



Desde este Servicio quiero proponeros un programa para la estimulación e integración multisensorial con diversas actividades que se pueden realizar con el material que tenéis en casa.

Teniendo en cuenta que cada niño/a es diferente y por tanto también su programación individual, he procurado que estas actividades sean generales y variadas para que se puedan adaptar a todos los alumnos/as.

Antes de comenzar una actividad quiero recordaros la importancia de:

- ♥ Propiciar y mantener una comunicación con el niño o niña anticipándole vuestras acciones o la actividad a realizar.
- ♥ Esperar su respuesta ante los estímulos presentados estando atentos a lo que el niño o la niña nos quiera comunicar.
- ♥ Utilizar palabras alentadoras que inviten al niño/a a realizar la actividad. Palabras que pueden ir acompañadas de una caricia, de unos aplausos o simplemente una sonrisa.
- ♥ Reforzar los logros.

Al ofrecer un estímulo al niño/a hay que tener en cuenta lo siguiente:

- 😊 Deben estar en buena postura, con la cabeza y el tronco alineados, además de estar cómodo/a. Si está sentado, de igual forma se tiene que cuidar una postura alineada (cabeza y tronco derechos).
- 😊 Provocar sensaciones contrarias que estimulen lo máximo posible al niño/a. Por ejemplo, pasar de superficies duras a blandas, realizar presiones suaves y fuertes, estimulaciones auditivas que intercalen ruido y silencio, movimientos lentos y rápidos...
- 😊 Es aconsejable realizar de 3 a 5 repeticiones de cada una de las distintas estimulaciones y luego detenerse para esperar y observar una respuesta.



Para organizar la sesión que vais a realizar con vuestro hijo/a, tenéis que tener en cuenta:

★ **Inicio o ritual de entrada.**

Les comunicáis la actividad que se va a realizar, podéis utilizar también claves sensoriales olfativas, táctiles, auditivas (estímulos sensoriales, por ejemplo, una esencia natural que pueda oler, una esponja y la pasáis por su brazo), de manera que pueda anticipar la sesión que va a dar comienzo.

★ **Desarrollo de la sesión o actividad.**

★ **Ritual de salida para comprender la finalización de la actividad.**

La finalización hay que anticiparla previamente y si es posible con la misma clave que se anticipo el inicio y se apagará la música, el estímulo visual, auditivo..., que se estaba utilizando.

En toda intervención es la comunicación el eje mediador que permite articular las diferentes áreas que configuran la realidad del niño/a.



El sistema propioceptivo es el encargado de que el niño y la niña sientan cada parte de su cuerpo y la posición de estas partes en el espacio.

Estimulamos la sensibilidad corporal. Sentir cada parte del cuerpo y saber que forman parte de un todo (esquema corporal).

Estimulamos el movimiento voluntario, activo y apropiado que le permita relacionarse con el entorno.

ACTIVIDADES ESTIMULACIÓN PROPIOCEPTIVA O SOMÁTICA

Realizar masajes por todo el cuerpo, mencionando cada una de las partes que se van acariciando. Hay que tener en cuenta:

- ✚ El ambiente debe ser agradable (cálido). El niño tiene que estar en una posición cómoda. Música agradable.
- ✚ Es importante anticiparle la actividad. Para ello podéis colocar un poco de crema en vuestras manos, frotarla para calentarla un poco y luego acercar a la nariz del niño o la niña para que huelga, posteriormente dejar que la toque con sus manos a manera de exploración y colocar vuestra mano en su pecho a manera de solicitar permiso para el contacto. También podéis emplear aceite pues es más cálido que la crema.
- ✚ Los masajes se iniciarán por las piernas y los pies, luego el tronco, los brazos y manos, y finalmente la cara.
- ✚ Debéis estar atentos o atentas a la comunicación de agrado o desagrado. En caso mostrara incomodidad o desagrado iniciar los masajes por las zonas de menor sensibilidad.
- ✚ Si el niño o la niña no tolera trabajar con el cuerpo desnudo, iniciar por la parte del cuerpo que le proporcione tranquilidad y seguridad. Progresivamente puede ir masajeándose todo el cuerpo.
Se debe realizar el masaje por delante y por la espalda del niño o la niña. Si no lo permite, paulatinamente ir avanzando.
- ✚ Los olores cítricos son activadores y los florales relajantes.

Envolver al niño/a con una manta dejando solo su cabeza libre. Cantarle suavemente unos minutos para que se relaje mientras permanece envuelto.
Nombrar las partes del cuerpo que se va envolviendo o desenvolviendo.



aspace

Asociación de Ayuda a Personas
con Parálisis Cerebral

Asturias

C.C.E.E. "Ángel de la guarda"
Latores 6-33.193-Oviedo.ASTURIAS
Tfno. 985233323//Fax: 985233682
angeldelaguardao@educastur.org

ACTIVIDADES ESTIMULACIÓN VIBRATORIA

Situar al niño cerca de un altavoz conectado a un equipo de música para que sienta las vibraciones (diferentes intensidades, sonidos agudos y graves).

