Acerca de los autores

INFANCIAS VI

PAUTAS DE INTERVENCIÓN CLÍNICA PARA EL NEURODESARROLLO

Coordinadores:
Ivonne Ramírez
Sagrario Pérez De la Cruz

Auspiciadores:
Consejo Editorial USFX
Universidad Mayor Real Pontificia de San Francisco Xavier de Chuquisaca
Universidad de Almería - España

Contactos:
ramirez.ivonne@usfx.bo

Ilustración tapa:
Silvia Grisel Gutiérrez Alfaro
Nicole Escobar Zambrana

Diseño Gráfico:
Juan Humberto Pinaya

Imprenta:
ARMICO

Es propiedad del autor:
Todos los derechos reservados en esta edición
Consejo Editorial USFX
Sucre - Bolivia

Registro de la Propiedad Intelectual
ISBN: 978-9917-0-2694-5

PAUTAS DE INTERVENCIÓN CLÍNICA PARA EL NEURODESARROLLO

Autores
- Dra. Ivonne Ramírez
- Dra. Sagrario Pérez De la Cruz
- Lic. Maria Fernanda López
- Lic. Silvia Grisel Gutiérrez Alfaro
- Lic. Rosi Maribel Moscoso Alviri
- Lic. Carmen Rosa Barrios Flores

Coautores
- Lic. Nicole Escobar Zambrana
- Lic. Yesica Silvana Chilaca Reaño
- Yasmina Belén Chinao Yucra
- Ana Belen Llave Peña
- Anahi Belén Alfaro Inca
- Micaela Belen Marin Santos
- Magdalena Mamani Mollo
- Brigitte Sara Plaza Cocha
- Neidy Rocabado Vasquez
- Magaly Rodriguez Yupanqui

Colaboradores
- Liseth Ericka Cayo Beniz
- Paola Andrea Calizaya Lopez

"Me estremeció la mujer que empinaba a sus hijos, hacia la estrella de aquella otra Madre mayor y como los recogía del polvo teñidos para enterrarlos debajo de su corazón ...
Me estremecieron mujeres, que la historia anotó entre laureles y otras desconocidas, gigantes que no hay libro que las aguante..."

-Silvio Rodriguez-

Agradecimientos a los NIÑOS, a las madres, padres y a las familias porque con su confianza, tenacidad y amor, todo es posible...

INTRODUCCIÓN

Los niños y adolescentes con trastornos del neurodesarrollo constituyen uno de los grupos más marginados y excluidos de la sociedad, cuyos derechos a la atención en salud presentan muchos desafíos.

En esta ocasión presentamos una producción que es el resultado de varios años de investigación y estudio transdisciplinario del abordaje de las condiciones atípicas del neurodesarrollo. El objetivo de este manual es contribuir a mejorar el manejo de los trastornos del neurodesarrollo, buscando un desarrollo funcional y adaptativo al entorno a partir del modelo social de la diversidad o la discapacidad.

En el contenido del manual se desarrollan las dimensiones del sistema motor, la cavidad orofacial, la integración sensorial y el desarrollo psicomotriz en el periodo de 0 a 12 años, considerando además el precautelar la salud mental de la madre-familia.

Los 6 programas que lo componen se desarrollan en forma integral en todos aquellos casos que los niños así o requieran.

▪ PROGRAMA DESARROLLO MOTRIZ

Se orienta a la atención temprana y oportuna en las dificultades del desarrollo motriz, donde las alteraciones de coordinación central, impiden la capacidad de regular el tono, coordinar movimientos, el control postural y otras funciones del sistema motriz. El método de la Terapia Vojta interviene en la coordinación central, el desarrollo atípico, alteraciones motoras o lesiones cerebrales, parálisis cerebral, prematuridad, síndromes hipotónicos y disfunciones del sistema neurovegetativo con el objetivo de activar las áreas motoras cerebrales, que regulan el equilibrio y los movimientos voluntarios, mejorando la capacidad de "reorganización" del cerebro y de la recuperación funcional de todo el sistema corporal en sus funciones logrando el máximo potencial de desarrollo posible.

▪ PROGRAMA DESARROLLO OROFACIAL

La terapia para la cavidad orofacial se aplica con objetivo de prevenir, evaluar, diagnosticar y rehabilitar las alteraciones del sistema oral y facial mediante la estimulación de las funciones de los músculos de la masticación, expresión facial, faringe, cuello y velo del paladar responsables del habla, la comunicación y el lenguaje.

La intervención está basada en el concepto Castillo Morales, orientada a tratar alteraciones sensomotriz y orofaciales para el control de la salivación, succión masticación, deglución, habla y comunicación mediante la estimulación de la cavidad oro-

facial a través de la aplicación de diferentes recursos. Una segunda metodología es la terapia de Beckman que se realiza con el fin de estimular y cuantificar la respuesta al rango, fuerza y control del movimiento de la cavidad orofacial.

▪ PROGRAMA DESARROLLO DE INTEGRACIÓN SENSORIAL

Se orienta a modular el sistema sensorial, su objetivo es evaluar, tratar o rehabilitar las alteraciones de los patrones del procesamiento sensorial en el contexto de la vida cotidiana, mediante la aplicación de ejercicios combinados con el juego, buscando modular e integrar funcionalmente los sistemas visual, auditivo, vestibular (equilibrio) y propioceptivo (conciencia del cuerpo en el espacio) que le permitan comprender la información sensorial proveniente de su propio cuerpo y su entorno, organizarla y responder adaptativamente al entorno.

▪ PROGRAMA DE PSICOMOTRICIDAD

Busca favorecer el dominio del propio cuerpo, la relación, comunicación con uno mismo y con los demás, procura estimular al máximo la motricidad, el tono, la coordinación, lateralidad, esquema corporal, la orientación espacial , temporal, y las funciones visoespaciales y cognitivas a través del movimiento y el juego.

▪ PROGRAMA DE RELAJACIÓN

Basado en la técnica progresiva de Jacobson, en este programa se coadyuva al control de los signos y síntomas psicofisiológicos, buscando reducir los niveles de tensión muscular, dolores músculo esqueléticos, hiperventilación, taquicardia y otros signos neurovegetativos en madres y adolescentes que atraviesan situaciones de estrés y la ansiedad.

▪ PROGRAMA DE PSICOLOGÍA

El objetivo de este programa es contribuir y mejorar la salud mental de las madres que en las etapas de la elaboración del duelo atraviesan procesos de depresión que son abordados mediante la terapia cognitiva conductual y la terapia narrativa. Asimismo se dotan de recursos para el manejo conductual.

PRESENTACIÓN

Dra. Ivonne Ramírez Ph.D.

Usted tiene en sus manos el resultado de aciertos y desaciertos, validaciones y falsaciones de metodologías, técnicas e instrumentos frutos de nuestras prácticas y estudios como profesionales en neurokinesiología, neuropsicología, educación y otras disciplinas cuyo tema de estudio son las infancias. Asimismo documenta nuestra experiencia clínica y de investigación a partir de los proyectos de cooperación nacional e internacional como fueron el proyecto de atención al trastorno de espectro autista con la participación de la Universidad de Salamanca e infancias sin fronteras , España en 2012, el proyecto de atención al riesgo psiconeurosensorial con la Universidad de Almería, España y la Agencia Andaluza de Cooperación para el Desarrollo y el proyecto de salud mental para las madres de niños con discapacidad con apoyo de la Universidad del Valle en Bolivia, entre los más relevantes.

Las pautas de intervención clínica para el neurodesarrollo, son eso, propuestas validadas por nosotros para que profesionales y cuidadores apliquen metodologías de detección precoz y orientaciones clínicas, educativas para la atención de los trastornos del neurodesarrollo como el espectro autista, déficit de atención e hiperactividad, alteraciones de la motricidad, la cognición, el lenguaje, la comunicación y los problemas de conducta desde un enfoque psicomotriz, neuropsicológico, cognitivo conductual y de autores como Vojta, Bobath, Beckman, Castillo Morales, Ayres, Dunn, entre otros, que incorporan el cuerpo teórico de conocimientos de las neurociencias, la psicomotricidad, las teorías del neurodesarrollo, la neuropsicología y las terapias cognitivo comportamentales como un intento de englobar la ciencia y la sapiencia necesarias para el diálogo integral y transdisciplinario.

Las infancias con desarrollo atípico merecen nuestra constante atención porque el camino implica un proceso de largos andares a través de rutas inusitadas e inciertas que para los profesionales nos desafían a seguir aprendiendo con el aprendiz.

Nuestro agradecimiento a la profesora Sagrario Pérez de la Cruz de la Universidad de Almería, por su apoyo constante y a nuestros estudiantes, que con sus hombros de gigantes llevan la amalgama de la voluntad y el conocimiento, materiales indispensables para seguir sembrando y florecer con cada logro que alcanzan. Gracias a los cuidadores, a aquellas madres y padres de niños con diversidad o discapacidad que con sus trayectorias, sus voces y miradas nos han hecho también ser lo que somos…

Sólo queda andar y seguir andando para recrear las buenas prácticas …

PRÓLOGO

Dra. Sagrario Pérez de la Cruz

Lo primero de todo es dar las gracias a la Dra. Ivonne Ramírez por la oportunidad de participar en este manual, y a todos aquellos que han hecho posible que salga a la luz: compañeros, alumnos, nuestros niños y sus familias, motivo principal y único para la elaboración de esta obra.

Durante estos años se ha desarrollado un proyecto de detección y atención temprana en niños del Departamento de Chuquisaca, culminándose en varias obras escritas (libros, manuales, artículos científicos, etc.), pero lo realmente importante ha sido la labor asistencial y docente que ha aportado este trabajo, primero con los propios pacientes, que han acudido a las sesiones (gracias a la aceptación y colaboración de los padres, que han confiado en el buen hacer de los profesionales), a las familias, que con su tesón y participación han conseguido que esta labor repercuta en sus hijos, y por ende, también a su entorno más cercano, permitiendo abrir a la sociedad la visión de un niño con discapacidad, valor incalculable de cariño, paciencia, y superación. Y, por último, a los profesionales (y futuros profesionales, reflejados en los alumnos de últimos cursos de las distintas titulaciones implicadas en esta labor), que han podido percibir, de primera mano, qué requisitos humanos y profesionales deben desarrollar para poder alcanzar la excelencia en su trabajo. A todos ellos: GRACIAS.

Revisando la obra que caerá en sus manos, es una alegría poder ver cómo se ha recogido en este completo manual las bases fundamentales de nuestro trabajo con nuestros niños, abarcando el ámbito motor, sensorial, de la alimentación, así como un capítulo importante (o varios) para los padres de familia que reclamaban cómo poder ayudar a sus hijos, y colaborar en la labor asistencial de los profesionales, dando continuidad a su labor en la casa y en su entorno más cercano.

Considero esta obra necesaria, además de ser de fácil comprensión y acceso, muy ilustrativa y sencilla, objetivo logrado como guía práctica que es. Esperemos que los niños, padres, profesionales, familia, y en general toda la sociedad, tome en cuenta las necesidades y peculiaridades de nuestros niños, que reclaman para sí una atención que todos sabemos que son merecedores de ella: SON GRANDES.

Instituto de Investigaciones en Neurodesarrollo USFX

El Instituto de Investigaciones en Neurodesarrollo, está ubicado en el departamento de Chuquisaca, ciudad Sucre, dependiente de la Carrera de Kinesiología y Fisioterapia de la Facultad de Ciencias y Tecnología de la Salud, Universidad de San Francisco Xavier de Chuquisaca, se crea en 2014 a partir de las asignaturas de neurodesarrollo, psicología y métodos y proyectos de investigación.

Inició sus actividades como proyecto en 2014 y se desarrolló a partir de la cooperación internacional de las Universidades de Salamanca y Almería, España ampliando su campo de investigación del área motriz hacia otras áreas del desarrollo global infantil. Posteriormente se extendió la intervención a la atención del trastorno del espectro autista y el procesamiento sensorial.

La misión como Instituto de Neurodesarrollo es incrementar competencias profesionales y de investigación dirigidas a producir conocimientos para la detección, atención y rehabilitación de niños menores de 12 años con alteraciones del Neurodesarrollo. El objetivo es validar metodologías de detección y tratamiento clínico para la atención de los trastornos del neurodesarrollo como el espectro autista, déficit de atención e hiperactividad, trastornos de la motricidad, la cognición, el habla, lenguaje, la comunicación, los problemas de conducta, trastornos del desarrollo del lenguaje, trastornos de procesamiento sensorial y otros.

Actualmente, aporta con el conocimiento a profesionales y cuidadores para el manejo de las alteraciones del neurodesarrollo de la motricidad , la cavidad orofacial y la integración sensorial mediante los conceptos de las neurociencias, la neuropsicología, Vojta, Bobath, Beckamn, Castillo Morales, Ayres, Dunn, la terapia de relajación, la terapia conductual, la terapia contextual entre otros.

Índice

ÁREA DE DESARROLLO MOTRIZ 19
Hitos del desarrollo en el primer año de vida 20
Signos de alerta del desarrollo 24
Primer trimestre - Cuarto trimestre ..... 24 - 27
Terapia vojta 28
Fases de la terapia vojta 29
1ra fase: 29
2da fase: 29
3ra fase: 29
Contraindicaciones 33
Posturas inhibitorias reflejas (pir) 34
Posturas para el manejo del niño 38
Estimulación 42
Prácticas culturales de crianza infantil 46
Umapaño 46
Chumpi - fajado 46
Aguayo 48
Handling (manejo del niño en el hogar) 52
Vestido 52
Cambiado del pañal 53
Alimentación 55
Contacto visual y balanceo 56
Contacto mano-mano 57
Contacto mano-pie 58
Instrumento de vigilancia del desarrollo infantil temprano de 0 a 72 meses 59
Videos 66

ÁREA DE REGULACIÓN OROFACIAL 69
Malos hábitos orales 70
Síndromes y alteraciones 71
Método Castillo Morales 72
Aplicación del método 73
Fase 1 - calma motora 73
Fase 2 - activación 74
Preparación 75
Modelaje 79
Fase 3 - reeducación 83
Técnica de Beckman 84
Aplicación del método 85
Fase 1 - extraoral 85
Fase 2 - intraoral 88
Fase 3 - intraoral con material físico 91
Ejercicios orofaciales 92
Ficha de evaluación de la cavidad orofacial 96
Videos 99

INTEGRACIÓN SENSORIAL 103
Sistemas 103
Sistema táctil 104
Signos de alerta 104
Actividades en casa 104
Sistema vestibular 108
Signos de alerta 108
Actividades en casa 108
Sistema propioceptivo 112
Signos de alerta 112
Actividades en casa 112
Sistema visual 116
Signos de alerta 116
Actividades en casa 116
Sistema auditivo 120
Signos de alerta 120

Actividades en casa 120
Sistema gustativo 124
Signos de alerta 124
Actividades en casa 124
Perfil sensorial 127
Videos 128

PSICOMOTRICIDAD 135
Tipos de motricidad 136
Evolución de la motricidad gruesa de 0 a 6 años 137
Primera etapa 137
Segunda etapa 139
Evolución de la motricidad fina 140
Tipos de agarre de la mano 141
Dimensiones de la psicomotricidad 142
Fases de la sesión de psicomotricidad 148
Ritual de inicio 148
Fase motora 148
Fase psicológica 149
Ritual de salida 149
Sesión psicomotriz 150
Sesión 1 - Sesión 10 ..... 150 - 160
Batería psicomotora 161
Videos 163

ÁREA DE RELAJACIÓN 167
Relajación progresiva de Jacobson 167
Respiración 169
Elongaciones 170
Pausas activas en el trabajo 172
Relajación infantil técnica Koeppen 174
Ejercicios 174
Técnica de Alexander 177
Ejercicios 177
Test de evaluación en relajación y respiración Keiraku 178

PAUTAS COGNITIVO CONDUCTUALES PARA MADRES Y PADRES 183
Sesión N° 1. 183
Bienestar psicológico 183
Sesión N° 2. 185
Estrés 185
Sesión n° 3 189
Ansiedad 189
Sesión n° 4 193
Depresión 193
Sesión n° 5 195
Duelo o la pérdida 195
Sesión n° 6 200
Pensamientos saludables y pensamientos dañinos 200
Sesión n° 7 202
Autocontrol 202
Sesión n° 8 204
Evitación de recaídas: 204
Sesión 9 207
Emociones 207
Sesión 10 210
La tristeza y cómo combatirla 210
Sesión n° 11 213
Trabajando intereses y placeres 213
Sesión n° 12 216
¿Cómo generar emociones placenteras? 216
Sesión n° 13 218
Conductas que nos hacen bien 218
Sesión n° 14 220
Resiliencia y cómo sobreponerse 220
Sesión 15 222

Enfrentando el trauma 222
Instrumentos de salud mental de la madre o el padre..... 225
Estrés del cuidador..... 226
Depresión 227

PAUTAS EN EL ABORDAJE DE PROBLEMAS EN LA CONDUCTA INFANTIL..... 231
Introducción 231
Supervisar y elogiar para mejorar..... 231
La relación entre padres e hijos 231
Ignorar las conductas perturbadoras poco importantes 232
Mejorar la comunicación familiar 232
Manejar el estrés y entrenar el autocontrol..... 233
Establecer límites 233
Aplicar consecuencias lógicas 234
Aplicar tiempo fuera 235
Enseñar a los hijos a resolver problemas.. 236

GUIA PARA DETECCIÓN ESCOLAR DE LOS TRANSTORNOS DE NEURODESARROLLO..... 239
Rasgos de trastorno del espectro autista (TEA) trastorno generalizado del desarrollo (TDG) 239
Señales de alerta de 0 a 24 meses entre uno a dos años..... 239
Señales de alerta a partir de los 3 años 239
Señales de alerta a partir de los 5-6 años..240
Instrumentos para la evaluación de problemas de conducta..... 241
Ficha de evaluación M-CHAT revisado.... 241
Instrumentos de conducta de niños CBCL (2 a 3 años)..... 241
Instrumentos de conducta de niños CBCL (4 a 16 años) 242
Funciones comunicativas 242
Trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH)..... 244
Recomendación para afrontar el diagnóstico 244
Pautas para afrontar la noticia 244
Consecuencias de no recibir una intervención 244
Estrategias de apoyo (TEA - TDAH)..... 245
Pautas de apoyo en la escuela 245
Ficha de evaluación..... 246
Guía de detección escolar en neurodesarrollo 4 a 6 años..... 247
Guía de detección escolar en neurodesarrollo 6 a 12 años..... 248
Formulario de detección en las dificultades del aprendizaje..... 249

Área
MOTRIZ

ÁREA DE DESARROLLO MOTRIZ

La alteración del desarrollo y el control motor es la afección provocada en la corteza frontal, sistema piramidal y extrapiramidal, las cuales impiden la capacidad de realización de los movimientos coordinados, afectando primordialmente las competencias sensoriomotrices del niño.

Las alteraciones del desarrollo motor limitan las habilidades psicomotrices del niño, pueden deberse a diferentes causas:

PRENATAL

- Hemorragia cerebral antes del nacimiento.
- Infección por virus durante el embarazo.
- Ingestión de drogas o tóxicos durante el embarazo.
- Falta de oxigenación cerebral ocasionada por problemas en el cordón umbilical o placenta.
- Exposición a radiación durante el embarazo.
- Desnutrición materna.
- Amenaza de aborto.

PERINATAL

- Niños prematuros.
- Falta de oxigenación en el cerebro durante el nacimiento.
- Parto prolongado o difícil.
- Inhalación de líquido en las vías respiratorias.
- Partos múltiples (gemelos, trillizos).

POSNATAL

- Traumatismo craneoencefálico.
- Infección del sistema nervioso.
- Fiebre alta con convulsiones.
- Intoxicación.
- Epilepsia (convulsiones).
- Lesión del sistema nervioso por falta de oxígeno.

HITOS DEL DESARROLLO EN EL PRIMER AÑO DE VIDA

0-3 MESES

Mantiene el puño cerrado.

Cordinación mano - mano.

En decúbito dorsal, juega con las manos a la vez que flexiona sus piernas.

En decúbito dorsal, logra la triple flexión en miembros inferiores.

Los pies llegan a la línea media.

Eleva la cabeza para la orientación ocular.

En decúbito ventral, logra una ligera extensión, rotación externa y abducción de miembros inferiores.

Flexión de hombro de 90°.

El peso se traslada hacia caudal en decúbito ventral y en dirección cefálico en decúbito dorsal.

Sigue la línea media.

3-6 MESES

Se estira y alcanza objetos con la mano.
Gira de decúbito ventral a dorsal y viceversa.
Alcanza objetos.
Se divierte jugando con manos y pies.
Coordinación ojo, pie, mano, boca.
Comienza a sentarse sin apoyo y mecerse.
Explora con las manos y boca.

6 - 9 MESES

Pasa objetos de una mano a otra.

Capacidad de sacudir objetos sin tirarlos.

Intenta sentarse solo, sin ayuda.

Inicio del gateo coordinando.

Se impulsa hacia arriba para llegar a la bipedestación apoyándose en muebles.

Logra la sedestación lateral con las manos extendidas.

Utiliza dedos de la mano incluyendo el pulgar.

9 - 12 MESES

Afina sus movimientos de pinza.
Bipedestación libre con aumento de la base de sustentación.
Pasa de parado a sentado sin caerse.
Intenta subir las escaleras gateando.
Camina sosteniéndose de los muebles.
Perfecciona el gateo.
Manipula objetos con una mano en bipedestación.
Comienza con sus primeros garabatos.

SIGNOS DE ALERTA DEL DESARROLLO

PRIMER TRIMESTRE

No muestra interés por el medio que lo rodea.

Ausencia de contacto visual.

No tiene control cefálico.

SEGUNDO TRIMESTRE

Mano cerrada sobre el pulgar.

Hipotonía de cuello y tronco.

No realiza giros sobre su propio eje.

TERCER TRIMESTRE

- Ausencia de apoyo al sentarse.

- No apoya las manos cuando cae hacia adelante.

- Carencia al manipular objetos con ambas manos.

CUARTO TRIMESTRE

Ausencia de la posición de cuatro puntos.

Falta de gateo coordinado.

No se pone de pie.

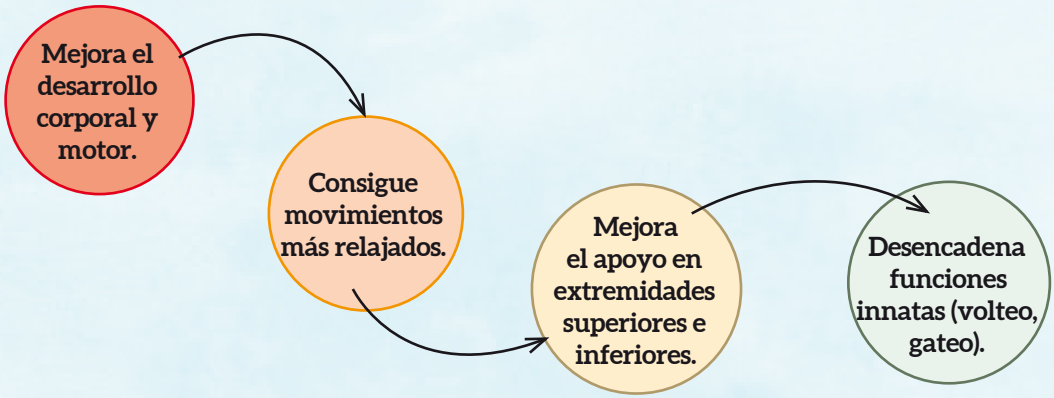
TERAPIA VOJTA

Utilizado en lactantes, niños, adolescentes y adultos que presentan alteraciones a nivel del sistema nervioso central y trastornos motores posturales.

Activa reacciones musculares a través de diferentes posturas, realizando presión en distintos puntos de estímulo.

BENEFICIOS

Se obtiene el control postural y mantiene el equilibrio durante el movimiento.



FASES DE LA TERAPIA VOJTA

Trabaja en 3 fases, con las cuales se busca: Volteo reflejo y reptación refleja.

OBJETIVOS

1ra FASE:

- Logra la triple flexión en miembros inferiores.
- Activación de la musculatura respiratoria, abdominal y del suelo pélvico, así como de los esfínteres vesical y rectal.
- Favorece el recorrido de las manos a la línea media.
- Movimientos de deglución (importante para la masticación).
- Movimientos de ojos.

2da FASE:

- Consigue la elevación de la cabeza.
- Extensión y rotación de la columna, logrando el giro de todo el cuerpo.
- Movimientos opuestos de extensión y flexión entre las extremidades.

