.com/ojs/index.php/ogmios/article/view/226

Addine, F. (2013). *Didáctica: teoría y práctica*. Ed. Pueblo y Educación. https://profesorailianartiles.wordpress.com/wp-content/uploads/2013/03/didc3a1ctica.pdf

Álava, S. y Vega, J. (2025). Sistema de actividades lúdicas para desarrollo de identidad y autonomía en niños de Educación Inicial. *Revista Científica Multidisciplinaria HEXACIENCIAS. 5(9).* https://soeici.org/index.php/hexaciencias/article/view/477/782

Alonso, D. (2018). Desarrollo de las habilidades motrices de las personas con discapacidad intelectual a través del proceso cognitivo. *Artseduca.* https://repositori.uji.es/server/api/core/bitstreams/807f6e45-15e2-4e17-b9c5-7ab87fc2b55b/content

Alzás García, T., & Casa García, L. M. (2017). La evolución del concepto de triangulación en la investigación social. https://doi.org/10.35951/v4i2.169

Arévalo, D. M. (2015). Estrategias de intervención para desarrollar habilidades básicas cotidianas en una menor de doce años con síndrome. https://repository.libertadores.edu.co/server/api/core/bitstreams/4dc76203-7932-45cb-b0b3-f52b485d0ca1/content

Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. https://www.asecib.ase.ro/mps/Bandura_SocialLearningTheory.pdf

Barbosa Chacón, J. W., Barbosa Herrera, J. C., & Rodríguez Villabona, M. (2013). Revisión y análisis documental para estado del arte: una propuesta metodológica desde el contexto de la sistematización de experiencias educativas. Investigación bibliotecológica, 27(61), 83-105. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0187-358X2013000300005&script=sci_abstract&tlng=pt

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Barrios, L. (2011). Intervención en hipotonía mediante psicomotricidad en niños con Síndrome de Down. *EFDeportes*. https://www.efdeportes.com/efd156/psicomotricidad-en-ninos-con-sindrome-de-down.htm

Bastidas, M., Ariza Mo, G., & Zuliani, L. (2013). Reconocimiento del niño con síndrome de Down como un sujeto de crianza. *Revista Facultad Nacional de Salud Pública*, *31*(1), 102-109. http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0120-386X2013000100012&script=sci_arttext

Bender, M., & Valletutti, P. J. (1981). *Comportamiento general y hábitos de autocuidado*. Fontanella.https://soyanalistaconductual.org/comportamiento_general_habitos_autocuidado_bender_valletutti.pdf

Brown, L., Branston, M. B., Hamre-Nietupski, S., Pumpian, I., Certo, N., y Gruenewald, L. (1979). A strategy for developing chronological-age-appropriate and functional curricular content for severely handicapped adolescents and young adults. *The Journal of Special Education, 13*(1), 81–90. https://www.researchgate.net/publication/249833267_A_Strategy_for_Developing_Chronological-Age-Appropriate_and_Functional_Curricular_Content_for_Severely_Handicapped_Adolescents_and_Young_Adults

Campos, G., & Martínez, N. E. L. (2012). La observación, un método para el estudio de la realidad. Xihmai, 7(13), 45-60. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3979972

Campoverde Calle, L. A., & García Idrovo, G. M. (2023). *Programa de intervención basado en proyectos para el desarrollo de la autonomía de una estudiante con Parálisis Cerebral Infantil* (Bachelor's thesis, Universidad Nacional de Educación). http://repositorio.unae.edu.ec/bitstream/56000/3128/1/TFEEDID62.pdf

Carrera, B. y Mazzarella, C. (2001). Vygotsky: enfoque sociocultural. *Educere*, 5 (13), 41-44. https://www.redalyc.org/pdf/356/35601309.pdf

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Cevallos, A., Pino, D., Aguirre, E., León, X. y Lara, L. (2017). Motricidad y coordinación en niños con Síndrome de Down: procesos esenciales para su inclusión social. *Efdeportes.* https://www.efdeportes.com/efd229/motricidad-y-coordinacion-en-sindrome-de-down.htm

Clavijo López, M. A. (2014). *Materiales didácticos para niños en síndrome de down* (Bachelor's thesis, Universidad Piloto de Colombia). https://repository.unipiloto.edu.co/bitstream/handle/20.500.12277/984/00001803.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Constitución de la República del Ecuador (2008). https://www.defensa.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2021/02/Constitucion-de-la-Republica-del-Ecuador_act_ene-2021.pdf

Contreras, F., López, A., y Maqueira, E. (2011). Propuesta metodológica para el mejoramiento motriz en niños con Síndrome de Down, que favorezca su inclusión a la educación regular. *EFDeportes*. https://www.efdeportes.com/efd154/mejoramiento-motriz-en-ninos-con-sindrome-de-down.htm

Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (2006). Asamblea General de las Naciones Unidas, Resolución A/RES/61/106, adoptada el 13 de diciembre de 2006. https://www.ohchr.org/sites/default/files/Documents/ProfessionalInterest/crpd_SP.pdf

Cuesta, J., Fuente, R., y Ortega, T. (2019). Discapacidad intelectual: una interpretación en el marco del modelo social de la discapacidad. Controversias y Concurrencias Latinoamericanas, 10(18), 85-106. https://www.redalyc.org/journal/5886/588662103007/html/

Delgado Villalta, M. C., & Godoy Ortiz, S. J. (2022). Sistema de actividades basadas en recursos didácticos virtuales para favorecer la lectura en el proceso de enseñanza aprendizaje de la asignatura lengua y literatura en el segundo año de educación general básica de la Unidad Educativa Febres Cordero. https://repositorio.unae.edu.ec/server/api/core/bitstreams/fcc780ba-68b2-406d-8215-2201dd6f2711/content

