

»Píndola formativa 24. Teràpia ocupacional (Elisabet Hurtado Ortiz)

Què és?

La **Teràpia ocupacional** s'ocupa de la promoció de la salut i el benestar a través de l'ocupació. Es vol aconseguir l'habilitació dels individus per a realitzar aquelles tasques que optimitzaran la seua capacitat per a participar en la societat, i a més la modificació de l'entorn perquè reforce la seua participació (Federació Mundial de Terapeutes Ocupacionals, WOFT).

Què treballa la Teràpia ocupacional?

Àrees ocupacionals

1. Activitats bàsiques de la vida diària: cura d'un mateix.
2. Activitats instrumentals de la vida diària: activitats que es realitzen a casa i en la comunitat.
3. Treball.
4. Educació.
5. Participació social.
6. Oci.
7. Joc.
8. Descans i somni.

Equilibri ocupacional

"Capacitat d'organitzar convenientment les activitats en què ens involucrem les persones. Aquest concepte repercuteix en la nostra salut i en la qualitat de vida."

Components/destreses de l'acompliment

1. Destreses motrius i praxi: habilitats per a organitzar, planificar i executar moviments.
2. Destreses sensoperceptives: localitzar, identificar i respondre a sensacions, així com seleccionar, interpretar i organitzar esdeveniments sensorials basats en experiències a través dels sentits (vista, oïda, tacte, olfacte, gust, propioceptores i vestibulars).
3. Destreses de regulació emocional.
4. Destreses cognitives: planificació i gestió de l'acompliment d'una activitat.
5. Destresa de comunicació i socials.

Context i entorn

"Sèrie de condicions o variants, tant internes com externes, que influeixen en el rendiment ocupacional de la persona, i per tant, en la seua independència":

- Cultural.
- Personal.
- Físic.
- Social.
- Temporal.
- Visual.

OBJECTIUS:

PERSONA AMB TEA

- Dotar d'estratègies per a solucionar les limitacions en les activitats de la vida diària: alimentació, vestit, neteja personal, etc.
- Millorar problemes de coordinació oculomaneig, coordinació bilateral, dificultats en la lateralitat, dissociació de membres superiors i inferiors.
- Fomentar habilitats en motricitat gruixuda i fina: maneig del llapis i les tisores, equilibri, praxi, etc.
- Suport per a limitacions en la planificació i organització.
- Dotar d'estratègies per a l'autocontrol i maneig de rebequeries: estratègies sensorials per a manejar conductes inapropiades, i actuar davant la frustració i l'enuig.
- Oferir suport en problemes d'aprenentatge, a causa de problemes motors o sensorials, o per trastorns de modulació sensorial.

ENTORN ESCOLAR

- Valorar el nivell d'autonomia en la realització d'activitats.
- Facilitar l'adaptació i readaptació funcional.
- Valorar, dissenyar, adaptar productes de suport i entrenar per a utilitzar-los.
- Donar estratègies als professionals per a tractar les limitacions en les activitats.
- Facilitar la inclusió amb adaptacions de l'entorn.
- Establir un perfil sensorial, per a establir les necessitats de l'alumnat.

ASPECTES QUE CAL VALORAR DES DE LA TERÀPIA OCUPACIONAL

El terapeuta ocupacional valorarà cada una de les funcions i destreses que intervenen en l'activitat, amb la finalitat d'establir que està limitant la consecució d'aquesta, així com la necessitat de realitzar diferents adaptacions, tant en l'activitat com en l'entorn, per a aconseguir la major autonomia possible de l'alumnat.