3ra FASE:

- Logra la elevación del tronco y pelvis favoreciendo la cuadrupedia y por consiguiente fomenta el gateo.
- Favorece el control cefálico.

PRIMERA FASE:
VOLTEO REFLEJO

POSICIÓN

Decúbito dorsal, brazos y piernas extendidas, cabeza en rotación mirando al terapeuta.

➔ PUNTO DE PRESIÓN 1

Con el dedo índice sobre la apófisis mastoides (detrás de la oreja), punto de apoyo, articulación temporomandibular.

➔ PUNTO DE PRESIÓN 2

Con el dedo pulgar sobre espacio intercostal entre la 7ma - 8va costilla, a dos dedos por debajo de la tetilla.

POSICIÓN

RECOMENDACIONES

Presionar ambos puntos, al mismo tiempo con igual intensidad por 2 minutos, tanto el lado derecho como izquierdo.

SEGUNDA FASE

VOLTEO REFLEJO

Decúbito lateral, dando la espalda al terapeuta.

➔ MIEMBROS SUPERIORES

Brazo superior pegado al tronco, inferior flexionado en contacto con la superficie.

➔ MIEMBROS INFERIORES

Segmento libre en flexión, el lado contrario en contacto con la superficie y posición neutra.

➔ PUNTO DE PRESIÓN 1

Con el dedo pulgar el en ángulo inferior de la escápula.

➔ PUNTO DE PRESIÓN 2

Con el dedo índice en la espina iliaca anterosuperior.

RECOMENDACIONES

Una vez ubicados los puntos, presionar con la misma intensidad, por un tiempo de 2 minutos al lado derecho e izquierdo.

TERCERA FASE

REPTACIÓN REFLEJA

POSICIÓN

- Decúbito ventral.
- Cabeza en rotación mirando al brazo flexionado.
- Brazo izquierdo en flexión con abducción de 90°.
- Brazo derecho en posición neutra.
- Miembro inferior derecho en flexión de cadera, rodilla y ligera abducción.
- Miembro inferior izquierdo en posición neutra.

→ PUNTOS DE PRESIÓN

1. Epicóndilo humeral.
2. Tuberosidad externa del calcáneo.

→ PUNTOS DE PRESIÓN ADICIONALES

3. Borde medial de la escápula.
4. Aponeurosis de Glúteo medio (cabeza femoral).

RECOMENDACIONES

Poner resistencia en la región posterior de la cabeza con el antebrazo.

CONTRAINDICACIONES

- Enfermedades agudas que cursan con fiebre o inflamación.
- Procesos de vacunación.
- Enfermedades cardíacas.
- Osteogénesis imperfecta (Huesos de cristal).
- Crisis asmática en brote.
- Problemas metabólicos.
- Esclerosis múltiple en brote.
- Tumores cerebrales.

POSTURAS INHIBITORIAS REFLEJAS (PIR)

PRIMER TRIMESTRE

Inhibe patrones anormales como ser: Triple flexión y extensión de miembros inferiores (cadera, rodilla y tobillo), a través de posturas sostenidas.

POSICIÓN DEL PACIENTE

Decúbito dorsal, brazos a los lados del cuerpo, miembros inferiores en flexión (cadera, rodilla).

POSICIÓN DEL PACIENTE

Decúbito ventral, codos en flexión con apoyo de los antebrazos, extensión de columna dorsal y miembros inferiores.

SEGUNDO TRIMESTRE

Busca buen control de tronco, cabeza, cuello y la posición de gateo.

POSICIÓN DEL PACIENTE

Sobre sus rodillas con flexión de cadera y tronco hasta que los brazos y mentón se apoyen en la superficie.

POSICIÓN DEL PACIENTE

De rodillas con las espalda en extensión y hombros en flexión.

TERCER TRIMESTRE

Lograr un correcto patrón de movimiento en el acto del gateo.

➔ POSICIÓN DEL PACIENTE

En cuatro puntos con la cabeza levantada, con una pierna hacia atrás sobre el plano de apoyo, el peso repartido sobre las manos y rodillas.

➔ POSICIÓN DEL PACIENTE

Cabeza levantada, con las rodillas separadas, pies juntos, talones hacia adentro, el peso repartido sobre las manos y rodillas con lateralización hacia el lado más afectado.

Consigue que el infante pase del gateo a la bipedestación, mediante la posición de caballero.

CUARTO TRIMESTRE

➔ POSICIÓN DEL PACIENTE

Inicialmente de rodillas con los brazos apoyados sobre los hombros del terapeuta, asistir hasta lograr la bipedestación.

➔ POSICIÓN DEL PACIENTE

Sobre una rodilla, flexionar el miembro inferior contrario y llevar los brazos hacia adelante.

POSTURAS PARA EL MANEJO DEL NIÑO

PRIMER TRIMESTRE

1

Cargado en posición semi-horizontal, estimula el control cefálico.

2 - 3

Cargado entre los brazos en posición vertical u horizontal, con apoyo a nivel de espalda y nuca, estimula el enderezamiento.

SEGUNDO TRIMESTRE

1

En decúbito dorsal, sostener la cadera y rodilla llevando a una flexión, estimula el volteo.

2 - 3

Apoyado sobre el isquion, en posición de buda, cabeza y tronco alineados por el cuerpo del terapeuta. La mano sostiene a nivel del esternón, con la otra brinda vibraciones desde la cabeza. Objetivo *imagen 3*

TERCER TRIMESTRE

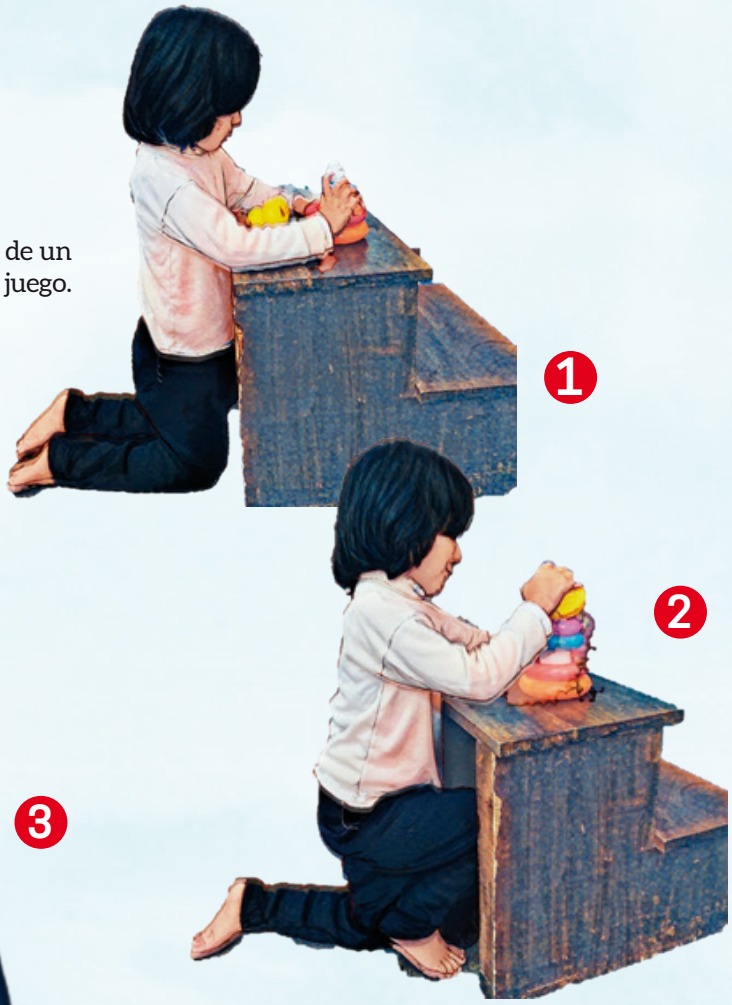
1

Sostener en posición sedente, realizar balanceos dinámicos de derecha a izquierda para estimular el apoyo lateral.

2

Situar al niño en cuatro puntos con ayuda de recursos como rodillos o almohadones, estimula la posición de gateo.

CUARTO TRIMESTRE



1

Apoyar las rodillas, con ayuda de un mueble, liberar la otra, mediante el juego. Objetivo *imagen 2*.

3

Sostener a nivel de las axilas, en una posición vertical, apoyando los pies en una superficie firme, estimula la bipedestación.

ESTIMULACIÓN

PRIMER TRIMESTRE

→ CONTROL CEFÁLICO

Decúbito ventral, sobre una superficie que ofrezca un declive, realizar una leve presión sobre la espalda baja; incentivar a que levante la cabeza, con algún objeto. (Permite ampliar su campo visual). Es esencial para mantener una postura erguida y equilibrada, así como para realizar diversas actividades diarias. Un buen control cefálico implica la coordinación de los músculos del cuello y del tronco para mantener la cabeza en una posición estable y controlada.

SEGUNDO TRIMESTRE

➔ GIRO

Decúbito dorsal, con la cadera flexionada motivar a que el niño cruce la línea media de su cuerpo.

➔ VOLTEO

Asistir con una sábana, para lograr el cambio de posición.

➔ EQUILIBRIO

Con la hamaca, estimular el control postural y la orientación espacial.

TERCER TRIMESTRE

→ MEDIDAS PROTECTIVAS

Mediante pequeños balanceos hacia adelante, a los lados y atrás.

→ GATEO

Posición de 4 puntos, con la ayuda de una manta, sostener a nivel de la cintura pélvica.

Estimula el gateo y lograr el desplazamiento (*Imagen* 2).

CUARTO TRIMESTRE

BIPEDESTACIÓN

Con apoyo de barras laterales lograr posicionar de pie e iniciar la marcha.

MARCHA

Incentivar hacia una caminata, sostenido con una manta a nivel del dorso brindándole seguridad y estabilidad para iniciar la marcha.

PRÁCTICAS CULTURALES DE CRIANZA INFANTIL

UMAPAÑO

BENEFICIOS:

- Brinda estimulación propioceptiva.
- En el primer trimestre incrementa el tono muscular general y consigue mayor contacto de la mirada.

CHUMPI - FAJADO

BENEFICIOS:

- Brinda contención evitando el sobresalto y llanto.
- Contribuye a la calma motora.
- Inhibe el reflejo de Moro y los movimientos involuntarios en las etapas iniciales.
- Evita que se lastime por la incoordinación (arañarse la cara).
- Favorece la contención corporal.
- Evita la asimetría holocinética.

PRIMER TRIMESTRE

El walthado en los 3 primeros meses envuelve todo el cuerpo y proporciona contención, estimulación a los receptores cinestésicos y táctiles del cuerpo.

- Cubre desde la cintura escapular, miembros superiores e inferiores.
- Fija los segmentos, evita los movimientos involuntarios del cuerpo, favoreciendo un buen ritmo de sueño y una buena alimentación.

SEGUNDO TRIMESTRE

- Cubre la cintura pélvica y los miembros inferiores.
- Proporciona contención y estimulación a los receptores cinestésicos y táctiles de segmentos inferiores.
- Los brazos realizan la coordinación mano - boca, línea media, coordinación visomotora que permiten las primeras exploraciones con su cuerpo y el entorno.

TERCER TRIMESTRE

Se faja únicamente miembros inferiores, manteniendo la faja en horas de sueño con el objetivo de brindar estímulo a nivel del tono, sistema táctil, esquema corporal, y calma motora.

AGUAYO

OBJETIVOS

- Contiene el cuerpo, recreando el útero materno.
- Favorece el contacto, la calidez, la confortabilidad.
- Regula el ritmo cardiorrespiratorio, la relajación tónica, que contribuye a la calma motora, contención emocional y el sueño.
- Estimula los sistemas sensoriales (propioceptivo, vestibular).
- Contribuye a la verticalización mediante los cambios de posición, desplazamiento dinámico y movimientos armónicos de balanceo que experimenta el niño, a partir del cuerpo de la madre.

PRIMER TRIMESTRE

Inicio del trimestre

- Evita movimientos involuntarios favoreciendo las descargas de peso y puntos de apoyo hacia la región inferior.
- Al final del 3er mes, este recurso estimula el control cefálico, contracciones tónico fásicas hacia caudal, logro de las manos a la línea media, apoyo simétrico de codos, comunicación, atención al entorno y sonrisa social.

Final del trimestre

SEGUNDO TRIMESTRE

El niño adopta una postura de 90°. En esta etapa se busca cargarlo en una posición más vertical.

- Favorece el manejo del espacio, ritmo.
- Activación de reacciones posturales anteriores, laterales.
- Apoyo asimétrico de codos, activación de la disociación de cadenas musculares con los giros y movimientos conjuntos con la madre.
- Durante el desplazamiento, el niño recibe estimulación sensorial, cinestésico, somestésico y vestibular.

- Favorece la descarga de peso hacia caudal.
- Estimula el control de los movimientos de la cabeza.
- Provee estímulos de tipo visual, auditivo, táctil con los movimientos de cabeza y miembros superiores.

- Estimula el control del tronco y activa el tono muscular cérvico dorsal.
- Proporciona el apoyo simétrico de los antebrazos.
- Provee el control óculo manual, busca alcanzar objetos.

TERCER TRIMESTRE

Los beneficios del cargado en el aguayo hasta esta edad son muy importantes porque favorecen las respuestas automáticas:

- La alineación corporal.
- Ajuste postural, control motor de la cabeza- tronco y extremidades.

- Apoyo de manos, rotaciones y movimientos diagonales que estimulan las cadenas musculares.
- Reacciones posturales de cabeza sobre su cuerpo.
- Promueve las reacciones de equilibrio lateral y posterior.

CUARTO TRIMESTRE

En esta etapa, la madre lo alza sólo por cortos periodos, el niño busca ser cargado en situaciones de sueño.

El cargado a veces continúa más allá de los 2 años, debido a que facilita el traslado del niño y a que la madre realice sus tareas cotidianas.

OTROS APORTES DEL AGUAYO AL DESARROLLO PSICOMOTOR

- Tono, ajustes posturales y maduración del tronco encefálico.
- Esquema corporal y ritmo.
- Estructura espacial temporal.
- La comunicación básica y el vínculo.

HANDLING (MANEJO DEL NIÑO EN EL HOGAR)

Técnica que estimula el desarrollo sensoriomotriz y el movimiento mediante contacto manual, presión, deslizamiento y cambios de posición.

VESTIDO

➔ OBJETIVOS

- Favorece estímulos propioceptivos.
- Experiencias corporales y movimientos.

➔ POSICIÓN

Sobre el regazo de la madre o una superficie plana, decúbito dorsal.

▪ APLICACIÓN

Con una mano sobre el esternón, llevar el brazo a la línea media, retirar la prenda desde atrás hacia adelante.

Llevar el miembro inferior a una flexión sin perder contacto y con la otra retirar el pantalón.

Realizar el mismo procedimiento con el otro segmento.

CAMBIADO DEL PAÑAL

OBJETIVO

Mediante los cambios de posición se regula la sensibilidad profunda.

POSICIÓN

Echado sobre una superficie plana, decúbito dorsal.

COLOCADO

- Con la mano derecha, realizar una presión diagonal sobre la cadera, generando un espacio al lado contrario e introducir el pañal.
- Realizar el mismo procedimiento con el lado izquierdo.

RETIRADO

Llevar los miembros inferiores a una flexión de cadera, proceder a limpiar.

BAÑADO

OBJETIVOS

- Inhibir el reflejo de moro.
- Brindar calma motora.
- Favorecer la línea media y proteger la columna.
- Brindar estímulos propioceptivos.

POSICIÓN 1

Sostener al infante por el esternón y entre las piernas, quedando boca abajo, con la otra mano proceder a bañar.

POSICIÓN 2

Contener en posición fetal el mayor tiempo posible proceso de bañado.

ALIMENTACIÓN

OBJETIVO

- Estimula el control cefálico.
- Favorece la alineación de la columna.
- Facilita la deglución.

POSICIÓN 1

- Sentar al infante sobre el regazo de la madre con las piernas separadas, brazos y cabeza apoyados en un soporte.
- Contener en esta posición.

POSICIÓN 2

- Madre en posición sedente con una pierna más arriba que la otra, debe evitar la hiperextensión de cadera del infante.
- Con el brazo dar soporte a nivel de la espalda.

CONTACTO VISUAL Y BALANCEO

OBJETIVO

- Estimular el contacto visual.
- Favorecer la reacción de enderezamiento.
- Estimular el sistema vestibular a través del movimiento.

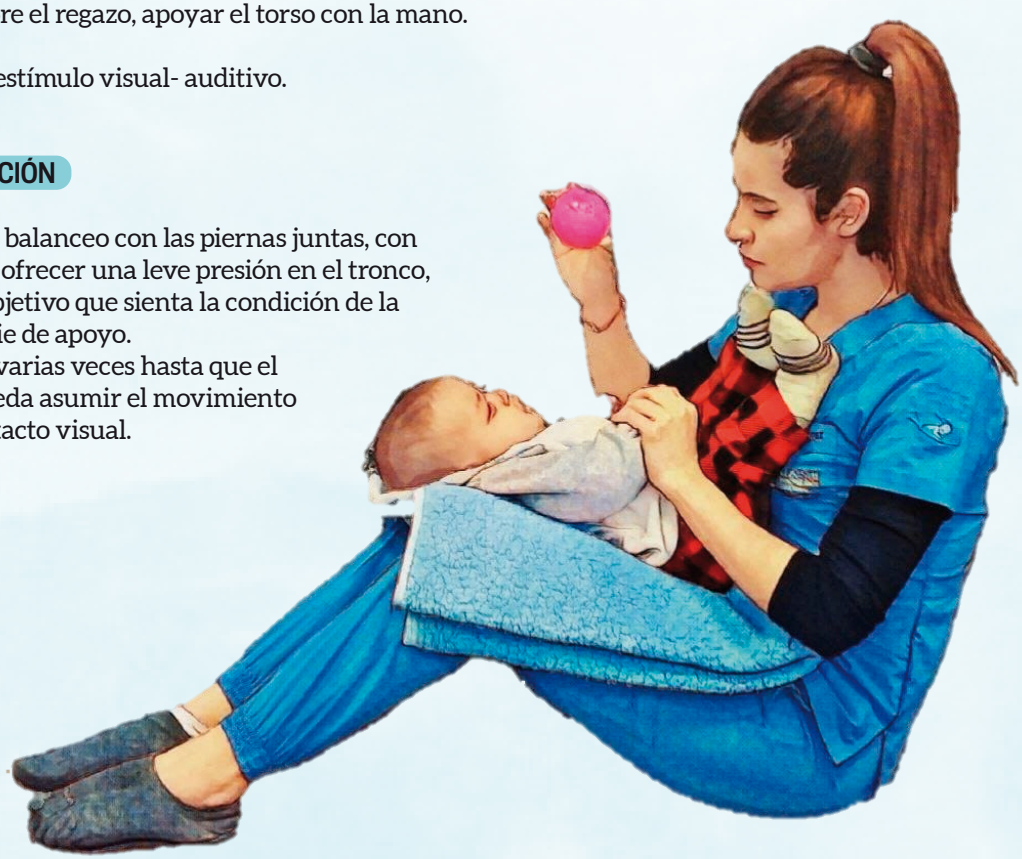
POSICIÓN

Sentarse en una superficie firme, con las rodillas juntas y semi-flexionadas, sostener al niño sobre el regazo, apoyar el torso con la mano.

Ofrecer un estímulo visual- auditivo.

APLICACIÓN

- Generar balanceo con las piernas juntas, con la mano ofrecer una leve presión en el tronco, con el objetivo que sienta la condición de la superficie de apoyo.
- Repetir varias veces hasta que el niño pueda asumir el movimiento y el contacto visual.



CONTACTO MANO-MANO

OBJETIVO

- Facilitar sensación de agarre.
- Direccionar las manos a la línea media.

POSICIÓN

Sentarse sobre una superficie firme, con las rodillas juntas y semi-flexionadas, sostener al niño sobre el regazo.

APLICACIÓN

Juntar las manos del paciente ofreciendo un juguete para que lo agarre, dar presión, vibrar y soltar las manos. Repetir varias veces.

CONTACTO MANO-PIE

OBJETIVO

- Facilitar la coordinación y movimiento mano-pie.

POSICIÓN

Sentarse sobre una superficie firme, con las rodillas juntas y semi-flexionadas, sostener al niño sobre el regazo.

APLICACIÓN

- Llevar el pie a la mano del mismo lado, durante el proceso, graduar el movimiento tomando en cuenta la resistencia del segmento (*imagen 1*).
- Juntar la mano y pie en diagonal, ofreciendo una rotación del torso superior (*imagen 2*)
- Durante la estimulación se debe mantener el contacto visual.
- Intercalar y repetir este ejercicio.

INSTRUMENTO DE VIGILANCIA DEL DESARROLLO INFANTIL TEMPRANO DE 0 A 72 MESES

Fecha de evaluación:

0-1 MES

Motricidad gruesa	Motricidad fina	Socio emocional	Comunicación y lenguaje	Cognitivo
Boca arriba, lateraliza la cabeza sin mostrar preferencia por uno u otro lado, con miembros superiores e inferiores en flexión.	Las manos se encuentran más tiempo en puño.	Fija la mirada cuando ve un rostro, principalmente de la madre.	Busca, succiona vigorosamente y deglute adecuadamente.	Cierra los ojos ante ruidos fuertes.
SÍ NO EN PROCESO	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**

1-2 MESES

Motricidad gruesa	Motricidad fina	Socio emocional	Comunicación y lenguaje	Cognitivo
Boca abajo, mantiene la cabeza levantada por lo menos 3 segundos.	Las manos continúan cerradas aunque no apriete el puño.	Al escuchar una voz conocida, muestra interés y sonríe.	Llora para que lo atiendan (hambre, sueño, cambio de pañal).	Se sobresalta ante ruidos fuertes.
SÍ NO EN PROCESO	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**

2-3 MESES

Motricidad gruesa	Motricidad fina	Socio emocional	Comunicación y lenguaje	Cognitivo
Boca abajo, eleva la cabeza hasta 45° apoyándose en los antebrazos durante 10 segundos.	Abre las manos con mayor frecuencia.	Reconoce y sonríe a rostros familiares y realiza contacto visual.	Emite sonidos guturales frente a un estímulo: e-je, ek-je ej-je.	Sigue con la mirada un objeto en movimiento.
SÍ NO EN PROCESO	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**

3-4 MESES

Motricidad gruesa	Motricidad fina	Socio emocional	Comunicación y lenguaje	Cognitivo
Boca abajo, levanta la cabeza de 45° a 90° apoyándose con manos y antebrazos por lo menos 30 segundos.	Junta las manos simultáneamente **(M).**	Sonríe ante la presencia de un rostro desconocido.	Primeras cadenas de sílabas: agu, ga y gugu.	Gira la cabeza buscando con la mirada el origen de un sonido e interrumpe sus movimientos. **(M).**
SÍ NO EN PROCESO	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**

5-6 MESES

Motricidad gruesa	Motricidad fina	Socio emocional	Comunicación y lenguaje	Cognitivo
Boca arriba, sosteniendo de los antebrazos, llevar el cuerpo del bebe hacia adelante a 45°, observar que la cabeza acompañe el movimiento del cuerpo.	Lleva la mano hacia un juguete y lo agarra con ambas manos. (M)	Reconoce a sus cuidadores, manifestando su estado emocional por medio de vocalizaciones y diferentes gestos. (^)	Inicia la imitación de sonidos: aaaa, eee.	Observa sus manos mientras las mueve.
SÍ NO EN PROCESO	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**

5-6 MESES

Motricidad gruesa	Motricidad fina	Socio emocional	Comunicación y lenguaje	Cognitivo
Boca abajo, el niño debe apoyarse en las palmas de las manos, brazos extendidos y elevar el tórax.	Se pasa el juguete de una mano a la otra. (M)	Tiene interés de comunicarse a través de su mirada y expresiones corporales.	Gira la cabeza cuando reconoce la voz de la madre.	Cuando un sonido le llama la atención, busca el origen de la fuente sonora y empieza a mirar con sorpresa. (M)
SÍ NO EN PROCESO	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**

6-7 MESES

Motricidad gruesa	Motricidad fina	Socio emocional	Comunicación y lenguaje	Cognitivo
Gira de la POSICIÓN boca arriba a lateral (M).	Agarra un objeto con los 4 dedos y el pulgar extendido. (Prensión palmar) **(M).**	Sigue con atención las actividades de la persona que lo atiende **(*).**	Emite serie de monosílabos repetitivos: ba, da, ma.	Sigue con la mirada un objeto que se cae **(M).**
SÍ NO EN PROCESO	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**