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Díaz, D. (2009). Desarrollo de habilidades adaptativas: autonomía y vida diaria, en adolescente con discapacidad intelectual. [Tesis licenciatura en psicología educativa]. http://200.23.113.51/pdf/26180.pdf

Die Aznar, N. (2023). *Propuesta educativa para mejorar la autonomía personal del alumnado con Síndrome de Down en el segundo ciclo de Educación Primaria* (Bachelor's thesis). https://riucv.ucv.es/bitstream/handle/20.500.12466/4157/TFG%20DEFINITIVO_Nuria-1.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Esparza-Ocampo, K., Chaidez-Fernández, Y., Magaña-Ordorica, D., Angulo-Rojo, C., Guadrón-Llanos, A., Castro-Apodaca, F., & Magaña-Gómez, J. (2023). Principales características fenotípicas crónico degenerativas asociadas al síndrome de Down: Una revisión narrativa. *Revista Médica de la Universidad Autónoma de Sinaloa REVMEDUAS*, *12*(Esp), 3-22. https://hospital.uas.edu.mx/revmeduas/articulos/v12/se/down.pdf

Esteban Martín, L., & Romano Casaus, D. (2017). Programa de intervención grupal para promoción de autonomía personal en adolescentes con discapacidad intelectual media y ligera. https://zaguan.unizar.es/record/90313/files/TAZ-TFG-2017-1094.pdf

Frank, K., y Esbensen, A. J. (2014). Fine motor and self-care milestones for individuals with Down syndrome using a retrospective chart review. *Journal of Intellectual Disability Research*, 59(8), 719-729. https://www.ucl.ac.uk/intellectual-developmental-disabilities-research/sites/intellectual-developmental-disabilities-research/files/finemotorcontrol.pdf

Gallahue, L., Goodway, D. y Ozmun, J. (2006). *Understanding motor development: Infants, children, adolescents, adults* (6th ed.). McGraw-Hill. https://books.google.com.co/books?id=h5KwDwAAQBAJ&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false

METODOLóGICO, M. A. R. C. O. (2017). Capítulo III Marco Metodológico. Los hacedores de bibliotecas y el papel protagónico del edificio como agente en la construcción de sociedades del conocimiento, 28.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Garvía, B. (2018). *¿Cómo favorecer la autonomía personal de mi hijo con síndrome de down?* Fundación Iberoamericana Down21. https://www.down21.org/libros-online/Autonomia-personal-sindrome-de-down/Autonomia-personal-sindrome-de-down.pdf

González, F. (2022). *Intervención educativa en motricidad fina en sujetos con síndrome de Down en la sesión de educación física* [Tesis de doctorado, Universidad Cuauhtémoc]. Repositorio institucional. https://www.ucuauhtemoc.edu.mx/hubfs/sitio_ead/repositorio-tesis/FERNANDOGONZALEZSANDOVAL.pdf

Global Down Syndrome Foundation. (s.f.). *Down Syndrome Research and Medical Care Timeline*. https://www.globaldownsyndrome.org/about-down-syndrome/history-of-down-syndrome/research-and-medical-care-timeline/

Guapisaca Yanza, J. A., & Núñez Zeas, F. J. (2019). Sistema de actividades para fomentar el aprendizaje significativo en los estudiantes del sexto año de Educación General Básica de la Unidad Educativa La Inmaculada en el área de las Ciencias Naturales, a través de la plataforma Kahoot. https://repositorio.unae.edu.ec/server/api/core/bitstreams/f088bc0d-942d-49fb-81ad-3a62177df7d4/content

Gutiérrez, K., y Vinueza, V. (2023). *Percepción de los padres de niños con síndrome de Down de 5 a 11 años respecto a las prácticas sobreprotectoras y las dimensiones de la autonomía de la Unidad Educativa Especial ADINEA en la ciudad de Cuenca durante el periodo marzo – agosto 2022*. [Tesis de titulación, Universidad de Cuenca] https://dspace-test.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/40772/1/Trabajo-de-Titulaci%C3%B3n.pdf

Henao, C. y Gil, L. (2009). Calidad De Vida Y Situación De Discapacidad. *Revista Hacia la Promoción de la Salud,* 14 (2), 112-125. https://www.redalyc.org/pdf/3091/309126692005.pdf

Howard-Jones, N. (1979). On the diagnostic term “Down's disease”. *Medical History*, *23*(1), 102-104. https://www.cambridge.org/core/services/aop-cambridge-core/content/view/8D6C4434B8EF56876F1F92AC655C8573/S0025727300051048a.pdf/div-class-title-on-the-diagnostic-term-downandapos-s-disease-div.pdf

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Jiménez García, T. (2018). Estrategias metodológicas para el desarrollo de habilidades básicas de autovalimiento en los estudiantes con discapacidad severa y multidiscapacidad de EBE Señor de los Milagros. https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/da4f995b-ab99-4ae7-8a14-090a8df5e46e/content

Le Boulch, J. (2001). *La educación por el movimiento en la edad escolar*. Barcelona: Paidós. https://es.scribd.com/document/664012810/Le-Boulch-J-La-Educacion-Por-El-Movimiento-en-La-Edad-Escolar

Ley Orgánica de Discapacidades (2012). https://www.consejodiscapacidades.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2014/02/ley_organica_discapacidades.pdf

Ley Orgánica de Educación Intercultural (2011). Segundo Registro Oficial Suplemento No. 417 de 31 de marzo del 2011. https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2017/02/Ley_Organica_de_Educacion_Intercultural_LOEI_codificado.pdf

Lobo, M. A., Harbourne, R. T., Dusing, S. C., y Westcott-McCoy, S. (2013). Grounding early intervention: Physical therapy cannot just be about motor skills anymore. *Physical Therapy*, 93(1), 94-103. https://doi.org/10.2522/ptj.20120158

