ACTIVIDADES DE ESTIMULACIÓN MULTISENSORIAL

ESTIMULACIÓN SOMÁTICA

CAJA SOMÁTICA

DESCRIPCIÓN:

La caja somática está compuesta por guantes de diferentes texturas (de lana, piel, goma...), manoplas (de rizo, de lana, etc..), plumeros, esponjas naturales y artificiales, estropajos, cepillos de diferentes texturas, etc.

El niño/a recibe ayuda directa para la localización de cada parte del cuerpo. Se deben hacer más diferenciados los estímulos ofrecidos para alcanzar de esta forma más capacidad de percepción del área somática.

ACTIVIDADES:

- Posicionamos correctamente al niño/a para que esté cómodo/a.
  - ❖ Empezamos a masajear con un objeto suave. Después de un recorrido por la piel se inicia el masaje con un guante de masaje. Durante la estimulación se le va hablando, pero no se le estimula con ninguna cosa más.
  - ❖ Estimulamos con mucho cuidado las manos o los pies con el cepillo e instrumentos puntiagudos, ya que estas partes son las más sensibles. Después se estimula con el material suave la parte media del cuerpo (vientre, pecho). A continuación, se inicia la estimulación con material puntiagudo y alternándola con estimulación suave.
  - ❖ Primero, con materiales muy contrastados (uno en cada mano) y durante poco tiempo, se estimula al niño/a por todo su cuerpo siguiendo el recorrido que parte de los lugares más alejados del cuerpo (distal–proximal). Y se repite la operación, pero utilizando materiales parecidos en la mano. También se pueden dar pequeños golpes.
- Se puede cepillar de forma lenta/suave o rápida/enérgica.
- Se puede ir nombrando las partes del cuerpo que se van trabajando.

ESTIMULACIÓN VIBRATORIA

CEPILLO DE DIENTES ELÉCTRICO/MASAJEADORES CON VIBRACIÓN

DESCRIPCIÓN:

Con ellos podemos realizar masajes por diferentes zonas del cuerpo. Su intensidad y velocidad suelen ser regulables.

ACTIVIDADES:

- Posicionamos correctamente al niño/a para que esté cómodo/a.

❖ Aplicamos el aparato vibrador, utilizando diferentes intensidades y distintas superficies de cabezal. Aplicar principalmente en zonas blandas, espalda, abdomen, palmas de las manos, plantas de los pies…

❖ Aplicar un vibrador en el tórax unos 30 segundos desplazándolo de un brazo al otro, de una pierna a la otra, para acabar en las palmas de las manos y en las plantas de los pies.

❖ Empezamos por las zonas distales como piernas, pies, brazos y manos para pasar progresivamente a zonas proximales como el cuello, la nuca o la cara. Para masajear pequeñas zonas de la cara como labios o mejillas podemos utilizar un cepillo dental vibratorio.

ESTIMULACIÓN VESTIBULAR

COLCHONETA

DESCRIPCIÓN:

Las podemos encontrar en distintos tamaños, grosor y dureza. Suelen ser de gomaespuma de alta densidad, con funda de lona recubierta de PVC.

A través de su utilización el niño/a asociará experiencias visuales, táctiles y propioceptivas con los movimientos del propio cuerpo.

ACTIVIDADES:

- Colocamos al niño/a boca arriba. El adulto le aplicará movimientos de giro sobre el eje corporal. Realizará arrastres de colchoneta sobre el suelo. Balanceos a una distancia de ½ metro del suelo y movimientos de arriba y abajo elevando y bajando la colchoneta. Podemos realizar esta actividad variando la postura; boca abajo, lateral, sentado.
- Trabajamos cuerpo a cuerpo con el niño/a y realizamos distintos movimientos.
- Realizamos desplazamientos laterales hacia adelante y hacia atrás a distintas velocidades, con paradas y contrastes, con el niño/a sobre las piernas del adulto realizar desplazamientos en todas las direcciones (intenciones de caídas, desequilibrios, rotaciones), con movimientos suaves y bruscos.

- Podemos acompañar los movimientos con canciones lentas o rápidas según los movimientos que estemos trabajando.

