

VERBAKIDS

5 verdades

que aprendí intentando hacer

Doman sola en casa

Lo que nadie te cuenta antes de empezar

Kerry

Mamá de Uriel

Fundadora de VerbaKids

Hola, soy Kerry

Te escribo desde una madrugada cualquiera, en la que ya recogí los libros que dejé tirados por el suelo, ya cerré el cuaderno donde anoto cosas de Uriel, y ya me prometí a mí misma que mañana sí voy a dormir más temprano. Y no lo voy a hacer.

Si llegaste a este PDF, probablemente eres como yo. Investigaste el método Doman. Te emocionaste con la idea de que había algo concreto que podías hacer por tu hijo. Empezaste con todas las ganas del mundo.

Y en algún punto, todo se desmoronó.

Quiero contarte cinco cosas que aprendí intentando hacer Doman sola con mi hijo Uriel, que tiene 3 años y síndrome de Down. No son consejos. No son técnicas. Son verdades incómodas que me hubiera gustado que alguien me dijera antes de empezar.

Léelas con calma. No te van a hacer sentir mejor inmediatamente. Pero quizás te ayuden a soltar un poco la culpa que cargas. Y eso, créeme, ya es suficiente para empezar.

Un abrazo,

Kerry

La logística no es opcional.

Es el corazón del problema.

Cuando lees los libros de Doman, todo suena simple. Una sesión dura 30 segundos. Tres veces al día son 90 segundos. ¿Quién no puede dedicar 90 segundos a su hijo?

Yo me lo creí. Y empecé.

La primera semana imprimí tarjetas. Las plastifiqué. Las recorté. Encontré imágenes en internet que cumplieran los requisitos: una sola cosa por imagen, fondo blanco, alta resolución. Las pegué en cartulina blanca. Escribí las palabras en rojo grande con marcador permanente.

La segunda semana ya tenía 60 tarjetas organizadas en cinco categorías. Frutas, animales domésticos, partes del cuerpo, colores, vehículos.

La tercera semana me di cuenta de algo:

La sesión dura 30 segundos. La preparación de cada categoría me había tomado entre dos y tres horas.

Y todavía me faltaban siete categorías más. Más todo el material físico. Más los bits de inteligencia. Más matemáticas. Más el programa físico. Más nutrición. Más sueño.

Cuando hice el cálculo real de cuánto tiempo me iba a tomar mantener el método funcionando, no eran 90 segundos al día. Eran dos horas de logística por cada minuto y medio de aplicación efectiva.

Esa es la verdad que nadie te dice cuando vendes el método: la sesión es corta, pero la preparación es brutal.

Y si estás pensando "bueno, las tarjetas se hacen una sola vez", déjame decirte algo: cada categoría te pide 5 palabras nuevas cada 5 días. La rotación es constante. El material no se prepara una vez, se prepara cada semana, para siempre.

La logística no es un detalle. La logística es el método.

Tu cuaderno de registro te va a traicionar.

Empecé con un cuaderno bonito. Página por día, categorías en columnas, palomitas verdes para las sesiones cumplidas. Pensé que llevar el registro me iba a hacer sentir en control.

Duró nueve días.

Al décimo día, Uriel se enfermó. Pasé toda la noche cargándolo y al día siguiente lo llevé al pediatra. Cuando volví a casa y abrí el cuaderno, ya no me acordaba si la categoría de animales tocaba el martes o el miércoles. Y si tocaba cambiar palabras nuevas o seguir con las de la semana anterior.

Le tomé una foto al cuaderno y se la mandé a una amiga que también estaba intentando Doman con su hija. Ella me respondió:

Yo dejé de registrar hace tres semanas. Marco las palomitas al final del día, todas juntas, aunque no haya hecho la mitad. Me hace sentir mejor.

Las dos estábamos mintiéndole a un cuaderno.

El problema no era nuestra falta de disciplina. El problema era que Doman exige una precisión matemática que ningún ser humano puede sostener mientras cría a un niño con necesidades especiales.

Para hacer Doman correctamente necesitas saber:

Qué día va cada categoría. Cuántas veces ya viste cada palabra. Cuáles palabras rotan mañana. Cuándo cumples 5 días con un set para cambiarlo. Cuántas sesiones llevas hoy. A qué hora fueron. Si Uriel estuvo atento o cansado.

Hagamos las cuentas. Si tienes 10 categorías activas, cada una se muestra 3 veces al día, eso son 30 puntos a registrar diariamente. Multiplicado por 7 días, son 210 entradas semanales. Si pierdes un solo día de registro, ya no puedes reconstruir dónde quedaste.

Y cuando no puedes reconstruir, empiezas a inventar. Y cuando empiezas a inventar, ya no es Doman. Es teatro.

