



Sentimientos Nada Más que Sentimientos: La Integración Sensorial en el Aula Escolar

por Ann Stensaas, M.S., OTR/L

La Integración Sensorial

Nuestros sentidos (visión, audición, olfato, sabor, y tacto) nos mantienen alertas acerca de nuestro ambiente. Nuestros sentidos reciben información de ambos dentro de y afuera de nuestro cuerpo. La integración sensorial (SI, por su sigla en inglés) se refiere a cómo nuestros sentidos trabajan juntos para organizar y procesar información entrante del mundo que nos rodea. El sistema nervioso central (el cerebro y la espina dorsal) controla nuestro sistema sensorial. Cuando nuestros sistemas sensoriales trabajan juntos, esto nos permite interactuar con el ambiente en maneras determinativas y significativas.

En adición a los cinco sentidos, nosotros también tenemos dos sentidos especiales, propiocepción y vestibular. El sentido *propioceptivo* nos da información acerca de dónde nuestras partes del cuerpo están y lo que ellas están haciendo. El sentido *vestibular* nos da información acerca de nuestra posición en el espacio y el movimiento de nuestra cabeza en relación a la gravedad.



El aula escolar “inteligente sensorial”

La integración sensorial juega una parte importante en el desarrollo social, emocional, y cognitivo del niño/a. La teoría de integración sensorial indica que dificultades del procesamiento sensorial pueden interponerse con la habilidad en que un niño/a aprenda habilidades básicas. Los maestros rutinariamente observan esto en el aula escolar entre niños que “se retrasan” por su ineficiencia del sistema sensorial. Es posible que usted haya observado a un niño/a que tiene dificultad manteniéndose alerta al participar o a un niño/a que está moviéndose constantemente y no puede calmarse lo suficiente para completar su tarea. Estos niños no saben cómo manejar la información sensorial diferente que ellos están recibiendo.

Un aula escolar “inteligente sensorial” le provee a los niños con muchas oportunidades para trabajar fuertemente, moverse, y otras actividades sensoriales calmantes o alertantes para mejorar su habilidad prestando atención y enfocándose durante tareas que son relacionadas con la escuela. Si usted siente que uno de sus estudiantes puede tener un trastorno del procesamiento sensorial, usted debe referir al niño/a a un terapeuta ocupacional para una evaluación. Un terapeuta ocupacional puede recomendar estrategias sensoriales y asistir a los maestros con cambios en el ambiente del aula escolar para dar soporte al niño/a con problemas sensoriales a alcanzar sus metas académicas.

Aportaciones Sensoriales y las Adaptaciones a la Clase

Actividades de Trabajos Fuertes/Organización – Use éstas estrategias como una actividad preparatoria para trabajo independizado o un tiempo de transición a través del día.

- Permita “tiempos de descanso” y establezca actividades de movimientos estructurales para la clase entera, como estirarse y posiciones de yoga, para revigorizar a sus estudiantes a través del día.

- Provéale a sus estudiantes “inquietos” una bufanda con pesas o una almohadilla de falda con pesas para ayudarlos a mantenerse en sus asientos y terminar su trabajo.
- Dele a sus estudiantes que buscan “trabajo fuerte” tareas especiales empujando o levantando objetos pesados en el aula escolar (por ejemplo una silla) o borrando la pizarra o un pizarrón.
- Organice actividades interactivas (adentro/afuera) durante el tiempo de recreo.
- Introduzca masticables y meriendas resistivas (chicle, barras de granola, etcétera) u objetos estimulantes para la boca para los estudiantes que necesiten un aporte oral sensorial para organizarse. **Consulte con los padres del niño/a para determinar si él/ella tiene alguna alergia antes de ofrecerle al niño/a comida o algún objeto.**



Posiciones alternativas al sentarse – Haga que sus estudiantes se sienten en una pelota de terapia/ silla redonda si necesitan moverse, o si ellos necesitan espacio personal, haga que se acuesten en un asiento suave relleno de cuentas de poliestireno o en su barriga.

Utensilios alternativos para escribir – Haga que sus estudiantes usen una pesa para la muñeca de sus manos o un agarre adaptivo para ofrecer más reacciones y conciencia a sus manos durante las actividades de escritura.

Cambios ambientales y equipo para un aula escolar “inteligente sensorial” – Diseñe una área silenciosa con cojines cómodos y asientos relleno de cuentas de poliestireno, audífonos con música clásica y una mesa de estudio para los estudiantes.

- Disminuya las distracciones visuales organizando los materiales en cubos de almacenaje o en gabinetes. Use un ambiente natural iluminado por el sol, plantas verdes, y tanques con peces, que también promueven un ambiente de aprendizaje calmado.
- Añada equipo a su aula escolar que provea un aporte sensorial calmante y alertante, incluyendo una mecedora, una red o columpio de hamaca, y un pequeño trampolín de ejercicios.

Recursos

Nackley, V. (2001). *Sensory diet applications and environmental modifications: A winning combination*. Retrieved March 11, 2008, from http://www.henryot.com/news/sensory_diet_applications_review.asp.

Polichino, J. E., Clark, G. F., and Chandler, B. (2005, February 21). Meeting the sensory needs at school: Supporting students in the natural environment. *OT Practice*. American Occupational Therapy Association.

Para más páginas educativas (Handy Handouts®), visite www.handyhandouts.com.

Productos Serviciales

La siguiente lista de productos de Super Duper® le será útil cuando usted trabaje con niños que tienen necesidades especiales. Visite www.superduperinc.com y teclee el nombre o el código de la mercancía en nuestro buscador informático (search). Haz “clic” en las siguientes páginas electrónicas para ver la descripción de cada producto.

Upper Body and Core Strength Fun Deck®
Artículo #FD-106

Basic Concepts in Motion Fun Deck®
Artículo #FD-58

Frog Massager
Artículo #OM-522

Sensory Diet Cards
Artículo #CRD-33

Webber® Neon Pressure Brushes
Artículo #OTS-365

Yogarilla™ 55 Card Yoga Deck
Artículo #OTSC-8609

*Las páginas educativas (Handy Handouts®) de Super Duper® son para el uso personal y educacional solamente. Cualquier uso comercial es estrictamente prohibido.