7- 8 MESES

Motricidad gruesa	Motricidad fina	Socio emocional	Comunicación y lenguaje	Cognitivo
Sé mantiene sentado en POSICIÓN trípode por unos segundos.	Agarra un objeto pequeño con cuatro dedos y el pulgar extendido sin que el objeto toque la palma **(M).**	Reacciona alegremente al juego del escondite **(M).**	Se expresa por medio de gestos y emociones (llanto, sonrisa, sorpresa, etc.).	Boca abajo, se esfuerza por agarrar un objeto que está a una distancia corta **(M).**
SÍ NO EN PROCESO	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**

8 - 9 MESES

Motricidad gruesa	Motricidad fina	Socio emocional	Comunicación y lenguaje	Cognitivo
Boca arriba, pasa a la POSICIÓN de sentado sin ayuda. (M)	Agarra un objeto pequeño con tres dedos (Índice, pulgar y medio), **(M).**	Alcanza los brazos a la madre para que lo levante. **(^)**	Emite bisílabo, dada, mamá, papá.	Busca el juguete escondido. (M)
SÍ NO EN PROCESO	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**

9 - 10 MESES

Motricidad gruesa	Motricidad fina	Socio emocional	Comunicación y lenguaje	Cognitivo
Reptación. **(M)**	Hace chocar varias veces dos objetos pequeños entre sí. **(M)**	Imita gestos, **(^).**	Imita palabras conocidas (papá, mamá).	Se da cuenta que un objeto está dentro de una caja y mete la mano en ella para agarrarlo. (M).
SÍ NO EN PROCESO	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**

10 - 12 MESES

Motricidad gruesa	Motricidad fina	Socio emocional	Comunicación y lenguaje	Cognitivo
Realiza la POSICIÓN de cuatro puntos para el inicio del gateo.	Agarra objetos pequeños con el índice extendido y el pulgar (pinza fina). **(M)**	Entrega a la persona que le atiende un objeto cuando esta se lo pide con gestos o palabras. **(M)**	Dice mamá, papá con sentido **(^).**	Arroja intencionalmente un juguete. **(M)**
SÍ NO EN PROCESO	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**

11 - 12 MESES

Motricidad gruesa	Motricidad fina	Socio emocional	Comunicación y lenguaje	Cognitivo
Gatea con coordinación cruzada y pasa a la POSICIÓN de parado con apoyo. (M)	Agarra objetos pequeños con el dedo índice flexionado y el pulgar. **(M)**	Colabora cuando se lo viste, extendiendo la pierna o el brazo. **(^)**	Cumple órdenes sencillas como: ¨mira, toma. dame¨. **(M)**	Jala de la cuerda para alcanzar un objeto . **(M)**
SÍ NO EN PROCESO	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**

12 - 15 MESES

Motricidad gruesa	Motricidad fina	Socioemocional	Comunicación y lenguaje	Cognitivo
Se para solo, sin apoyo desde la posición de cuclillas. Camina solo.	Puede insertar cosas pequeñas en una botella (M). Señala con el dedo índice.	Lleva un vaso a la boca. (M) Demuestra afecto a una muñeca o un peluche, abrazandolo. (*)	Pide cosas con palabras simples (ven, dame, toma, etc.) Gira la cabeza cuando se le llama por su nombre	Comprende órdenes sencillas (ven, vamos.) Señala 2 a 3 partes de su cuerpo.
SÍ NO EN PROCESO	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**

15 - 18 MESES

Motricidad gruesa	motricidad fina	Socioemocional	Comunicación y lenguaje	Cognitivo
Sube gradas con ayuda. Camina con mayor estabilidad y sin apoyos.	Comienza a hacer torres de cuatro cubos. (M) Introduce un objeto pequeño a la botella y la vacía. (M)	Come solo.(*) Imita actividades de los adultos. (*)	Imita sonidos de animales o cosas. (guau gua, miau, tititi, muu, etc.) Dice 7 palabras. (*)	Relaciona objetos por su uso. (M) Vacía y llena objetos de una caja. (M)
SÍ NO EN PROCESO	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**

18 - 24 MESES

Motricidad gruesa	Motricidad fina	Socioemocional	Comunicación y lenguaje	Cognitivo
Baja gradas sin alternancia, con ayuda. Patea la pelota sin perder el equilibrio. (M)	Pasa el contenido de un recipiente a otro y viceversa. (arroz o grano) (M) Garabatea por sí solo. (M)	Inicia el juego simbólico (da de comer a los muñecos) (M)- Ayuda a recoger los juguetes u otros objetos. (M)	Utiliza la palabra **NO**. (^) Realiza frases de 2 palabras.	Comprende conceptos de encima y de abajo. (M) Identifica y nombra 3 o más partes del cuerpo.
SÍ NO EN PROCESO	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**

24 - 30 MESES

Motricidad gruesa	Motricidad fina	Socioemocional	Comunicación y lenguaje	Cognitivo
Se pone en la punta de sus pies sin ayuda. Salta hacia adelante con los pies juntos.	Da vuelta para abrir y cerrar la tapa de un recipiente. (M) Lanza una pelota pequeña. (M)	Puede desvestirse solo (al menos una prenda). (^) Imita gestos (^)	Uso la palabra YO, MÍO y TUYO. Dice su nombre.	Separa y agrupa los objetivos por una característica (M). Memoriza una imagen sencilla. (M)
SÍ NO EN PROCESO	SÍ NO EN PROCESO	SÍ NO EN PROCESO	SÍ NO EN PROCESO	SÍ NO EN PROCESO

30 -36 MESES

Motricidad gruesa	Motricidad fina	Socioemocional	Comunicación y lenguaje	Cognitivo
Trepa (gradas, sillas, etc.) (M) Camina hacia atrás.	Construye una torre de 8 cubos. (M) Empieza a realizar círculos no perfectos. (M)	Puede vestirse solo (al menos una prenda) (^) Control de esfínteres. (*)	Dice su nombre y apellido. El niño une de 3 a 4 palabras en una frase.	Sigue dos órdenes consecutivas. (M) Diferencia entre grande o pequeño. (M)
SÍ NO EN PROCESO	SÍ NO EN PROCESO	SÍ NO EN PROCESO	SÍ NO EN PROCESO	SÍ NO EN PROCESO

36 - 48 MESES

Motricidad gruesa	Motricidad fina	Socioemocional	Comunicación y lenguaje	Cognitivo
Equilibrio en un solo pie con brazos extendidos por 5 segundos. Salta hacia atrás con los pies juntos despegando los pies del suelo.	Copia una línea, un círculo y una cruz. (M) Arma un puente con cubos. (M)	Puede ir al baño solo. (*) Juego de roles.	Identifica y nomina 3 colores. (M) Pregunta frecuentemente ¿Por qué? (*)	Cumple correctamente 3 órdenes consecutivas. (M) Sabe si es niña o niño. (M)
SÍ NO EN PROCESO	SÍ NO EN PROCESO	SÍ NO EN PROCESO	SÍ NO EN PROCESO	SÍ NO EN PROCESO

48 - 60 MESES

Motricidad gruesa	Motricidad fina	Socioemocional	Comunicación y lenguaje	Cognitivo
Marcha talón, planta, punta. Salta sobre un solo pie, 2 saltos continuos.	Usa tijera. (M) Dobla un papel en diagonal. (M)	Le gusta jugar más con otros niños, que solo. (*) Come solo con cuchara o cubierto y sin derramar. (*)	Cuenta historias. Responde correctamente 4 preguntas sencillas.	Dibuja a una persona con 4 partes. (M) Cuenta hasta 10.
SÍ NO EN PROCESO	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**

60 - 72 MESES

Motricidad gruesa	Motricidad fina	Socioemocional	Comunicación y lenguaje	Cognitivo
Salta de una altura de 20 a 30 cm. (M) Parado en un pie, se mantiene hasta diez segundos en cada pie, con los ojos cerrados.	Puede tocar con su pulgar, cada dedo, uno a la vez en cada mano. Lanza una pelota pequeña y la agarra. (M)	Tiene sentido de lo que es bueno o malo. Ayuda a realizar tareas domésticas. (*)	Descubre el uso de por lo menos 10 objetos familiares. (M) Puede explicar la diferencia entre ciertos animales. (M)	Reconoce el lado izquierdo y derecho de su propio cuerpo. Distingue presente, pasado y futuro.
SÍ NO EN PROCESO	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**	**SÍ NO EN PROCESO**

Simbología:

(M)= Utilizar materiales para la prueba.

(*) = Preguntar a la madre si realiza la prueba.

(^) = Intentar tomar la prueba o preguntar a la mamá.

VIDEOS

TERAPIA VOJTA

PIR (PRIMER TRIMESTRE)

PIR (SEGUNDO TRIMESTRE)

PIR (TERCER TRIMESTRE)

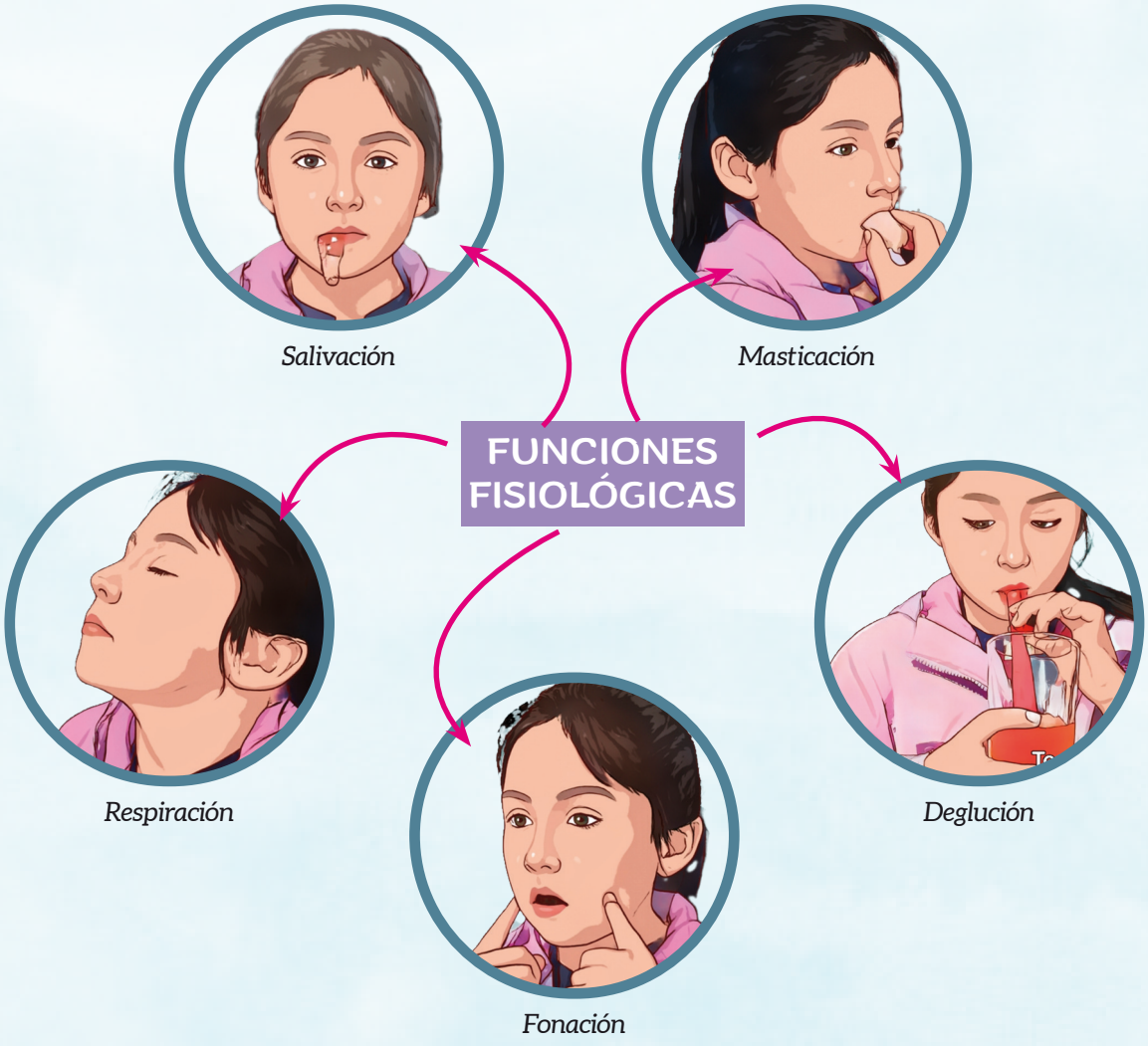
PIR (CUARTO TRIMESTRE

Área

OROFACIAL

ÁREA DE REGULACIÓN OROFACIAL

Terapia basada en el concepto Castillo Morales, encargada de reorganizar el complejo orofacial, influye de forma directa sobre las funciones gestuales (mejillas, labios y lengua) y en las funciones orofaciales.



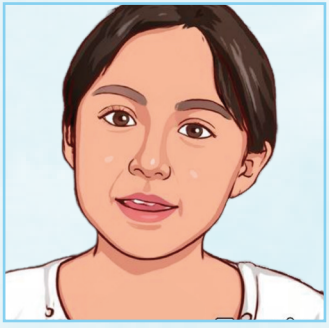
MALOS HÁBITOS ORALES

Uso prolongado de mamadera y chupón.

Respiración bucal.

Onicofagia "morderse o comerse las uñas".

Chuparse los dedos.



Interposición lingual

Bruxismo

SÍNDROMES Y ALTERACIONES

Síndrome de Down.

Parálisis cerebral.

Enfermedades neuromusculares.

Trastornos motores centrales y/o discapacidad múltiple.

Alteraciones Neuromotoras (Atrofia muscular).

Parecías periféricas (Pérdidas de movilidad en el cuerpo).

Retardo del desarrollo sensomotriz.

MÉTODO CASTILLO MORALES

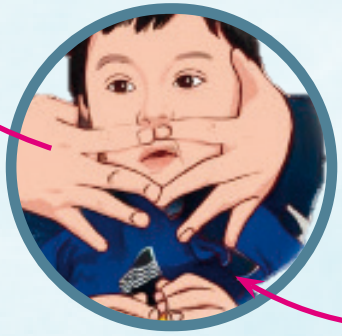
Técnica que se aplica sobre diferentes zonas de estimulación, activa los receptores de la piel, tejido muscular y articular. Mediante 5 recursos.

RECURSOS

PRESIÓN
Fuerza imprimida en determinada zona o punto.

DESLIZAMIENTO
Desplazamiento del contacto manual en determinada dirección y sentido.

TRACCIÓN
Separación de las carillas articulares.



VIBRACIÓN
Movimiento repetitivo y rápido.

CONTACTO MANUAL
Colocado de la mano sobre la superficie a estimular.

APLICACIÓN DEL MÉTODO

FASE 1 - CALMA MOTORA

Utilizada como medio para relajar, organizar y comunicarse con el niño.

POSICIÓN

Boca arriba, alineado, rodillas flexionadas, brazos a ambos lados del cuerpo.

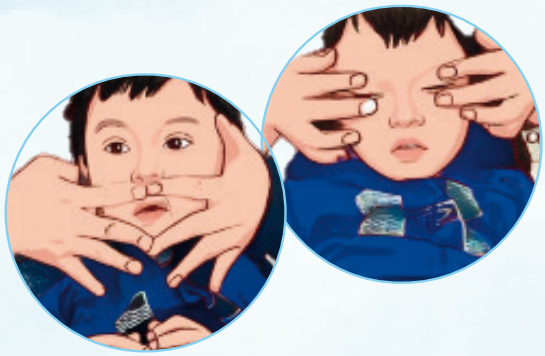
PROCEDIMIENTO

- Colocar la mano sobre el pecho y acompañar la respiración con una ligera presión.

FASE 2 - ACTIVACIÓN

Estimular los puntos motores de reacción para el complejo orofacial.

- Preparación
- Modelaje



POSICIÓN

1. Decúbito dorsal.
2. Sentado en una superficie plana.

MATERIALES

- Colchoneta o tapete.

1

2

RECOMENDACIONES

Realizar 5 - 10 repeticiones en cada paso.

PREPARACIÓN

1. CINTURA ESCAPULAR

→ ESCÁPULAS

Colocar ambas manos por debajo de los omoplatos.

PROCEDIMIENTO

Realizar presión + Vibración + Deslizamiento, con dirección a los hombros.

→ PECTORALES

Colocar ambas manos a la altura del pecho.

PROCEDIMIENTO

Realizar presión + vibración + deslizamiento sincronizando con el movimiento de respiración en dirección a los hombros.

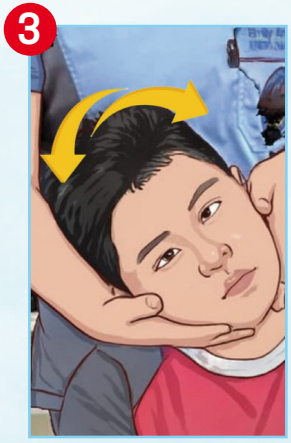
2. CABEZA

Realizar de 5 a 10 repeticiones según la tolerancia.

1. Llevar la cabeza adelante y atrás.
2. Girar hacia derecha e izquierda.
3. Inclinar a ambos lados (izquierda – derecha).
4. Movimientos circulares.

Adelante - Atrás

Girar de derecha - izquierda



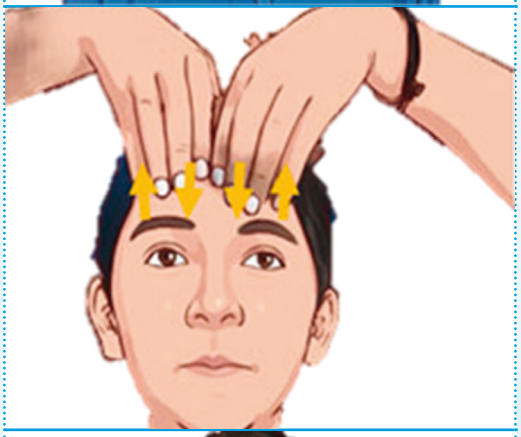
Inclinar de derecha - izquierda

Movimientos circulares

3. MÚSCULOS DE LA MÍMICA

1. GALEA APONEURÓTICA

En la parte central de la cabeza con los dedos pulgares realizar movimientos circulares de adentro hacia afuera con una leve presión.



2. MÚSCULO FRONTAL

Con la yema de los dedos, sobre la frente efectuar movimientos de: deslizamiento + presión + vibración continua, de arriba hacia abajo y viceversa.

3. ORBICULAR DE LOS OJOS

Realizar deslizamiento + vibración con los dedos índice y medio alrededor de los ojos, sin perder contacto. En dirección de adentro hacia afuera.

4. PARANASALES

Con el dedo índice realizar: deslizamiento + vibración continúa siguiendo una dirección hacia adentro y afuera.

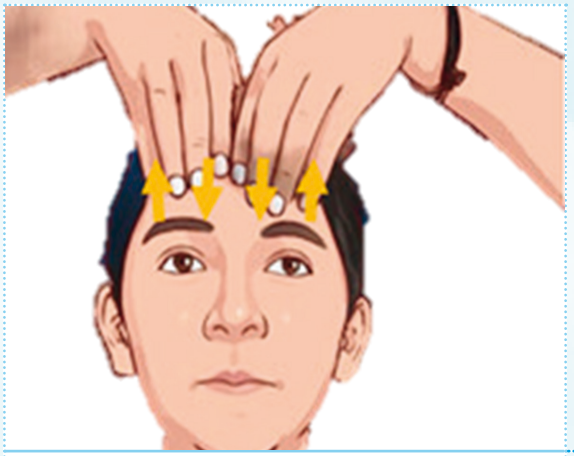
5. ORBICULAR DE LOS LABIOS

Con el dedo índice y medio, realizar: deslizamiento + vibración continúa, alrededor de la boca, siguiendo una dirección de adentro hacia afuera sin despegar los dedos.

6. ZONA DE LOS CACHETES

Con la palma de las manos realizar: deslizamiento + vibración continúa sobre las mejillas, siguiendo una dirección de arriba hacia abajo y viceversa.

MODELAJE



1. CABEZA

Fijar los dedos pulgares en la zona occipital y con los demás movilizar el cuero cabelludo con presión + deslizamiento, siguiendo una dirección de adelante hacia atrás.

2. FRONTAL

Colocar los dedos índice y medio en la frente, realizar movimientos circulares, siguiendo una dirección de adentro hacia afuera.

3. OCCIPITAL

Con los dedos índice y medio sobre la nuca, realizar movimientos circulares con presión + deslizamiento, siguiendo una dirección de adentro hacia afuera.

4. ZONA DE LOS CACHETES

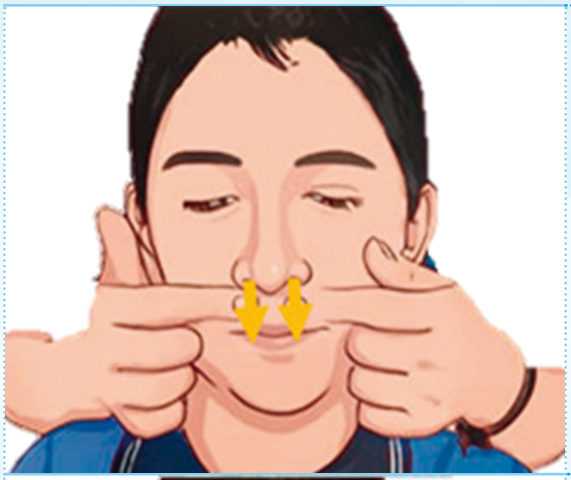
Colocar la palma de las manos en las mejillas y realizar deslizamientos de arriba hacia abajo y viceversa.

5. ORBICULAR DE LOS OJOS

Situar los dedos índice y medio sobre la región orbitaria, realizar deslizamiento de adentro hacia afuera.

6. PARANASALES

Posicionar los dedos índice a cada lado de la nariz, realizar deslizamientos siguiendo una dirección de arriba hacia abajo.



7. ORBICULAR SUPERIOR

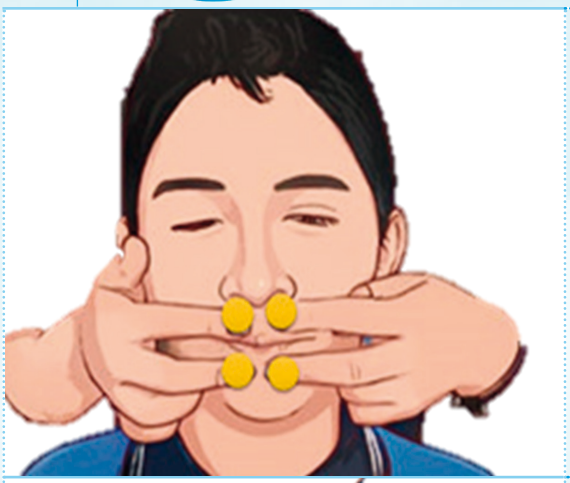
Con los dedos índice por encima del labio superior, realizar deslizamiento + presión en dirección de arriba hacia abajo.

8. ORBICULAR SUPERIOR

Con los dedos índice por encima del labio superior, realizar vibración continua por 10 segundos.

9. MÚSCULOS DEL MENTÓN

Por debajo del labio inferior, con los dedos pulgares aplicar presión + deslizamiento siguiendo una dirección de arriba hacia abajo y viceversa.

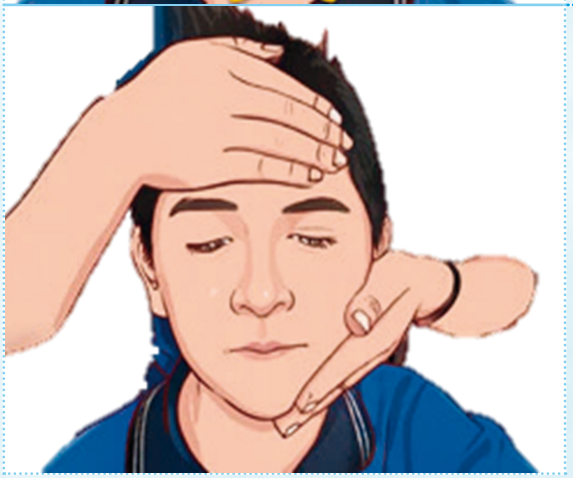


10. MÚSCULO ORBICULAR DE LOS LABIOS

En la región superior e inferior de los labios aplicar presión + vibración continua por 10 segundos.

11. MOVILIZACIÓN DEL SUELO DE LA BOCA

Realizar vibración continua debajo del mentón y deslizar a nivel de la garganta siguiendo una dirección de arriba hacia abajo, intercalando ambas manos.

