

2026

# INTRODUCCIÓN A LA DISCAPACIDAD VISUAL



TEMA 5 AUTONOMÍA PERSONAL

**Tema 5.1 - Estrategias de orientación y movilidad**

DIRECCIÓN EDUCACIÓN,  
EMPLEO Y BRAILLE  
Departamento Atención Educativa

## Esquema Tema 5.1

### Estrategias de orientación y movilidad

#### 1. El desplazamiento:

- Actividad básica de la vida cotidiana.
- Parámetro importante para medir el grado de autonomía de un alumno.
- Se debe valorar desplazamiento en interiores y exteriores.
- Dificultades frecuentes: miedo a chocarse o caerse al no ver lo que tiene delante y dificultades al situarse en el espacio y saber dónde tiene que dirigirse al no ver lo que tiene alrededor.
- Se compone de dos elementos: orientación y movilidad.

#### 2. Orientación en el alumno con discapacidad visual:

- Dificultades:
  - Parte de una desventaja en el aprendizaje al no contar con el 80 por ciento de información que proporciona la vista.
  - Los canales sensoriales alternativos por los que recibe la información no son tan eficaces por lo que percibirá una menor cantidad y calidad de los estímulos.
  - Cuanto mayor sea el entrenamiento de los distintos sentidos (tomar conciencia de sus posibilidades y el uso que puede darles), mayor información podrá recoger.
- Uso de los distintos sentidos:
  - Tacto: importancia de los pies como receptores hápticos (perciben desnivel, material, etc.).
  - Olfato: permite conocer y localizar lugares interiores o exteriores.
  - Propiocepción: conciencia de la propia postura corporal respecto al espacio que nos rodea; permite mantener una postura corporal correcta, caminar en línea recta sin desviarnos o hacer giros de manera precisa.
  - Oído: permite recoger la información de lo que ocurre en el entorno.
- Fases para llevar a cabo el proceso de orientación:
  - Finalidad: crear un mapa cognitivo para conseguir desplazamientos eficaces por el entorno.
  - 1º: recoger la máxima información del entorno (sentidos).
  - 2º: organizar esta información en forma de representación mental para configurar un espacio en el que poder desplazarnos.

- La creación de esta representación permitirá poder moverse entre dos puntos del espacio tomando desvíos, atajos, etc.
- Uno de los aspectos clave para generar esta representación es la interiorización de puntos de referencia.
- Cuando existen dificultades a la hora de generar este mapa mental, se pueden memorizar recorridos a partir de puntos de referencia pero no se pueden llevar a cabo modificaciones de los mismos.
- El éxito de esta representación mental depende de que el niño cuente con un adecuado repertorio conceptual.
- Conceptos vinculados al desplazamiento:
  - Esquema corporal (base para organizar los conceptos espaciales que rodean al cuerpo).
  - Conceptos espaciales (encima-debajo, delante-detrás, izquierda-derecha); hasta los doce años estarán vinculados a su espacio próximo y a lo que el niño puede relacionar consigo mismo.
  - Conceptos de forma.
  - Conceptos ambientales: elementos, objetos y texturas que se encontrará en sus desplazamientos (acera, calzada, bordillo...).
  - Punto de referencia: cualquier objeto, sonido, olor, textura, etc. Que sirva para establecer la posición de la persona en el espacio (debe ser único tanto en el tiempo como en el espacio, permanente y de fácil localización).

### 3. Movilidad en el alumno con discapacidad visual:

- Dificultades:
  - Imposibilidad de detectar con suficiente antelación los obstáculos y los cambios de nivel que se encuentra en su recorrido (puede generar miedo e inseguridad y producir dependencia).
- Técnicas de movilidad:
  - Técnicas que no requieren la utilización de elementos auxiliares:
    - Técnicas de protección personal: Se utilizan para que la mano sea la primera en tomar contacto con el obstáculo inesperado.
    - Protección personal alta: colocar el antebrazo a la altura de la cara.
    - Protección personal baja: colocar el antebrazo a la altura de la cintura.
    - Se pueden utilizar ambas de manera combinadas.
    - Se utilizan en interiores y para trayectos cortos.
    - Seguimiento de superficies (trailing): Se utiliza cuando el desplazamiento se realiza manteniendo contacto constante con la pared utilizándola como guía para un desplazamiento recto o para localizar en ella algún punto de referencia.
    - Método del perímetro: se utiliza para que el alumno pueda crear una representación mental de un espacio que no conoce y por el que debe desplazarse de forma autónoma; partiendo de un

punto de referencia (puerta), recorrerá de forma sistemática el perímetro de la estancia para conocer la forma, tamaño y los objetos que se encuentran en ella; para conocer los elementos centrales la cruzará de pared a pared en un recorrido en forma de cruz (combina protección personal y seguimiento de superficies).

- Técnicas que requieren la utilización de elementos auxiliares:
  - El bastón de movilidad es la herramienta que permite el desplazamiento independiente por cualquier entorno.
  - Suele ser de aluminio o grafito y es plegable.
  - Sirve para proteger de los obstáculos que hay delante, para informar de referencias y es un distintivo de discapacidad visual.
  - Su longitud dependerá de la altura del alumno y de su velocidad (dos dedos por encima del esternón en caso de mayores y en la base del cuello en alumnos más pequeños).
  - La técnica más utilizada es el movimiento del bastón describiendo un arco ligeramente superior a la anchura del cuerpo y coordinado con los pasos.
  - La edad adecuada para la iniciación en su entrenamiento es alrededor de los seis años (antes se pueden utilizar elementos prebastón).

#### **4. Pautas de intervención:**

- Es imprescindible fomentar el desplazamiento del alumno por el centro educativo (si no lo hacemos lo restringirá o limitará a las zonas donde se siente cómodo o generará una relación de dependencia de un compañero).
- Esto no implica que siempre tenga que ir solo (se destinará un tiempo para que vaya relajado y acompañado fomentando la relación social y el vínculo afectivo).
- Técnica guía (para desplazamiento con acompañante vidente): código de señales corporales acompañadas de indicaciones verbales que permite el desplazamiento de manera segura y eficaz. La persona ciega se agarra del brazo del guía y camina medio paso por detrás.
- Las variables más significativas que pueden influir en el nivel de autonomía en la orientación y movilidad son la edad, el tipo de alteración visual y su gravedad, la asociación con otras dificultades, las propias destrezas personales del alumno, su motivación, las características del entorno y las actitudes de las personas significativas.

#### **5. Objetivos que deberá adquirir el alumno al finalizar cada una de las etapas educativas:**

- La intervención será global y estará vinculada a los entornos educativo, familiar y social (generalización).

- Evitar la sobreprotección o el rechazo (incluir sesiones formativas para el personal docente y no docente y jornadas de formación y sensibilización con los compañeros de aula para que sepan cómo ayudarle).
- Educación Infantil (seis años):
  - Desplazarse con autonomía por su casa y otras que le resulten muy familiares.
  - Desplazarse de manera independiente en su aula.
  - Reconocer referencias en los recorridos exteriores habituales.
- Educación Primaria (doce años):
  - Desplazarse de forma independiente por su centro educativo.
  - Seguir instrucciones para realizar rutas sencillas.
  - Conocer los conceptos medioambientales.
- Educación Secundaria (16 años):
  - Adquirir mayor independencia de los padres (acudir solo o con amigos al centro escolar y a lugares de ocio).
  - Desplazarse de manera independiente por los alrededores de su domicilio y centro educativo.
  - Realizar rutas previamente aprendidas que incluyan cruces de calles.
  - Iniciarse en el uso del transporte público en compañía de sus iguales.