

# Desafíos de Funcionamiento Ejecutivo para Estudiantes de ASD

¿Está su hijo abrumado por dónde comenzar, luchando por cumplir con los plazos y evitando tareas?

Marci Skigen, fundadora de Enhance EFS  
Rachel Sushner, M.Ed.



## Al final del día, aprenderás sobre...

- Múltiples funciones ejecutivas (EF)
- Estrategias para apoyar las necesidades de EF
- Adaptaciones y modificaciones

Tendrán la oportunidad de hacer preguntas



## ¿Qué son las Habilidades de Funcionamiento Ejecutivo?

Habilidades basadas en el cerebro que nos permiten enfocar nuestra atención, recordar instrucciones, planificar y ejecutar tareas.



# Estructura del Cerebro

La parte posterior del cerebro es donde se almacena la información ya aprendida. La parte frontal del cerebro es donde se utiliza esta información para ser socialmente eficaz y tener éxito en la vida. Esta corteza prefrontal media el funcionamiento ejecutivo y contiene cuatro circuitos principales.

- El circuito "**qué**" controla la memoria de trabajo, lo que le ayuda a ejecutar planes, objetivos y pasos específicos necesarios para completar un proyecto.
- El circuito "**cuándo**" le ayuda a organizar el orden en que completa las actividades y a abordar las líneas de tiempo.
- El circuito del "**por qué**" controla las emociones: en qué piensas y cómo te sientes.
- El cuarto circuito "**cómo**" controla la autoconciencia de tus sentimientos y experiencias.

Los estudiantes con problemas de funcionamiento ejecutivo y/o TDAH pueden experimentar deficiencias en uno o más de estos circuitos y, por lo tanto, sus síntomas pueden afectar la memoria, la planificación, la regulación emocional y/o las habilidades sociales.



¿Cómo se ven los desafíos del funcionamiento ejecutivo en el hogar y la escuela?

# Metacognición

La capacidad de pensar en su proceso de pensamiento, haciendo una pausa para mirar lo que está haciendo; autocontrol; autoconciencia.

*¿Es capaz de reflexionar y evaluar opciones/acciones para informar a las futuras?*

Lo que podrías ver	Lo que podrías probar
<ul style="list-style-type: none"><li>● Comete errores repetidos que tienen consecuencias similares o las mismas</li><li>● Demasiado seguro</li><li>● Incapaz de, o no, evaluar conflictos/resoluciones</li><li>● Sorprendido por una mala calificación o feedback negativa</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Aumento del “tiempo de espera” para una respuesta</li><li>● Proporcionar opciones estructuradas</li><li>● Facilitar el pensamiento reflexivo/introspectivo</li></ul>

# Memoria de Trabajo

La capacidad de realizar un seguimiento de la información que necesitamos (el bloc de notas del cerebro)

*¿Es capaz de recordar todas las instrucciones sin perderse un paso o escribirlas?*

Lo que podrías ver	Lo que podrías probar
<ul style="list-style-type: none"><li>● Tener que ser recordado para completar una tarea</li><li>● Solicitudes de aclaración de la tarea</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Desarrollar rutinas</li><li>● Usar listas de verificación para tareas con varios pasos</li><li>● Divida grandes trozos de información en pedazos más pequeños</li><li>● Haga Juegos de memoria</li></ul>

# Inhibición de la respuesta

La capacidad de controlar tus impulsos

*¿Puede tu cerebro decirse “no” a sí mismo y escuchar?*

Lo que podrías ver	Lo que podrías probar
<ul style="list-style-type: none"><li>● Salir o interrumpir (no relacionado con una causa médica)</li><li>● Participar en conductas de riesgo</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Proporcionar indicaciones para "detenerse y pensar"</li><li>● Juega juegos que requieren turnos</li><li>● Inhibición de la respuesta del modelo</li><li>● - Revisar indicaciones</li><li>● Evite sorpresas</li></ul>

# Comienzo de tarea

La capacidad de comenzar una tarea

*¿Eres capaz de empezar a trabajar en cosas que no quieres sin que te lo pidan?*

Lo que podrías ver	Lo que podrías probar
<ul style="list-style-type: none"><li>● Congelar y/o no estar seguro de dónde/cómo comenzar una tarea</li><li>● Procrastinación</li><li>● Estimación inexacta de la duración de la tarea</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Utilice un temporizador para contar el tiempo para llegar al trabajo</li><li>● Crear horario para las tareas/deberes - establecer rutinas</li><li>● Hacer una actividad física antes de comenzar una tarea</li><li>● Compartir un modelo de resultado esperado antes de comenzar</li></ul>