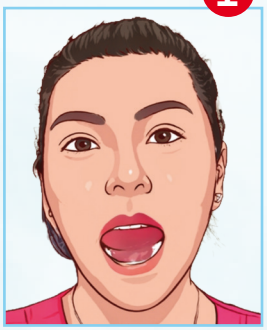


12. VIBRACIÓN GLOBAL

Colocar una mano en la frente y la otra mano cubriendo una parte de mandíbula y cachetes, aplicar vibración continua por 10 segundos. Realizar en ambos lados.

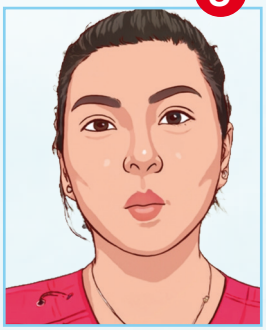
FASE 3 - REEDUCACIÓN

Técnica y estrategias para mejorar las funciones fisiológicas en la cavidad orofacial.

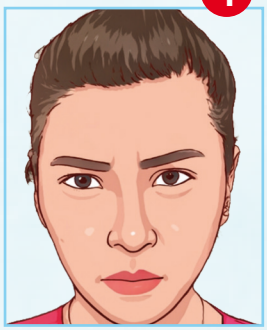


Abrir la boca

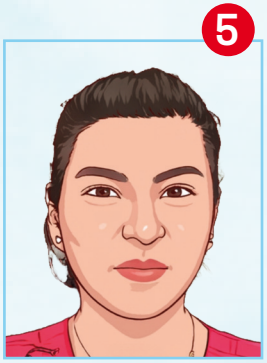
Llevar la lengua al paladar



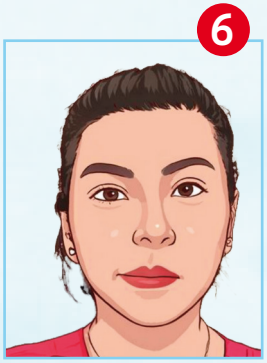
Acción de besar



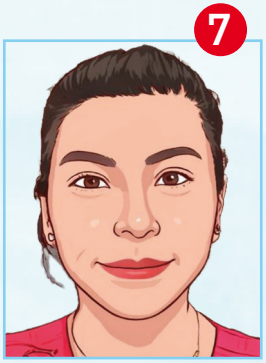
Fruncir el entrecejo



Arrugar la nariz



Mover los labios a los lados



Sonreír con los labios cerrados

Sonreír mostrando los dientes

TÉCNICA DE BECKMAN

Es un método de estimulación, mediante masajes de presión, estiramientos y vibración. Reeduca la deglución y la sialorrea.

Consta de 3 fases:

- Extraoral.
- Intraoral.
- Intraoral con material físico.

RECOMENDACIONES

- Desinfectar las manos.
- Echado mirando al techo sobre una superficie plana acolchada y suave.

MATERIALES

- Guantes clínicos.
- Cepillo de silicona o dedal.
- Colchoneta o tapete.

APLICACIÓN DEL MÉTODO

FASE 1 - EXTRAORAL

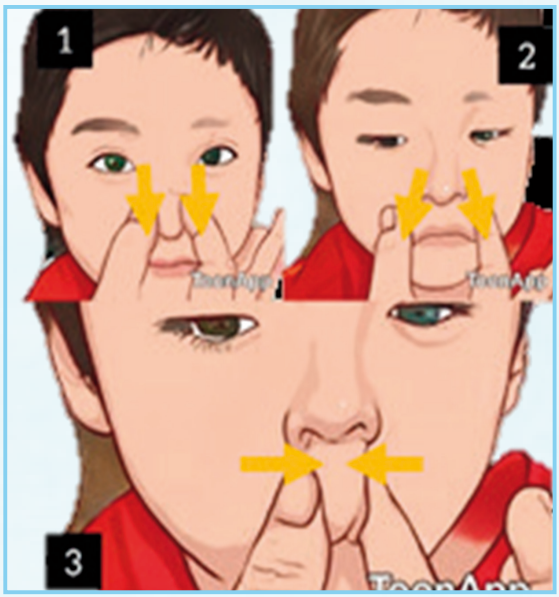
Realizar de 5 a 15 repeticiones.

PRECAUCIÓN

Tener cuidado de no lastimar.

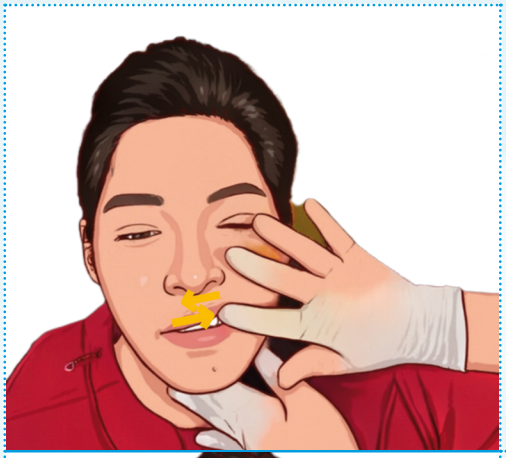
1. MÚSCULO PARANASAL Y ORBICULAR SUPERIOR

Con el dedo índice y pulgar, aplicar presión + deslizamiento, por la parte lateral de la nariz hasta llegar a la parte media del orbicular superior, continuar hacia afuera y adentro (acción de piquito).



2. ORBICULAR INFERIOR DE LOS LABIOS

En la parte media del músculo con el dedo índice y pulgar, aplicar presión + deslizamiento de adentro hacia afuera y viceversa (acción de piquito).

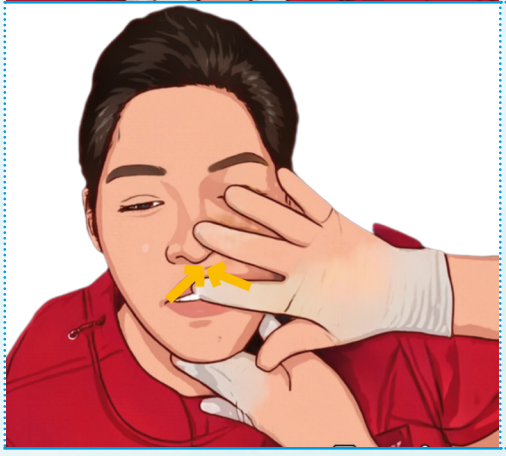


→ 3. LABIO SUPERIOR

Con el dedo índice deslizar de la comisura izquierda a la comisura derecha, y viceversa.

→ 4. LABIO INFERIOR

Con el dedo índice deslizar de la comisura izquierda a la comisura derecha y viceversa.

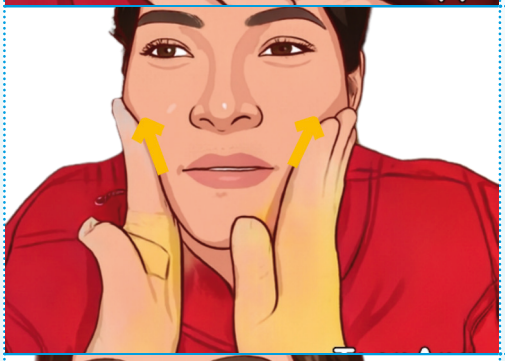


→ 5. LABIO SUPERIOR

Con el dedo índice realizar un deslizamiento + vibración de la comisura izquierda a la parte media del labio, de igual forma deslizar de la comisura derecha a la parte media del labio.

6. LABIO INFERIOR

Con el dedo índice realizar un deslizamiento + vibración de la comisura izquierda a la parte media del labio, de igual forma deslizar de la comisura derecha a la parte media del labio.

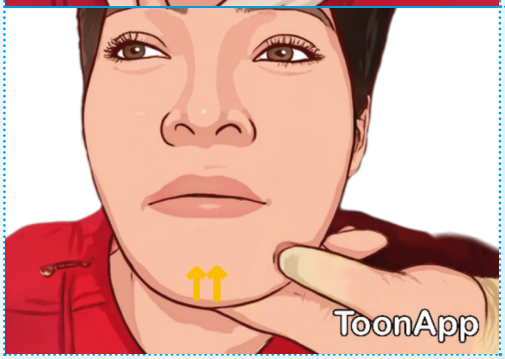


7. MEJILLAS

Deslizar con la palma de las manos desde el mentón hacia las orejas.

8. MAXILAR INFERIOR

El dedo índice sostiene el mentón y con el dedo pulgar desde el cóndilo deslizar en dirección de la mandíbula hacia el mentón.



9. SUELO DE LA BOCA

Con ayuda del dedo índice y medio presionar hacia arriba.

FASE 2 - INTRAORAL

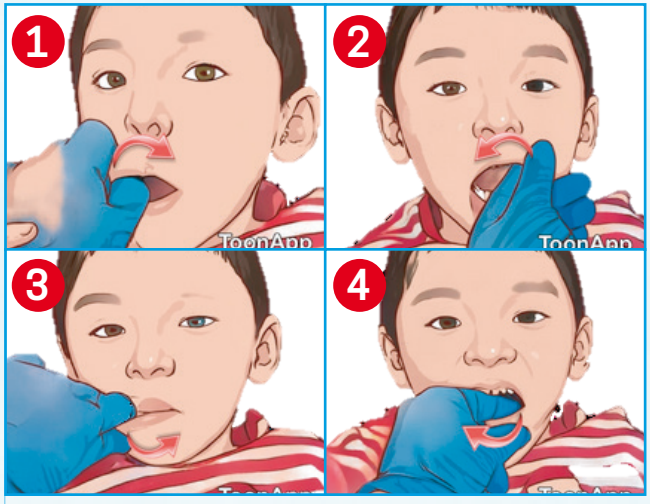
Realizar de 5 a 15 repeticiones.

PRECAUCIÓN

Tener cuidado y no lastimar.

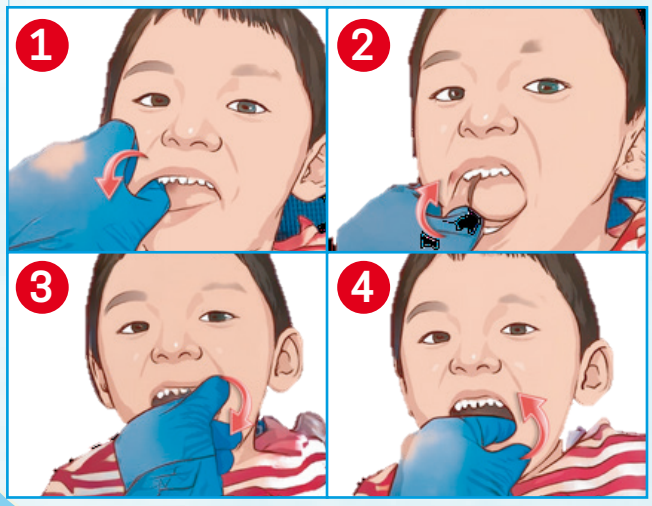
RECOMENDACIONES

Durante la APLICACIÓN de la fase no perder el contacto manual.



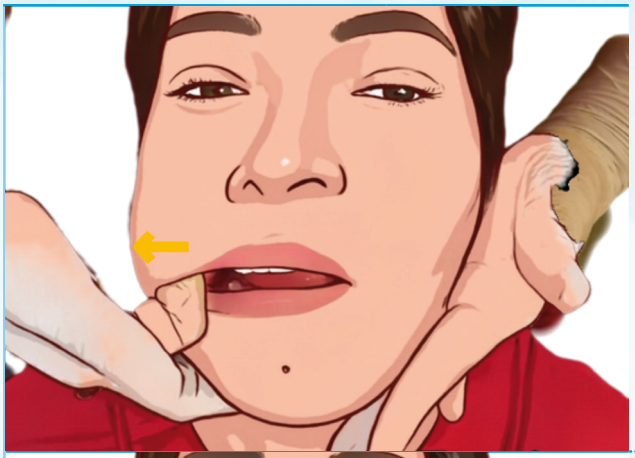
→ 1. ORBICULAR DE LOS LABIOS

En forma de pinza con el dedo índice por dentro y pulgar por fuera, realizar deslizamientos de izquierda a derecha en la región superior e inferior.



→ 2. MEJILLA

En forma de pinza con el dedo índice por dentro y el pulgar por fuera, aplicar presión + deslizamiento en dirección de arriba hacia abajo y viceversa. En ambas mejillas.

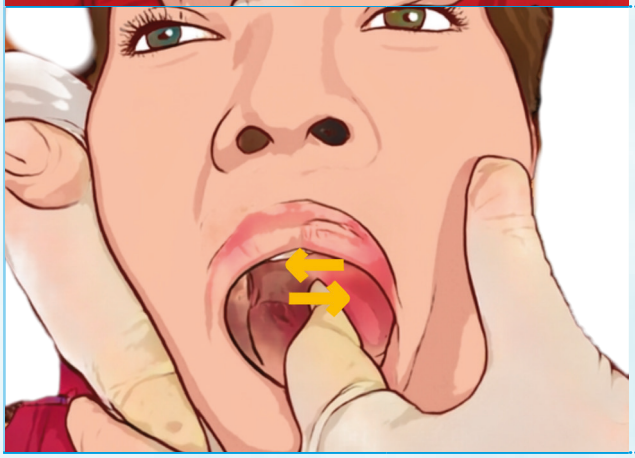


3. MEJILLAS

Con el dedo índice realizar un estiramiento de la mejilla izquierda y derecha.

4. MASTICACIÓN RESISTIDA

Colocar el dedo índice en el espacio del tercer molar, con la otra mano llevar el mentón hacia arriba



5. LENGUA

Con el dedo índice mover y presionar a lado izquierdo, derecho.

6. LENGUA

Con los dedos meñiques por debajo y posterior de la lengua deslizar hacia adelante y elevar hacia el paladar duro ejerciendo una mínima presión.

7. PALADAR

Con el dedo índice realizar presión + vibración 3 segundos.

8. ENCIAS

Con el dedo índice realizar deslizamientos sobre las encías superiores e inferiores.

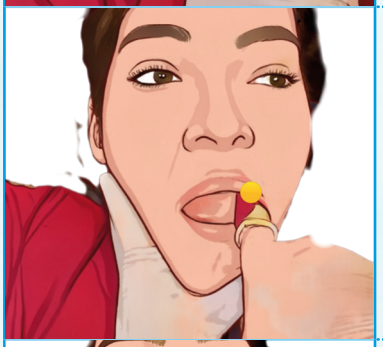
FASE 3 - INTRAORAL CON MATERIAL FÍSICO

MATERIALES

- Cepillo de silicona o dedal..

1. MEJILLAS

Alejar la mejilla de las encías por 10 segundos, izquierdas y derechas.



2. TERCER ESPACIO MOLAR

Presionar durante 10 segundos en cada espacio del tercer molar inferior (muela del juicio).

3. LENGUA

Realizar 10 movimientos circulares en la parte media de la lengua a lado izquierdo y derecho.

EJERCICIOS OROFACIALES

➔ SOPLO

Fortalece los músculos que intervienen en el habla, (mejillas). Mejora el desarrollo del lenguaje y pronunciación.

1. JUEGO DE LA BOTELLA

MATERIALES

- Botella de vidrio.
- Pelotitas de plastofor o plástico.
- Vaso desechable.

2. JUEGO DE LAS BURBUJAS

MATERIALES

- Burbujas.

FONACIÓN Y PRAXIAS

- Estimula la cavidad orofacial.
- Mejora los movimientos gestuales y articulares.

1. JUEGO DE LAS VOCALES

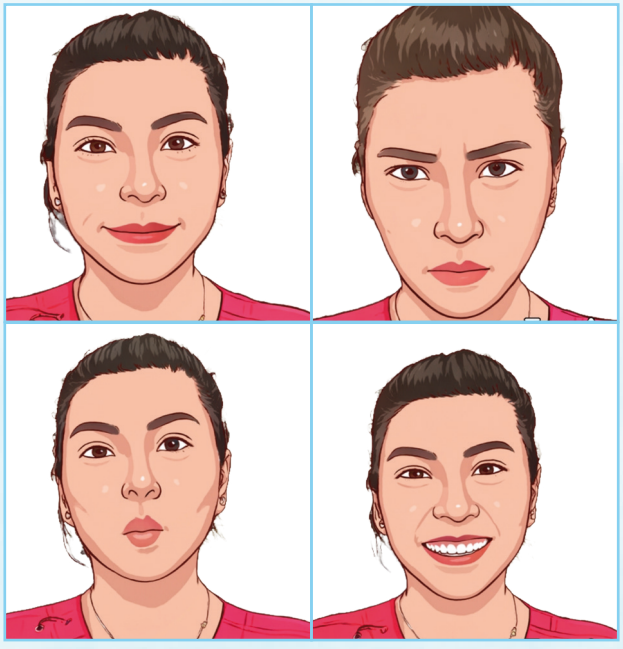
MATERIALES

- Tarjetas con las distintas vocales o consonantes.

2. JUEGO DE IMITACIÓN

MATERIALES

- Praxias o tarjetas de los diferentes gestos.



➜ CIERRE DE LABIOS

Mejora la tonicidad y fuerza.

1. JUEGO DE LOS DADOS

MATERIALES

- Palito de helado.
- Dados u otro objeto pequeño.

2. JUEGO DE TARJETAS

MATERIALES

- Tarjetas de distintas formas geométricas.

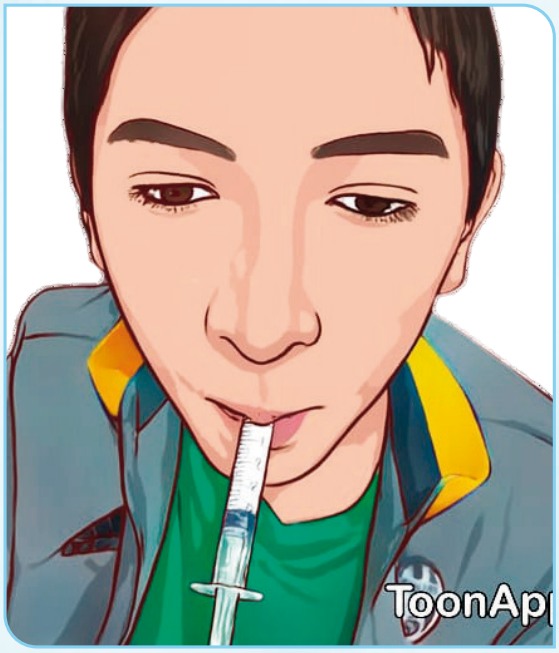
SUCCIÓN

Ayuda a concientizar y controlar el acto de la respiración.

1. JUEGO DE LAS FIGURAS GEOMÉTRICAS

MATERIALES

- Bombilla.
- Vaso desechable.
- Figuras geométricas pequeñas.



2. JUEGO DE LA JERINGA

MATERIALES

- Jeringa.
- Yogurt o algún otro diluyente.

FICHA DE EVALUACIÓN DE LA CAVIDAD OROFACIAL

LENGUA	SI	NO
Sacar la lengua.		
Elevar la punta de la lengua.		

MÚSCULOS	SI	NO
Orbicular de los labios (Succión de la jeringa).		
Bucinador (Inflar mejillas).		

RESPIRACIÓN	SI	NO
Inspiración.		
Espiración.		

LABIOS	SI	NO
Deja restos en la cuchara. (Si, baja tonicidad - No, normal).		
Sostiene el lápiz con el labio superior.		

→ EVALUACIÓN FONOLÓGICA

3 AÑOS

FONEMA	PALABRA	SI	NO
ch	Chino		
ue	Huevo		

4 AÑOS

FONEMA	PALABRA	SI	NO
g	Bigote		
ll	Pollo		

5 AÑOS

FONEMA	PALABRA	SI	NO
r	Rana		
Br	Brazo		

6 AÑOS

FONEMA	PALABRA	SI	NO
str	Estrella		
fl	Flecha		

→ EVALUACIÓN MORFOLÓGICA

(REPETICIÓN DE FRASES)

3 AÑOS	PRONUNCIACIÓN
El niño está en la cama.	

4 Años	PRONUNCIACIÓN
El gato cazó un ratón en el patio.	

5 AÑOS	PRONUNCIACIÓN
Trazas y la mona chita corrían mucho porque les perseguía un león.	

6 AÑOS	RESPUESTA
Este niño viene todos los días a la escuela conmigo. ¿Con quién viene este niño todos los días a la escuela?	R.-.....(Contigo)

➔ EVALUACIÓN DE LENGUAJE COMPRENSIVO

Leer lentamente el texto una vez y plantear al niño 9 preguntas sobre el contenido, con un valor de un 1 punto por pregunta.

Instrucciones: Escúchame atentamente. Te voy a leer un cuento, cuando termine respóndeme a las preguntas que te haga. Por ejemplo, si te digo en el cuento que "Juan tiene una pelota", y después te pregunto "¿Qué tiene Juan?", tú me tienes que responder, una pelota.

Ahora, atiende bien, voy a leer el cuento:

Raquel fue al circo el domingo por la tarde. El circo estaba en la plaza. Su papá le compró palomitas. Actuó un domador de leones, que llevaba una capa y también payasos muy divertidos, uno de los trapecistas se cayó sobre la red, la gente se asustó mucho. Al terminar la función la niña se marchó a casa de sus abuelos y les contó que lo que más le había gustado fue la actuación de las focas.

ELEMENTO	RESPUESTA	SI	NO
¿Cómo se llamaba la niña?	Raquel.		
¿Cuándo fue al circo?	El domingo.		
¿Dónde estaba el circo?	En la plaza.		
¿Qué llevaba el domador?	Una capa.		
¿Cómo eran los payasos?	Divertidos.		
¿Qué le pasó a un trapecista?	Se cayó.		
¿Dónde fue al terminar la función?	A casa de sus abuelos.		
¿Qué fue lo que más le gustó?	Las focas.		

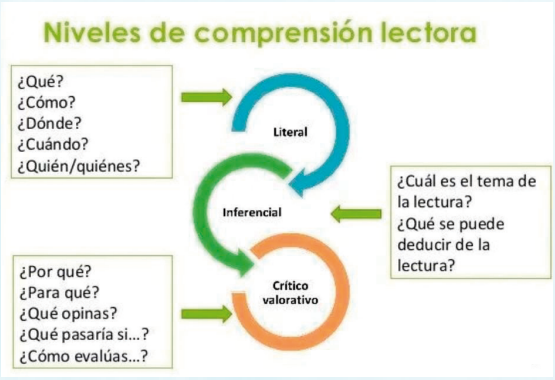


Tabla 3.		
	3-4 años	**4-5 años**
Expresión	• Todas las vocales, *m, n, p, t, k, b, ua, ue, ui* • Múltiples errores fonológicos de carácter evolutivo • Conjuga verbos • Cuenta hasta diez • Edad del "¿por qué?" • Disfemia evolutiva	• Aparecen *d, g, f, z, s, j, l, ll, ñ, r, ia* • Frecuente distorsión o sustitución de rr • Sustituye sonidos (evolutivo) • Narra vivencias • Pide explicación de las cosas • Comete errores en la conjugación de verbos • Inventa palabras
Comprensión	• Entiende el ¿por qué? • Entiende contrarios • Conoce colores	• Cumple secuencia de tres órdenes • Entiende pronombres • Entiende comparaciones
Uso	• Regula su juego hablando • Conversa cambiando de tema a uno que le sea interesante • Se inhibe al hablar en entornos no naturales	• No respeta el tema de conversación propuesto • Mezcla realidad e imaginación en su conversación

Tabla 2.		
	12-24meses	**24-36 meses**
Expresión	• Holofrase (nombre = idea) • Emite dos palabras (24 meses) • Usa variedad de sonidos y gestos para comunicarse • Intenta imitar palabras que dicen otros • Se refiere a sí mismo por su nombre	• Habla telegráfica • Falta de artículos, nexos... • Falta de rasgos gramaticales • Falta de concordancia en verbos • Más palabras contenido frente a las de función • Más contenido de nombres que de verbos • Usa preguntas: "¿esto qué es?" y usa el "no"
Comprensión	• Comprende órdenes sencillas con gestos • Reconoce partes del cuerpo • Reconoce imágenes sencillas	Entiende el uso de objetos. Entiende el concepto de "uno". Identifica niños/niñas Entiende muchos verbos.
Uso	• Toma de turnos para hablar • Usa el lenguaje para expresar deseos • Produce juegos sociales (15 meses) • Entiende el "no" por la entonación	• Usa juego simbólico (18 meses) • Repite acciones que llaman la atención • Es capaz de dar, mostrar o pedir

Tabla 3.		
	3-4 años	**4-5 años**
Expresión	• Todas las vocales, *m, n, p, t, k, b, ua, ue, ui* • Múltiples errores fonológicos de carácter evolutivo • Conjuga verbos • Cuenta hasta diez • Edad del "¿por qué?" • Disfemia evolutiva	• Aparecen *d, g, f, z, s, j, l, ll, ñ, r, ia* • Frecuente distorsión o sustitución de rr • Sustituye sonidos (evolutivo) • Narra vivencias • Pide explicación de las cosas • Comete errores en la conjugación de verbos • Inventa palabras
Comprensión	• Entiende el ¿por qué? • Entiende contrarios • Conoce colores	• Cumple secuencia de tres órdenes • Entiende pronombres • Entiende comparaciones
Uso	• Regula su juego hablando • Conversa cambiando de tema a uno que le sea interesante • Se inhibe al hablar en entornos no naturales	• No respeta el tema de conversación propuesto • Mezcla realidad e imaginación en su conversación

VIDEOS

TERAPIA CASTILLO MORALES

TERAPIA BECKMAN

PRAXIAS OROFACIALES

EJERCICIOS PARA MEJORAR LA FUERZA DE LOS LABIOS

EJERCICIOS ORO FACIALES

EJERCICIOS DE SOPLO

EJERCICIOS PARA MEJORAR LA SUCCIÓN

Área

INTEGRACIÓN SENSORIAL

INTEGRACIÓN SENSORIAL

Capacidad de sentir, comprender, interpretar y organizar la información sensorial proveniente del propio cuerpo y el entorno.