FUNCIONS MOTRIUS I PRAXI

- Arc o moviments articulars
- Control postural
- Força
- To muscular
- Resistència
- Reflexos motors: elasticitat, simetria
- Posició de redreçament
- Suport
- Coordinació ull-mà, ull/peu
- Integració bilateral
- Creuament línia mitjana
- Motricitat fina
- Motricitat gruixuda
- Coordinació oculomotriu
- Patrons de la marxa

ASPECTES QUE CAL VALORAR DES DE LA TERÀPIA OCUPACIONAL

DESTRESES SENSORIALS

TRASTORN DEL PROCESSAMENT SENSORIAL			
MODULACIÓ SENSORIAL	DISCRIMINACIÓ	MOTOR AMB BASE SENSORIAL	
1. Hipereactiu 2. Hiporeactiu 3. Cercador de sensacions Dificultat en la regulació de les respostes a certs estímuls sensorials. Li molesten els sons, rebutja textures, li molesta la roba, dificultats per a neteja personal, rebutja jocs de parc, rebutja contacte físic, molest quan es taca. Es posa objectes a la boca, tolerància alta al dolor, no s'adona que està tacat, trenca llapis, no es mareja amb les voltes. No s'adona del perill, prefereix jocs motors, gran velocitat en gronxar-se, sembla impulsiu i desorganitzat.	Dificultat per a reconèixer i interpretar diferències o similituds en les qualitats dels estímuls sensorials. Li costa identificar objectes pel tacte, no sap on l'han tocat, ús inadequat del llapis, quan el criden no sap exactament des d'on, etc.	Posturoocular Dificultat per a controlar la postura o la qualitat dels moviments, com a resultat d'un baix to, inestabilitat articular i inadequada funcionalitat de la visió. Cau de la cadira, moviments no fluids, sembla rígid o tou, posició de caminar o córrer a la gatzoneta, dificultats d'equilibri, etc.	Dispràxia Dificultat per a planificar, seqüenciar i executar moviments en activitats noves. Dificultat per a aprendre activitats noves, desorganitzat, poca motivació en jocs motors, caigudes, etc.

A més de tindre en compte els aspectes cognitius, conductuals i de l'entorn que pugen estar limitant la realització de l'activitat.

TEA. Trastorn de l'Espectre de l'Autisme

Una **GUIA** per a
la **COMUNITAT EDUCATIVA**

AUTONOMIA

Àrees	Problemes associats	Mètodes de treball	Estratègies/suports
Vestit	- Dificultats de planejament motor. - Problemes de lateralitat. - Coordinació oculomanejament. - Dificultats d'equilibri: bipodal i monopodal. - Problemes de motricitat fina. - Trastorns de modulació sensorial.	- Modelatge. - Encadenament cap a enrere - Modelatge i imitació. - Reforç positiu. - Suport visual. - Suport verbal. - Autoinstruccions.	- Seqüenciació amb pictogrames. - Diferenciació visual esquerra-dreta. - Engrosadores en les cremalleres - Barres de suport per a dificultats en l'equilibri. - Adaptacions en peces de vestir: botó click, veta adhesiva, etc. - Eliminar etiquetes i seleccionar teixits acceptats per l'alumnat.
Alimentació	1. Problemes posturals: - To muscular baix. - Problemes de coordinació en moviments de la mandíbula. - Agafa els utensilis amb massa o poca força. - Li cauen els aliments i begudes amb freqüència. - Dificultats per a imitar moviments orofacials. 2. Dificultats en el sistema tàctil: - Hiporesponsivitat: sota registre i problemes de discriminació: ▪ S'ompli massa la boca. ▪ Menja purés. ▪ Presència de baveig. ▪ Ennuegaments per deglutir abans de mastegar. ▪ No s'adona que està tacat. ▪ Cerca de sabors forts. ▪ Es posa objectes no comestibles a la boca.	- Embenatge neuromuscular. - Modificació de postura. - Massatge. - Estimulació oral. - Presentació de l'aliment. - Gestió del temps. - Anticipació visual o verbal. - Autoinstruccions. - Reforç positiu.	- Col·locació d'embenatge neuromuscular en estructures orofacials relacionades amb deglució i masticació. - Mobiliari adaptat. - Adaptació de coberts. - Col·locació d'embenatge neuromuscular per a modificar la postura. - Col·locació de "coixí sensorial" (coixí d'aire). - Col·locació de llastos o jupetí de pes. - Estimulació prèvia amb càrrega propioceptiva o vestibular. - Massatge facial, variant la direcció sobre la base dels objectius que es pretenguin aconseguir. - Contrastos de temperatura. - Massatge de cavitat oral. - Elements de masticació: Chewy Tube. - Elements amb estimulació vibratòria: Z-vibe o raspalls elèctrics.