Loja Coraizaca, L. G., & Rodríguez Fernández, E. O. (2021). *Desarrollo de habilidades de autocuidado en estudiantes con discapacidad intelectual en séptimo de básica¨B¨ de la Unidad Educativa Especial Agustín Cueva Tamariz* (Bachelor's thesis, Universidad Nacional de Educación del Ecuador). http://repositorio.unae.edu.ec/handle/56000/1762

López, A. D. R. (2012). Programa para desarrollar habilidades de autocuidado en un niño con parálisis cerebral: estudio de caso. file:///C:/Users/PC/Downloads/28895.pdf

Lucero Pañi, L. C., & Saldaña Zaruma, M. D. (2024). Guía lúdica para el fomento del trabajo colaborativo en niños de 4-5 años de la Unidad Educativa Herlinda Toral, Cuenca. http://201.159.222.12:8080/bitstream/56000/3475/1/TFEI214.pdf

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Macías, S., Ontaneda, J. y Rodríguez, A. (2023). *Implementación del método TEACCH para desarrollar las habilidades de autocuidado en estudiante con Síndrome de Down.* https://www.researchgate.net/publication/368777890_Implementacion_del_metodo_TEACCH_para_desarrollar_las_habilidades_de_autocuidado_en_estudiante_con_Sindrome_de_Down/citation/download

Madrigal, A. M. (2004). El síndrome de Down. *Revista Retrieved*, *4*, 1-104. https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/56859172/informe_down-libre.pdf?1529861811=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DEL_SINDROME_DE_DOWN.pdf&Expires=1760659027&Signature=JO8gZyIwaPjNA5pNBhqZznYhHYJKf9op5mQzkwuHhUCFJpshhmFSj3uodUYfeE8OxmxaFsZf9MTjKwvKDQPXeF42VK47~xfaahbxt56t2830R5fZ3M5O~plHiCClUJK2iVrWC8qxw7Jl~4ZVNXi7u2OQyOavR5G6bBEXAH8ke4iMZIAXtEtsVHdV8p1iGJF-RLNdfLwqguHvPfSNvXv4hEL8TlfcA63ZRseqXmM8TfqccfdH7953Wr-V~NTVPabTA-3nnJzf0kI9gcANAPQ047GOTJNowT3aA1PXheX67YdW06R52lklz0qIpYDOTTtgCGIfipUL87JR9cMhWVwRbg__&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA

Martínez, N. P., Tovar, D. M., & Ruiz, K. (2020). Proyecto para el fortalecimiento de la autonomía en un adolescente de 14 años de edad con discapacidad intelectual en situaciones de la vida cotidiana [Trabajo de grado]. Fundación Universitaria Los Libertadores. https://repository.libertadores.edu.co/server/api/core/bitstreams/dabdb912-9506-41f2-853a-7821d7cc6674/content

Ministerio de Educación del Ecuador. (2025). *Currículo priorizado de preparatoria*. https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2025/07/Curriculo-Priorizado-Preparatoria.pdf

Morales, P. M. L., Pérez, R. L., Vidrio, G. P., Yáñez, S. A. B., & Echauri, L. V. (2000). Reseña histórica del síndrome de Down. *Revista ADM Órgano Oficial de la Asociación Dental Mexicana*, *57*(5), 193-199. https://www.medigraphic.com/pdfs/adm/od-2000/od005g.pdf

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Morocho Navarro, T. D., & Yungaicela Yungaicela, M. S. (2021). Sistema de actividades dirigido a fomentar las habilidades de autocuidado de un estudiante con discapacidad intelectual del funcional académico 4 del Instituto de Parálisis Cerebral del Azuay "IPCA". https://repositorio.unae.edu.ec/server/api/core/bitstreams/2d9c67e3-343d-48f9-a267-6c24ed5ba661/content

Muñoz Cajamarca, R. I. (2020). *La estimulación temprana y desarrollo de la autonomía en niños con síndrome de Down de cero a tres años* (Master's thesis). https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/19519/1/UPS-GT003049.pdf

Noriega Ramos, L. Y., Diaz Ramos, D., & Muñoz Joseli, E. B. (2022). Actitudes maternas de sobreprotección en niños con síndrome de down y/o discapacidad intelectual. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, *6*(6), 6235-6249. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.3871

Ojeda Pardo, R. Y., Guarnizo Condolo, M. F., Medina León, A., Villegas Ricauter, V. V. (2024). Sistema de actividades en un entorno virtual de aprendizaje. Asignatura, Ciencias Naturales de octavo grado. Universidad y Sociedad, 17(3), e5156. http://scielo.sld.cu/pdf/rus/v17n3/2218-3620-rus-17-03-e5156.pdf

Ortiz Baquerizo, L. A. (2017). *Síndrome de Down y la autonomía: Programa de habilidades de autocuidado basado en el modelo de ocupación humana* [Tesis de licenciatura, Universidad de Guayaquil]. Repositorio Nacional en Ciencia y Tecnología. https://repositorio.ug.edu.ec/server/api/core/bitstreams/d74760c4-76b8-4afa-8eb7-867b73cb8178/content

Palisano, R. J., Walter, S. D., Russell, D. J., Rosenbaum, P. L., Gémus, M., Gowland, C., y Rainforth, B. (2001). Gross motor function of children with Down syndrome: Creation of motor growth curves. *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*, 82(4), 494–500. https://www.researchgate.net/publication/12039085_Gross_motor_function_of_children_with_Down_syndrome_Creation_of_motor_growth_curves

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Paredes Paredes, M. A., Moreno Villavicencio, S. V., & Freddy, S. (2024). El diseño universal para el aprendizaje (DUA) y las competencias digitales en la educación. Polo del Conocimiento, 9(5). https://www.polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/8248/html.