La información se transmite por:

➜ SISTEMAS

- Vista
- Gusto
- Tacto
- Audición
- Olfato
- Vestibular
- Propioceptivo

➜ DESINTEGRACIÓN SENSORIAL

Cuando existe desorden en el procesamiento sensorial, el cerebro no logra interpretar, discriminar, reaccionar adecuadamente a los estímulos; es por ello que se presentan alteraciones, que son: Hiperresponvidad (evitativos) e Hiporresponsividad (Buscadores).

➜ EVITATIVOS

Reaccionan exageradamente a los estímulos y permanecen en estado de alerta.

➜ BUSCADORES

Manifiestan respuestas inferiores a la esperada y tardan en reaccionar.

SISTEMA TÁCTIL

Capacidad de recibir e interpretar estímulos a través del contacto con la piel, permite descubrir texturas, formas y sentir temperaturas.

SIGNOS DE ALERTA

➜ EVITATIVOS

- No le gusta cortarse las uñas, sentir etiquetas y texturas de la ropa.
- Rechaza ciertas texturas de comida.
- No le gusta el contacto físico.
- Evita caminar descalzo.

➜ BUSCADORES

- No reacciona a temperaturas severas (frío o calor).
- Se cae y no reacciona a la intensidad de las heridas, parece que no le duele.
- Pone en la boca objetos no comestibles.
- Toca objetos y personas constantemente.

ACTIVIDADES EN CASA

- Jugar con arena o slim.
- Utilizar pinturas líquidas con toda la mano.

ACTIVIDADES PARA NIÑOS EVITATIVOS

ENCERRANDO CIRCULOS

MATERIALES

- Bolsa transparente.
- Alcohol en gel.
- Marcador.
- Círculos de goma eva.

Realizar figuras sobre la bolsa que contiene gel, coincidir con las figuras de goma eva.

ARTE COLORIDO

MATERIALES

- Hoja bond con un dibujo.
- Pinturas.

Pintar el dibujo con los dedos e ir incluyendo toda la mano.

PIECITOS TEXTURIZADOS

Caminar sobre las texturas, empezar por las más suaves e ir progresivamente a lo más duro o identificar la textura aceptada.

MATERIALES

- Huellas impresas.
- Diferentes texturas pegadas a las plantillas (Fideos, arroz, esponjas, pinchos, algodón).

MULTIEXPERIENCIAS

Animar a que juegue dentro las bandejas con los autos y texturas, comenzar por la textura que acepta.

MATERIALES

- Bandejas.
- Arroz, arena, piedras, tierra, lenteja.
- Animales y autos.

ACTIVIDADES PARA NIÑOS DE BÚSQUEDA

→ FRUTAS ATEMPERADAS

Pedir que saque las figuras del recipiente con agua tibia y fría. (Concientizar sobre las temperaturas).

MATERIALES

- Recipiente con agua fría y tibia.

→ TEXTURAS DE COLORES

Con los ojos vendados, durante un tiempo determinado debe reconocer o mencionar el tipo de textura.

MATERIALES

- Diferentes texturas.

SISTEMA VESTIBULAR

Mantiene el equilibrio, regula la postura y la coordinación de los movimientos.

SIGNOS DE ALERTA

EVITATIVOS

- Caídas constantes e inestabilidad en la marcha.
- Rechaza ciertas alturas, presenta náuseas, mareo, vértigo y sudoración.
- Evita los movimientos bruscos al momento de realizar las actividades.

BUSCADORES

- Dificultad para prestar atención.
- Está en constante movimiento.
- No tienen miedo caerse o a las alturas

ACTIVIDADES EN CASA

- Jugar a la rayuela.
- Saltar la cuerda.

ACTIVIDADES PARA NIÑOS EVITATIVOS

ÑAN -ÑAAAAAN

Sentado o echado sobre la manta, arrastrar, graduando la velocidad en distintas direcciones.

MATERIALES

- Manta o frazada.

CAMINITO FELIZ

Sobre la línea o tabla de equilibrio, pedir que camine con las manos hacia arriba, abajo, a los lados, adelante y atrás.

MATERIALES

- Tabla de equilibrio o masking.

GUARDANDO PELOTITAS

Colocar los vasos y pelotas en dos filas y con la ayuda de una manta o carrito, jalar hacia atrás, el infante debe introducir las pelotas al vaso.

MATERIALES

- Manta o un coche.
- Vasos.
- Pelotas.

VOLTERETA DE COLORES

MATERIALES

- Aros.
- Conos.
- Almohadas.
- Pelotitas.
- Una caja.

Trasladar las pelotas realizando volteretas.

ACTIVIDADES PARA NIÑOS DE BÚSQUEDA

→ PESCANDO COLORES

MATERIALES

- Manta.
- Conos Aros.

Colocar boca abajo al infante y balancearlo mientras introduce los aros en los conos.

→ PELOTITAS EN FUGA

MATERIALES

- Almohada.
- Pelotas pequeñas.
- Caja.

Con los pies juntos levantar la pelota e introducirla en la caja.

SISTEMA PROPIOCEPTIVO

Capacidad que tiene el cuerpo para detectar el movimiento, la POSICIÓN de los segmentos mediante los músculos, ligamentos y articulaciones.

SIGNOS DE ALERTA

➔ EVITATIVOS

- Dificultad para manipular objetos pequeños.
- Gira todo el cuerpo para mirar algo.

➔ BUSCADORES

- Problemas de graduación de la fuerza: excesiva o deficiente.
- Poca coordinación; torpeza y cansancio.
- Parecen tener músculos débiles, en comparación a niños de su misma edad.
- Presentan mayor flexibilidad.
- Muerden, pegan, empujan y aprietan excesivamente.
- Caminan de puntillas.

ACTIVIDADES EN CASA

- Ayuda con las bolsas del mercado.
- Jugar a la liga.

ACTIVIDADES PARA NIÑOS EVITATIVOS

SALTANDO

MATERIALES

- Péndulos o vallas.

Saltar sobre los péndulos con ambos pies, retornar en la cuadrupedia al punto de inicio, pararse y dar una vuelta con las manos hacia arriba.

TRANSPORTANDO PELOTITAS

MATERIALES

- Pelotitas.
- Línea con cinta adhesiva.

Con las pelotitas pegadas a los pies, caminar sobre una línea evitando que estas se caigan.

ACTIVIDADES PARA NIÑOS DE BÚSQUEDA

CANGREJITOS

MATERIALES

- Conos.
- Aros.
- Cuadrados de cinta adhesiva.

Apoyar pies y manos dentro de los cuadrados, mientras avanza lateralmente introducir los aros en los conos.

SALTO DEL SAPITO

MATERIALES

- Pista plana.
- Vasos desechables.

A medida que salta deberá ir volcando los vasos que están en línea recta y retornar corriendo.

ACTIVIDADES PARA NIÑOS DE BÚSQUEDA

GUSANITOS

MATERIALES

- Almohadones o frazadas.
- Colchoneta.

Sobre la colchoneta envolver con la frazada o almohadones, graduando la presión, el infante deberá salir e indicar las partes de su cuerpo y cómo utilizarlas.

IDENTIFICANDO PIECITOS

MATERIALES

- Pista plana con huellas impresas en distintas direcciones.

A medida que salta deberán coincidir los pies con huellas. Importante apoyar durante el desarrollo de la actividad e indicar la dirección.

SISTEMA VISUAL

SIGNOS DE ALERTA

EVITATIVOS

- Parpadeo constante para reducir la intensidad de luz.
- Fuerte memoria visual.
- Prefiere la oscuridad.
- Le molesta el contacto visual.
- No tolera el cambio de intensidad en los colores.

BUSCADORES

- Observa fijamente objetos y personas.
- No le molesta ni reacciona a los cambios de intensidad de la luz.
- Se pierde fácilmente leyendo.
- Presenta dificultad juntando objetos semejantes.
- Tira objetos o los hace girar para observarlos.
- Se queda mirando objetos brillantes o llamativos.

ACTIVIDADES EN CASA

- Guardar y separar objetos.
- Jugar a diferenciar los colores.

ACTIVIDADES PARA NIÑOS EVITATIVOS

NO MIRES LA LUZ

MATERIALES

- Lámpara o foco
- Juego de mesa.

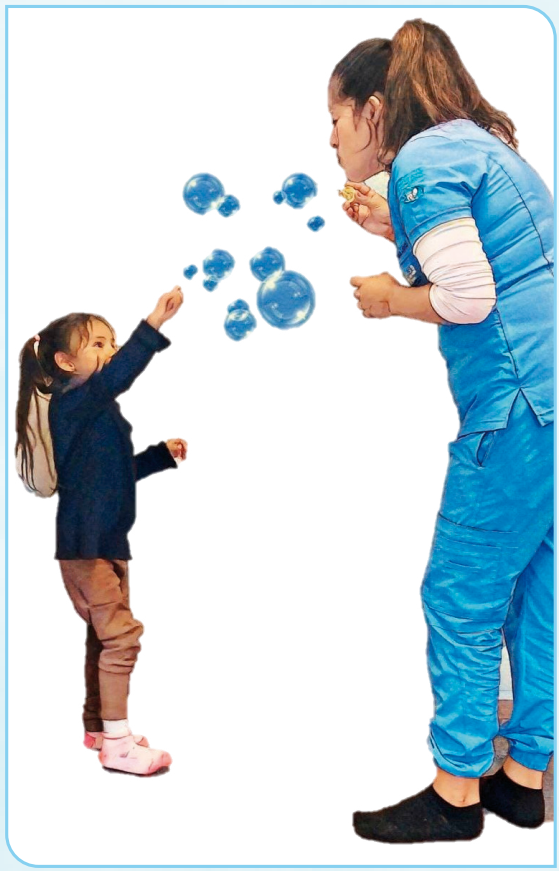
Jugar como usualmente lo hace con la lámpara encendida a una distancia de 2 metros, mientras juega, ir acercando la lámpara (hasta 50 cm).

EXPLOTANDO BURBUJAS

MATERIALES

- Burbujas.

Debajo de un foco o lámpara, soplar burbujas y reventarlas, durante 1 min



COINCIDENCIAS

MATERIALES

- Figuras geométricas coloridas (graduar los colores).
- Caja con las figuras pegadas.

Indicar que identifique, las figuras geométricas y encaje con la forma y color que se encuentra en la caja. También se puede realizar con animales.

CUBRE Y DESCUBRE

MATERIALES

- Linterna o foco.
- Un recipiente de 10 o 20 litros.
- Una pelota.

En un ambiente oscuro con la linterna dentro del recipiente, introducir y sacar el balón.

ACTIVIDADES PARA NIÑOS DE BÚSQUEDA

CAMINANDO A CIEGAS

MATERIALES

- Venda.
- Obstáculos

Vendar los ojos e indicar los colores y objetos con los que entra en contacto.

PASAME Y TE PASO

MATERIALES

- Luces parpadeantes.
- Pelota.

En un ambiente poco iluminado, formar un círculo con luces, jugar con la pelota, mientras cambia la intensidad de las luces.

SISTEMA AUDITIVO

SIGNOS DE ALERTA

EVITATIVOS

- Evita sitios ruidosos, se asusta fácilmente.
- Se focalizan en ruidos insignificantes: problemas de concentración.
- Aumenta el nivel de alerta.
- Grita.
- Se tapan los oídos (forma de bloquear).

BUSCADORES

- No responde a su nombre.
- Parece distraído y no entiende conversaciones, siempre responde: "¿Qué?"
- Escucha o aumenta a un nivel excesivo la televisión.
- Tararea.
- Habla alto estando solo y acerca los altavoces a los oídos.

ACTIVIDADES EN CASA

- Darle instrucciones sencillas.
- Escuchar o repetir sonidos de animales.

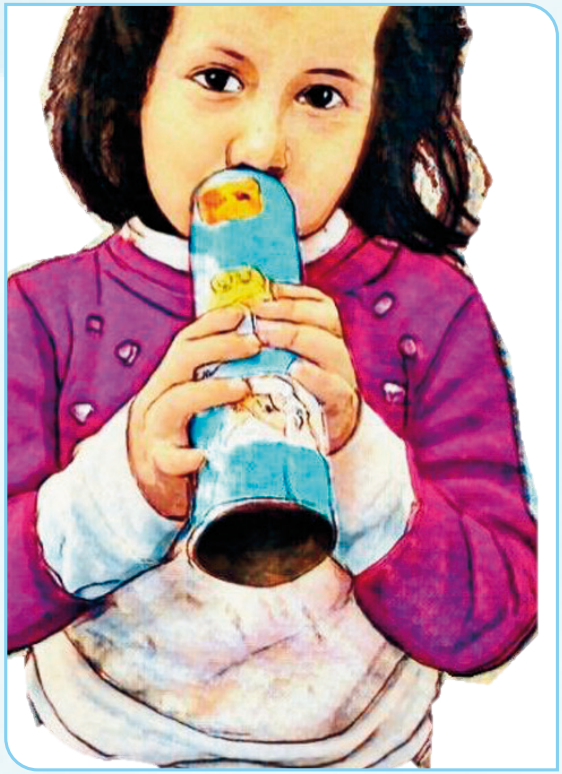
ACTIVIDADES PARA NIÑOS EVITATIVOS

ESCUCHANDO ANIMALES

MATERIALES

- Cartón de rollo de papel.
- Figuras de animales.

Imitar el sonido de cada animal en el altavoz.



SONIDOS DEL TRANSPORTE

MATERIALES

- Cartulina.
- Audios de transporte.

Escuchar el sonido, adivinar e indicar a qué tipo de vía de transporte pertenece.

ACTIVIDADES PARA NIÑOS DE BÚSQUEDA

SONIDOS DE COCINA

MATERIALES

- Licuadora.

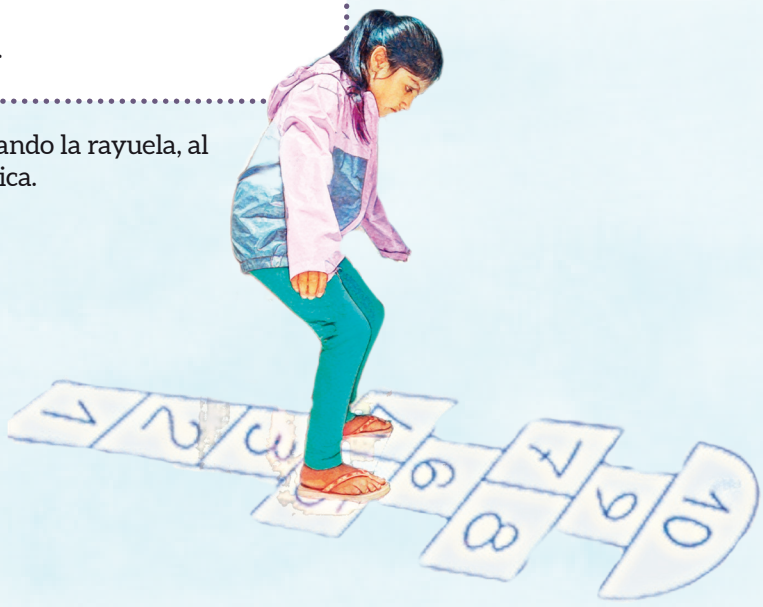
Mediante el ruido de la licuadora, ir graduando e indicando la intensidad del sonido.

AL COMPÁS DE LA MÚSICA

MATERIALES

- Música.
- Rayuela.

Avanzar saltando la rayuela, al compás de la música.



ACTIVIDADES PARA NIÑOS DE BÚSQUEDA

MATERIALES

- Antifaz.
- Campanita.
- Tambor.

El terapeuta creará sonido con diferentes materiales, el niño con los ojos vendados, avanzara, reconociendo de donde proviene el sonido.

→ SONIDOS MISTERIOSOS

MATERIALES

- Instrumentos musicales
- Audios musicales de animales

Dentro de la caja se debe emitir un sonido de instrumentos musicales o de animales, el niño debe adivinar el sonido.

SISTEMA GUSTATIVO

SIGNOS DE ALERTA

EVITATIVOS

- Le desagrada sabores comunes.
- Se limita a pocos sabores, prefiere insípidos.
- Se niega a probar sabores nuevos.

BUSCADORES

- No reacciona a sabores que puedan estar en mal estado.
- Llega a lamer cosas, aunque no sean comestibles.
- Le gustan los sabores fuertes, ácidos y picantes.

ACTIVIDADES EN CASA

- Experimentar sabores
- Búsqueda e identificación de sabores.

ACTIVIDADES PARA NIÑOS EVITATIVOS

POSTRES CON SABORES FAVORITOS

MATERIALES

- Postres dulces calientes o tibios.

Probar los distintos postres e ir identificando sabores y temperatura regulando la sensibilidad a nivel del gusto.

FIGURAS FRUTADAS

MATERIALES

- Frutas dulces (Plátano, manzana, mandarina, naranja, piña, uva, kiwi)
- Recipiente

Facilitar experiencias sensoriales con los distintos sabores, diferenciando entre formas, tamaños, texturas, temperaturas. Pedir que interprete la información captada a través del gusto.

ACTIVIDADES PARA NIÑOS DE BÚSQUEDA

SABORES

MATERIALES

- Limón.
- Miel.
- Pipocas.

Con los ojos vendados, probar los diferentes bocadillos e identificar los sabores.

ALIMENTOS ALEGRES

MATERIALES

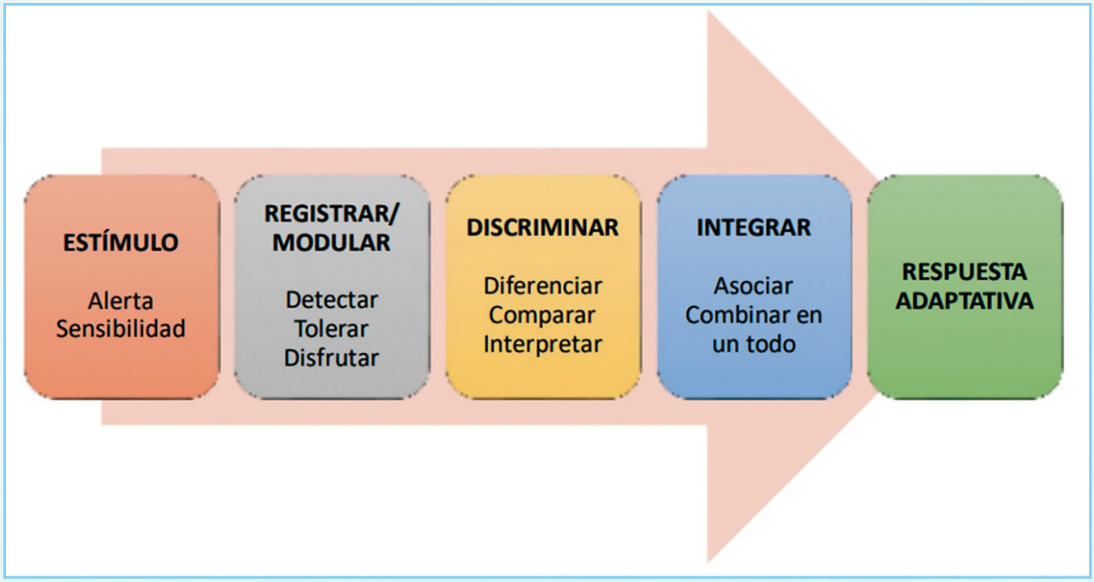
- Alimentos.
- Platos.

Colocar diferentes alimentos debajo de los platos y comenzar a moverlos, para luego escoger solamente uno y con los ojos cerrados para identificar los sabores.

ORGANIZACIÓN DE LA INFORMACIÓN SENSORIAL PARA SU USO

Las sensaciones tanto autogeneradas como percibidas impactan en el nivel de **alerta**, en el momento que tienen un impacto en el sistema nervioso.

Los receptores **detectan** el estímulo, posterior a ello se debe **discriminar** y otorgar alguna característica concreta, saber cómo es ese estímulo, y poder diferenciarlo de otro diferente. Luego llega el momento de **integrar** los estímulos, conseguir información de diferentes sensaciones, asociarla con el cuerpo y con el entorno para dar un respuesta adaptativa.



PERFIL SENSORIAL

SENSIBILIDAD TÁCTIL	SI	NO
Expresa angustia durante el aseo (pelea o llora durante el corte de uñas).		
Frota o rasca el área del cuerpo donde lo han tocado.		

SENSIBILIDAD GUSTO/OLFATO	SI	NO
Evita ciertos sabores u olores de las comidas.		
Se limita el mismo a texturas de una comida en particular y temperaturas.		

SENSIBILIDAD AL MOVIMIENTO	SI	NO
Se vuelve ansioso o angustiado cuando sus pies dejan el suelo.		
Teme caerse o teme a las alturas.		

SENSACIÓN BAJA RESPUESTA/BÚSQUEDA	SI	NO
No parece darse cuenta que su cara o sus manos están sucias.		
Salta de una actividad a otra, de modo que interfiere con los juegos.		

FILTRO AUDITIVO	SI	NO
Se distrae o tiene problemas trabajando, si existe mucho ruido alrededor.		
Parece que no oye lo que usted dice parece ignorarlo.		
Tiene dificultades para prestar atención.		

ENERGÍA BAJA O DÉBIL	SI	NO
Se cansa fácilmente, especialmente cuando está de pie, o mantiene una POSICIÓN particular.		
Se apoya para sostenerse a sí mismo durante una actividad.		

SENSIBILIDAD VISUAL/AUDITIVA	SI	NO
Responde o reacciona negativamente a ruidos inesperados o altos (Llora o se esconde al ruido de la aspiradora, el secador del cabello).		
Se cubre los oídos con las manos para protegerse del sonido.		