El niño puede tocar el altavoz con la mano, también se puede acercar su cabeza u otras partes del cuerpo.

Ponerle al niño/a un micrófono cerca de la boca para que oiga ampliada su respiración y estimularlo a que vocalice. Hacer sentir al niño su propia voz y la vuestra.

Colocar un altavoz pegado a un globo, el niño/a coloca su cara, mano... en el globo para experimentar la vibración.

Jugar con el niño/a con peluches y juguetes vibratorios.

Colocar la cabeza del niño/a encima del pecho del adulto con la finalidad de que sienta los movimientos respiratorios, los latidos del corazón, el calor corporal y las vibraciones corporales al hablar.

En la postura anterior tararear melodías.



El sistema vestibular está relacionado con el equilibrio y el control de cuerpo en el espacio.

Desarrollar y percibir la **posición en el espacio**.

Proporcionar **puntos de referencia** sobre el propio cuerpo.

Adoptar **actitudes corporales adecuadas**.

Asociar experiencias visuales, táctiles y propioceptivas con los movimientos del propio cuerpo.

ACTIVIDADES ESTIMULACIÓN VESTIBULAR

Balances en mecedoras, hamaca, colchoneta, manta o esterilla que se pueda sujetar entre dos.

Si muestran temor, se debe empezar con balanceos lentos e ir incrementándolos progresivamente. Es importante resaltar que los movimientos lineales permiten la relajación, mientras que los movimientos circulares son de activación.

Niño/a tumbado inicialmente boca arriba en una colchoneta (esterilla, manta, toalla...).

- ✓ Arrastres de colchoneta sobre el suelo.
- ✓ Movimientos de giro sobre el eje corporal.
- ✓ Movimientos de arriba y abajo elevando y bajando la colchoneta.

También podéis colocar al niño/a en otras posturas: boca abajo, lateral, sentado.



El sistema táctil. El sentido del tacto es uno de los más importantes y se relaciona con la habilidad de recibir e interpretar estímulos a través del contacto con la piel de todo nuestro cuerpo.

Las áreas del cuerpo más sensibles al tacto son manos, pies y cara (boca).

Se considera la exploración, la experimentación y la manipulación a través del tacto como parte importante en el proceso del desarrollo de los niños/as. El contacto directo con los elementos y materiales cotidianos que rodean al niño/a, favorece la adquisición de aprendizajes en todos los niveles, cognitivo, afectivo, y social.

Las sensaciones táctiles-hápticas son las percibidas a través de la piel y el movimiento, bien sean pasivas o asociadas a un movimiento intencional.

ACTIVIDADES ESTIMULACIÓN TÁCTIL - HÁPTICA

Explorar con sus manos la cara y sentir las distintas partes. Después lo pueden realizar sobre vosotros, ayudándoles y modelándoles, para que toquen vuestra cara y "sientan" el pelo, la nariz, etc.

Estimular la palma de la mano proporcionándole materiales de diferente textura, grosor y temperatura. Es importante anticiparle el elemento que le vamos proporcionar antes de ponérselo en las manos, empezando por texturas suaves hasta llegar a las más fuertes como las ásperas y presentándoselas en contraste.

Jugar con la espuma de afeitar o crema sobre un espejo o mantel impermeable. Dejar que exploren el material libremente, luego invitarlos a que la esparzan sobre la superficie haciendo trazos libres o simplemente moviendo sus brazos.

Jugar con diferentes temperaturas. Jugar con el agua. Darle a tocar botellas de agua caliente y fría.
Las temperaturas frías incrementan el tono muscular mientras que las temperaturas calientes lo relajan.

Sujetar y presionar objetos pequeños con diferentes texturas.
Coger y dejar caer objetos o juguetes que hagan ruido.

Tirar y atrapar objetos, si es necesario con ayuda, como pelotas o cojines de diferentes tamaños, texturas, peso y consistencia; utilizando una mano o las dos, utilizando las dos manos alternándolas.



Sistema Visual

PODÉIS TRABAJAR

1ª Etapa

- ✓ Percepción de luz y diseños.
- ✓ Motilidad ocular: fijación, seguimiento, convergencia, acomodación.
- ✓ Percepción de objetos.
- ✓ Coordinación ojo-mano: prensión, manipulación.

Los materiales que podrían utilizar son los siguientes:

Para la percepción de luz y diseños: materiales especialmente atractivos y brillantes (bolas de navidad, pompones dorados o plateados, papeles de celofán...), lámparas y muñecos de luz, telas de colores para colgar, mantitas y tapices para el suelo, vídeos...

