



## **08 DE OCTUBRE: DÍA INTERNACIONAL DE LA DISLEXIA**

El próximo 8 de Octubre se conmemora el Día Internacional de la Dislexia. Su objetivo primordial es visibilizar uno de los trastornos de aprendizaje más comunes que afecta a los niños y niñas en edad escolar y que, según la OMS, afecta al 10% de la población.

La Dislexia es un trastorno de origen neurobiológico y hereditario. Afecta a diversas áreas de funcionamiento tales como leer y escribir, incidiendo en el rendimiento académico de los niños y adolescentes en edad escolar, así como en el desempeño laboral en adultos.

Los principales **rasgos característicos de la Dislexia** son:

- Dificultades en la lectura y escritura de manera fluida y precisa.
- Dificultades de comprensión.
- Léxico limitado.
- Deficiencias en la memoria a corto plazo.
- Dificultades en las nociones espacio-temporales, confusión entre derecha e izquierda, reconocer día de la semana, meses, horas.
- Cambio en el orden de las letras.
- Dificultades en la coordinación psicomotriz.
- Dificultades con las matemáticas, ortografía deficiente.

El principal problema es que, debido a todas estas circunstancias, se generan **consecuencias y limitaciones** como son:

- ✓ Deserción escolar.
- ✓ Episodios depresivos.
- ✓ Estrés y ansiedad.
- ✓ Bullying.
- ✓ Baja autoestima.
- ✓ Trastornos alimentarios.

Una vez diagnosticado mediante estudio del equipo multidisciplinar, un niño o niña con Dislexia necesita **apoyo familiar constante** con el fin de reforzar la comunicación, la confianza y mejorar las habilidades de lectura y escritura.

**Desde el Servicio de Promoción de la Salud de la Delegación de Acción Social y Mayores, compartimos algunas recomendaciones:**

- ◆ Promover talentos y fortalezas con manifestaciones de amor, apoyo y contención.
- ◆ Explicar a las personas que la padecen, que esto no es un fracaso personal, ni falta de inteligencia, sino un trastorno del aprendizaje.
- ◆ Procurar espacios limpios, relajados y organizados para las actividades escolares.
- ◆ Proporcionar una alimentación sana y equilibrada.
- ◆ Establecer contacto frecuente con profesores a fin de apoyar las actividades escolares y tareas en el hogar.
- ◆ Buscar ayuda especializada o “amigos de apoyo” que atienden dificultades de aprendizaje similares.