Peinado, I. (2008). *DESARROLLO COGNITIVO, MOTOR Y PSICOMOTOR EN LA INFANCIA.* Ed. Profesores en el aula. https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w24287w/140989359-Desarrollo-Cognitivo-Motor-y-Psicomotor-en-La-Infancia.pdf

Pérez Chávez, D. A. (2014). Síndrome de down. *Revista de Actualización Clínica Investiga*, *45*, 2357. http://revistasbolivianas.umsa.bo/scielo.php?pid=S2304-37682014000600001&script=sci_arttext&tlng=es

Pesau, H., Widyorini, E., y Sumijati, S. (2020). Self-Care Skills of Children with Moderate Intellectual Disability. Journal of Health Promotion and Behavior. https://www.researchgate.net/publication/344768937_Self-Care_Skills_of_Children_with_Moderate_Intellectual_Disability

Quilambaqui, M. (2013). Las habilidades básicas de la vida diaria y su relación en la autoestima en niños con síndrome de Down que asisten al Instituto Municipal de Educación Especial de Sígsig. Periodo – 2013 [Trabajo de titulación, Universidad Nacional de Loja]. Repositorio Digital Universidad de Loja.

Ramón, J. (2025). Fomento de la convivencia escolar a través de la asignatura de Educación Física Una revisión sistemática. [Maestría en Investigación en Educación]. https://repositorio.uasb.edu.ec/bitstream/10644/10614/1/T4645-MIE-Ramon-Fomento.pdf

Reglamento General A La Ley Orgánica De Educación Intercultural (2023). https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2023/03/reglamento-LOEI-2023.pdf

Rivas, L. (2015). La definición de variables o categorías de análisis. *Cómo hacer una tesis*, 107-118. https://www.researchgate.net/publication/286288002_Capitulo_6_La_definicion_de_variables_o_categorias_de_analisis

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Rojas Bustos, M. E., & Méndez Ávila, W. F. (2023). *Desarrollo de habilidades de autocuidado en la multidiscapacidad, basado en técnicas de modificación de la conducta* (Bachelor's thesis, Universidad Nacional de Educación). http://repositorio.unae.edu.ec/handle/56000/3036

Romero Villamagua, D. A. (2019). Beneficios de la horticultura terapéutica para mejorar las habilidades funcionales en niños y jóvenes con discapacidad intelectual moderada de 12 a 18 años del Centro de Rehabilitación y Pedagogía Infantil "Reypin" en el periodo abril 2019-septiembre 2019. https://www.dspace.uce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/2b962f1f-f574-483d-8876-adb8cd04f218/content

Ruiz, A. D. L. (2012). Programa para desarrollar habilidades de autocuidado en un niño con parálisis cerebral: estudio de caso. file:///C:/Users/PC/Downloads/28895.pdf

Ruiz, E. (2020) Habilidades de autonomía personal: vestido, aseo, comida. Fundación Iberoamericana Down 21. Recuperado de: http://downvallarta.com/blog/habilidadesde-autocuidado

Ruiz, E. (2020) Habilidades de autonomía personal: vestido, aseo, comida. Fundación Iberoamericana Down 21. Recuperado de: http://downvallarta.com/blog/habilidadesde-autocuidado

Ruiz, L. M. (2004). *Desarrollo motor y actividades físicas*. Madrid: Síntesis. https://es.scribd.com/document/409695934/Desarrollo-Motor-Y-Actividades-Fisicas-Ruiz-perez-2-1

San Millán Villamediana, B. (2018). Personas con discapacidad intelectual y la promoción de su autonomía. https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/32575/TFG-G3265.pdf;sequence=1

Sánchez, M. P., Escobar, A. C., y Gutiérrez, M. J. (2024). Desarrollo motor de niños con Síndrome de Down, en el preescolar: aportes para la práctica docente. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, *8*(6), 10904-10928. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i6.15817

Scalisi, F. R. C., da Silva, G., Cammarata-Scalisi, G., & Contreras, A. S. (2010). Historia del síndrome de Down: Un recuento lleno de protagonistas. *Canarias Pediátrica*, *34*(3), 157-159. file:///C:/Users/Usuario/Downloads/Dialnet-HistoriaDelSindromeDeDown-3719661.pdf

Schunk, H. (2012). *Learning theories: An educational perspective* (6th ed.). Pearson Education. https://share.google/i5O7cmfEY97zwRj6x

Svetnik Beltrán, M. (2005). Síndrome de Down: elaboración de un manual para padres de niños y jóvenes con Síndrome de Down (Bachelor's thesis, Universidad del Azuay). https://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/740/1/05162.pdf

Torres, M. C. P. (2017). Educación por habilidades: Perspectivas y retos para el sistema educativo. *Revista educación*, 118-130. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44051357008

Trela, K., y Jimenez, B. (2013). From Different to Differentiated: Using "Ecological Framework" to Support Personally Relevant Access to General Curriculum for Students With Significant Intellectual Disabilities. Research and Practice for Persons with Severe Disabilities, 38(2), 117-119. https://libres.uncg.edu/ir/uncg/f/B_Jimenez_From_2013.pdf

Urbano, C. y Yuni, J. (2016). *Psicología del desarrollo. Enfoques y perspectivas del Curso Vital.* Ed. Brujas. https://saberespsi.wordpress.com/wp-content/uploads/2016/09/urbano-y-yuni-psicologc3ada-del-desarrollo.pdf

Valle, A., González, R., Cuevas, M, y Fernández, A. (1998). Las estrategias de aprendizaje: características básicas y su relevancia en el contexto escolar. *Revista de Psicodidáctica,* (6), 53-68. https://www.redalyc.org/pdf/175/17514484006.pdf

