

Creando Experiencias Sensoriales Ricas

por Thaashida L. Hutton, M.S., CCC-SLP



Algunos niños, incluyendo esos con autismo, pueden tener dificultad manejando diferentes sensaciones, dentro de sus cuerpos y en el ambiente. Esto es conocido como una disfunción en la integración sensorial. Diferentes experiencias sensoriales incluyen la vista, la audición, el olfato, el sabor, el tacto, el vestibular (la sensación de movimiento que el cuerpo siente en relación a la acción de la gravedad), y la propiocepción (la sensación que el cuerpo siente de sí mismo y su posición en el espacio). Algunos ejemplos de experiencias sensoriales en la escuela son por ejemplo las campanas sonando en la escuela, los niños gritando en el patio de recreo, los pupitres resbalando, los olores en el comedor, y las actividades en la clase de educación física.

Para ayudar a un niño/a a procesar e integrar diferentes sensaciones, un terapeuta ocupacional

puede desarrollar una "dieta" sensorial como una parte de las actividades diarias. El enfoque de la "dieta" será la combinación del movimiento con un aporte sensorial para ayudar al niño/a a aprender, jugar, y funcionar. Un terapeuta ocupacional generalmente se concentra en tres áreas de la integración social – el tacto, el vestibular, y la propiocepción. Recuerde consultar a un profesional cualificado para recibir sugerencias de actividades que son apropiadas a las necesidades del niño/a.

¿Cuáles son algunas de las experiencias sensoriales?

Cuando un terapeuta incorpora diferentes experiencias sensoriales en las actividades diarias del niño/a, el niño/a puede formar un significado, adjuntar ese significado a la sensación y aprender a reaccionar apropiadamente. Por ejemplo, cuando un niño/a experiencia un volumen alto o el frío, él/ella se familiariza con la sensación y puede aprender a ajustarla. Las experiencias sensoriales también pueden ayudar a un niño/a a sentirse "regulado" o "ajustado" durante el día antes y durante diferentes actividades. Abajo hay algunos ejemplos de técnicas de integración sensorial (Sensory Integration, n.d., ¶ 11-23)



Para problemas de sensibilidad táctil:

- Use materiales con diferentes texturas/temperaturas – Permita que el niño/a toque diferentes objetos como arroz, arena, agua, crema de afeitar, o nieve falsa. Anime al niño/a a familiarizarse con

éstas texturas y cómo se sienten sobre todo el cuerpo.

- Idea para un juego** – Esconda los juguetes en un cajón de arena y haga que encuentre cada uno y lo describa.
- **Trate un masaje con una presión profunda o abrazos** – Haga un “sándwich del niño” gentilmente apretándolo entre dos almohadas o cojines del sofá y (trate diferentes telas).

Idea para un juego – Mientras que el niño/a esté en el sándwich, hágalo que hable acerca de su sándwich favorito.

- **Trate cepillando** – Utilice un cepillo suave o plumas. Muchos niños encuentran que siendo cepillados en su cuerpo los relaja.

Idea para un juego – Mientras usted cepilla al niño/a, permita que él/ella lo cepille a usted.



Para problemas vestibulares:

- **Trate caminando/balanceando** – Haga que el niño/a camine y se balancee en el borde de la acera o en una barra de equilibrios.

Idea para un juego – Haga que el niño/a pretenda que él/ella es un actor en un circo.

- **Trate el baile** – Haga que el niño/a participe en diferentes bailes que requieren que su cuerpo se mueva en diferentes posiciones.

Idea para un juego – Haga que el niño/a baile al compás de diferentes canciones juveniles.



For proprioceptive problems:

- **Trate columpiando** – Haga que el niño/a se columpie en un columpio común, un columpio de una llanta, o en una soga en el patio de recreo o en un cuarto/área sensorial designado.

Idea para un juego – Cante mientras el niño/a se columpia.

- **Trate brincando** – Permita que el niño/a cuidadosamente brinque en una superficie elástica como en una cama o trampolín.

Idea para un juego – Haga que el niño/a cuente cada salto y vea cuántos él/ella puede hacer.

Recursos:

BBB Autism Online Support Network (last updated February 20, 2007).
Sensory integration (SI). Retrieved December 18, 2008, from
http://bbbautism.com/sensory_integration.htm

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