VIDEOS

CERRANDO CÍRCULOS

ARTE COLORIDO

FRUTAS ATEMPERADAS

FIGURAS DE COLORES

FIGURA PERDIDA

TEXTURAS DE COLORES

GUARDANDO PELOTAS

SALTANDO

VOLTERETA DE COLORES

COMO SAPITOS

PESCANDO LETRAS

PELOTITAS EN FUGA

DEDITOS DE ARCOIRIS

TRANSPORTANDO PELOTITAS

CANGREJITOS

SUBIDITA

IGNORANDO LA LUZ

EXPLOTANDO BURBUJAS

DESCUBRE LOS OJOS Y SUBE

PÁSAME Y TE PASO

CAMINANDO A CIEGAS

CUBRE Y DESCUBRE EN LA OSCURIDAD

ESCUCHANDO ANIMALES

SONIDOS DE TRANSPORTE

SONIDOS DE COMIDAS

AVANZANDO AL COMPÁS DE LA MÚSICA

BUSCADORES

SONIDOS MISTERIOSOS

FIGURAS LOCAS DE FRUTAS

FIGURAS FRUTADAS

JUEGO DE SABORES

RECONOCIENDO SABORES

ALIMENTOS ALEGRES

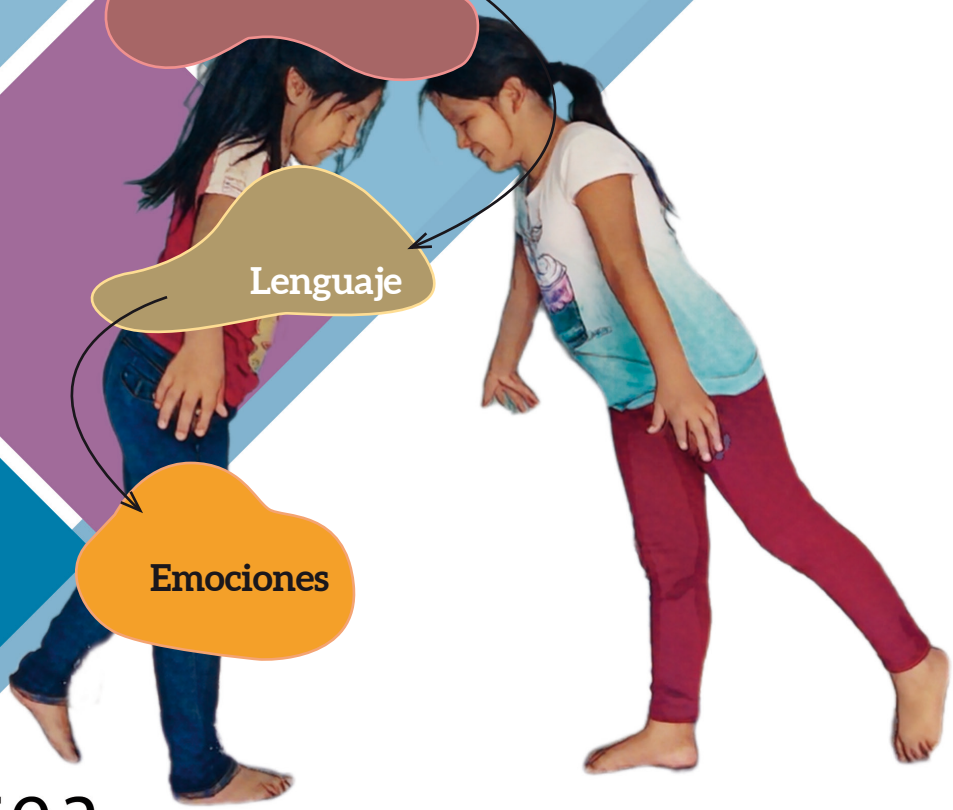
Motrocidad gruesa

Motrocidad fina

Socialización

Lenguaje

Emociones



Área

PSICOMOTRICIDAD

PSICOMOTRICIDAD

Es una intervención con base científica, a través de juegos desarrollando de manera íntegra todas las capacidades motrices, cognitivas, sociales y creativas, logrando su independencia, confianza, seguridad, control de su cuerpo al interactuar y comunicarse con el medio que lo rodea.

ÁREAS

SOCIAL
Desarrollo de relaciones interpersonales.

LENGUAJE
Expresión de pensamientos y sentimientos por medio de la palabra.

COGNITIVO
Procesos mentales como la memoria y el lenguaje.

MOTOR
Utilización del cuerpo.

SENSORIOMOTOR
Relación del movimiento con las emociones.

EMOCIONAL
Respuesta del cerebro ante determinados estímulos.

COGNITIVO Y LENGUAJE
Mejorar la atención, memoria, pensamiento y creatividad.

SOCIAL - AFECTIVO
Desarrollo del contacto interpersonal y manifestación de emociones.

TIPOS DE MOTRICIDAD

- Motricidad gruesa.
- Motricidad fina.

MOTRICIDAD GRUESA

Actividades que implican el movimiento de todo el cuerpo.

Ejemplos saltar, correr, trepar, arrastrarse, bailar.

EVOLUCIÓN DE LA MOTRICIDAD GRUESA DE 0 A 6 AÑOS

PRIMERA ETAPA

Descubrimiento 0-3 años

0- 4 MESES

- Control de cabeza y cuello.

5-7 MESES

- Mantiene erguido el tronco.
- Capaz de sentarse sin ayuda.
- Inicia el gateo.

8-9 MESES

Capaz de ponerse en bipedestación con apoyo de muebles.

10 - 12 MESES

- Se pone de pie.
- Adquiere la marcha lateral.

14 - 24 MESES

Perfeccionan la marcha.

24 -36 MESES

- Sube escaleras.
- Salta con ambos pies.

SEGUNDA ETAPA

Discriminación perceptiva 3-6 años.

3 AÑOS

- Monta en triciclo.
- Corre con seguridad.
- Gira sin caerse sobre sí mismo.

4 - 5 AÑOS

- Trepa y columpia.
- Da volteos.
- Logra pararse en un pie.
- Se mantiene de pie con los ojos cerrados

5 - 6 AÑOS

- Salta en un pie, camina y retrocede talón punta.
- Se balancea y trepa lugares altos.

EVOLUCIÓN DE LA MOTRICIDAD FINA

Movimientos coordinados y precisos que se realizan a través de la mano y dedos. Ejemplo: recortar, doblar, pegar, dibujar, colorear.

0-6 MESES

- Manos semiabiertas.
- Pasa objetos de mano a mano.

6-12 MESES

- Agarre palmar.
- Prensión de los dedos.

12-24 MESES

- Garabatea.
- Arma torre de 4 cubos.

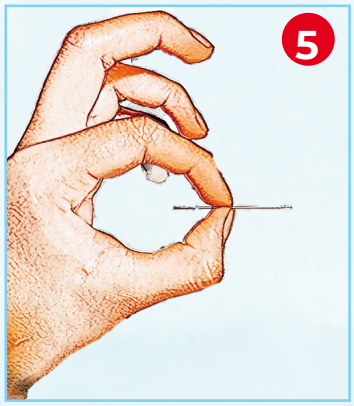
2-4 AÑOS

- Arma torre de 8 cubos.
- Corrige torre.

4-6 AÑOS

- Copia triángulo.
- Dibuja una persona.

TIPOS DE AGARRE DE LA MANO



1. Esférico
2. Lateral
3. Palmar
4. Cilíndrico
5. Punta
6. Gancho
7. Potencia o fuerza
8. Precisión en pinza

DIMENSIONES DE LA PSICOMOTRICIDAD

1. Tono Muscular
2. Coordinación motriz
3. Equilibrio
4. Control Neuromotor
5. Preferencia lateral
6. Adaptación espacial y temporal
7. Esquema Corporal
8. Aspectos psicofuncionales.

- Atención
- Memoria
- Lenguaje
- Cognición

1. TONO MUSCULAR

Grado de tensión del músculo, haciendo posible el movimiento. Permite mantener una POSICIÓN recta y realizar actividades diarias.

2. COORDINACIÓN MOTRIZ

Posibilidad del cuerpo para realizar actividades con precisión y de manera ordenada. Ejemplos: caminar, correr, saltar.

Coordinación ojo-mano.

Coordinación dinámica general.

Coordinación ojo-pie.

3. EQUILIBRIO

Habilidad para controlar el cuerpo en el espacio o recuperar la postura correcta después de realizar un movimiento.

Estático

Dinámico

Con objetos

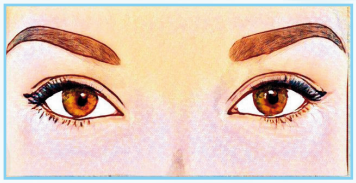
4. CONTROL NEUROMOTOR

Capacidad de ajustarse al plan motor, activación y frenado al momento de realizar una tarea, exigiendo una buena relajación y control respiratorio.

5. PREFERENCIA LATERAL

Predominio para realizar actividades de motor grueso y fino. Se manifiesta en:

Auditivo



Visual

Pedal

Manual

TIPOS DE LATERALIDAD

- **Diestro:** Uso del lado derecho del cuerpo.
- **Zurdo:** Uso de lado izquierdo del cuerpo.
- **Invertida:** Cuando se modifica la lateralidad nativa.
- **Zurdo falso:** Emplea el lado zurdo por algún impedimento, accidente del lado derecho.
- **Ambidiestro:** Utiliza ambos lados del cuerpo.
- **Lateralidad cruzada:** Utiliza el lado derecho en la mano y el lado izquierdo en el pie.

6. ADAPTACIÓN

ESPACIAL

Capacidad para mantener la ubicación de su propio cuerpo en función de la POSICIÓN de los objetos en el espacio.

TEMPORAL

Capacidad de realizar movimientos que impliquen orden o series consecutivas.

Desarrolla nociones temporales como:

- Orden: rápido-lento.
- Orientación: antes-después.
- Estructuración: cruza espacios al ritmo de los aplausos.

7. ESQUEMA CORPORAL

Conocimiento y relación mental que se tiene del propio cuerpo, posibilidades de movimiento y limitaciones espaciales.

8. ASPECTOS PSICOFUNCIONALES

FASES DE LA SESIÓN DE PSICOMOTRICIDAD

Se organiza a partir de 2 rituales y 2 fases (motora y psicológica).

➜ RITUAL DE INICIO

Iniciar la sesión instaurando normas, fomentando la comunicación y atención.

➜ FASE MOTORA

Fomentar las habilidades para moverse y desplazarse mediante circuitos o actividades tónico motriz.

FASE PSICOLÓGICA

Representación gráfica, oral, plástica de los sentimientos vividos dentro y fuera de la sesión.

➜ RITUAL DE SALIDA

Momento corto de vuelta a la calma y despedida para el cierre de la sesión.

SESIÓN PSICOMOTRIZ

Repetir de 3 a 5 veces cada fase motora.

SESIÓN 1

OBJETIVO

Estimular la adaptación temporal, coordinación motriz, rítmico-motora.

→ 1. RITUAL DE INICIO

Iniciar con un saludo y preguntar: ¿Qué color te gusta? ¿Por qué te gusta ese color?

MATERIALES

- 4 o 5 ula ulas o cinta masking.
- 12 platillos o vasos
- Hoja bond.
- Lápices.
- Colores.

Armar así con los materiales.

→ 2. FASE MOTORA

A.

Saltar con ambos pies por las ula ulas al ritmo de los aplausos.

B.

Saltar con los pies juntos al medio de los dos platillos, luego con los pies separados (el platillo debe quedar al centro) hasta terminar.

→ 3. FASE PSICOLÓGICA

Dibujar y pintar un niño saltando y expresar sus emociones durante la actividad.

→ 4. RITUAL DE SALIDA

Darse un abrazo.

SESIÓN 2

OBJETIVO

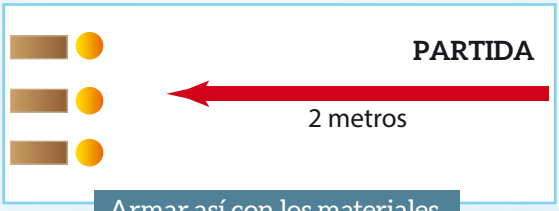
Estimular el control neuromotor, lateralidad pedal y visual.

1. RITUAL DE INICIO

Iniciar con un saludo y preguntar: ¿Qué animal te gusta? ¿Por qué te gusta ese animal?

MATERIALES

- 2 a 3 rollitos de papel.
- 2 a 3 pelotas pequeñas.
- Flechas o piecitos plasmados en una hoja.
- Pinturas,
- Hoja bond.



Armar así con los materiales.

2. FASE MOTORA

A.

Correr hasta llegar a los rollitos de papel y colocar las pelotitas encima.

Armar así con los materiales.

B.

Saltar sobre las huellas de acuerdo al lado que se encuentre (derecha, izquierda, adelante).

3. FASE PSICOLÓGICA

Dibujar los ojos y el pie derecho.

4. RITUAL DE SALIDA

Dar un fuerte aplauso.

SESIÓN 3

OBJETIVO

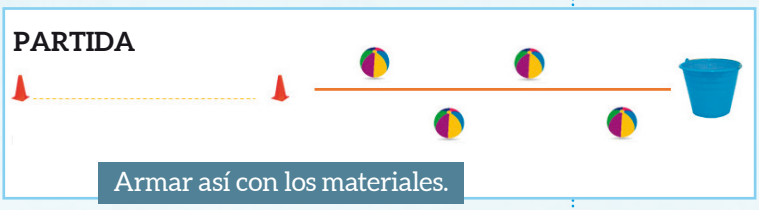
Estimular el equilibrio y lateralidad con objetos.

1. RITUAL DE INICIO

A la voz de tres emitir el sonido de un león.

MATERIALES

- Cinta masking.
- Cuchara.
- Pelota pequeña.
- 4 Vasos.
- Bañador.
- Hojas de colores.



Armar así con los materiales.

2. FASE MOTORA

A.

Colocar la pelota en la cuchara, sujetar con los labios y caminar en línea recta.

B.

Caminar sobre la línea recta recogiendo los vasos hasta colocarlos en el bañador.

3. FASE PSICOLÓGICA

Dibujar las manos y mencionar cuál es la izquierda y derecha.

4. RITUAL DE SALIDA

Un choque de manos.

SESIÓN 4

OBJETIVO

Estimular la coordinación dinámica general y adaptación espacial.

1. RITUAL DE INICIO

Cantar una canción que le guste.

MATERIALES

- 4 o 5 Sillas.
- 4 palos.
- 4 cajas.
- 4 taburetes.
- Plastilina.

Armar así con los materiales.

2. FASE MOTORA

A.

Arrastrarse por debajo de las sillas.

B.

Saltar sobre el primer palo, pasar por debajo del siguiente, seguir la secuencia hasta terminar.

3. FASE PSICOLÓGICA

Hacer una persona con plastilina.

4. RITUAL DE SALIDA

Darse un abrazo.

SESIÓN 5.

➜ OBJETIVO

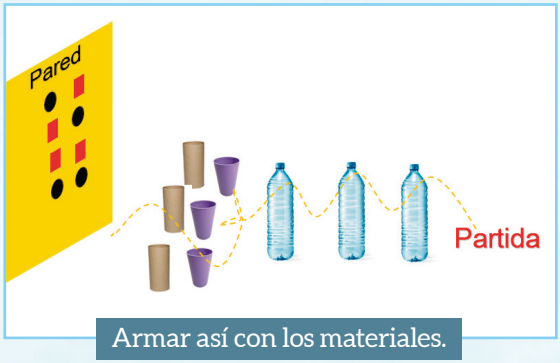
Estimular la coordinación ojo-mano, equilibrio dinámico y cognición.

➜ 1. RITUAL DE INICIO

Cantar una canción que le guste.

MATERIALES

- 3 a 4 rollitos de papel.
- 3 a 4 vasos.
- 3 botellas.
- Hojas de colores (4 círculos, 4 cuadrados).
- Hoja, pegamento, papel crepe.



Armar así con los materiales.

➜ 2. FASE MOTORA

A.

Saltar sobre las botellas

B.

Colocar cada vaso o pelota sobre los rollitos de papel.

C.

Frente a las figuras en la pared, golpear con la palma los cuadrados y con el puño los círculos.

➜ 3. FASE PSICOLÓGICA

Realizar con papel crepe bolitas y pegarlas en la hoja.

➜ 4. RITUAL DE SALIDA

Dar un choque de palmas.

SESIÓN 6

OBJETIVO

Estimular el equilibrio dinámico y estático.

1. RITUAL DE INICIO

Con los ojos cerrados escuche el sonido de la naturaleza.

MATERIALES

- Parlante.
- Música de la naturaleza.
- Masking.
- Colchoneta o frazada.

2. FASE MOTORA

A.

Caminar en zig zag.

B.

Echado boca abajo y cada que se diga "arriba" se debe apoyarse en una rodilla y una mano.

C.

Parados dentro del cuadro, cada que se diga "árbol" pararse sobre un pie.

3. FASE PSICOLOGÍA

Relatar que le dificulto hacer en la fase motora y como se sintió.

4. RITUAL DE SALIDA

Dar un grito fuerte.

SESIÓN 7

OBJETIVO.

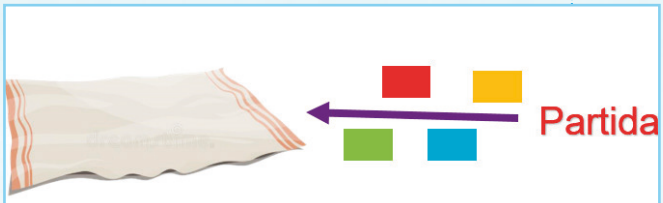
Estimular la coordinación dinámica general y lateralidad pedal.

→ 1. RITUAL DE INICIO

En una ronda levantamos las manos según la indicación.

MATERIALES

- Masking.
- 4 hojas de colores.
- Colchoneta o frazada.



Armar así con los materiales.

→ 2. FASE MOTORA

A.

Saltar con el pie izquierdo y derecho sobre las hojas de color.

B.

En la colchoneta de costado, dar vueltas hasta llegar al extremo.

→ 3. FASE PSICOLÓGICA

Cerrar los ojos e imaginar dar vueltas sobre las nubes, mencionando la dirección de los giros.

→ 4. RITUAL DE SALIDA

Despedirse con un choque de pies

SESIÓN 8

OBJETIVO

Estimular la coordinación ojo-pie, lateralidad auditiva.

→ 1. RITUAL DE INICIO

Entonar una canción que le guste.

MATERIALES

- Masking.
- 3-4 botellas.
- Pelota.
- Acrilex, hoja bond.

Armar así con los materiales.

→ 2. FASE MOTORA

A.

Pararse dentro del cuadrado y saltar con ambos pies al lado donde proviene el sonido (aplauso).

B.

Llevar la pelota en zig zag con los pies.

→ 3. FASE PSICOLÓGICA

Pintar a un niño pateando un balón, al mismo tiempo pedir que pueda contar experiencias buenas y malas durante la actividad.

→ 4. RITUAL DE SALIDA

Dar un abrazo y choque de las palmas.

SESIÓN 9

OBJETIVO

Estimular el esquema corporal.

1. RITUAL DE INICIO

Bailar la canción del gorila.

MATERIALES

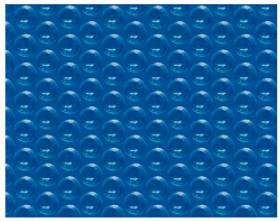
- Pañuelo o chalina.
- Plástico de burbujas (film alveolar).
- Piedras pequeñas.
- Plastilina.

2. FASE MOTORA

A.

Con los ojos vendados pasar sobre el plástico de burbujas y por las piedras.

Partida



Armar así con los materiales.

B.

Imitar la acción de un carpintero, pescador, guitarrista.

3. FASE PSICOLÓGICA

Hacer una persona con plastilina e identificar las partes del cuerpo con un color.

4. RITUAL DE SALIDA

Pedir que invente un saludo de despedida con las palmas y pies.

SESIÓN 10

OBJETIVO

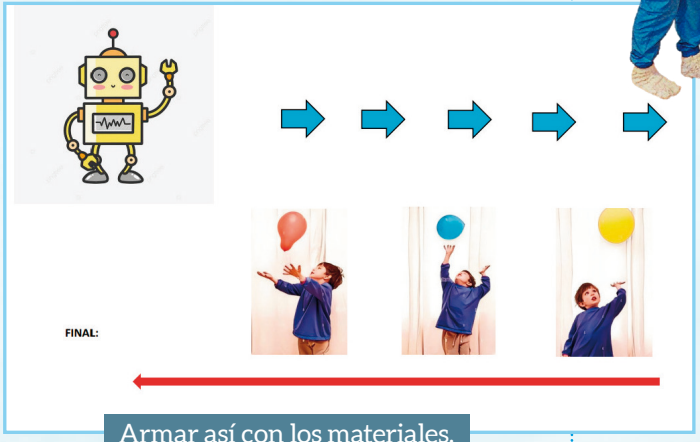
Estimular el esquema corporal, coordinación ojo-mano y el rítmico motor.

→ 1. RITUAL DE INICIO

Con los ojos cerrados escuchar el sonido de la naturaleza.

MATERIALES

- Parlante.
- Música de Tori el robot.
- Globos.
- Hoja de colores.



Armar así con los materiales.

→ 2. FASE MOTORA

A.

Caminar como un robot al ritmo de la música a una distancia de 2 metros.

B.

Mantener el globo en el aire golpeándolo con la parte del cuerpo que se le indica (Mano, pie, brazo).

→ 3. FASE PSICOLÓGICA

Dibujar partes del cuerpo.

→ 4. RITUAL DE SALIDA

Darse un abrazo.

BATERÍA PSICOMOTORA

EQUILIBRIO					
	ÍTEMS	PUNTAJE			OBSERVACIONES
		S	AV	N	
		3	2	1	
EQUILIBRIO ESTÁTICO	Apoyo rectilíneo				
	Punta de los pies				
	Apoyo en un pie				
EQUILIBRIO DINÁMICO	Marcha controlada				
	Hacia adelante				
	Hacia atrás				
	El lado izquierdo				
	Pie cojo izquierdo				
	Pies juntos				
	Adelante				
	Pies juntos atrás				

ESTRUCTURACIÓN ESPACIO-TEMPORAL				
ÍTEMS	PUNTAJE			OBSERVACIONES
	S	AV	N	
	3	2	1	
Organización				
Estructura Dinámica				
Representación Topográfica				
Estructuración rítmica				

PRAXIA GLOBAL						
ÍTEMS		PUNTAJE			OBSERVACIONES	
S 3		AV 2	N 1			
Coordinación óculo manual						
Coordinación óculo pedal						
Dismetría						
Disociación	MMSS					
	MMII					
	Agilidad					

PRAXIA FINA					
ÍTEMS	PUNTAJE			OBSERVACIONES	
	S 3	AV 2	N 1		
Coordinación Dinámico manual					
Tamborilear					
Velocidad de precisión					
Número de Puntos					
Número de Cruces					

S = Siempre

AV = Aveces

N = Nunca

VIDEOS

SESIÓN 1

SESIÓN 2

SESIÓN 3

SESIÓN 4

SESIÓN 5

SESIÓN 6

SESIÓN 7

SESIÓN 8

SESIÓN 9

SESIÓN 10

Área de
RELAJACIÓN

TENSIÓN MUSCULAR

Reacción fisiológica del músculo ante una sobrecarga, provocando tensión y rigidez, que afecta también la respiración.

RELAJACIÓN PROGRESIVA DE JACOBSON

Técnica para enfrentar de mejor manera aquellas situaciones de estrés, logrando reducir la tensión del músculo, controlar los niveles de ansiedad y estrés.

→ PASO 1

Cerrar los ojos, apretar los puños y elevar los miembros superiores (mantener 7 segundos).

Relajar los brazos y los pectorales.

→ PASO 2.

Cerrar los ojos, fruncir la nariz y la frente. Rotar la cabeza de izquierda a derecha. (Mantener 7 segundos).

→ PASO 3.

Arrugar la cara, fruncir el entrecejo, cerrar los ojos, apretar mandíbula, llevar hacia adelante los hombros (mantener 7 segundos). Es importante emplear la técnica de respiración diafragmática.

➔ PASO 4.

Inspirar profundamente y llevar los hombros hacia atrás suavemente, exhalar lentamente (mantener 7 segundos). Durante su realización emplear la técnica de respiración diafragmática.

➔ PASO 5.

Inhale profundamente e infle todo lo posible el abdomen. (Mantener la posición por 7 segundos).

➔ PASO 6.

Elevar y estirar los pies como una bailarina de ballet, tense las pantorrillas, muslos y glúteos (mantenga 7 segundos).

RESPIRACIÓN

Durante la inspiración, los músculos intercostales y el diafragma se contraen, permitiendo que el aire ingrese en los pulmones. Durante la espiración, los músculos utilizados para la inspiración se relajan haciendo que el aire sea expulsado.

MATERIALES

- Ambiente tranquilo.
- 1 colchoneta o cobija.

PASO 1.

➔ RESPIRACIÓN DIAFRAGMÁTICA

Echado mirando al techo, en una superficie plana, colocar una almohada debajo de las rodillas.

Las manos sobre el estómago, inhalar profundamente por 4 segundos y exhalar lentamente.

PASO 2.

➔ RESPIRACIÓN TORÁCICA

Echado, con las manos en el pecho, inhalar profundamente por 4 segundos, dejando que se haga prominente la parte del tórax y exhalar lentamente.

ELONGACIONES

La tensión muscular se manifiesta principalmente en el cuello, concretamente, en el músculo trapecio. Puede aparecer en cualquier grupo muscular que se somete a un estrés excesivo.

BENEFICIOS

- Aumenta gradualmente la frecuencia cardiaca.
- Eleva la temperatura muscular.
- Lubrica las articulaciones, previniendo daños.
- Mayor ventilación pulmonar.
- Disminuye el cansancio.