ESTIMULACIÓN TÁCTIL-HÁPTICA

CAJAS O TAPONES CON DIFERENTES TEXTURAS

DESCRIPCIÓN:

Consta de varios recipientes (cajas o tapones) dentro de los cuales se depositan diferentes materiales tales como flores, azúcar, pasta, legumbres, poliespán, etc., también de agua fría o agua caliente.

ACTIVIDADES:

- El niño/a debe de estar sentado/a en una posición cómoda que facilite el movimiento.

  - ❖ Sensibilización y desensibilización de la palma de la mano. Esta actividad es adecuada para mantener la palma de la mano más allá de la actividad de estimulación, para mantener una lenta apertura de la mano.
  - ❖ Abrir con cuidado la mano del niño/a, acariciando el dorso de la mano hasta la muñeca. La flexión y extensión de los dedos puede ayudar a la apertura de las manos. La palma de la mano ha de estar vuelta hacia arriba para poder depositar en ella todo tipo de materiales, empezando primero por los materiales agradables al tacto. Después de la fase de adaptación, ofrecer diferencias de temperatura pasando alternativamente sobre dedos y manos materiales fríos y calientes, para pasar por último a los objetos cotidianos.
  - ❖ Introducimos bien el pie desnudo o la mano del niño/a en ellos. El niño/a realizará la exploración del material apartando, soltando, cogiendo, metiendo….
  - ❖ Rociado: toma de contacto con los diferentes materiales, dejándolos caer lentamente por manos- brazos, pie- piernas.
  - ❖ Frotamos con diferentes materiales partes del cuerpo (manos- pies) presionando sobre ellas.

- La sensibilización y desensibilización de la palma de la mano es una actividad altamente recomendada para iniciar las sesiones de estimulación táctil.

- Es interesante jugar con los tamaños, peso y texturas de los materiales, así como la abertura progresivamente más pequeña de los recipientes.
- En un principio dejaremos los recipientes próximos a las manos o los pies del niño/a para observar las reacciones de intencionalidad en los movimientos activos intencionados a tocar el material.

ESTIMULACIÓN VISUAL

JUGUETES LUMINOSOS

DESCRIPCIÓN:

Se trata de juguetes que se iluminan cuando se mueven o al accionarlos y que pueden incluir efectos sonoros o musicales.

ACTIVIDADES:

- Colocamos al niño/a correctamente posicionado/a, preferiblemente sentado/a. La sala debe estar completamente oscura.
  - ❖ Fijación visual/ seguimiento del objeto. Situamos el juguete frente al niño/a en la distancia óptima en la que el niño/a emita una respuesta de fijación visual evitando el contacto de sus manos en el juguete. Una vez que fije la mirada realizaremos barridos de izquierda a derecha y viceversa. Después barridos verticales de arriba a abajo, oblicuos y circulares. Volveremos a la actividad inicial (fijación) cuando pierda el seguimiento visual.
  - ❖ Coordinación viso-motora. Situamos el objeto dentro de su campo visual en distintas posiciones espaciales de forma que pueda alcanzarlo. Anudamos un cordel al juguete y realizamos movimientos pendulares rítmicos aumentando la velocidad y la distancia entre el juguete y el niño/a.
  - ❖ Relación causa-efecto. Le ofrecemos el juguete, proporcionándole la ayuda manipulativa necesaria para accionar el objeto, bien presionando o simplemente moviéndolo.
- Poner al ni niño/a tumbado/a en diferentes posiciones (de lado, boca arriba, boca abajo) o en posición de cuadrupedia.
  - ❖ Desplazamiento. Situamos el objeto en un primer momento cerca pero que no llegue a alcanzarlo con sus manos, de tal manera que se tenga que mover, girar o desplazar para ello. Accionamos el juguete.

ESTIMULACIÓN AUDITIVA

INSTRUMENTOS MUSICALES

DESCRIPCIÓN:

Se trata de instrumentos musicales que pueden ser de percusión, viento o cuerda, aunque los de percusión son los más sencillos de ejecutar, así como más amplia las posibilidades de adaptación. Se suelen adquirir en tiendas especializadas, aunque algunos los podemos fabricar en casa.

ACTIVIDADES:

- Sentaremos al niño/a correctamente en posición cómoda.

