



Handy Handouts®

Folletos educativos gratuitos para maestros y padres

Actividades de la Vida Diaria

por Amber Hodgson, M.A., CCC-SLP and Julie A. Daymut, M.A., CCC-SLP
(revisado por Dani Kinsley, OTR/L)

Las Actividades de la vida diaria (ADLs, por su sigla en inglés) son actividades y funciones cotidianas que nosotros hacemos en orden de llevar una vida independiente y saludable. Otros términos para ADLs son "habilidades del cuidado propio" o "habilidades para vivir." Las actividades básicas de la vida diaria incluyen vestirse, cepillarse los dientes, usar el baño, bañarse y comer. Las ADLs más complejas – también conocido como IADLs, o actividades instrumentales de la vida diaria – incluyen hacer tareas domésticas, creando comidas, comprando, guiando/manejando, tomando medicamentos, planificando el tiempo social, manejando el tiempo, y manejando el dinero. Algunos individuos tienen dificultad con el desempeño de ADLs. Las razones por las cuales ellos pueden encontrar éstas habilidades desafiantes o difíciles incluyen déficits con las habilidades motoras, las habilidades de lenguaje, atención, o secuenciación, o pueden existir problemas con sus necesidades de comportamiento, niveles de motivación, o sistemas sensoriales.



Terapia Ocupacional para ADLs

Los Terapeutas Ocupacionales (OTs, por su sigla en inglés) son profesionales adiestrados y licenciados los quienes pueden asistir a individuos a conseguir o mejorar sus ADLs. El objetivo de la terapia ocupacional es capacitar a las personas para que participen en actividades u "ocupaciones" diarias personalmente significativas. Para ayudar a los niños o a los adultos con ADLs, los terapeutas ocupacionales usan estrategias diferentes para ayudarlos a practicar las habilidades que ayudarán a realzar sus vidas diarias y su funcionamiento sobretodo. Estos métodos de terapia para tareas del día a día incluyen el ensayo (práctica) de las habilidades, equipo adaptivo (herramientas como los ganchos o el Velcro®), y estrategias compensativas (o ayudantes/sobrellevantes). Los terapeutas ocupacionales aseguran que los individuos sean capaces de llevar a cabo las ADLs en una manera segura en diferentes ambientes dentro del hogar, la escuela, y la comunidad.

Recurso:

Cards and photos taken from "Webber® Activities of Daily Living Photo Sequencing Cards," by Dani Kinsley, MS OTR/L, <https://www.superduperinc.com/webber-activities-of-daily-living-photo-sequencing-cards.html>

Más Handy Handouts® GRATIS, visite www.handyhandouts.com