



Integración Sensorial

Daniela Fernández Ocaraza

Terapeuta Ocupacional
Especialidad en Integración Sensorial
Docente Clínico, Universidad Austral de Chile.

Es muy comentado en los medios de comunicación que es importante favorecer un estilo de vida saludable para el adecuado desarrollo de nuestros hijos. Si bien siempre hay que tener en cuenta que la vida al aire libre y el ejercicio son pilares fundamentales del crecimiento, no debemos olvidar que todos los niños (y en especial aquéllos con algún trastorno del desarrollo) tienen necesidades particulares que los padres deben aprender a conocer para ayudarlos a explorar el medio sintiéndose seguros.

La Teoría de Integración Sensorial plantea que nuestros sentidos deben estar alerta y “sintonizados” con el ambiente para poder ser efectivos en las actividades que nos proponemos. Si por alguna razón los sensores del cuerpo interpretan la información fuera de sintonía, el niño percibirá algunos estímulos como nocivos o por el contrario, irrelevantes. Por eso frente a un mismo estímulo pueden haber diversas respuestas en los niños, veamos como ejemplo el sentido del Tacto (que incluye toda la piel, dentro de la boca, lengua, mejillas y paladar): andar descalzo en la arena puede ser placentero, molesto o indiferente. Lavarse los dientes puede ser parte de la rutina, o generar mucha ansiedad. Las reacciones pueden ser diversas y es recomendable observar las conductas del niño frente a las siguientes situaciones:

- *Ser besado en la cara o ser tocado sorpresivamente reacciona emocionalmente, se limpia la zona tocada, no parece notarlo*
- *Comer alimentos con texturas nuevas (puré con grumos, jugo con pulpa, verduras cocidas, sopas, legumbres) hace arcadas, devuelve o rechaza la comida, no parece discriminar nada de lo que come, por ejemplo puede comer algo no comestible y tragarlo.*
- *Ensuciarse las manos aunque sea en un juego (arena, pegamento, masas, greda) rechaza las actividades en que tiene que ensuciarse, hay que estar diciéndole que se lave, ya que parece no importarle andar sucio, cortarse la uñas, lavarse la cara, lavarse el pelo. Rechaza las actividades de higiene de éste tipo.*

- *No le es un inconveniente andar descalzo en superficies que no son cotidianas, no le gusta sacarse los zapatos fuera de sus espacios conocidos Puede ponerse los zapatos con los pies llenos de arena y no le molesta tolerar el dolor.*
- *Es excesivo para reaccionar frente a pequeños golpes suele golpearse y ni siquiera llora, llevarse objetos a la boca frecuentemente (después de los dos años) suele evitar llevarse cosas a la boca, mastica los lápices y gomas y sus juguetes están mordidos.*

Estas reacciones también son diversas frente a otros estímulos que captan los sentidos como el movimiento, los cambios de posición de la cabeza, los sonidos (que pueden ser canciones, voces, ruidos de electrodomésticos), imágenes, sabores y olores. Muchos de ellos requieren tratamiento especializado, sin embargo lo más importante es lo que los padres pueden hacer:

- *Invita al niño a jugar en diferentes contextos y entrégale un repertorio amplio de experiencias sensoriales. Esto lo acerca al mundo y le permite explorarlo con propósito, enriqueciendo la representación que tiene de él y por lo tanto su pensamiento.*
- *Juega con él usando manos y pies con diferentes materiales y texturas (harina, pegamento, pintura de dedos mezclada con arena, semillas, ¡sé creativo!)*
- *Invítalo a trepar, arrastrarse, colgarse, tirar y empujar, gatear y saltar en diferentes lugares.*
- *Preséntale diversas posibilidades ricas y sanas a la hora de comer, jugando con las calidades de las texturas (molido, picado, rallado, entero)*
- *Muéstrale el mundo a través de todos los sentidos, adivinen objetos sin mirarlos por el olor, por la forma, por el ruido que hacen.*

¡¡¡¡Lo más importante es que se diviertan y que no lo obligues a hacer cosas que no le agradan!!!!

Este texto fue escrito para el beneficio de la Agrupación de Padres Disfasia Valdivia y todos sus integrantes, amigos, y personas interesadas en esta condición.
Se le agradece a la profesional Daniela Fernández Ocaraza por esta colaboración y su constante apoyo a nuestra agrupación.