Potenciar el desarrollo de las funciones ejecutivas (II)

escrito por Sara Carbonell | 28 de enero de 2024



¿Qué elementos deberían incluir los programas educativos?

En el **anterior artículo** vimos que las funciones ejecutivas son cruciales porque ayudan a gestionar la información, tomar decisiones y planificar; son habilidades que necesitamos a lo largo de toda la vida. También vimos que todas las personas nacen con el potencial de desarrollarlas; a través de la Guía del Centro de Desarrollo de la Infancia de Harvard podemos acceder a la información necesaria para ofrecer oportunidades para que se desarrollen y se practiquen en los centros educativos y en las comunidades.

Estas funciones son tan importantes que en la guía citada las comparan con el sistema de control de tráfico aéreo. Imaginad cuántos aviones pueden estar sobrevolando las nubes; se tiene que gestionar mucha información para que

todo salga bien. El alumnado también tiene que gestionar mucha información a la vez. Su cerebro necesita de estas habilidades para centrarse en lo importante, al mismo tiempo que revisa los planes para resolver con éxito diferentes situaciones de aprendizaje o sociales. Esta idea queda muy bien explicada en este vídeo sencillo que podemos ver con familiares u otras personas implicadas en la educación. Nos lanzan un importante mensaje: "no se trata únicamente de aprender el lenguaje, los números o los colores. Debemos ser capaces de trabajar de forma efectiva con los demás". Traducido a lo que nos encontramos en las aulas: no queremos que solo se sepan las reglas (sociales, de los juegos o gramaticales, por ejemplo), sino que sean capaces de usarlas eficazmente. **El alumnado que tiene dificultades con estas habilidades puede dar la impresión de que no está prestando atención, o que no es capaz de controlarse, y esto es un problema para el éxito social o académico**.

¿Cómo desarrollar este sistema de control tan crucial para la vida?

Una vez más, la repetición juega un papel clave: es como ir al gimnasio, cuantas más veces se practique, la capacidad se vuelve más fuerte porque se fortalecen las conexiones neurales. Vamos a ver **4 elementos que tendrían que incluir las programaciones en los centros educativos si queremos potenciar las funciones ejecutivas:**

1. Andamiaje

El andamiaje se convierte en una forma fundamental de interacción: del mismo modo que un andamio sirve de apoyo a las personas que construyen un edificio, las personas adultas pueden utilizar las ayudas para desarrollar las funciones ejecutivas en el alumnado hasta que sean capaces de practicarlas y ejecutarlas por ellas y ellos mismos. En

infantil, podemos aprovechar cuando están haciendo actividades o juegos en la clase o en el patio, acercarnos y prestar esa ayuda para ayudarles a regular los turnos, la gestión de las reglas del juego, o a centrar la atención en la tarea. En primaria y secundaria, el andamiaje sigue siendo clave; no debemos pensar que por ser mayores no necesitan esa guía adulta. Con el tiempo, veremos que algunos ya no necesitan esos recordatorios o indicaciones; entonces es cuando podemos retirarlos.

2. Entorno y relaciones

Parece que los entornos ordenados y predecibles fomentan el desarrollo de las habilidades ejecutivas, porque ofrecen oportunidades para mantener interacciones de "dar y recibir" con otras personas. Están bastante extendidas algunas prácticas que inducen a lo contrario, es decir, fomentan que el profesorado observe sin intervenir, mientras el alumnado juega y aprende. **Teniendo en cuenta que el entorno juega un papel clave, nos deberíamos preguntar si estas "nuevas modas" favorecen el desarrollo de estas habilidades, sobre todo en el alumnado que no tiene tantas oportunidades de desarrollarlas fuera de la escuela**.

3. Experiencias adversas

Los entornos adversos resultantes de la negligencia, el abuso o la exposición a la violencia pueden perjudicar el desarrollo de estas habilidades. Los entornos caóticos (y, por tanto, desde el punto de vista del niño, impredecibles) también pueden conducir a comportamientos de autorregulación y control de impulsos deficientes. Asimismo, la exposición a entornos tempranos muy estresantes se asocia con déficits en el desarrollo de la memoria de trabajo, la atención y las habilidades de control inhibitorio. Los contextos comunitario, escolar y familiar, así como el estatus socioeconómico (asociado al

estrés tóxico por la falta de una vivienda, alimentación o sanidad), se revelan claves. Habrá que asegurar que los centros educativos sean espacios seguros, donde se ponga el foco en la protección a las personas y en la construcción de relaciones de máxima calidad. Para ello, dejar de normalizar la violencia (gritos, rabietas, empujones, peleas, insultos, burlas, desprecios, etc.) es un primer paso, desde las primeras edades especialmente, porque es el momento en el que se están empezando a desarrollar estas habilidades.

4. Intervenciones escolares específicas

Implementar intervenciones efectivas puede proteger y mejorar el funcionamiento ejecutivo a través de tres estrategias: (1) actividades para practicar la capacidad de retener y utilizar la información, concentrarse y resistir las distracciones y planificar acciones revisando los planes según sea necesario; (2) programas que formen y apoyen a los profesores en estrategias eficaces de gestión del aula. Conocemos los impactos que está teniendo la formación del profesorado en base a las evidencias, en concreto, en la formación en actuaciones educativas de éxito; (3) programas que formen al profesorado para entrenar al alumnado en habilidades como la resolución de problemas sociales, la capacidad de comprender y expresar las emociones de forma constructiva y la capacidad de controlar el comportamiento impulsivo y organizarse para lograr objetivos. Un ejemplo de programa de éxito sería el modelo dialógico de prevención de conflictos y el club de valientes violencia cero.

La información de esta guía puede ser muy útil para leer y debatir en los equipos de orientación educativa, pero también con las familias u otras personas de la comunidad, como puede ser el personal de comedor, por ejemplo. Debatir estos temas en base a las evidencias es necesario para

detectar “modas educativas” que tienen efectos perjudiciales y para llevar a cabo programas que potenciarán estas funciones al máximo en todas y todos.

[Imagen: Freepik]