Valverde, L. A. O. (1993). El diario de campo. Revista trabajo social, 18(39), 308-319. https://www.binasss.sa.cr/revistas/ts/v18n391993/art1.pdf

Villareal, J. P., & Cid, M. G. (2022). La aplicación de entrevistas semiestructuradas en distintas modalidades durante el contexto de la pandemia. *Revista Científica Hallazgos21*, *7*(1), 52-60. file:///C:/Users/PC/Downloads/Dialnet-LaAplicacionDeEntrevistasSemiestructuradasEnDistin-8474986.pdf

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Wehman, P. (2013). *Life beyond the classroom: Transition strategies for young people with disabilities* (5th ed.). Paul H. Brookes Publishing. https://archive.org/details/lifebeyondclassr0000wehm_k2s0

Yagual Suárez, Estefanía Lisbet (2022). Autonomía funcional en las personas con discapacidad intelectual. Caso: Proyecto de atención para personas con discapacidad, comuna San Pedro, 2021. Matriz. Facultad de Ciencias Sociales y de la Salud. 65p. https://repositorio.upse.edu.ec/bitstream/46000/8789/1/UPSE-TGS-2022-0050.pdf

Yucra, A. P. V. INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA PARA EL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES DE AUTOCUIDADO EN UN ADOLESCENTE CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL. https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/11677/Intervencion_YucraVela_Ana.pdf?sequence=1

Zilberstein, J., y Olmedo, S. (2014). LAS ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE DESDE UNA DIDÁCTICA DESARROLLADORA. *Atenas, 3 (27), 42-52.* https://www.redalyc.org/pdf/4780/478047203004.pdf

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Anexos.

Anexo A: Diario de Campo

UNAE
UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Educación Especial

DIARIO DE CAMPO

Semana del:
Unidad Educativa de Práctica: Unidad de Educación especial Nicolas Vásquez
Aula: 5
Tutora profesional
Objetivo

Desarrollo:

Dia	Hora	Actividad	Proceso desarrollado (técnicas / instrumentos / recursos)	Resultado
Total:				**5 horas**

- **Observaciones (coloque todos los aspectos relevantes relacionados con el desarrollo de la práctica):**
- **Conclusiones de la semana:**
  1. **Aspectos positivos:**
  2. **Aspectos a mejorar:**
  3. **Retos:**
  4. **Novedades de la PP durante la semana:**

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Anexo B: Guía de observación

GUÍA DE OBSERVACIÓN PARTICIPANTE

Educación Especial
Edad del niño: 12 años
Diagnóstico: Síndrome de Down

Esta guía está diseñada para registrar comportamientos observables durante situaciones naturales en el aula.

ÁREA 1: VESTIMENTA

¿Se viste con ayuda o sin ayuda?

SI NO
Observación: requiere apoyo para cerrarse la bragueta y abotonarse la camisa o cerrarse la chompa.

¿Abrocha y desabrocha las prendas por sí mismo/a?

SI **NO**
Observación:

Requiere apoyo

¿Se ata los cordones de los zapatos?

SI NO
Observación: necesita ayuda para poder amarrase los zapatos y colocarlos correctamente.

ÁREA 2: ASEO PERSONAL

• ¿Lava sus manos independientemente después de actividades que lo requieren (baño, arte, comida)?
No Si

Observación: El estudiante requiere que se le avise que tiene que lavarse las manos.

• ¿Sabe usar correctamente el jabón, papel higiénico?

SI NO
Observación: No el estudiante requiere apoyo para colocarse el jabón líquido en las manos. El papel higiénico hay que ayudarle sacando la cantidad que va a necesitar.

• ¿Reconoce cuándo necesita limpiarse (después de comer, estornudar, ir al baño)?

Si No
Observación: El estudiante hay que indicarle que debe limpiarse cada que estornuda y termina de comer. Y al momento de ir necesita que alguien lo limpie.

• ¿Tiene control de esfínteres?

Si No
Observación: El estudiante no controla esfínteres.

• ¿Va al baño solo?

Si No

Observación: El estudiante requiere que alguien le acompañe ya que no puede desabrocharse el pantalón y tampoco sabe limpiarse después de hacer del baño.

ÁREA 3: ALIMENTACIÓN

• ¿Come de manera autónoma o espera a que lo alimenten?

SI No
Observación: el estudiante come solo si es bebidas o alimentos blandos.

• ¿Utiliza correctamente la cuchara o abre recipientes sin dificultad?
Observación: _

Si No

Requieren que le dende comer en la boca ya que alimentos duros el no puede por sí solo.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Anexo C: Guía de preguntas

Madre. -

ENTREVISTA SEMI ESTRUCTURADA

Propósito: Explorar las habilidades de autocuidado en el niño de 12 años con síndrome de Down.
Entrevistado(a): Madre de familia
Edad del niño: 12 años
Ámbitos: Aseo personal, vestimenta y alimentación
Duración estimada: 30–45 minutos

1. DATOS GENERALES
Nombre de la madre:

Edad:

Ocupación:

Nombre del niño:

Diagnóstico y edad del diagnóstico:

Escolarización actual del niño:

2. PREGUNTAS ABIERTAS (Preguntas guía principales)

ASEO PERSONAL

- ¿Cómo describiría la rutina diaria de aseo personal de su hijo?
- ¿Qué actividades de higiene realiza por sí solo (cepillado de dientes, lavado de cara, baño, uso del inodoro)?
- ¿Qué actividades requieren supervisión o asistencia? ¿Qué tipo de ayuda necesita?
- ¿Ha notado avances en su independencia en el aseo personal en los últimos años? ¿Podría dar ejemplos?
- ¿Cómo responde su hijo a instrucciones relacionadas con el aseo? ¿Suele seguirlas con facilidad?
- ¿Qué estrategias han utilizado en casa para fomentar la autonomía en este aspecto?