Para la motilidad ocular: espejos, pelotas pequeñas para colgar o rodar, globos, móviles, gimnasios, colgadores en su silla, atriles con tarjetas de diseños e imágenes.

Para la percepción de objetos: mordedores, juguetes de agua, peluches y muñecos blanditos, objetos cotidianos, juguetes musicales...

Para la coordinación ojo-mano: juguetes de goma para apretar, muñequeras y calcetines sonajeros, juguetes de diferentes texturas y consistencia, etc.

ACTIVIDADES ESTIMULACIÓN VISUAL

Fomentar el contacto visual y la actitud de «mirar». Llamar su atención sobre los objetos a su alrededor.

Atraer y mantener su atención. Presentaréis objetos, tanto estáticos como en movimiento, dentro de su campo visual y a una distancia menor de 50 centímetros.
Utilizar juguetes que les gusten y llamen su atención.

Colgar, alrededor de su cama, móviles y objetos brillantes para estimular la fijación.

Mover lentamente los objetos desde distancias diferentes, de un lado a otro, de la periferia al centro, etc., para fomentar la acomodación, los seguimientos y la exploración.

Orientar sus manos para agarrar y presionar, desarrollar la pinza digital e ir acostumbrándole a las diferentes texturas. Llamar su atención sobre los objetos a su alrededor, que los señale, que se interese por ellos y quiera tocarlos.

Ayudarlo a buscar y alcanzar cosas, que vaya hacia los objetos, para coordinar el sistema motriz y el sistema visual.



2ª Etapa

- ✓ Identificación de objetos e imágenes y desarrollo de la memoria visual.
- ✓ Coordinación óculo manual: fundamentalmente, la manipulación de objetos más complejos, la imitación de movimientos y posiciones, garabatear, pintar, primeros trazos...
- ✓ Percepción de objetos e imágenes: reconocimiento y discriminación.
- ✓ Percepción espacial: de objetos en el espacio, relación de unos con otros y con el propio cuerpo.

Los materiales podrían ser los siguientes:

Para la coordinación óculo manual: construcciones, ensartables, bancos de carpintero, juguetes de apretar/golpear, apilables, encajables, pizarras, juguetes de causa-efecto, juguetes de meter-sacar, de enroscar, así como los materiales para las primeras actividades escolares (pintar, trazar, pegar gomets, rasgar papel...).

Para la percepción de objetos: juguetes de baño, objetos de uso cotidiano, instrumentos musicales, toda clase de juguetes que fomenten el juego simbólico (vehículos, animales, muñecas...) y el reconocimiento de las cualidades de los objetos, como colores, formas, tamaños...

Para la percepción de imágenes: libros de cartón, tela, musicales, causa-efecto y que, en general, tengan, buenos contrastes, dibujos claros y atractivos o de tipo fotografía.

Para la percepción espacial: carritos de muñecas, correpasillos, arrastres, toboganes, y también, encajes, puzles.

ACTIVIDADES ESTIMULACIÓN VISUAL

Actividades para trabajar la coordinación óculo manual.

Todos los juguetes de apretar, golpear, ensartar, etc., pueden servir.

También, aprovechad el inicio de las habilidades de la vida diaria: manejo de cubiertos para comer, colaborar en las tareas de vestirse y desvestirse, el baño, etc.

Ayudarle a coordinar sus movimientos con la vista para usar las manos en estas actividades.

*** (si queréis ampliar estas actividades, están detalladas (motricidad fina) en las pautas del servicio de fisioterapia.

Fomentar las habilidades sociales, con actitudes como el mirarnos a la cara cuando le estamos hablando.

Esconder un objeto sonoro y luminoso bajo un pañuelo y pedir que lo quite para ver lo que es.



El sistema auditivo está formado por un conjunto de órganos que hacen posible la audición, haciéndonos sensibles al sonido.

Entre las tareas del sistema auditivo están: reaccionar, localizar, diferenciar, asociar, identificar y producir diferentes sonidos.

ACTIVIDADES ESTIMULACIÓN AUDITIVA

Realizar de las situaciones cotidianas en las que se produce sonido, momentos de aprendizaje para el niño/a.

Producen sonidos: la máquina del café, el frigo, el lavabo, la vajilla, la aspiradora, el grifo, el teléfono, la radio, puertas... Siempre que un niño/a se encuentre presente hacer que participe cuando el adulto vaya a poner algo en marcha.

Junto al sonido también puede explorar otras características del objeto.

Ofrecer tonos, sonidos y ruidos permite aprender información significativa del medio.

Seguimiento de sonidos con los ojos, cabeza o cuerpo.