ELONGACIONES CERVICALES

ELONGACIÓN DORSAL

ELONGACIÓN ABDOMINAL

ELONGACIONES LUMBARES

PAUSAS ACTIVAS EN EL TRABAJO

Son descansos breves, 10 -15 minutos de duración, donde se realiza:

- Ejercicios de respiración
- Estiramientos
- Cambios de postura

BENEFICIOS DE LAS PAUSAS EN EL TRABAJO

- Capacidad de concentración en el trabajo.
- El autocuidado y práctica de actividad física.
- Disminución del estrés.
- Mejora del ambiente laboral.

BENEFICIOS FÍSICOS

- Reduce el riesgo de lesiones.
- Mejora la flexibilidad del cuerpo
- Mejorar la habilidad para relajarse.
- Mejora la postura.

- Mejora e impulsa la circulación

sanguínea.

- Disminuye la tensión muscular.

RELAJACIÓN INFANTIL TÉCNICA KOEPPEN

Es una técnica de relajación muscular, útil para detectar la tensión. De esta manera se puede relajar por cuenta propia, en situaciones que generen ansiedad o miedo.

En reconocer el nivel de tensión muscular que experimentan en diferentes partes del cuerpo, se realiza a través del entrenamiento mediante ejercicios de tensión y relajación muscular, aprendiendo a identificar qué músculos están afectados.

➜ BENEFICIOS PSICOSOMÁTICOS

- Detectar y disminuir la ansiedad.
- Disminuir la tensión muscular y emocional.
- Mejorar el reconocimiento y manejo de sus propias emociones.
- Mejorar la calidad de sueño (dormir antes y mejor).
- Mejorar en general el bienestar físico y emocional.

EJERCICIOS

1 - Respiración

Echado mirando al techo o sentado en una silla, sosteniendo un globo, inhalar profundamente y exhalar lentamente.

2 - Brazos y Manos

Sentado o parado con ayuda de pelotas de goma, realizar presión con las manos produciendo tensión en el antebrazo, buscando la relajación.

3 - Brazos y Espalda

Apoyado sobre las rodillas estirar los brazos y manos, luego retornar al punto de inicio. (Como un gato que quiere estirarse).

4 - Espalda y Cuello

Sentado o parado, elevar los hombros hacia las orejas, simulando ocultar la cabeza, (imaginar ser una tortuga).

5 - Cara y Nariz

Parado o sentado, imagine que tiene un enorme chicle dentro la boca e intente masticar.

En una posición cómoda realizar gestos con los músculos de la cara. Simulando que una abeja tiene la intención de picar la nariz.

6 - Estómago

Echado mirando al techo imaginar que un elefante le pisa el estómago.

TÉCNICA DE ALEXANDER

Busca la movilidad del cuerpo con un máximo equilibrio, así como la coordinación con un mínimo esfuerzo para conservar tanto flexibilidad como elasticidad de articulaciones, tendones y ligamentos.

EJERCICIOS

1. SENTADO - PONERSE DE PIE

Sentarse y levantarse 5 veces, en cada repetición alinear correctamente cabeza, cuello y tronco.

2. SENTADO

Sentarse y levantarse 5 veces, en cada repetición incrementar 3 segundos de descanso. Alinear correctamente la columna vertebral.

3. AHHH, SUSURRO.....

Con la punta de la lengua sobre la arcada inferior inspirar, al momento de exhalar, con la boca abierta producir el sonido ahhh!. Relajar los músculos.

TEST DE EVALUACIÓN EN RELAJACIÓN Y RESPIRACIÓN KEIRAKU

FECHA DE EVALUACIÓN: ……/……/…… MEDICACIÓN:……

NOMBRE: …… EDAD:…… OCUPACIÓN……

ANTECEDENTES PATOLÓGICOS: ……

……

……

ÁREA RESPIRATORIA

Saturación de oxígeno aprox.

TIPO DE RESPIRACIÓN: Marque con una x la respuesta

- Respiración con movimientos torácicos
- Respiración con movimientos diafragmáticos
- Respiraciones mixtas

FRECUENCIA CARDIACA:…… . ……. FRECUENCIA RESPIRATORIA: ……

TENSIÓN MUSCULAR

Verifique si presenta molestias en las distintas posiciones.
Mantener la cabeza en las distintas posiciones durante 10 segundos.

CALIFICACIÓN

0 = LEVE
1 = MODERADO
2 = SEVERO

Observaciones:

.....

.....

.....

.....

.....

FLEXIÓN
.....

EXTENSIÓN
.....

LATERALIZACIÓN D
.....

LATERALIZACIÓN I
.....

DOLOR

Marque las áreas donde siente molestias.

- Entumecimiento = + + + + +
- Pinchazo/agujas = X X X X X X
- Ardor = ooooooooo

Señale la intensidad del dolor representada en la escala numérica del 0 al 10.

Pautas Cognitivo Conductuales
PARA MADRES Y PADRES

PAUTAS COGNITIVO CONDUCTUALES PARA MADRES Y PADRES

SESIÓN Nº 1.

BIENESTAR PSICOLÓGICO

Estado de salud mental que contribuye en los sentimientos de optimismo, confianza, compromiso, felicidad y sensación de satisfacción con uno mismo.

Se relaciona con la adaptación positiva, el afrontamiento de adversidades y reducción de los factores de riesgo relacionados con los problemas de salud.

La gente lucha en su día a día afrontando los retos que se van encontrando en sus vidas, ideando modos de manejarlos, aprendiendo de ellos y profundizando su sensación de sentido de la vida.

→ AUTOACEPTACIÓN

Persona que se acepta a sí misma plenamente sin condiciones; implica encontrar la paz interior, librarse de las barreras psicológicas y sociales que nos impiden hacerlo, tales como el rechazo por nuestras características físicas o rasgos de personalidad.

→ RELACIONES POSITIVAS

Consiste en tener trato de calidad con las demás personas.

→ AUTONOMÍA

Sensación de elegir por ti mismo, tomar propias decisiones, incluso si van en contra de la opinión mayoritaria, mantener la independencia personal y las convicciones.

➜ PROPÓSITO DE VIDA

Tener metas, objetivos y motivaciones que nos permitan dar un sentido a nuestra vida.

➜ CRECIMIENTO PERSONAL

Consiste en sacar el mayor partido a los talentos, habilidades, utilizando todas las capacidades, desarrollando potencialidades y seguir creciendo como persona.

"Amor propio es saber que tú eres la única persona responsable de tu bienestar emocional"

➜ ACTIVIDADES PERMANENTES

INSTRUCCIONES

Piense y anote cosas que le gusta hacer sola o en compañía.

No hay respuesta correcta, recuerde que solo Ud. sabe lo que le gusta hacer.

TAREA

- Escriba pensamientos que tenga en la semana (positivos o negativos).
- Dibuje su árbol familiar y realice un listado de amigos cercanos.

➜ ¿QUÉ ES LO QUE LE GUSTA HACER?

1. .....

2. .....

3. .....

4. .....

5. .....

SESIÓN Nº 2.

ESTRÉS

Estado de tensión física y/o emocional.

Puede provenir de cualquier situación o pensamiento que lo haga sentir frustrado, furioso o nervioso. Se expresa como una reacción del cuerpo a un desafío o demanda.

En pequeños episodios, puede ser positivo, como cuando le ayuda a evitar el peligro o cumplir con una fecha límite; pero cuando el estrés dura mucho tiempo, puede dañar su salud.

➜ INDICADORES DE ESTRÉS

- Falta de sueño.
- Dolor de cabeza.
- Cansancio constante.
- Dolor en el pecho.
- Inquietud.
- Sensación de malestar o mareo.
- Dificultad respiratoria.
- Problemas menstruales.
- Tensión muscular.
- Indigestión.
- Estreñimiento.
- Tics nerviosos.
- Aumento de la tensión arterial.
- Problemas sexuales.
- Calambres o espasmos musculares.
- Exceso o falta de apetito.
- Hormigueos.
- Tendencia a sudar.

➜ SIGNOS DE ESTRÉS

- Dificultad para tomar decisiones.
- Incapacidad para mostrar verdaderos sentimientos.
- Problemas de concentración.
- Cambios de hábitos alimenticios.
- Negar que hay problemas.
- Llanto frecuente.
- Beber o fumar demasiado.

MANEJO DEL ESTRÉS

- Ser consciente de que el estrés está siendo un problema para usted, es el primer paso para vencerlo.
- Ordene sus preocupaciones, dividir entre las que se pueden realizar y las que no. No tiene sentido preocuparse por cosas que no van a cambiar.
- No exija demasiado: Tratar de ponerse realista.
- Tratar de concentrarse en el presente: No insistir en preocupaciones pasadas o futuras.
- Mejorar su estilo de vida: Comer adecuadamente, hacer ejercicios, dormir suficiente.
- Confiar en alguien: No mantener las emociones reprimidas.
- Aprender a relajarse: Dedique cada día un tiempo a la recreación y al ocio.
- Practicar nuevas formas de relajación.

ACTIVIDAD Nº 1

IDENTIFICANDO PENSAMIENTOS NEGATIVOS

→ INSTRUCCIONES

Recordar algún acontecimiento que le haya generado pensamientos negativos

A) El acontecimiento:
- *¿Qué ha ocurrido?*

B) Evaluación sobre lo que ha pasado:
- *¿Qué creo que ha pasado?*

C) Emoción que nos genera y lo que hacemos:
- *¿Cómo me siento después de lo que ha pasado?*
- *¿Cómo actúan?*

D) Cuestionar los pensamientos negativos:
- *¿Qué pruebas reales hay para pensar lo que estoy pensando?*

E) Nuevo pensamiento racional:
- *¿De qué te sirve pensar eso?*

Anote las respuestas de cada instrucción.

A. Acontecimiento	B. Evaluación	C. Emoción y conducta	D. Debate y cuestionario	E. Nuevo pensamiento

ACTIVIDAD Nº 2

RESPIRACIÓN - RELAJACIÓN

Mejorar su estilo de vida:

Comer saludable, hacer ejercicio físico - respiratorios, relajar los músculos tensionados y dormir lo suficiente.

TAREA

MATERIALES

- Cuaderno
- Lápiz o bolígrafo.

Listado de nuevos pensamientos.

Anotar dentro del recuadro cómo le fue en la semana, qué eventos importantes tuvo, qué le generaron y cuál fue su conducta ante ellas.

Eventos	Pensamientos	Emociones	Conducta
1			
2			
3			
4			

SESIÓN N° 3

ANSIEDAD

Respuesta mental y física que se produce ante situaciones de peligro como mecanismo de defensa del organismo y por tanto, no necesariamente es negativa.

El OBJETIVO no es suprimirla, sino aprender a controlarla.

Se trata de vivir con menos ansiedad y no de vivir sin ansiedad.

→ MANIFESTACIÓN DE LA ANSIEDAD

Afecta de forma negativa, cuando la preocupación es recurrente y excesiva. Esta preocupación excesiva impide que la persona pueda realizar sus actividades de la vida cotidiana.

SÍNTOMAS

- Preocupación excesiva a diversos sucesos durante un mínimo de seis meses.
- Difícil controlar la preocupación.
- Aumento de síntomas físicos que causan malestar significativo o deterioro de los eventos importantes de la vida.

MANEJO DE LA ANSIEDAD

Al principio puede resultar difícil poder cambiar los pensamientos que provocan ansiedad, pero es necesario darse un tiempo solo y pensar, que pasó por su mente momentos antes de que sienta ansiedad.

- Pedir una opinión de un familiar o amigo que vio desde afuera cuando usted entró en una crisis de ansiedad.
- Reflexionar sobre las situaciones que le generan ansiedad.
- Pensar sobre la situación que le provocó ansiedad y preguntarse si las conclusiones a las cuales llegó son realistas, por ejemplo: “Moriré de la preocupación”.

RECOMENDACIONES

Las siguientes pautas pueden ayudar a sentirse menos ansioso y a realizar de una mejor forma sus actividades sin que le cause preocupación. De la misma forma, podrá organizar de mejor manera los tiempos que usted emplea en cada actividad que realiza.

- Delegue responsabilidades: Es probable que algunas o muchas de las tareas que realiza puedan ser llevadas a cabo por otras personas: Miembros de la familia, compañeros de trabajo, subordinados.

- Aprender a decir no: Un motivo para no acabar las actividades planeadas es tener que satisfacer las demandas inesperadas por parte de otros. Tenemos derecho a decir que no se tiene tiempo y que por otro motivo no puede hacerlo.

- Ajustar al plan previsto: Como hacer una actividad y no comience otras actividades asociadas que son innecesarias o no prioritarias.

- Intente acabar la actividad que comienza: No salte de una actividad a otra dejando detrás un montón de actividades parcialmente realizadas.

ACTIVIDADES

INSTRUCCIÓN

Identifique los acontecimientos que le generan ansiedad:

- ¿Cómo se manifiestan físicamente?
- ¿Qué actividades realizaría para reducir los síntomas de ansiedad?

TAREA

→ PLAN DIARIO DE ACTIVIDADES

Aplica este plan diario para organizar tus actividades.

→ INSTRUCCIONES

- Escribir en la primera columna el horario de la actividad que desea cumplir cada día.
- En la segunda columna anotar la actividad "por realizar".
- En la tercera columna marcar una vez concluida la tarea.

MATERIALES

- Cuaderno
- Lápiz o bolígrafo
- Silla o manta para el piso.

Hora	Por realizar	Realizado

SESIÓN Nº 4

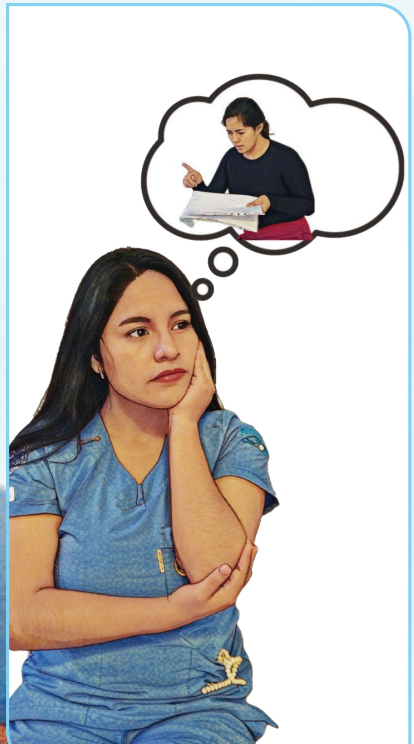
DEPRESIÓN

Condición caracterizada por un bajo estado de ánimo y sentimientos de tristeza, asociados a alteraciones del comportamiento, con diferentes niveles de actividad y pensamiento.

Siente: tristeza, pérdida de interés o placer, sentimientos de culpa o falta de autoestima, trastornos del sueño o del apetito, sensación de cansancio y falta de concentración. Si estos síntomas le acompañan por muchos días, es importante pedir ayuda.

CÓMO IDENTIFICAR PENSAMIENTOS DAÑINOS

Realizar una lista de los problemas generales, esto nos dará a entender cómo reaccionar a situaciones del día a día y podamos delimitar e identificar problemas individuales.



- Pensamientos de todo o nada.
- Desecha los pensamientos positivos.
- Saca conclusiones erróneas.
- Lee la mente o predice malos acontecimientos.
- Toma los sentimientos como si fueran la única realidad.

ACTIVIDAD

→ TÉCNICA DE LA TRIPLE COLUMNA

Aprender a cuestionar la evidencia que tiene para mantener un determinado pensamiento automático y a generar interpretaciones más realistas o útiles. Para ello, se usa el autorregistro con 3 columnas:

- **1ra.** Se anota la situación desencadenante del sentimiento desagradable
- **2da.** Pensamientos automáticos relacionados con esa situación y esas emociones negativas.
- **3ra.** Pensamientos alternativos tras valorar las evidencias de la segunda columna.

Situación Desencadenante	Pensamiento Automático	Pensamientos Alternativos

→ MOMENTOS FELICES

Se propone que al final del día busquen 3 aspectos positivos o situaciones positivas que le hayan sucedido y justifique cómo se siente. Pueden ser pequeños detalles. Tomar nota.

SESIÓN Nº 5

DUELO O LA PÉRDIDA

Reacción normal ante la pérdida, ya sea de una persona querida, animal o un objeto.

Es una etapa o evento significativo.

Necesita ser compartida, acompañada y respetada.

"El apoyo emocional recibido en estos primeros momentos es crucial".

➔ NEGACIÓN

Se da de manera inmediata.

Frecuentemente, está relacionada con el estado de shock o de embotamiento emocional.

➔ IRA

Luego de la negación comienza a surgir sentimientos de frustración, de impotencia con respecto a la propia capacidad de modificar las consecuencias de la pérdida.

Sentirse frustrado conlleva a que aparezcan sentimientos de enojo e ira.

➔ NEGOCIACIÓN

Se queda pensando en el pasado para intentar negociar la salida de la herida mientras se piensa en lo diferente o maravilloso que sería todo, si la pérdida no hubiese pasado.

"¿Qué hubiera sucedido si...?"

➔ DEPRESIÓN:

Empieza a asumir de forma definitiva la realidad de la pérdida, y ello genera sentimientos de desesperanza, junto con otros síntomas típicos de los estados depresivos, como el aislamiento social o la falta de motivación.

➜ ACEPTACIÓN:

Comienza el estado de calma asociado a la comprensión.

Se trata de aprender a convivir con esta pérdida y crecer a través del conocimiento de los sentimientos:

"Todo va a estar bien"

➜ SENTIMIENTO DE CULPA

Sentimiento que se experimenta después de que se haya dicho o hecho algo, que considera un error y de lo que se siente responsable.

A pesar de ser una experiencia desagradable, es una reacción común y normal.

ACTIVIDAD

➜ PARTIR DE LA PROPIA EXPERIENCIA

Intente pensar en tres momentos en su vida, que haya experimentado lo que usted considere que ha sido un:

- Duelo
- Crisis personal
- Trauma

Si está seguro de no recordar ninguna situación personal en alguno de los tres supuestos, puede pensar en alguien muy cercano a Ud. Una vez se haya dado tiempo suficiente para pensar cada una de las tres situaciones.

Responda:

a) ¿Puede proponer una definición de duelo desde su experiencia?

b) ¿De crisis?

c) ¿De trauma?

TAREA.

MATERIALES

- Cuaderno.
- Lápiz o bolígrafo.
- Silla y manta para el piso.

INSTRUCCIÓN

Piense 5 minutos y responda las siguientes preguntas:

- ¿Qué sentimiento de culpa experimenta en este momento?

.....

.....

- ¿Cómo enfrenta o actúa con este sentimiento de culpa?

.....

.....

- ¿Qué acontecimiento ocasiona este sentimiento de culpa?

.....

.....

- ¿Qué emociones siente en este instante?

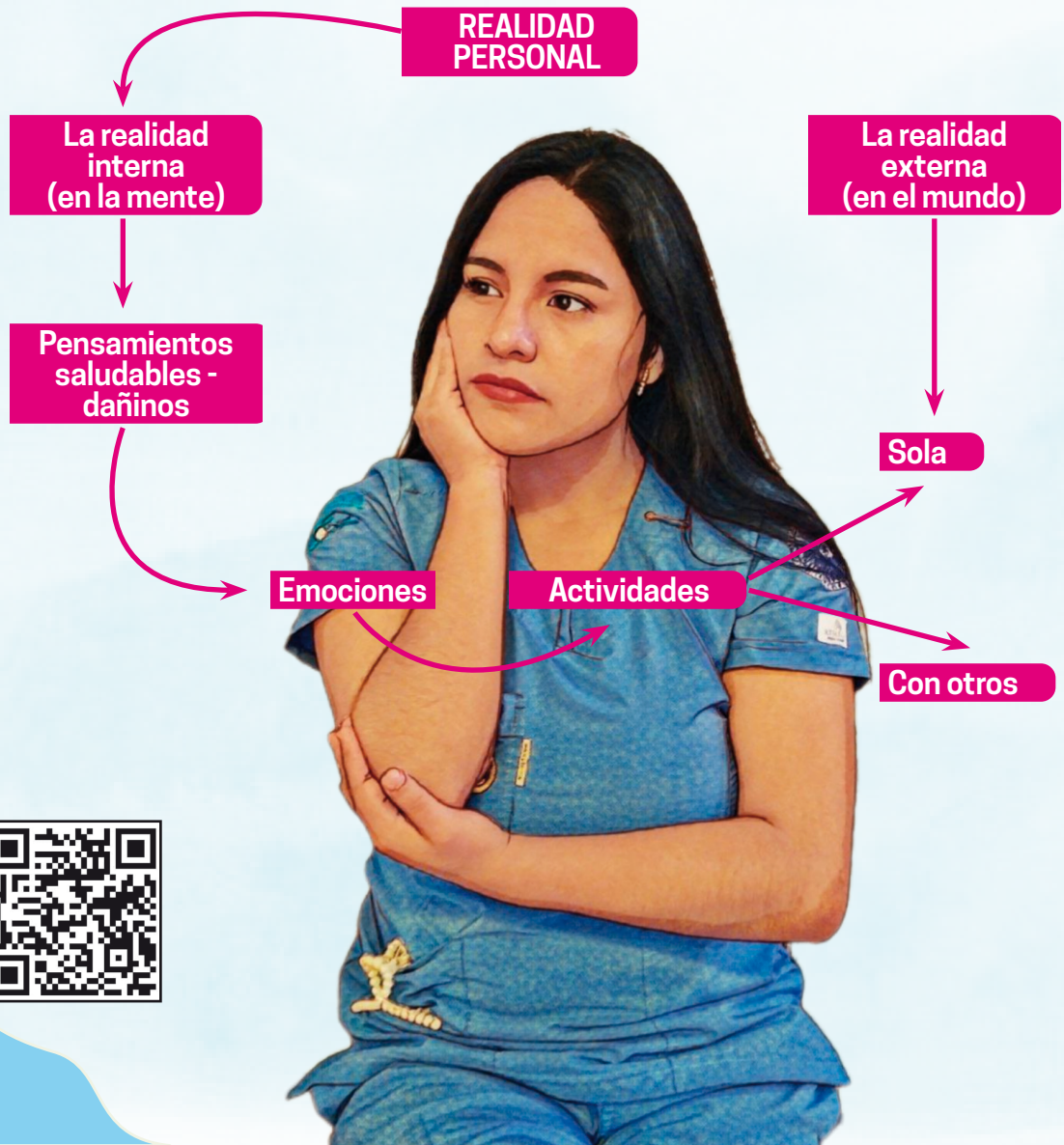
.....

.....

Sesión Nº 6

PENSAMIENTOS SALUDABLES Y PENSAMIENTOS DAÑINOS

Aclara tu mente piensa en tu realidad personal



→ EJEMPLOS

Formas de pensamiento negativo	Pensamientos característicos
• No reconocer los propios méritos. • Si las cosas van bien, es por la suerte o por lo que otro está haciendo.	• Solo es gracias a la suerte que mis hijos están saludables.
• No, creer en la propia capacidad.	• Nunca podré realizar esta tarea.
• Culparse si las cosas salen mal, creer que es siempre el culpable.	• Si mi hijo se enferma, siempre es por mi culpa, no soy una buena madre.
• Adivinar pensamientos ajenos .Opinión negativa acerca de cómo la ven las demás	• Los otros piensan mal de mí.
• Darse por vencida antes de tratar.	• No sirvo para esto.

ACTIVIDAD

Algunos pensamientos nos ayudan a sentir bienestar en nuestras vidas y nos dan energía y esperanza. Pero hay otros pensamientos que nos hacen sentir mal, cansados y deprimidos.

INSTRUCCIÓN

Repase esos pensamientos que la ayudan, y los que le abruman o agobian. Anote en los cuadros de abajo.

→ TAREA

Escriba en una lista, que tipo de actividades le generan pensamientos saludables y dañinos.

PENSAMIENTOS SALUDABLES	PENSAMIENTOS DAÑINOS

SESIÓN Nº 7

AUTOCONTROL

Son conductas que reducen la posibilidad de un desorden comportamental, que se activa ante una situación conflictiva.

Implica:

- Un reconocimiento de la responsabilidad del problema.
- Tomar en cuenta al entorno o ambiente, ya que influye en la determinación del comportamiento.

➔ ETAPAS DEL AUTOCONTROL

- **Auto observación:** La persona observa su comportamiento a modificar y también los registra.

- **Autoevaluación:** La persona establece normas, reglas para cumplir los OBJETIVOs que se plantea. Mismos que deben contrastar con el cambio de comportamiento.

- **Auto refuerzo:** La persona se auto administra las consecuencias ya sean positivas o negativas. Cabe mencionar que es un procedimiento cuyo OBJETIVO principal es poder generar una autorregulación del comportamiento.