AUTONOMIA

Àrees	Problemes associats	Mètodes de treball	Estratègies/suports
Alimentació	- Defensivitat oral: Hiposensibilitat: ▪ To muscular disminuït amb dificultats de masticació. ▪ Dificultats per a diferenciar sabors i textures. ▪ Pobra consciència dins de la boca. ▪ Dificultat per a beure amb palleta. ▪ Por a textures desconegudes. Hipersensibilitat: ▪ Aversió a l'estimulació oral. ▪ Rebuig de noves textures i textures mixtes. ▪ Dificultats per a netejar-se les dents. ▪ Rebuig al contacte en la cara. ▪ Presència d'arcades. ▪ No suporta tindre la cara tacada.		- Aproximacions progressives de l'aliment. - Exploració amb diferents sentits. - Realització de xicotetes modificacions en aliments tolerats. - Ús d'elements visuals d'anticipació i finalització de l'exposició de l'aliment: TIMER, rellotge d'arena, de cuina, etc. - Definició del temps d'introducció i masticació de l'aliment. - Mostrar clarament les modificacions en l'alimentació, i anticipar la introducció de nous aliments. - Ús de pictogrames per a anticipació, o dividir l'activitat. - Tècnica del "plat buit". - Oferir un aliment o objecte motivador després d'introduir aliments no tolerats o als quals té aversió.



TEA. Trastorn de l'Espectre de l'Autisme

Una **GUIA** per a
la **COMUNITAT EDUCATIVA**

AUTONOMIA

Àrees	Problemes associats	Mètodes de treball	Estratègies/suports
Neteja personal	- Control d'esfínters - Trastorns de propiocepció. - Sensibilitat tàtil: rebuig del vàter. - Problemes posturals. - Pors. - Relacionats amb trastorns gastrointestinals. - Llavat de mans i cares - Dificultats de planejament motor. - Problemes de lateralitat. - Trastorns sensorials. - Trastorn de coordinació bilateral. - Dificultats en seqüenciació. - Raspallat de dents. - Dificultat en la coordinació òcul-manual. - Problemes de propiocepció. - Sensibilitat oral. - Dificultats del planejament motor. - Trastorns de dissociació o coordinació bilateral. - Problemes de motricitat fina: pinça, subjectació - Raspallat de cabell. - Problemes motors en membres superiors. - Dificultats propioceptives. - Sensibilitat tàtil. - Dificultats en el planejament motor. - Problemes en motricitat fina: dificultat en subjectació. - Trastorns de dissociació.	- Regulació des del model d'Integració Sensorial: millorar la consciència corporal, habituació a estímuls que provoquen aversió, etc. - Activitats de requisits previs de motricitat fina. - Adaptacions en el mobiliari. - Adaptacions d'utensilis. - Modelatge. - Encadenament cap a enrere. - Planificació i anticipació visual. - Autoinstruccions. - Reforç positiu.	- Activitats amb càrrega propioceptiva, vestibular, i tàtil. - Activitats per a agafar, pinça, augmentar força en mans, millorar motricitat fina, etc. - Decoració del bany: que siga un lloc agradable. - Adaptador per a bany. - Usar tamborets tant per al moment d'anar al bany, com per a la neteja personal. - Diferents tipus de raspalls de dents sobre la base de les característiques de cada persona. - Diferents raspalls per al cabell (diferents textures, duresa, mànecs). - Canviar el tipus de pasta de dents. - Ús de pictogrames per a anticipar la rutina. - Objectes motivadors per a finalitzar l'activitat (jogueta, cançó, colònia que li agrada, etc.).