  - Contrastes. Jugaremos con los diferentes contrastes entre los distintos parámetros, tales como intensidad, altura, duración y localización. Podemos variar la iluminación de la sala a medida que van cambiando esos parámetros.
  - Reacción y localización auditiva. Colocaremos el estímulo auditivo en un oído, luego en el otro y finalmente en la línea media. La intensidad del sonido debe de ser con el mismo ritmo.
  - Identificación auditiva. Le taparemos los ojos bien con un pañuelo o antifaz. Tocaremos un instrumento durante veinte segundos. El niño/a deberá identificar cuál es el instrumento que ha sonado entre dos o más que le enseñemos y lo comprobaremos.
  - Seguimiento auditivo- visual. Empezamos a movernos por toda la sala a la vez que tocamos un instrumento determinado. Repetimos la actividad con varios instrumentos.
  - Actividad propia. Ayudamos al niño/a a manipular los diferentes instrumentos, de tal manera que el niño/a perciba su propio movimiento, así puede ir aprendiendo la relación que existe entre el movimiento, el contacto y el sonido. Iremos eliminando la ayuda gradualmente.

ESTIMULACIÓN OLFATIVA

BOTELLAS CON OLORES

DESCRIPCIÓN:

Introducimos dentro de ellas aceites esenciales diluidos en agua, infusiones, perfumes… A través de ellas proporcionaremos a los niños/as experiencias olfativas nuevas e intensas.

ACTIVIDADES:

- Intentaremos crear un ambiente tranquilo, colocando en posición cómoda al niño/a de forma que le facilite la respiración.
  - ❖ Contrastes. Le ofrecemos las botellitas de esencias de forma alterna y contrastada (agradable- desagradable, mayor o menor intensidad de olor, etc.). Hacemos una pausa de 10 segundos después de cada estímulo presentado.
  - ❖ Rociado con infusiones. Previamente habremos macerado hierbas y raíces que tengan olores bastante contrastados y preparado las infusiones. Llevamos a cabo rociados en las manos con ayuda de cubos o simplemente pasamos las infusiones de un recipiente a otro, cerca del niño/a para percibir los olores que desprenden.
- Debemos asegurarnos que los materiales y sustancias que empleamos no contienen elementos tóxicos.

ESTIMULACIÓN GUSTATIVA

CAJA DE SABORES

DESCRIPCIÓN:

Estimularemos la boca y el sentido del gusto, además del olfato, utilizando diferentes alimentos y bebidas tales como: yogur, frutas, galletas, pan, zumos, infusiones, chocolate, gusanitos, caramelos, hielo, gelatinas, etc.

Utilizaremos cuentagotas, cucharas de distintos tamaños, depresores, esponjitas, etc.

La finalidad de esta actividad es estimular las funciones de succión y masticación, al mismo tiempo trabajar la tolerancia a diferentes sabores, texturas y temperaturas.

ACTIVIDADES:

- Situaremos al niño/a de una manera relajada y cómoda de manera que con una mano se pueda sostener la cabeza y la nuca del niño/a.
  - ❖ Exposición a sabores dulces, ácidos, salados, amargos.
  - ❖ Exposición a variedad de sabores.
  - ❖ Degustación de diferentes texturas.
  - ❖ Degustación de frutas.
  - ❖ Degustación de dulces.
  - ❖ Degustación de distintos refrescos.
  - ❖ Degustación de líquidos: fríos- calientes.
  - ❖ Facilitación de mordedores de diferentes rugosidad y dureza para que los muerda.
- Empezaremos suministrándole pequeñas cantidades de alimentos ayudándonos de un cuentagotas en el caso de los líquidos y de un depresor en el caso de los sólidos, para ir aumentándolas progresivamente en sucesivos intentos en función de su evolución.
- Comenzaremos estimulando la parte media- posterior y posteriormente en la parte posterior,

para finalizar en la parte anterior de la lengua.

- En la degustación de líquidos podemos empapar los labios haciendo presión sobre ellos y las mandíbulas inferior y superior con esponjitas previamente impregnadas con sabores agradables, de tal manera que se trabaje además el movimiento voluntario.

*(Si algún material de los citados anteriormente no lo tenemos en nuestra casa se puede cambiar por otro con características similares y adaptar la actividad).

*FUENTE: http://uvadoc.uva.es/handle/10324/2686