# Planificación y Priorización

Conocimiento del proceso de planificación y la capacidad de hacer un plan, dividiendo las tareas en partes más pequeñas

*¿Eres capaz de dividir un gran proyecto en pasos y hacerlo a tiempo?*

Lo que podrías ver	Lo que podrías probar
<ul style="list-style-type: none"><li>● Dificultad para determinar qué partes del proyecto son las más importantes</li><li>● Dificultad para usar un planificador</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Número de tareas en orden de plazos</li><li>● Completa una tarea/paso a la vez</li><li>● Programe tiempo para completar el trabajo durante sus horas más productivas</li><li>● Cree una lista maestra y programe tiempo para revisarla</li></ul>

# Organización

La capacidad de organizar pensamientos y materiales

*¿Tu cerebro organiza el lenguaje, tanto hablado como escrito? ¿Guardas tus “cosas” donde puedes encontrarlas?*

Lo que podrías ver	Lo que podrías probar
<ul style="list-style-type: none"><li>● Perder un tren de pensamiento</li><li>● Hablar en orden no secuencial</li><li>● Colocación incorrecta de las cosas</li><li>● Habitación desordenada/espacio personal/mochila/carpeta</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Sistema de carpetas codificadas por colores (materiales)</li><li>● "Almohadilla de lanzamiento" cerca de la puerta principal (materiales)</li><li>● Organizador gráfico (pensamientos/ideas)</li><li>● Planificador (pensamientos/ideas)</li><li>● Cocina guiada (pensamientos/ideas)</li></ul>

Q & A

The image features three large, three-dimensional characters rendered in a glossy, plastic-like material. From left to right, they are a red letter 'Q', a green ampersand '&', and a blue letter 'A'. Each character is positioned on a white, highly reflective surface that creates a clear, slightly blurred reflection of the object below it. The background is a plain, bright white, which makes the colors of the characters stand out. The entire scene is set against a teal-colored border.



# Gestión del tiempo

La capacidad de tener una conciencia interna del paso del tiempo

*¿Estás a tiempo para los compromisos/clases/plazos? ¿Utilizas tu tiempo de manera eficiente?*

Lo que podrías ver	Lo que podrías probar
<ul style="list-style-type: none"><li>● Entregar las tareas tarde</li><li>● Llegar tarde o faltar a las actividades</li><li>● Quedarse dormido</li><li>● Sobreestimaciones/ subestima cuánto tiempo tomará una tarea</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Temporizadores visuales</li><li>● Relojes analógicos</li><li>● Usar el descanso sabiamente</li><li>● Comience con tareas más pequeñas/más fáciles</li></ul>

# Persistencia dirigida por objetivos

La capacidad de seguir y terminar una tarea hasta su finalización.

*¿Terminas las cosas o tiendes a tener tareas o proyectos parcialmente completados?*

Lo que podrías ver	Lo que podrías probar
<ul style="list-style-type: none"><li>● Tareas incompletas</li><li>● Completa las tareas pero no las envía</li><li>● Ráfaga de inspiración, pero lucha por seguir adelante</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Crear incentivos y recompensas para completar la meta</li><li>● Definir claramente el objetivo y la relevancia</li><li>● Establecer y desglosar objetivos apropiados</li><li>● Identificar barreras</li><li>● Reflexionar y revisar los planes, según sea necesario</li></ul>



# Flexibilidad

La capacidad de adaptar y cambiar nuestros patrones de pensamiento en respuesta a una situación dada.

*¿Tiene dificultades para pasar de una tarea/actividad a otra o para adaptarse al cambio en una rutina?*

<b>Lo que podrías ver</b>	<b>Lo que podrías probar</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>● Pensamiento rígido</li><li>● No se puede "rodar con los golpes"</li><li>● Dificultad para tomar perspectiva</li><li>● Luchando por reiniciar cuando algo sale mal o es inesperado</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Historias sociales</li><li>● Pensamiento dialéctico</li><li>● Observa y elogia los momentos en que tu hijo es flexible</li><li>● Practique la hipótesis cuando esté viendo televisión/película, leyendo un libro</li></ul>

# Atención Sostenida

La capacidad de dirigir y enfocar el pensamiento en una tarea específica durante un período de tiempo.