La culpa que sientes cuando le pones palomita a una sesión que no hiciste no es por floja. Es porque tu cerebro sabe que el sistema está pidiéndote algo que es imposible mantener.

Una semana mala destruye tres meses de trabajo.

Esta verdad es la más cruel. Y la que más me costó aceptar.

Avanzaba bien. Tenía sistema. Había superado la fase de "esto es imposible" y había llegado a la fase de "esto es duro pero lo voy logrando". Llevaba casi tres meses aplicando Doman con cierta constancia.

Entonces vino el verano. Viajamos a casa de mis suegros. No me llevé las tarjetas porque pensé que volvería en una semana. Me quedé tres.

Cuando regresé a casa y abrí la caja donde guardaba el material, no me acordaba qué semana del programa estaba. No sabía si las palabras que estaba mostrando seguían vigentes o ya tenían que haber rotado. No sabía dónde retomar.

Lo intenté. Me senté con el cuaderno. Hice cálculos. Reorganicé las tarjetas. Hice un nuevo cronograma.

Y después de dos horas de "prepararme para retomar", abrí el cajón, metí todo adentro, y me dije:

Esta semana descanso. Empiezo de nuevo el lunes.

Esa semana se convirtió en mes. Ese mes se convirtió en "ya retomaré". Y "ya retomaré" se convirtió en una caja en el placard que pesa más por la culpa que por las tarjetas.

Esta es la trampa del método: no es que sea difícil sostenerlo. Es que es imposible retomarlo cuando se interrumpe. Y siempre se interrumpe.

Tu hijo se enferma. Te enfermas tú. Hay un viaje. Hay un imprevisto. Hay una mudanza. Hay un día en que simplemente no puedes.

El sistema asume que tu vida va a ser perfectamente estable durante años. Y la vida con un niño con síndrome de Down es muchas cosas, pero nunca perfectamente estable.

La cruel ironía es esta: empiezas el método queriendo darle a tu hijo cada oportunidad que merece. Lo abandonas y te quedas con la duda. Y esa duda te acompaña años.

¿Habría sido distinto si lo hubiera logrado mantener? ¿Estaría hablando ya?
¿Estaría leyendo?

Nunca lo sabrás. Y esa incertidumbre es más pesada que el método mismo.

El método no falla.

La traducción falla.

Después de meses de sentirme un fracaso, hice algo que cambió todo: investigué la historia del método Doman.

Lo que descubrí me liberó.

Glenn Doman desarrolló su método en los años 50. Fundó el Instituto para el Logro del Potencial Humano en Filadelfia. Trabajaba con niños con lesiones cerebrales. Y tenía una idea revolucionaria para su época:

La madre es la mejor maestra de su hijo. El cerebro crece con uso. Los primeros años son la ventana de oro.

Doman amaba a las madres. Acuñó un término para nosotras: madres profesionales. Creía que ninguna educadora, ninguna terapeuta, ninguna institución podía hacer por un niño lo que su propia madre podía hacer.

Y tenía razón.

Pero el método que diseñó pedía 10 horas al día de dedicación absoluta. Eso era posible en su contexto: los años 50, clase media estadounidense, una madre dedicada a tiempo completo a la casa y los hijos. Sin trabajo fuera. Sin tener que cuidar a sus propios padres. Sin las exigencias laborales de hoy.

El método no falla. La premisa social en la que fue diseñado ya no existe.

Hoy las mamás trabajamos. Tenemos otros hijos. Cuidamos a nuestros padres mayores. Manejamos la casa entera. Y además, entre todo eso, queremos darle a nuestro hijo con síndrome de Down cada oportunidad que merece.

Cuando una mamá de hoy intenta aplicar un método diseñado para una mamá de los años 50, no falla la mamá. Falla la traducción del método a su realidad.

Esto no es justificación. Es liberación.

Cuando entendí esto, dejé de sentirme un fracaso. No había fracasado yo. Había fracasado el supuesto de que mi vida se parecía a la de una madre profesional de hace setenta años. Mi vida no se parece a esa. Ninguna vida real se parece a esa.

Lo que necesitaba no era más disciplina. Era una herramienta diseñada para una madre real, no para una madre ideal de otra época.

No estás sola.

Y no es tu culpa.

Esta es la verdad más importante. Y la más difícil de creer.

Cuando empiezas a fallar con Doman, te aíslas. No le cuentas a nadie. Porque ¿cómo le vas a contar a otra mamá que abandonaste el método que prometiste que ibas a sostener? ¿Cómo le vas a admitir a tu pareja que las tarjetas llevan tres semanas en el cajón? ¿Cómo te vas a permitir descansar sin sentir que estás traicionando a tu hijo?

