

GESTIÓN DE COMPORTAMIENTOS DIFÍCILES DE UN NIÑO CON SÍNDROME DE DOWN

Para padres, abuelos y cuidadores de niños con trisomía 21

Comprender, prevenir y acompañar con benevolencia los comportamientos desafiantes

Duración : 2-3 horas	Módulos : 6 módulos
Lecciones : 15 lecciones	Público : Padres, abuelos, cuidadores familiares
Formato : 100 % en línea, asincrónico	Organismo : N° 11757351875
Certificación : Qualiopi	Tarifa : Bajo presupuesto

www.dynseo.com/nos-formations | contact@dynseo.com | 09 66 93 84 22

Descripción de la formación

Esta formación te permite comprender por qué tu hijo con síndrome de Down manifiesta comportamientos difíciles: no son caprichos, sino intentos de comunicación relacionados con las dificultades del lenguaje, la fatiga causada por la hipotonía, o la falta de referencias ante las reglas y transiciones. Descubrirás estrategias concretas para prevenir las crisis estructurando el entorno, estableciendo rutinas claras con soportes visuales y anticipando las transiciones. Aprenderás cómo intervenir con calma y eficacia cuando surja un comportamiento difícil, y cómo reconstruir después de la crisis para ayudar a tu hijo a progresar. Al finalizar, dispondrás de herramientas concretas: soportes visuales, técnicas de desescalada, estrategias de prevención y métodos de refuerzo positivo aplicables desde hoy.

Resumen de módulos

MÓDULO 1	Comprender el origen de los comportamientos difíciles	3 lecciones
MÓDULO 2	Prevenir los comportamientos difíciles	3 lecciones
MÓDULO 3	Intervenir en un comportamiento difícil	3 lecciones
MÓDULO 4	Después del comportamiento: reconstruir y progresar	3 lecciones
MÓDULO 5	Las aplicaciones DYNSEO para acompañar a un niño con síndrome de Down	3 lecciones
MÓDULO 6	Cuestionario final	0 lecciones

Objetivos pedagógicos

Objetivos pedagógicos

- Comprender la relación entre comunicación limitada y frustración en niños con síndrome de Down
- Identificar el impacto de la hipotonía y la fatiga en la irritabilidad y la tolerancia a las frustraciones
- Reconocer las señales de advertencia de fatiga y sobrecarga emocional
- Estructurar el entorno para reducir sobreestimulación y favorecer la autonomía
- Establecer rutinas claras con soportes visuales: pictogramas, horarios ilustrados, secuencias visuales
- Anticipar las transiciones con advertencias progresivas, soportes temporales y rituales
- Adoptar la postura adecuada durante una crisis: calma, voz baja, instrucciones cortas y simples
- Utilizar técnicas de desescalada: distracción positiva, respiración, espacio de retiro, herramientas sensoriales
- Reaccionar de manera adecuada ante rechazos, agitación y gritos
- Verbalizar, tranquilizar y restablecer un marco después de una crisis
- Implementar el refuerzo positivo: felicitaciones específicas, sistemas de recompensas, valorización de comportamientos adecuados
- Llevar un diario de comportamientos para identificar patrones y ajustar las intervenciones
- Colaborar con los profesionales para una coherencia entre los entornos
- Descubrir la aplicación COCO PIENSA & COCO SE MUEVE adaptada a niños con síndrome de Down

Información general

Duración	2 a 3 horas de formación distribuidas en 6 módulos progresivos
Público visado	Padres, abuelos, cuidadores familiares y personas cercanas a niños con síndrome de Down que enfrentan oposiciones, rechazos, gritos, agitación y comportamientos desconcertantes en el día a día
Prerrequisitos	Ninguno
Tarifa	Según presupuesto - IVA no aplicable (artículo 261-4-4° del CGI)
Certificación	Qualiopi - Certificado de fin de formación
Organismo	DYNSEO - N° de declaración de actividad: 11757351875