VESTIMENTA

- ¿Su hijo puede vestirse y desvestirse solo? ¿Qué partes de esta actividad realiza independientemente?
- ¿Tiene dificultades con ciertos tipos de ropa (botones, cierres, cordones)? ¿Cuáles y por qué?
- ¿Sabe seleccionar su ropa según la ocasión o el clima?
- ¿Qué tipo de ayuda le brinda usted o algún otro cuidador durante esta rutina?
- ¿Hay alguna técnica o apoyo visual que utilicen para ayudarle en este proceso?

ALIMENTACIÓN

- ¿Su hijo puede comer solo? ¿Usa correctamente los utensilios (cuchara, tenedor, cuchillo)?
- ¿Hay alimentos que evita o con los que tiene dificultades para comer?
- ¿Cómo es su comportamiento durante las comidas (tanto en casa como fuera)?
- ¿Participa en la preparación de alimentos o en poner la mesa? Si es así, ¿en qué tareas?
- ¿Han trabajado en mejorar su autonomía en este aspecto? ¿Cómo?

3. PREGUNTAS COMPLEMENTARIAS / DE PROFUNDIZACIÓN

- ¿Qué cree usted que ha facilitado o dificultado el desarrollo de estas habilidades en su hijo?
- ¿Cómo percibe usted la actitud de su hijo frente a las tareas de autocuidado?
- ¿Cuenta con apoyo profesional (terapeutas, docentes, etc.) que trabaje en estos aspectos? ¿Qué estrategias han recomendado?
- ¿Tiene metas específicas a corto o mediano plazo respecto a su independencia en el autocuidado?

4. OBSERVACIONES

Docente. -

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Entrevista a Docente de Educación Especial

1. Nombre completo:
2. Formación académica:
3. Años de experiencia como docente en educación especial
4. Nivel educativo en el que trabaja actualmente:

Preguntas:

1. ¿Podría contarnos un poco sobre el estudiante A?
2. ¿Cuáles son las principales dificultades que ha observado en el estudiante en relación a la higiene, alimentación y vestimenta?
3. El estudiante puede realizar alguna de estas acciones independientemente o requiere apoyo.
4. ¿Qué estrategias utiliza para fomentar el desarrollo de habilidades de autocuidado en este niño?
5. Que recomendaciones a brinda a la familia para el desarrollo de estas habilidades.
6. ¿Cuáles han sido los principales desafíos que ha enfrentado al trabajar estas habilidades con el niño?
7. En este año escolar ha observado que el estudiante ha tenido algún avance
8. Desde su perspectiva, ¿qué importancia tienen las habilidades de autocuidado en el proceso de inclusión escolar?
9. ¿Qué mensaje le gustaría transmitir a otros docentes que trabajan con niños con necesidades similares?

Anexo D: Tabla de las diferentes técnicas e instrumentos.

Técnicas	Definición	Instrumentos	Definición	A quién se aplica	Objetivo
Observación participante	Según Díaz (2014), la observación participante es una técnica cualitativa fundamental en la investigación de estudios de caso, especialmente en contextos	Diario de campo	Valverde (1993) El Diario de Campo puede ser descrito como un instrumento para el registro de información procesal que se asemeja a	Estudiante del aula 5 que presenta Síndrome de Down	Observar y recopilar las cualidades que muestra el estudiante dentro del aula para identificar sus fortalezas y sus debilidades,

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

	donde se busca comprender las dinámicas sociales y comportamientos de los individuos en su entorno natural.		una versión específica del cuaderno de notas, pero con un espectro de uso extendido y ordenado metódicamente en relación a la información que se busca recopilar en cada uno de los informes.		especialmente en relación con sus habilidades de auto cuidado.
		Guía de observación	Campos y Lule (2012) La guía de observación es la herramienta que posibilita que el observador se ubique de forma sistemática en lo que verdaderamente es objeto de investigación; además, es el instrumento que dirige la recopilación y adquisición de datos e información sobre un	Estudiante del aula 5 que presenta Síndrome de Down	Observar si el niño cumple o no indicadores acerca del aseo personal, vestimenta y alimentación y verificar si la docente contribuye con estrategias para desarrollar dichas habilidades.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

			suceso o fenómeno.		
Entrevista semiestructurada	Para Villarreal y Cid (2022) La entrevista semiestructurada o semiestandarizada promueve la creación de conocimiento y su posterior interpretación. A la vez que, al igual que cualquier entrevista, significa las condiciones ideales para que se produzca la interacción entre el entrevistador y la entrevistada. La interacción que origina la teoría subjetiva.	Guía de preguntas	Lucero y Saldaña (2024) El instrumento vinculado a la entrevista es una guía de preguntas, que se refiere al listado de temas que se tratan en la investigación . Esta guía es un instrumento que permite al investigador entender el motivo de la problemática y buscar su resolución completa o parcial.	Madre de familia del estudiante. Docente del aula 5.	Analizar la información proporcionada por la familia y la docente sobre las destrezas que demuestra el estudiante con el fin de comprender mejor su desarrollo y sus necesidades .
Análisis documental	Barbosa et al. (2013) La revisión documental se representa de una manera sostenible para	Fichas de análisis documental	Acosta (2023) Son instrumentos prácticos que sirven para sintetizar, ordenar y	Todos los documentos que nos proporcionen información para	Analizar la información documental relevante para comprender mejor el

	enfocar y respaldar el trabajo de revisión de los documentos de fuentes de información a partir de los temas de investigación pertinentes (el problema y sus temas consultivos).		recordar datos importantes de las diferentes fuentes consultadas.	nuestra investigación.	caso del estudiante y apoyar el desarrollo de conclusiones más acertadas sobre su situación.

