

# La lateralidad cerebral (II)

## EL PATRÓN CRUZADO

Estos ejercicios de "patrón cruzado" se corresponden a una etapa antes de los dieciocho meses de edad, pero si un niño mayor no muestra una tendencia clara hacia un lado u otro de su cuerpo debería realizar estos ejercicios hasta dominarlos.

**Beatriz BENGOCHEA.**  
Orientadora Familiar

En su desarrollo evolutivo entre los 6 meses y el año, el bebé aprende a usar partes de ambos lados del cuerpo al mismo tiempo y de manera predeterminada; a esto se llama "patrón cruzado": gatear sobre manos y rodillas, comenzar a andar, sincronía... Mientras gatea, por ejemplo, usa simultáneamente las manos y las rodillas de los dos lados de su cuerpo: la rodilla derecha con la mano izquierda, luego la rodilla izquierda con la mano derecha.

El "patrón cruzado" es necesario y previo a la etapa en que se consigue la lateralización completa. Muchos problemas de lectura, aunque parezca mentira, se deben a que el niño no ha gateado lo necesario, o ha visto coartados sus movimientos.

### No forzar al niño

A estas edades (hasta los 6-7 años) el manejo igual de ambas manos suele ser una señal de advertencia de una futura dificultad lectora. Una lateralidad mixta (sin lado dominante definido) también señala problemas.

Esto quiere decir que todos los impulsos no entran en un sólo hemisferio, el dominante, y la habilidad para descifrar o leer resultar afectada.

Sin embargo, no debe forzarse a los niños en esta etapa hacia uno u otro lado. Una vez que ellos hayan hecho, de manera natural, la propia elección de su lado dominante hay que ayudarles a tornarse completamente lateralizados, diestros o zurdos, según sea su elección.

Los estudios demuestran que de un 10 a un 15% de la población tiene una predisposición genética a ser zurda. A estos niños se les debe permitir ser zurdos del mismo modo que a los otros se les permite ser diestros. Una vez que el niño ha indicado una fuerte preferencia se le debe dar toda clase de facilidades para que opere con aquel lado como su parte hábil o dominante. Pero no debe haber intento alguno de forzar la elección.

### Lateralidad completa

A partir de los dieciocho meses y hasta los 6 ó 7 años de edad tiene lugar la etapa final y exclusivamente humana del desarrollo

cerebral, dando lugar a una lateralidad completa. Es decir, una de las dos mitades del cerebro se vuelve dominante y asume la función del hemisferio del lenguaje.

En los seres humanos que aprenden a leer y escribir una de estas mitades debe tornarse dominante, es decir, convertirse en el hemisferio que controla estas habilidades. Si la mitad izquierda del cerebro se vuelve dominante el niño será diestro, y utilizará predominantemente el oído, ojo, mano y pie del lado derecho del cuerpo. Y si es la mitad derecha del cerebro la dominante, el niño será zurdo, con lo que utilizará el oído, ojo, mano y pie del lado izquierdo del cuerpo.

Si no se torna dominante una de las mitades del cerebro, no se completa el desarrollo cerebral y el resultado es, generalmente, un problema de lectura.

**El "patrón cruzado" es necesario y previo a la etapa en que se consigue la lateralización completa**

## Ejercicios

### 1. GATEO EN PATRÓN CRUZADO

Le diremos al chico que gatee sobre las rodillas y las manos. Su gateo debería ser suelto y rítmico: sincronizado. Debe realizarlo según el patrón cruzado, es decir, la mano derecha y la rodilla izquierda deben tocar el suelo al mismo tiempo y viceversa. Las manos deben tener las palmas hacia abajo en forma plana, los dedos deben señalar hacia adelante y los pies debe arrastrarlos.

Como se está usando la mano y la rodilla de lados opuestos simultáneamente, el equilibrio y el ritmo deben ser sueltos y naturales.



### 2. CAMINAR EN PATRÓN CRUZADO

Se trata de caminar con normalidad: la mano y el pie de los lados opuestos se mueven adelante al mismo tiempo. Esto da equilibrio al caminar. Para enseñar al niño le diremos: "Fíjate como señalo con mi dedo el pie opuesto mientras camino". Hemos de observar si la mano y el pie de lados opuestos se mueven al mismo tiempo, con un ritmo fluido.

**Si no se torna dominante una de las mitades del cerebro, no se completa el desarrollo cerebral**

### 3. ARRASTRE HOMOLATERAL

Tiene que colocarse boca abajo sobre una superficie lisa, con el brazo izquierdo y la pierna izquierda en posición hacia arriba, mientras que el brazo derecho y la pierna derecha lo están hacia abajo. Le enseñaremos a avanzar invirtiendo la posición, de manera uniforme y tan pausadamente como sea posible.

Simultáneamente, le enseñaremos a girar la cabeza y mirar la mano que sube cada vez. Cuando la mano izquierda está arriba, que gire la cabeza y la mire, y viceversa. Ha de guardar un ritmo adecuado y la cabeza ha de girar uniformemente. Hemos de practicar esto cinco minutos cada día.

### 4. ORIENTACIÓN DERECHA-IZQUIERDA

Ha llegado el momento de enseñar al chico los conceptos de derecha e izquierda, de modo que le resulten automáticos. Mientras camina o corre en patrón cruzado le diremos: "gira a la izquierda" o "gira a la derecha", como si fuera un juego. Al principio tendrá dificultad, pero con práctica será capaz de dominar la orientación espacial. Practicaremos durante diez minutos todos los días. Generalmente, con tres semanas de ejercicio un chico coge estos conceptos.

**A los niños se les debe permitir ser zurdos del mismo modo que a los otros se les permite ser diestros**



ILUSTRACIONES:  
PABLO ÁLVAREZ ROSENDO.