Lección 1 - Comunicación limitada = frustración

- Desajuste entre emociones intensas y capacidad de expresión verbal limitada
- Imposibilidad de comunicar necesidades básicas: dolor, cansancio, miedo
- Gritos, llantos, oposición = intentos de comunicación, no caprichos
- Rol del adulto: convertirse en detective emocional y observar desencadenantes

Lección 2 - Hipotonía, fatiga → irritabilidad

- Hipotonía: disminución del tono muscular que genera esfuerzo considerable en acciones simples
- Fatiga física + cognitiva = tolerancia reducida a demandas y frustraciones
- Señales de advertencia: frotarse los ojos, pérdida de atención, rechazo repentino, agitación
- Identificar estos signos permite prevenir crisis y adaptar actividades

Lección 3 - Falta de comprensión de las reglas / transiciones difíciles

- Dificultades con el pensamiento abstracto: reglas vagas generan fracaso involuntario
- Solución: reglas explícitas, simples, visualizadas y concretas
- Transiciones bruscas sin aviso generan estrés ante lo imprevisto
- Anuncios progresivos y soportes visuales transforman transiciones en momentos seguros

Lección 1 - Estructurar el entorno

- Delimitar espacios identificados: rincón de juego, comida, rincón tranquilo
- Reducir distracciones: guardar lo innecesario, limitar ruidos de fondo
- Adaptar el mobiliario: silla a su tamaño, mesa accesible, almacenamientos utilizables
- Organizar el material: cajas con imágenes, ropa al alcance para autonomía
- Entorno estructurado = menos ansiedad, menos comportamientos difíciles

Lección 2 - Rutinas claras + soportes visuales

- Rutinas aportan previsibilidad, seguridad y sensación de control
- Soportes visuales: pictogramas, horarios ilustrados, secuencias ilustradas
- Ejemplo: rutina de la mañana en 7 imágenes que el niño puede marcar
- Reducen la carga verbal: mostrar la imagen en lugar de explicar largamente
- Rutinas + visuales = GPS para el niño, sabe dónde está y qué le espera

Lección 3 - Anticipar: transiciones, elecciones, referencias

- Advertencia progresiva: "en 5 minutos", "en 2 minutos", "es la hora"
- Soportes temporales visuales: temporizador, reloj de arena, Time Timer
- Rituales de transición: despedirse del tobogán, recoger el peluche
- Elecciones limitadas: "¿suéter azul o rojo?" para dar control sin sobrecarga
- Referencias temporales visuales: "después de la merienda → parque"

Lección 1 - Postura adulta: calma + instrucciones cortas

- Niño en crisis = cerebro emocional ha tomado el control, incapaz de escuchar explicaciones largas
- Tu calma es contagiosa: respirar, bajar la voz, ralentizar los gestos
- Instrucciones cortas, simples, directas: "Para", "Sentado", "Respira", "Mírame"
- Acompañar con un gesto o una imagen para reforzar la comprensión
- A evitar: negociar, repetir diez veces, elevar el tono, dar demasiada atención al comportamiento inapropiado

Lección 2 - Técnicas de desescalada

- Distracción positiva: desviar atención hacia objeto colorido, libro, juego sensorial
- Respiración: soplar juntos "soplamos las velas", inhalar "sentimos la flor"
- Espacio de retiro (no castigo): rincón con cojines, luz suave, objetos sensoriales
- Lenguaje corporal calmante: agacharse a la altura del niño, postura abierta, contacto suave
- Herramientas sensoriales: pelota antiestrés, fidget, manta pesada, cojín para morder

Lección 3 - ¿Qué hacer en caso de rechazo, agitación, gritos?