Anexos de la propuesta (Sistema de actividades)

Anexo 1: Sistema de actividades, fase 1: Higiene Personal, Indicador: Cepillado de dientes - Actividad 1: Aventura Dental: Aprendo mi Cepillado

Pictogramas:



EVALUACIÓN – LISTA DE COTEJO

- **Actividad:** ***Aventura Dental: Aprendo mi Cepillado***
  Duración: 30 minutos

N.°	Indicadores de logro	Logro alcanzado	En proceso	Requiere apoyo
1	Reconoce visualmente el cepillo dental			
2	Reconoce la pasta dental			
3	Reconoce el vaso con agua			
4	Manipula el cepillo de manera funcional			
5	Coloca la pasta en el cepillo con apoyo			

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

6	Sigue la secuencia visual de 5 pasos			
7	Inicia la actividad con apoyo visual			
8	Ejecuta el cepillado frontal			
9	Ejecuta el cepillado lateral			
10	Mantiene la atención durante la actividad			
11	Utiliza el espejo para observar su acción			
12	Acepta la reducción progresiva de ayuda			
13	Finaliza la actividad con apoyo mínimo			
14	Guarda los materiales al finalizar			

Anexo 2: Actividad 2: Reto del Diente Feliz: ¡Yo Puedo Solo!

Pictogramas:



EVALUACIÓN – RÚBRICA DE AUTONOMÍA EN ENTORNO NATURAL

Actividad: ***Reto del Diente Feliz: ¡Yo Puedo Solo!***
Entorno: Baño del centro educativo
Valoración: Logro autónomo - Apoyo mínimo- Apoyo parcial - Apoyo total

Criterios de evaluación	**Logro autónomo**	**Apoyo mínimo**	**Apoyo parcial**	**Apoyo total**
Inicio de la actividad	Inicia la actividad de forma autónoma tras la señal contextual	Inicia con señal visual mínima	Inicia con indicación gestual reiterada	No inicia sin ayuda física

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Preparación del espacio	Prepara materiales y espacio de forma independiente	Prepara con una señal visual	Requiere guía verbal frecuente	Requiere ayuda física completa
Seguimiento de la secuencia	Sigue la secuencia completa sin errores	Omite 1 paso, corrige con señal	Omite varios pasos	No sigue la secuencia
Ejecución del cepillado	Realiza movimientos circulares y cubre todas las zonas	Realiza movimientos con pequeñas omisiones	Movimientos poco funcionales	No realiza movimientos adecuados
Autorregulación del tiempo	Mantiene el tiempo adecuado de cepillado	Se regula con cronómetro visual	Requiere recordatorios verbales	No reconoce el tiempo
Uso de apoyos visuales	Usa apoyos solo como referencia	Requiere señalización ocasional	Depende constantemente del apoyo	No responde a apoyos visuales
Seguridad durante la actividad	Mantiene conductas seguras en todo momento	Presenta una corrección leve	Requiere intervención frecuente	Riesgo constante, intervención total
Cierre y guardado de materiales	Limpia y guarda materiales de forma autónoma	Guarda con señal visual	Guarda con ayuda verbal	No guarda sin ayuda física
Autoevaluación	Identifica el paso que realizó mejor	Responde con ayuda	Responde con opciones	No logra responder

Anexo 3: Indicador: Lavado del rostro – Actividad 1: Exploradores de la Cara Feliz: Misión Agua Mágica

Pictogramas:



EVALUACIÓN – LISTA DE COTEJO

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Actividad: ***Exploradores de la Cara Feliz: Misión Agua Mágica***
Duración: 30 minutos

N.°	Indicadores de logro	Sí	No	Observaciones
1	Reconoce al menos dos partes del rostro			
2	Señala o toca la frente cuando se le solicita			
3	Señala o toca las mejillas cuando se le solicita			
4	Señala o toca la nariz cuando se le solicita			
5	Atiende al modelamiento frente al espejo			
6	Sigue la secuencia visual del lavado del rostro			
7	Realiza el paso “mojar” con apoyo			
8	Realiza el paso “enjabonar” con apoyo			
9	Realiza el paso “enjuagar” con apoyo			
10	Realiza el paso “secar” con apoyo			
11	Acepta la reducción progresiva de ayuda			
12	Mantiene la atención durante la actividad			
13	Se observa en el espejo al finalizar			
14	Guarda los materiales con apoyo			

Anexo 4: EVALUACIÓN – ESCALA DE DEPENDENCIA

Actividad: Espejito, Espejito ¿Estoy Limpio?
Duración: 30 minutos

Criterio evaluado	Independiente	Apoyo gestual	Apoyo verbal	Apoyo físico
Inicia la actividad tras la instrucción general				
Toma los materiales necesarios				
Realiza la secuencia completa de lavado				
Utiliza la checklist visual como referencia				
Se observa en el espejo al finalizar				
Se autoevalúa correctamente como “limpio”				
Mantiene la actividad sin frustración				

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Anexo 5: Actividad 1: Manos Maravilla: La Fábrica de Burbujas

Pictogramas:



EVALUACIÓN – LISTA DE COTEJO

Actividad*: Manos Maravilla: La Fábrica de Burbujas*
Duración: 30 minutos

N.°	Indicadores de logro	Logro alcanzado	En proceso	Requiere apoyo
1	Reconoce visualmente cuándo las manos están sucias			
2	Diferencia manos sucias y manos limpias mediante pictogramas			
3	Identifica al menos dos partes de la mano			
4	Atiende al modelamiento del docente			
5	Sigue la secuencia visual de los 5 pasos			
6	Realiza el paso mojar con apoyo			
7	Realiza el paso enjabonar con apoyo			
8	Realiza el paso frotar (palmas, dorso, dedos, uñas)			
9	Realiza el paso enjuagar con apoyo			
10	Realiza el paso secar con apoyo			
11	Acepta la reducción progresiva de ayuda			
12	Mantiene la atención durante la actividad			
13	Observa sus manos limpias al finalizar			
14	Guarda los materiales con apoyo			