AUDICIÓN LATERAL

Se trata de ofrecer estímulos auditivos desde distintos lados. Tumbado/a o sentado/a. Se coloca a la derecha y a la izquierda un objeto o instrumento sonoro, una caja de madera de resonancia o algo parecido. Os colocáis tras el niño para no distraerlo y se golpea 20 segundos a la derecha y luego 20 s. a la izquierda, con ritmo invariable. La intensidad del sonido debería ser siempre tan pequeña como sea posible.

Atar campanitas, pequeños sonajeros y cintas con cascabeles alrededor de los brazos y de las piernas del niño/a. Motivar y ayudar que el niño/a pueda moverse de manera que cualquier cambio de posición o movimiento produzca sonidos repiqueteantes.

Fabricar objetos sonoros (llenar tubos de plástico con garbanzos y convertirlo en un sonajero, llenar botellas de detergente que tienen asa con lentejas, macarrones...), y adaptadas a la prensión de los niños/as con cintas, gomas o velcro.

Colgar instrumentos u objetos sonoros para que puedan tocarlos y golpearlos para producir sonido.



El sistema olfativo no sólo receptiona olores, sino que también activa y sensibiliza otros sistemas encargados de las respuestas emocionales y patrones conductuales.

El sistema olfativo busca reaccionar ante olores diversos y diferenciarlos.

ACTIVIDADES DE ESTIMULACIÓN OLFATIVA

Aprovechad las situaciones y momentos de las rutinas diarias (desayuno, comida, baño...) para oler, por ejemplo, elementos del baño (jabón, colonia, crema, pasta de dientes...)

Presentarles distintas sustancias y esperar su reacción. Utilizar, por ejemplo, perfume en vuestras manos, frascos con canela, orégano, ajo, etc.

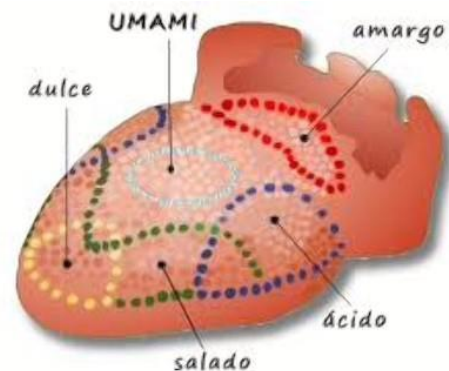
Se puede trabajar con aromas y olores propios de las frutas de estación: mandarinas, fresas, naranjas, limones, pomelos, kiwis, etc., haciendo que primero toquen la fruta, la huelan, diciéndole luego el nombre de la fruta.

También podéis utilizar distintos materiales como por ejemplo: toallitas húmedas para percibir su suavidad y humedad, así como su olor; algodoncitos o bastoncillos impregnados con aceites aromáticos, etc. y acercarlos suavemente a la nariz del niño o la niña, observando sus reacciones.



Sistema gustativo. El sentido del gusto permite percibir los diferentes sabores de las sustancias que ingerimos, como alimentos y bebidas. Existen cinco sabores o cualidades gustativas básicas: ácido o agrio, amargo, dulce, salado y umami. Está unido al olfato, que completa su función.

Cada célula receptora responde preferentemente a un tipo de estímulo pero también presenta una respuesta menor al resto de estímulos.



ACTIVIDADES DE ESTIMULACIÓN GUSTATIVA

Aprovechad las situaciones y momentos de las rutinas diarias (desayuno, comida...) para que prueben distintas texturas, consistencias y sabores de alimentos. Por ejemplo: yogures, gelatina de sabores, purés, etc. Se utilizan sabores que permitan el contraste, observando su reacción y si muestra alguna preferencia o rechazo.

Se pueden untar los dedos de las manos de distintos sabores para que luego los chupen y prueben. Hay que observar la reacción y manifiesto de agrado o rechazo.

Se utilizará un "ritual" a la hora de presentar los distintos alimentos. Por ejemplo se coge una tableta de chocolate, la exploran (el papel), ayudan a abrir el paquete, se huele el chocolate, y prueban el chocolate. Luego se provocará la petición de lo que probó.



Quiero proponeros también dos que se hicieron en el Colegio y que gustaron mucho.



Se plastifica una cartulina y antes de cerrarla completamente, se introduce pintura (témpera, pintura de dedos...) de diferentes colores. Al mover sus manos por encima quedan unos dibujos muy bonitos.

<http://angeldelaguardaov.blogspot.com/2018/02/concierto-didactico-ospa-painting.html>

Repostería. Galletas de mantequilla. Tocaron , vieron , oyeron , olieron, saborearon y sobre todo lo pasaron muy bien.

<http://angeldelaguardaov.blogspot.com/2017/04/taller-de-reposteria.html>



¡¡Mucha fuerza y ánimo para todos!!

☺ Servicio de Estimulación – Psicomotricidad.