



Colegio Capellán Pascal

Estimados Padres y apoderados, esperamos se encuentren todos bien junto a sus familias.

El departamento de psicopedagogía del Colegio Capellán Pascal en esta ocasión quisiera acompañar el proceso de escolar en el hogar con información sobre las funciones ejecutivas.

Pero, ¿qué son las funciones ejecutivas? Muchas personas pueden pensar que se trata de las funciones o habilidades que debe tener un ejecutivo, y aunque tiene alguna relación con eso, la verdad es que las **funciones ejecutivas son las habilidades neurológicas que requieren las personas para ejecutar distintas acciones.**

Las funciones ejecutivas son necesarias para llevar a cabo cualquier acción y, especialmente, para funcionar independientemente en una sociedad.

Si bien, existen diversos autores al momento de enumerar las funciones ejecutivas en esta ocasión nos referiremos a las siguientes:

- Inhibición
- Control emocional
- Flexibilidad cognitiva
- Memoria de trabajo
- Automonitoreo
- Planificación
- Volición
- Orden

Muchas de estas funciones se desarrollan desde muy temprana edad y los padres debemos ser capaces de reconocer si nuestros hijos tienen alguna falla que no les permite ejecutar alguna tarea con facilidad. Estas funciones no tienen nada que ver con la inteligencia, **hay niños muy inteligentes que son incapaces de desarrollar su máximo potencial por alguna falla en alguna de estas funciones.**

Existen algunas funciones que se refieren más al razonamiento (memoria de trabajo, flexibilidad cognitiva o planificación) y otras que se refieren más a la voluntad (orden, inhibición y automonitoreo) es importante reconocer si la función que necesitan reforzada nuestro hijo se refiere más a su mente que a su voluntad.

Para las funciones más racionales se requerirán técnicas de ejercicio mental o memoria, mientras que las funciones que corresponden más con la voluntad se pueden desarrollar con el ejercicio de hábitos y rutinas.

Algunas actividades que pueden ayudar con el desarrollo de las funciones ejecutivas son: elaboración de un horario, planificar actividades que ayuden con la autonomía, realizar guías de autoinstrucciones para las tareas que más les cuestan, o sencillamente dar órdenes sencillas y concretas.

Es importante conocer cómo funcionan y cómo remediar las fallas, porque es muy común que un niño sea estigmatizado en la escuela o en el hogar por ser “distraído” o “desordenado” y a lo que nos enfrentamos la mayoría de las veces es a un niño que, aunque tenga muchas otras fortalezas en su personalidad, lo que muestra es un bajo desarrollo de algunas de estas funciones.

Los invitamos a ver este video que puede ayudar a la comprensión del tema: <https://es.aleteia.org/2019/03/18/las-funciones-ejecutivas-que-son-y-como-ayudar-a-nuestros-hijos-a-adquirirlas/>

Esperamos la información sea beneficiosa en el trabajo en el hogar.

Un abrazo

Departamento de Psicopedagogía