Anexo 6: Actividad 2: Inspector de Manos: En Busca de los Gérmenes Invisibles

Pictogramas:



ACTIVIDAD 2: *"Inspector de Manos: En Busca de los Gérmenes Invisibles"*

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Tipo de evaluación: Lista de cotejo

LISTA DE COTEJO

Ítem observado	**Sí**	**No**
Identifica situación que requiere lavado (jugar/comer)		
Inicia desplazamiento al lavamanos sin instrucción directa		
Realiza la secuencia de lavado		
Usa la luz negra para verificar limpieza		
Acepta retroalimentación correctiva		

Anexo 7: Actividad 1: Exploradores del Cuarto de Baño: Nuestra Nueva Misión

Pictogramas:



Tipo de evaluación: Guía de observación

GUÍA DE OBSERVACIÓN

Conducta observada	**Sí**	**No**	**Observaciones**
Entra al baño sin resistencia			
Sigue la secuencia visual			
Se baja el pantalón con apoyo			
Se sienta en el inodoro vestido			
Permanece sentado 5 segundos			

Anexo 8: ACTIVIDAD 2: ***"Los Superhéroes del Baño: ¡A Detectar las Señales!"***

Pictogramas:



Tipo de evaluación: Registro anecdótico (Anexo 11)

REGISTRO ANECDÓTICO

- **Fecha: _____**
- **Situación: Señal por timer / señal corporal**

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

- **Descripción:**

  El estudiante respondió a la señal programada dirigiéndose al baño. Realizó la secuencia con apoyo decreciente, aceptó la guía para limpieza y completó el lavado de manos**.**

- **Tipo de apoyo requerido:**

  Verbal Gestual Físico parcial Físico total

- **Respuesta al refuerzo: Positiva / Neutral / Negativa**

Anexo 9: Actividad 1: La Cuchara Aventurera: Nuestro Primer Viaje

Pictograma:



Tipo de evaluación: Guía de observación

GUÍA DE OBSERVACIÓN

Conducta observada	Logrado	En proceso	Requiere mayor apoyo	Observaciones
Sostiene la cuchara con agarre funcional (palmar/digital)				
Mantiene la cuchara estable al recoger el objeto				
Transporta el objeto desde el bowl hacia el objetivo				
Coordina el movimiento ojo-mano durante el traslado				
Inclina la cuchara para soltar el objeto				
Acepta ayuda física sin rechazo				
Responde positivamente al refuerzo				

Anexo 10: Actividad 2: *"El Gran Chef: Preparando Nuestra Primera Receta"*

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Pictogramas:






Tipo de evaluación: Registro anecdótico

REGISTRO ANECDÓTICO

- **Fecha:**
- **Alimento utilizado:**
- **Contexto:** Comedor / Cocina

Descripción de la conducta:

Nivel de apoyo requerido:
Independiente
Ayuda gestual/verbal
Ayuda física parcial
Ayuda física total

Logros observados:

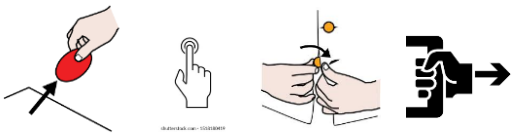
- Completó al menos 5 cucharadas
- Mantiene ritmo adecuado
- Retira la cuchara vacía

Dificultades observadas:

Conclusión:
Avance significativo En adquisición Requiere reforzamiento

Anexo 11: Actividad 1: *"Los Cazadores de Botones"*

Pictograma:



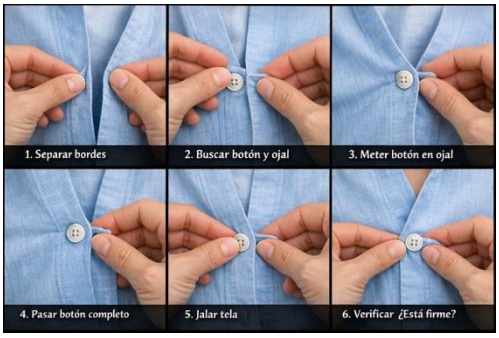
Tipo de evaluación: Guía de observación

GUÍA DE OBSERVACIÓN

Conducta observada	Logrado	En proceso	No Logrado
Identifica botón y ojal			
Usa pinza digital para agarrar el botón			
Alinea botón con el ojal			
Empuja el botón a través del ojal			
Jala correctamente del otro lado			
Coordina ambas manos			

Anexo 12: Actividad 2: *"Ingenieros de la Ropa"*

Pictogramas:



Tipo de evaluación: Lista de cotejo

LISTA DE COTEJO

Habilidad	Sí	No	Observaciones
Abrocha botones sobre superficie plana			
Desabrocha botones sin romper secuencia			
Maneja la tensión de la tela			
Usa apoyos visuales de forma funcional			
Verifica el abrochado (jalado final)			
Completa 3 botones consecutivos			

Anexo 13: Actividad 1: "Los Lagartos que se Hacen Nudos: El Juego de los Cordones Mágicos"

Tipo de evaluación: Guía de observación

Ítem	Sí	En proceso	No
Cruza los cordones			
Pasa el cordón por debajo			
Realiza nudo simple			
Usa ambas manos coordinadamente			

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Pictograma:



Anexo 14: Actividad 2. "La Misión del Conejo y el Árbol: Tejiendo un Refugio

Tipo de evaluación: Lista de cotejo

Paso	Sí	No
Nudo inicial		
Hace orejas		
Cruza orejas		
Pasa por el agujero		
Jala y ajusta		

Pictograma

