



## CONSEJOS PARA MEJORAR LA LETRA

En este artículo te ofrezco una serie de consejos para mejorar la letra en niños de edad escolar, principalmente de Educación Primaria y también de Secundaria. Hay chicos que presentan mala letra, sin embargo, cuando llegan a un punto en el que la letra es ilegible para los demás y para él mismo, ya

se convierte en un problema. Incluso en algunos casos ese problema se convierte en un trastorno conocido como disgrafía.

### Ocho consejos para mejorar la letra

Te voy a ofrecer ocho consejos para mejorar la letra de aquellos alumnos que tengan problemas en este aspecto.

#### 1. Mantener una postura adecuada

La primera medida consiste en adoptar una postura correcta al escribir. La espalda recta y evitar acercar la cabeza al papel. La hoja de papel o el cuaderno debe estar ligeramente inclinada y la mano contraria que no escribe, debe estar sujetando la hoja de papel.

Este es un aspecto que no se suele tener muy en cuenta, sin embargo, cuando la postura es adecuada y se mantiene, la letra puede empezar a mejorar.

#### 2. Realizar correctamente la pinza digital

En segundo lugar, se debe tomar el lápiz o el bolígrafo de la manera correcta. Esto es, haciendo una pinza con el dedo índice y pulgar y apoyando el útil de escritura en el dedo corazón, sin presionar demasiado.

Lo ideal es que los niños aprendan a realizar correctamente la pinza cuando inician la escritura, pero si la postura se ha viciado o no llegó a realizarse nunca, será necesario corregirla, aunque ahora cueste

un poco más: es cuestión de habituarse a la postura.

#### 3. Giros adecuados

La grafía de las letras debe realizarse con los giros adecuados y enlazarlas convenientemente. Al igual que ocurre con la pinza digital, estos giros se aprenden y automatizan cuando se inicia la escritura, pero si no ha sido así, es el momento de corregirlo.

#### 4. Seleccionar el útil de escritura

Este consejo consiste en seleccionar el útil de escritura que resulte más cómodo para escribir. En muchas ocasiones, el lapicero no es el aconsejable, solo por el hecho de que se pueda borrar lo escrito, ya que suele precisar más fuerza para escribir, lo cual hace que el chico se canse antes y la letra empiece a empeorar.

No existe una regla general para seleccionar el útil adecuado: se trata de ir probando hasta encontrar aquel con el que se escribe mejor. En unos casos, son los bolígrafos convencionales, en otros son los

de tinta líquida o de gel... Hay algunos niños que mejoran su grafía cuando usan una pluma estilográfica, ya que obliga a mantener cierta inclinación y postura para que la pluma escriba.

### **5. Elegir la pauta más favorable**

El formato de pauta en el que se escribe también influye en la calidad de la letra. Normalmente las hojas de cuadritos no son buena elección para los que tienen dificultades porque precisamente les produce mayor desorientación. Muchos niños escriben mejor sobre una línea. La doble pauta puede ayudar a algunos alumnos, pero para otros, les puede resultar demasiado asfixiante someterse a un espacio tan reducido.

### **6. Enfrentarse a la propia escritura**

Suele ayudar especialmente como motivación para afrontar la mejora de la grafía, enfrentar al chico a su propia escritura y que compruebe que ni él mismo la puede leer. Un efecto similar sucede cuando son los compañeros los que tienen que enfrentarse a su escritura.

### **7. Espacios de buena letra**

En algunos casos, los maestros, con la intención de corregir este problema o los mismos padres, hacen borrar lo escrito o incluso arrancan la hoja de los cuadernos para que vuelvan a repetir lo escrito, cuando la presentación o la letra eran de mala calidad. Como medida esporádica puede ayudar y corregir. Sin embargo, en los casos en los que hay dificultades importantes de base, no suele ser una medida efectiva y podrás comprobar que, a largo plazo, no hace mejorar; al contrario, puede minar la motivación para escribir.

Como alternativa puedes proponer al alumno los “espacios de buena letra”. Se trata de señalar en el margen con una línea discreta, los renglones en los que se le va exigir que escriban con una letra, al menos legible. Ese espacio puede ser, aproximadamente de un 25 o 30 % de la hoja: si una página tiene 20 renglones, el espacio de buena letra serán 5 renglones. Al texto que corresponde a esa porción, sí le puedes exigir que lo repita o lo borre hasta conseguir más calidad.

### **8. Ejercicios de caligrafía**

Finalmente, puedes proponer ejercicios de caligrafía, aunque con algunas salvedades. Lo mejor es que la caligrafía sea una actividad preventiva que se realice en los primeros cursos de Primaria, primero y segundo. Esta era una costumbre que prácticamente ha desaparecido de la práctica escolar: al comienzo de la mañana dedicábamos no más de 15 minutos a realizar una plana de caligrafía. Cada uno a su ritmo y a su nivel.

La caligrafía se puede proponer, más allá de los 8 años en algunas circunstancias y con algunas condiciones. Puede proponerse como actividad de refuerzo, por ejemplo, en casa: realizar una hoja de caligrafía o menos incluso, todos los días. No es necesario hacer más, pero sí hacerlo a diario. Lo que suele ocurrir es que esta norma se incumple y la práctica no se hace todos los días.

En chicos mayores, de 11 o 12 años, es ya complicado hacerles trabajar este aspecto, salvo que se sientan motivados para hacerlo por la necesidad de mejorar su letra. Si no están motivados, suelen rechazar este tipo de actividad y es complicado que la lleven a cabo.