*¿Eres capaz de mantenerte enfocado en una tarea a pesar de las distracciones (internas/externas)?*

Lo que podrías ver	Lo que podrías probar
<ul style="list-style-type: none"><li>● Tareas incompletas</li><li>● Despistado</li><li>● Juega con cosas</li><li>● Se aburre fácilmente</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Actividades prácticas</li><li>● Pídale a su hijo que repita las instrucciones</li><li>● Utilizar la tecnología de asistencia para promover el interés</li><li>● Tómese descansos frecuentes</li><li>● Juega con cosas</li></ul>

# Control Emocional

La capacidad de controlar las emociones y mantener el enfoque en una tarea

*¿Eres capaz de seguir trabajando cuando no te apetece?*

Lo que podrías ver	Lo que podrías probar
<ul style="list-style-type: none"><li>● Reacciona exageradamente a las situaciones</li><li>● Se siente juzgado cuando se le da feedback constructiva</li><li>● Depresión, miedo, ansiedad, ira, agobio</li><li>● Dolores de estómago, dolor de cabeza, latidos cardíacos rápidos, cambios en los patrones de sueño</li><li>● Relaciones familiares y/o entre pares desafiadas</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Hablar positivamente de sí mismo</li><li>● Identificar y reducir los desencadenantes</li><li>● Conciencia plena</li><li>● Estrategias de cambio de atención</li><li>● Ser amable con el yo futuro</li><li>● Apunta a la regulación, no a la represión</li></ul>

Q & A

The image features three large, 3D-rendered characters: a red 'Q', a green ampersand '&', and a blue 'A'. They are positioned on a white, glossy surface that reflects their forms. The background is a solid teal color. The characters are rendered with soft shadows and highlights, giving them a three-dimensional appearance.

# Adaptaciones y modificaciones:

Adaptaciones	Modificaciones
<ul style="list-style-type: none"><li>● Las adaptaciones permiten un acceso equitativo a la instrucción (nivela el campo de juego)</li><li>● Las adaptaciones son cambios en la <i>forma</i> en que el estudiante aprende o accede al material.</li><li>● Los ajustes son cambios en el tiempo, el formato, la configuración, la programación, la respuesta y/o la presentación</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Las modificaciones cambian <i>lo que</i> se le enseña al estudiante o se espera que aprenda</li><li>● Se proporcionan modificaciones a los estudiantes que requieren apoyo adicional para las adaptaciones</li><li>● Las modificaciones se pueden usar junto con adaptaciones</li><li>● Las modificaciones son cambios en el rigor del contenido, las expectativas de las pruebas y asignaciones y los estándares académicos.</li></ul>



# Adaptaciones para los desafíos de EF en la escuela

- Visual: horarios, direcciones, reglas de clase, expectativas, temporizador, etc.
- Divida las tareas en pasos más pequeños con sub-líneas muertas
- Asientos preferenciales/flexibles
- Juega con cosas
- Notas del maestro/compañero
- Tiempo de respuesta adicional
- Ambiente de trabajo de distracción reducida (libre de desorden/auriculares si es necesario para la reducción de ruido)
- Herramientas organizativas para mantener organizado el escritorio del estudiante
- Menos elementos por página/línea
- Ayudas organizativas: organizador gráfico, esquema, planificador, lista de verificación, etc.



## Modificaciones para los desafíos de EF en la escuela

- Reducir el número de preguntas en una tarea/prueba
- Proporcionar evaluaciones alternativas para demostrar el conocimiento (oral, escrito, basado en proyectos)
- Reducir la variedad de tareas
- Proporcionar un plan de estudios alternativo
- Ritmo de aprendizaje de manera diferente
- Calificado con un estándar diferente



## **No todas las adaptaciones/modificaciones Se adapta a cada niño**

- Las adaptaciones/modificaciones deben ser significativas y relevantes para las barreras del funcionamiento ejecutivo
- El peligro de la lista de lavandería
- Autoconciencia, reflexión y autodefensa



## Reflexiones finales sobre el funcionamiento ejecutivo

- Los desafíos de EF pueden existir con ASD, diferencias de aprendizaje y otros diagnósticos
- Los déficits de EF pueden ser crónicos, cambiar con la edad y/o surgir cuando alguien está experimentando estrés temporal.
- Si su hijo tiene TDAH, es posible que comenzar con el tratamiento del TDAH conduzca a la disminución de los problemas con la EF.
- Incluso con el tratamiento del TDAH, los desafíos de EF pueden abordarse mejor a través de la intervención de un entrenador o especialista en funcionamiento ejecutivo
- Cuando existen desafíos de EF junto con preocupaciones sociales/emocionales, como depresión, ansiedad u otras preocupaciones de salud mental, la salud mental se aborda como la primera prioridad.

Q & A

The image features three large, three-dimensional characters rendered in a glossy, 3D style. From left to right, they are a red letter 'Q', a green ampersand '&', and a blue letter 'A'. Each character is positioned on a white, highly reflective surface that creates a clear, slightly blurred reflection of the object below it. The background is a plain, bright white, which makes the colors of the characters stand out. The entire scene is set against a teal-colored border that frames the white background.