- Rechazo: reformular simplemente, ofrecer elección limitada, mantenerse firme en objetivo pero flexible en el "cómo"
- Agitación: asegurar el entorno, instrucciones claras + gesto, canalizar con actividades de descarga
- Gritos: nunca gritar de vuelta, validar la emoción "Veo que estás enojado", redirigir hacia alternativa
- Frases clave: "Respira conmigo", "Vamos a la esquina tranquila", "Muéstrame lo que quieres"
- Constancia y calma = el niño aprende a autorregularse

MÓDULO 4

Después del comportamiento: reconstruir y progresar

3 lecciones

Lección 1 - Verbalizar, tranquilizar y reestablecer un marco

- Esperar unos minutos a que el niño recupere un estado de calma antes de verbalizar
- Verbalizar simplemente: "Estabas enojado. Gritaste. Ahora se ha acabado. Estás tranquilo."
- Asegurar sobre la relación: "Estoy aquí. Te quiero. Todo está bien."
- Reestablecer un marco rápidamente: proponer actividad concreta y familiar
- A evitar: no verbalizar, largas moralejas, castigar después, mostrar resentimiento

Lección 2 - Refuerzo positivo para comportamientos adecuados

- Principio: lo que se refuerza se repite → valorar sistemáticamente comportamientos adecuados
- Felicitaciones específicas: "Te has puesto los zapatos solo" en lugar de solo "Está bien"
- Sistemas de recompensas: tabla con pegatinas, frasco de pompones, privilegios
- Círculo virtuoso: buen comportamiento → valoración → sentimiento de competencia
- Invertir 10 veces más energía en valorar lo positivo que en sancionar lo negativo

Lección 3 - Adaptar la vida cotidiana según las observaciones

- Llevar un diario de comportamientos: momento, contexto, desencadenante, intervención efectiva
- Identificar patrones: gritos a finales de tarde (fatiga), rechazos durante transiciones rápidas
- Ajustar según desencadenantes: tiempo de descanso, reforzar advertencias, simplificar entorno
- Colaborar con profesionales: logopedas, psicomotricistas, educadores, psicólogos
- Celebrar los progresos: anotar cada mejora, incluso mínima

MÓDULO 5

Las aplicaciones DYNSEO para acompañar a un niño con síndrome de Down

3 lecciones

Lección 1 - COCO PIENSA y COCO SE MUEVE

- Aplicación para niños de 5 a 10 años: más de 30 juegos educativos (memoria, lógica, lenguaje, matemáticas)
- Niveles de dificultad adaptativos: cada niño avanza a su propio ritmo
- Descanso deportivo obligatorio cada 15 minutos: saltar, bailar, estirarse, moverse
- Diseño inclusivo con profesionales: adaptada a trastornos DYS, TDAH, autismo, síndrome de Down
- Modo dos jugadores: padre-hijo o entre niños, pantalla compartida, desafíos juntos

Lección 2 - Las herramientas DYNSEO: soportes concretos para comprender, prevenir y gestionar los comportamientos

- Presentación de las herramientas DYNSEO adaptadas a la trisomía 21
- Soportes visuales e interactivos para el día a día
- Ayuda a la comunicación, a la regulación emocional y a las rutinas
- Herramientas concretas para prevenir y gestionar comportamientos difíciles
- Consejos para integrarlas fácilmente en casa y con los profesionales

Lección 3 - Conclusión de la formación: consolidar los conocimientos adquiridos y avanzar con confianza

- Síntesis de los puntos clave de la formación
- Puesta en perspectiva de las herramientas y estrategias abordadas
- Consejos para aplicar progresivamente en el día a día
- Importancia de la adaptación a cada niño y situación
- Animaciones y pistas para continuar el acompañamiento de manera serena

MÓDULO 6

Cuestionario final

0 lecciones

Modalidades pedagógicas

- Formación 100% en línea, accesible desde computadora o tableta
- Progreso a tu propio ritmo, sin restricciones de horario
- Soportes visuales descargables: pictogramas, horarios ilustrados, secuencias
- Técnicas de desescalada y estrategias de prevención aplicables inmediatamente
- Acceso a la aplicación COCO PIENSA & COCO SE MUEVE en bonus
- Certificado de fin de formación

www.dynseo.com/nos-formations | contact@dynseo.com | 09 66 93 84 22

Document établi par DYNSEO - Última actualización : Junio 2026