REGULACIÓ

L'autoregulació és: "un sistema complex de respostes que permeten a l'individu analitzar els contextos i el repertori de respostes amb les quals fer front als ambients, amb la finalitat de decidir el que ha de fer, i que permeten avaluar les conseqüències que es desprenen dels seus actes i replantejar-se els seus punts de vista." (Ruiz i Julio, 2013).

Algunes **estratègies** per a implantar dins de l'aula serien:

- **Control d'estímuls:** hem de tindre en compte que l'alumnat amb TEA percep i integra els estímuls sensorials de manera diferent. Pel que seria convenient tindre en compte alguns conceptes amb la finalitat d'aconseguir un adequat nivell d'alerta.

- Intentar tindre llum natural en lloc de llum fluorescent.
- Estar asseguts el més allunyats possibles de la finestra, i fer disminuir la llum que reben.
- Intentar no tindre molta decoració a l'aula i evitar colors vius.
- Estar al més a prop possible del professorat durant les hores lectives, a primera fila, per a evitar la distracció dels estímuls que reben d'altres companys.

- **Mobiliari:** el més important és tindre en compte que el mobiliari s'ajuste a la grandària de l'alumnat, tenint un bon control del seu cos. Sense deixar els peus en l'aire, ni tindre la taula molt alta o baixa. Alguns seients que permetran rebre inputs sensorials són:

- Seient amb coixí sensorial o d'aire.
- Col·locar en el seient *theraband*, per a fer resistència o donar puntades.
- Canviar la cadira per una *fit-ball*, amb suport o bé alguna cosa desinflatada.
- Seients dinàmics, per a poder tindre moviment.
- Seient que permeti tancar-se i fer voltes (seient en forma d'ou).

- **Racó sensorial:** es tracta d'un espai a l'aula, on es rebrà menys estímuls sensorials, perquè en moments d'excitació pugui anar a regular el seu nivell d'alerta. Haurem d'introduir elements que li tranquil·litzen, sobre la base de les característiques de l'alumnat.

- Tindre coixins o alguna manta o objecte amb pes, per a rebre tacte profund.
- Auriculars o música.
- Juguets antiestrès.

■ Contes o quaderns per a dibuixar.

■ Pilotes antiestrès.

■ Suports visuals relacionats amb la regulació emocional.

- **Juguets antiestrès:** perquè la regulació la pugui realitzar en el seu lloc de treball, en lloc d'haver d'anar-se a un altre espai. S'introdueixen elements que permeten la seua regulació, depenent de les característiques de l'alumnat, pot ser manipulativa, visual, oral, etc. Alguns exemples són *spinner*, mossegadors, pilotes antiestrès o elements per a exercir pressió amb les mans, etc.

- **Caixes antiestrès:** es tracta d'una eina on s'introdueixen elements reguladors per a l'alumnat amb TEA, que li proporcionaran aqueixos estímuls relaxants evitant els problemes conductuals, fins i tot d'autolesions, per una desregulació. Han de contindre elements com:

■ Sensorials:

■ Objectes propioceptius, amb gran càrrega de tacte profund, solen produir un efecte relaxant. Alguns exemples serien coixins amb pesos, pilotes per a fer pressió, elements per a estrènyer amb diferents textures, etc.

■ Elements visuals: amb la finalitat de mantindre l'atenció en un altre estimul, evitant mantindre-la en l'element causant de la desregulació. Serien botelles sensorials, pomperos, jocs visuals.

■ Altres elements: cascos, música, mordedores, elements per a colpejar, etc.

■ Elements cognitius: es tracten de materials amb suport visual per a aconseguir una regulació prenent consciència de l'estat.