Lo guardas. Lo tragas. Y cargas la culpa en silencio.

Yo lo hice durante meses. Hasta que un día encontré un blog escrito por una mujer llamada Pamela, en DomanMom.com. Y leí una frase que me cambió la vida:

Me tomó muchos años sentirme un fracaso antes de darme cuenta de que las sugerencias de Doman no eran solo poco realistas. Eran imposibles.

Lloré como no había llorado en mucho tiempo. No porque Pamela tuviera razón. Sino porque por primera vez alguien estaba diciendo en voz alta lo que yo sentía pero no me había permitido pensar.

Pamela me cambió la vida sin saberlo. Me dio permiso de soltar la culpa. Y desde ese día empecé a escuchar a otras mamás. A leer otros blogs. A entrar a grupos de Facebook con otros ojos.

Y descubrí algo que tienes que saber:

Todas estamos cargando la misma culpa. Todas intentamos. Todas fallamos. Todas creímos que éramos las únicas.

No éramos las únicas. Éramos miles. Decenas de miles. Mamás de niños con síndrome de Down, con retraso del lenguaje, con autismo, con parálisis cerebral, intentando aplicar un método que en su forma original es matemáticamente imposible para una madre real.

Si en este momento estás sintiendo culpa por algo que no pudiste sostener, por una caja de tarjetas en el placard, por un cuaderno con palomitas inventadas, por meses perdidos en los que no pudiste hacer lo que te prometiste hacer:

Suéltala. No es tuya. No te pertenece.

Tu hijo no necesita una mamá perfecta. Necesita una mamá presente. Y vos has estado presente cada día desde que él nació, aunque las tarjetas estén en el cajón.

Qué hago yo ahora

Después de todo lo que te conté, probablemente te estés preguntando qué hago yo hoy con Uriel.

Te lo cuento sin venderte nada.

Construí una herramienta. Se llama VerbaKids. La hice porque después de fracasar con Doman, en lugar de rendirme, decidí buscar la forma de que el método respetara mi realidad.

La idea es simple. La app toma toda la complejidad logística del método Doman y la hace invisible. Sabe en qué día del programa estoy. Sabe qué palabras tocan hoy. Las muestra automáticamente en pantalla con el formato correcto: letra roja grande sobre fondo blanco. Lleva el registro por mí. Si me pauso una semana, retoma exactamente donde quedó.

Mi único trabajo es estar con Uriel durante 30 segundos. Tres veces al día. La app se encarga de todo lo demás.

Lo construí para mí. Soy mi primera usuaria. Y desde hace meses puedo aplicar Doman sin sentir que estoy fallando, sin imprimir nada, sin llevar registros en un cuaderno, sin perder el hilo cuando hay un imprevisto.

Si esto te suena útil, puedes probarlo gratis durante 7 días. Sin tarjeta, sin compromiso, sin letra chica. Si después no es para ti, no continuas y listo.

verbakids.com

Y si esto no es lo que necesitas en este momento, también está bien. Ya el hecho de que hayas llegado al final de este PDF significa que estás haciendo más por tu hijo de lo que crees.

VerbaKids no va a ser para todas las familias. Y no pretende serlo. Pero si en algo de lo que te conté te reconociste, quizás vale la pena que lo pruebes.

Una última cosa

Espero que algo de lo que leíste te haya servido. Aunque sea una frase. Aunque sea un párrafo.

Si te tocó algo y quieres responderme, hazlo. Mi correo personal es hola@verbakids.com. Soy yo del otro lado, no un equipo, no un bot. Te respondo personalmente cuando puedo, que es casi siempre.

Cuéntame de tu hijo. Cuéntame qué método estás aplicando, qué te funciona, qué te tiene cansada. Cuéntame cómo te llamas y cómo se llama tu hijo. Yo te leo.

Y si en algún momento quieres compartir este PDF con otra mamá que esté pasando por lo mismo, hazlo sin pedirme permiso. No vendo nada con este documento. Lo escribí para que circule.

Las mamás como nosotras somos una comunidad. A veces invisible, a veces silenciosa, pero somos comunidad. Cuanto más nos contemos las verdades incómodas, menos cargamos cada una en soledad.

Gracias por leerme hasta aquí.

Gracias por seguir intentando.

Gracias por ser la mamá que tu hijo necesita, aunque algunos días no lo sientas así.

Un abrazo enorme,

Kerry

Mamá de Uriel

VERBAKIDS

Estimulación temprana
para familias con hijos con síndrome de Down
y retraso del desarrollo del lenguaje

verbakids.com

hola@verbakids.com

© 2026 VerbaKids

Construido con amor por Kerry, mamá de Uriel.