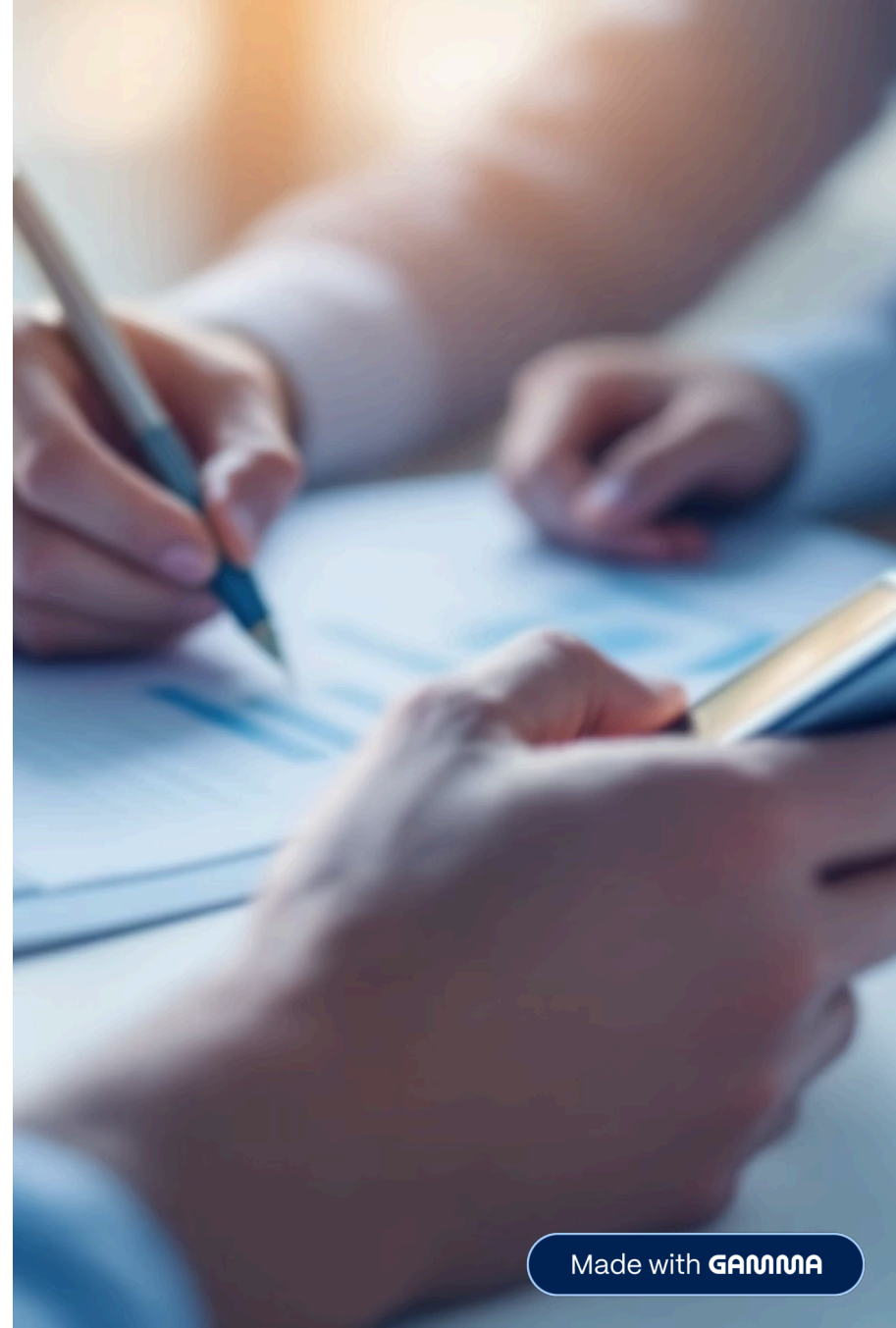


¿Qué es la lateralidad? Una introducción

La lateralidad define la preferencia de uso de un lado del cuerpo. Es clave para coordinar movimientos y habilidades diarias.

 por Omar Patricio García





Definición y conceptos básicos de la lateralidad

Lateralidad

Dominancia preferente de un lado del cuerpo para tareas motoras.

Hemisferios cerebrales

Controlan funciones del lado opuesto del cuerpo.

Importancia

Afecta habilidades motrices, lenguaje y aprendizaje.

Desarrollo de la lateralidad en los primeros años de vida

1

0 a 2 años

Exploración sin preferencia clara.

2

2 a 4 años

Inicio de preferencia lateral.

3

4 a 6 años

Consolidación del lado dominante.

Tipos de lateralidad: diestra, zurda, cruzada y ambidiestra

Diestra

Dominio preferente del lado derecho.

Zurda

Uso dominante del lado izquierdo.

Cruzada

Mano y ojo dominantes de lados opuestos.

Ambidiestra

Igual habilidad en ambos lados.



Factores que influyen en el desarrollo de la lateralidad



Genética

Herencia familiar de dominancia lateral.



Ambiente

Estimulación y experiencias tempranas.



Desarrollo neurológico

Maduración del cerebro y sistema nervioso.

Importancia de la lateralidad en el aprendizaje y desarrollo infantil



Lectoescritura

Dificultades o habilidades según lateralidad.



Coordinación motora

Influye en destrezas finas y gruesas.



Procesos cognitivos

Atención, memoria y razonamiento se ven afectados.



Evaluación de la lateralidad: pruebas y métodos

Observación directa

Identificar mano, pie y ojo dominante.

Tests estandarizados

Evaluaciones específicas para lateralidad cruzada.

Cuestionarios

Recopilación de hábitos diarios.



Lateralidad y dificultades de aprendizaje

Dislexia y lateralidad cruzada

Relación frecuente en dificultades lectoras.

Problemas de coordinación

Dificultades en escritura y habilidades motoras.

Impacto en atención

Falta de dominancia clara puede afectar el enfoque.



Estrategias para trabajar la lateralidad en el aula

Estimulación bilateral

Actividades que impliquen usar ambos lados del cuerpo.

Refuerzo de dominancia

Favorecer el lado preferente con ejercicios específicos.

Atención individualizada

Considerar necesidades de cada alumno en su lateralidad.



Conclusiones y recomendaciones para padres y educadores



Observar y respetar

Entender el ritmo y preferencia del niño en lateralidad.



Estimular con juegos

Promover actividades que integren ambos lados del cuerpo.



Buscar apoyo profesional

Consultar especialistas ante dudas o dificultades.

La lateralidad bien comprendida facilita el desarrollo integral. Es fundamental acompañar el aprendizaje con paciencia y estrategias adecuadas.