- La persona se centra en sí misma como agente de cambio frente a una situación en la que existe la posibilidad de realizar conductas contrarias con el OBJETIVO de mejorar la misma.

ACTIVIDAD

Al enfadarnos, nos colocamos nervioso o nos irritamos

GLOBO

Imaginar que somos un globo, que se infla poco a poco y vuela alto. Acompañar con una inspiración y espiración lenta.

→ TAREA

Cuando estamos enojados , nos ponemos nerviosos e irritados, lo que produce conductas de enojo, irá, agresividad con nosotros mismos o con los que nos rodean.

→ OBJETIVO

- Reducir los pensamientos rumiativos.
- Excluir pensamiento indeseable.

CONSIGNA

1. Pensar intencionalmente en el problema que tanto nos perturba, en lugar de intentar evitarlo, ignorar o huir de él. Para esta consigna debemos aislarse e ir a un espacio tranquilo, las primeras veces, cuando ya se adquiere la práctica no es necesario.	**2.** Centrarse en ese momento (aunque nuestra ansiedad se eleve), mantenerse así durante 1 minuto. Cuando el pensamiento malo o negativo está en su nivel más alto, la ansiedad, el miedo sean muy intensos, gritar fuerte la palabra “stop” o “basta” buscando detener ese episodio.

SESIÓN Nº 8

EVITACIÓN DE RECAÍDAS:

DIFERENCIAR LA CAÍDA CON LA RECAÍDA:

- La caída es la ocurrencia de la conducta problema una sola vez en el tiempo sin que se vuelva a repetir. Es decir, la persona vuelve con las conductas negativas y al darse cuenta de ello pone todos los mecanismos en marcha para no continuar haciéndolo.

- Recaída. Reaparición de un nuevo episodio de depresión tras la recuperación. Por ello hay que centrarse en la caída, si ocurre, para no llegar a decaer, así sea más fácil enfrentarse a un desliz.

ENFRENTAR UNA CAÍDA O RECAÍDA

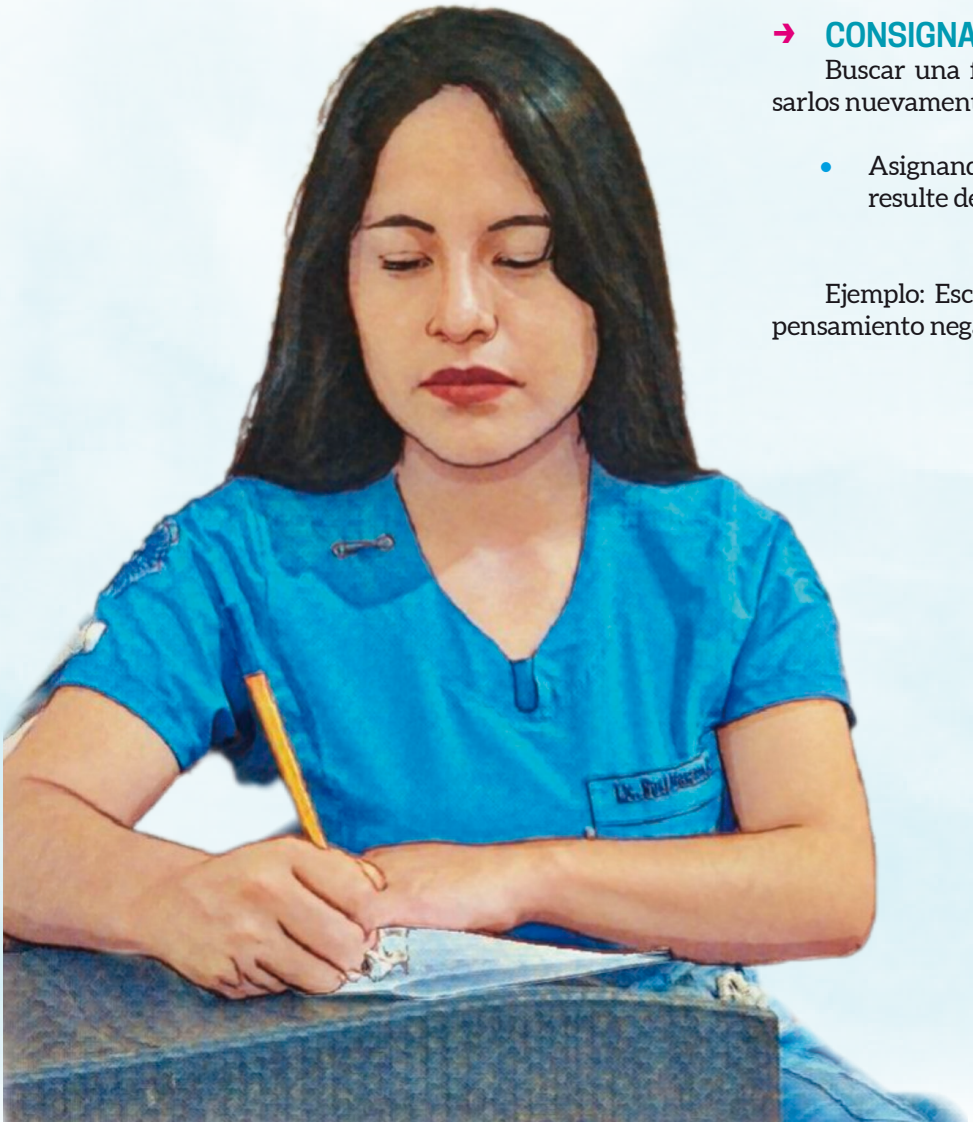
- Deténgase, obsérvese y escúchese.
- Haga un plan para recuperarse inmediatamente.
- Pida ayuda si ve que la precisa. Si cree que no puede superar por sí mismo su problema, otros podrán ayudarle eficazmente.
- Revise la situación que le ha llevado a esa conducta negativa.
- Renueve su compromiso de abandono de su dependencia de esa conducta negativa.
- Tranquilícese, no se rinda, suelte sus pensamientos y sentimientos negativos.

DETECTALO Y EXPULSALO

Muchos pensamientos que nos afectan de forma negativa aparecen sin esperarlo, pero por la sensación que se transmite podemos identificar si son positivos o negativos.

OBJETIVO

Asignar a cada pensamiento una forma física para eliminar más fácilmente porque deja de ser abstracto (algo que no se percibe).



CONSIGNA

Buscar una forma de detectarlos y expulsarlos nuevamente:

- Asignando una imagen de algo que resulte desagradable.

Ejemplo: Escribir en una hoja de papel el pensamiento negativo y desecharlo.

ACTIVIDAD

Relajación de Jacobson es una técnica que nos ayuda a enfrentar de mejor manera aquellas situaciones de estrés logra reducir la tensión del músculo, los niveles de ansiedad y estrés.

BENEFICIOS

- Mejora la calidad de sueño.
- Relaja la musculatura voluntaria.
- Mejor autocontrol.
- Mejora la irrigación sanguínea.

MATERIALES

- Silla o una manta para el piso.
- Ambiente cómodo, con luz tenue (una sala o un jardín).

SESIÓN 9

EMOCIONES

No existen emociones positivas ni negativas, aunque algunas de ellas puedan resultar poco gratificantes o incómodas de experimentar.

- **ALEGRÍA**
  Aparece en los momentos en los que nos encontramos en un entorno seguro, con nuestras necesidades cubiertas. Cuando estamos alegres y contentos, estamos abiertos a la experiencia y somos más sociables.

- **GRATITUD**
  Es el sentimiento que aparece cuando percibimos al darnos cuenta del valor que tiene algo para nosotros.

- **SERENIDAD**
  La serenidad se da cuando todo está controlado y nos sentimos seguros. A diferencia de la alegría, la serenidad genera menos activación fisiológica.

- **INTERÉS**
  Cuando algo nos llama la atención y nos provoca curiosidad o fascinación.

- **ESPERANZA**
  Es un estado mental que surge cuando la situación no es como esperamos. La esperanza está ligada a la resiliencia, y se puede desarrollar. Normalmente, la esperanza tiene que ver con un estilo de pensamiento optimista.

- **ORGULLO**
  Surge ante la percepción de que hemos hecho algo bien

- **DIVERSIÓN**
  Está asociada a actividades agradables, aquello que nos hace sentir bien, generalmente nos divierte.

- **INSPIRACIÓN**
  Cuando vivimos el momento presente y nuestra creatividad nos permite ser más eficientes o eficaces nace la inspiración.

- **ENOJO**
  Sentimiento desagradable que experimentamos cuando nos sentimos contrariados o atropellados por las palabras, las acciones o las actitudes de otros.

ACTIVIDAD

Tu mente es como un vaso que se va llenando de pensamientos, preocupaciones y recuerdos a lo largo de la vida, todos ellos llevan conectada una emoción, cuando el vaso está muy lleno es fácil que te bloquees y sientas ansiedad. Para sentir paz mental y poder pensar con claridad es necesario que de vez en cuando saques de ella esas cosas que ya no te sirven.

Piense en situaciones que le generaron las distintas emociones:

- Miedo
- Preocupación
- Angustia
- Rabia
- Frustración
- Enfado
- Culpa
- Tristeza

Miedo, preocupación y angustia:

.....

.....

Rabia, frustración y enfado:

.....

.....

Culpa y tristeza:

.....

.....

Felicidad y optimismo:

.....

.....

SESIÓN 10

LA TRISTEZA Y CÓMO COMBATIRLA

Tristeza, emoción que activa el proceso psicológico, permite superar desilusiones o fracasos, establece distancia con las situaciones dolorosas para impulsar la interiorización y cicatrización del dolor generado por ellas

- **Llorar si es necesario**. Puede ser relajante y puede ayudarte a liberar endorfinas, que son hormonas relacionadas con el placer, el cual ayuda a recuperarse del estrés y las experiencias traumáticas que se puede experimentar.
- **Acepta la tristeza.** Evitar que las emociones provocan un efecto rebote haciendo que aumente la tristeza.
- **Acepta tu momento y date tiempo.** A veces, la mejor forma de cambiar algo es aceptarlo y dejar de luchar contra ello.
- **Encuentra tu propósito.** Se debe trabajar en el autoconocimiento y averiguar qué nos movilizs para ser feliz y luchar por el nuestro desarrollo personal.
- **Luchar por tus objetivos.** Esto nos ayuda a superar la tristeza y a gozar de un mayor bienestar.
- **Haz deporte.** El ejercicio físico es una de las actividades que más favorecen el bienestar, tanto para la salud como para mejorar el aspecto físico.

- **Sal de la casa.** Es necesario salir a despejar la mente con cosas nuevas ya que respiras aire fresco y te relajas y cambia el pensamiento.
- **Haz algo que te guste.** Esto hace que liberemos dopamina y otros neurotransmisores relacionados con el placer y la felicidad
- **Socializar.** Es imprescindible para nuestra salud mental.
- **No te aísles.** Esto contribuye a hacernos sentir aún peor cuando estamos tristes
- **Habla sobre ello.** Cuando nos sentimos tristes no tenemos por qué pasar por esto solos; debes hablar o desahogarte ya que produce un efecto liberador
- **Cuida tu aspecto.** Encárgate de tu aseo personal, cuidar de nosotros muestra que el amor que nos tenemos

Esto hace que nos centramos en otros asuntos y que dediquemos menos atención a lo que nos preocupa

Tu cerebro produce sustancias que generan sensación de bienestar y felicidad

Mejoras tu autoestima

Tienes más oportunidades de socializar

Te sientes más motivado

Aumenta la confianza en ti mismo al cumplir metas deportivas

ACTIVIDAD

Reconoce las señales físicas que la tristeza provoca. Piensa en una situación que te haya generado emoción de tristeza. Intenta revivir esa emoción, observa tu cuerpo y responde:

- ¿Dónde se localiza la tristeza en el cuerpo?
- ¿Qué sientes en esa parte del cuerpo?

➔ TAREA

De acuerdo con los tips mencionados, realiza una actividad de autocuidado que más te agrade. Ejemplos: salir a caminar, conversar con un amigo cercano, cuidado físico (masajes, tratamientos para la piel, etc.) bailar, cantar.

Responde:

- ¿Cómo te sientes después de realizar la actividad determinada?
- ¿Qué fue lo que más te gustó?

SESIÓN Nº 11

TRABAJANDO INTERESES Y PLACERES

Incapacidad para experimentar placer, la pérdida de interés o satisfacción en casi todas las actividades de la vida. Se considera una falta de reactividad a los estímulos habitualmente placenteros. Constituye uno de los síntomas o indicadores más claros de depresión

➔ SÍNTOMAS

- Pérdida de interés por todas o casi todas las actividades del día a día.
- Pérdida o aumento significativo de peso.
- Cambio en los patrones de sueño: insomnio o exceso de sueño.
- Sensaciones físicas inquietud, agitación o una sensación de "enlentecimiento".
- Fatiga o pérdida de energía casi a diario.
- Sentimientos de inutilidad o culpa sin fundamento.
- Incapacidad para concentrarse, dificultad para pensar y tomar decisiones.
- Pensamientos repetidos de muerte o suicidio.
- Retiro social y dificultades de adaptación a las distintas situaciones sociales.
- Sentimientos negativos hacia uno mismo y los demás

- Reducción de la expresión emocional, incluyendo el tener menos expresiones verbales y no verbales.

- Tendencia a mostrar emociones falsas, pretendiendo mostrar felicidad cuando no se siente.

TIPS PARA AUMENTAR INTERESES Y PLACERES

- El ejercicio físico es un gran aliado para recuperar la salud mental. Lo mejor es ponerse metas pequeñas del deporte que más guste para ir consiguiendo y encontrar la satisfacción en ello.

- Higiene del sueño, dormir siete u ocho horas. Es importante para cualquier persona, los horarios se convierten en clave para volver a una vida normal.

- Buscar actividades que motivan de verdad.

- Salir con los amigos o familiares.

- Otra alternativa es practicar ejercicios de relajación y respiración.

- Renuncia a la comida basura, reduciendo el consumo de cafeína y de azúcar, por ejemplo. Tomar más frutas y verduras, así como pescado fresco también puede ayudar.

- Buscar cosas que puedan ejercer una estimulación positiva en nuestras vidas, como ir al cine, leer algo entretenido, salir con amigos a dar paseos al aire libre, hacer alguna manualidad

ACTIVIDAD

LISTA DE VIRTUDES PROPIAS

Escribir una lista de virtudes propias, comparta dichas ideas a todo el grupo, con el objetivo de fortalecer la confianza en uno mismo y fomentar la creación de vínculos en el grupo

TAREA

Las madres plantean sus propias metas en determinados momentos, se les pedirá que redacten:

METAS A CORTO PLAZO

.....

.....

METAS A LARGO PLAZO

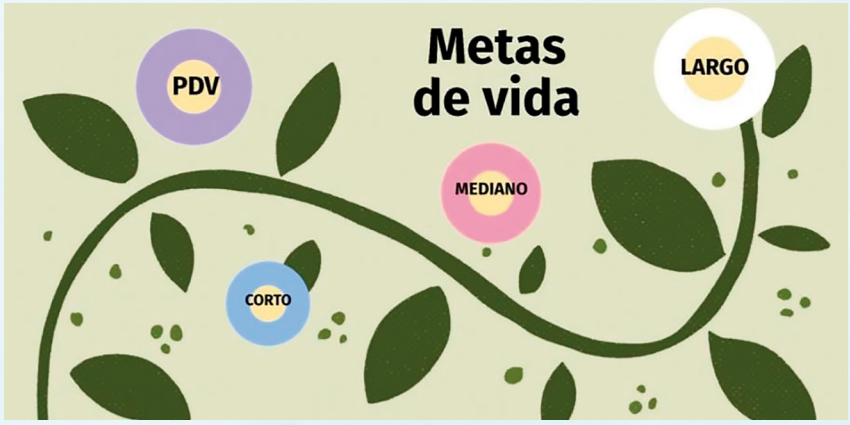
.....

.....

METAS DE LA VIDA

.....

.....



SESIÓN Nº 12

¿CÓMO GENERAR EMOCIONES PLACENTERAS?

Las emociones placenteras son todas aquellas en las que experimentamos cierto grado de placer al sentirlas. Independientemente de la activación fisiológica de cada una de ellas, se trata de una emoción agradable o positiva que se produce como respuesta a un suceso que percibimos como positivo.

Si se habla de la felicidad favorece la recepción e interpretación positiva de los diversos estímulos ambientales, no es fugaz, como el placer, sino que mantiene una relativa estabilidad.

La felicidad facilita la empatía, lo que favorece la aparición de conductas altruistas. Así mismo, favorece el rendimiento cognitivo, la solución de problemas, la creatividad, el aprendizaje y la memorización. Aunque es una reacción paradójica, ya que, los estados muy intensos de alegría pueden enlentecer la ejecución e incluso pasar por alto algún elemento importante en la solución de problemas y puede interferir con el pensamiento creativo.

ACTIVIDAD

IDENTIFICANDO EMOCIONES PLACENTERAS

Anote una emoción, la más significativa que se le venga a la mente:

- ¿Con qué olor asocia esa emoción?

TAREAS

Ayuda a darnos cuenta de los sentimientos positivos que ya hemos vivido y de las situaciones o actividades que los generan.

- Identifica una emoción positiva que desees aumentar. Digamos, por ejemplo, que deseas estar más alegre. Piensa en diferentes circunstancias o actividades que puedan generar esa emoción. Escribe cuantas más puedas.
- Incluir actividades en tu vida diaria que te generen bienestar emocional.
- Este ejercicio emocional es equivalente a la recomendación de comer 5 porciones de frutas y verduras diariamente, ya que protegerán tu salud mental.

SESIÓN Nº 13

CONDUCTAS QUE NOS HACEN BIEN

Una conducta saludable nos ayuda a sentirnos bien ya sea física y emocionalmente, así como también puede influir un entorno favorable, el cual nos permitirá afrontar las situaciones de estrés y ansiedad de mejor manera.

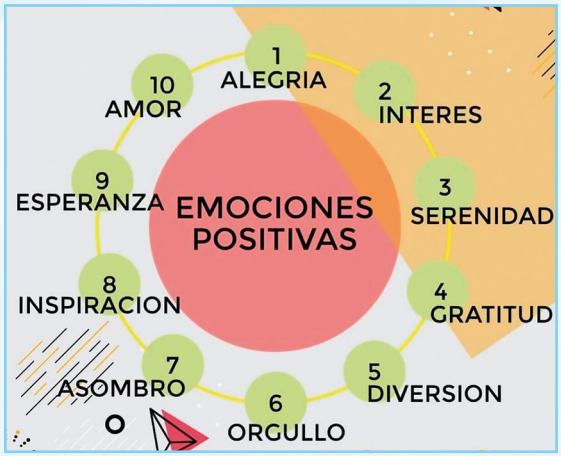
Las conductas que se deben tomar en cuenta:

- **Cuide** su alimentación.
- **Mantener** una buena hidratación y llevar una dieta sana, variada y equilibrada le ayudará a mantener un peso saludable y a reducir el riesgo de enfermedades.
- **Ejercite** su mente.
- **Tener pasatiempos** como juegos de mesa, conversaciones amigables, leer, aprender nuevas habilidades, etc., le ayudarán a mantener su cerebro activo.
- **Evite consumir** sustancias tóxicas como tabaco, alcohol y otras drogas. Estas sustancias pueden traer serios problemas.
- **Realizar actividad** física, ayudará a mejorar la salud y la sensación de bienestar, tales como caminar, bailar, montar en bicicleta o un deporte de equipo.
- **Mantener contacto** con sus amistades y seres queridos.
- **Relacionarse** con la gente que le rodea es saludable.
- **Duerma** lo suficiente porque el cansancio afecta a la concentración, desmotiva y resta energía.
- **Aprenda** a manejar sus emociones.
- **Tenga momentos para usted**, como realizar actividades que le gusten y le relaje (ir al cine, pasear, salir con amistades, etc.).
- **Pida ayuda** cuando lo necesite (familiares y amigos).
- **Hablar** con otras personas sobre cómo se siente le ayudará a ver la situación desde otro punto de vista.
- **Aceptarse** a sí misma generará bienestar

ACTIVIDAD

INSTRUCCIÓN

Realice un listado de las conductas saludables que usted considere que formen parte de su rutina diaria. Recuerde las actividades que realizó en la semana, cuáles le han producido emociones positivas.



→ TAREA

Describa qué actividades de la semana le generan emociones positivas.

MATERIALES

- Cuaderno.
- Lápiz o bolígrafo
- Silla y manta para el piso.

Actividades de la semana	Emociones Positivas

SESIÓN Nº 14

RESILIENCIA Y CÓMO SOBREPONERSE

"La capacidad de una persona para recobrarse fortalecida de la adversidad y dueña de mayores recursos. Se trata de un proceso activo de resistencia, autocorrección y crecimiento como respuesta a la crisis y desafíos de la vida" (Walsh, 2004, p.4).

Ryff y Singer (2003) señalan que las personas resilientes son capaces de mantener su bienestar físico y salud psicológica y sienten la capacidad de recuperarse más rápidamente de eventos estresantes.

¿QUÉ CARACTERIZA A UNA PERSONA RESILIENTE?

- Son conscientes de sus potencialidades y limitaciones.
- Son creativas.
- Confían en sus capacidades.
- Asumen las dificultades como una oportunidad para aprender.
- Ven la vida con objetividad, pero siempre a través de un prisma optimista.
- Se rodean de personas que tienen una actitud positiva.
- No intentan controlar las situaciones, sino sus emociones.
- Son flexibles ante los cambios.
- Son tenaces en sus propósitos.
- Afrontan la adversidad con humor.
- Buscan la ayuda de los demás y el apoyo social

ACTIVIDAD

Dibuje y explique una situación en la que considere que frente a una adversidad tuvo la capacidad de sobreponerse y salir adelante, (logró ser Resiliente).

→ TAREA

Realiza un listado reconociendo aquellas situaciones en las que considere que tuvo la capacidad de sobreponerse ante una adversidad y resalta aquellas virtudes y fortalezas que le ayudaron afrontar dicha situación.

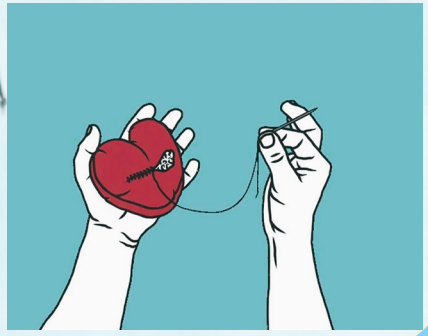
Desarrollar una mentalidad de crecimiento	01
Construya una red de apoyo sólida	02
Practique el autocuidado	03
Cultivar la adaptabilidad	04
Establezca metas realistas y celebre el progreso	05
Buscar oportunidades para el crecimiento personal	06

FasterCapital

MATERIALES

- Cuaderno.
- Lápiz o bolígrafo
- Silla y manta para el piso.

FasterCapital



SESIÓN 15

ENFRENTANDO EL TRAUMA

Recordando la ANSIEDAD en el EMBARAZO y el PARTO

Recuerdas las etapas que fueron vividas con mucho sentimentalismo?

Quizás hipersensible, lloraste más a menudo, con una gran tensión ?

Recuerdas los primeros meses del embarazo, la mamá, tiene más sueño y dormías más horas que antes, pudiste tener náuseas, vómitos y algunos cambios físicos leves.

Sentiste muchos cambios que aumentaban tu ansiedad sobre todo ante la proximidad del parto se acentúa.

Fue un momento de conmoción para la pareja porque:

- Pronto serían tres o más y la responsabilidad aumentaría
- Había que reorganizar las rutinas
- La familia se agranda y los otros hijos también demandan atención
- Mamá se siente limitada, su carácter y su cuerpo cambian

→ Ejercicios

Debemos partir del deseo, de la voluntad sincera de conferir el bienestar ajeno, de abrazar al otro a través de la bondad y el reconocimiento, de pensar en nuestros semejantes de forma positiva e incluso por qué no, esperanzadora.

El momento, posterior al parto, fue de gran importancia ya que se produjeron los primeros contactos piel a piel entre mamá, papá y el recién nacido.

- Recuerda cómo te sentiste?
- Qué pensaron como padres?

A partir de aquí, se hace real el sueño de tener al hijo en brazos. Los papás están inmersos en el bebé, y toda la familia hace homenaje al recién llegado y a la mamá,

Pero luego de saber que iniciaban el camino hacia rutas desconocidas ... (montaña y no a la playa) y se dió el diagnóstico o nos dimos cuenta de que algo no iba bien ...

- **Qué sentimos ?**
- **Qué pensamos?**
- **Qué hicimos!**

Cuando esta situación se produce, no hay visitas, ni alegrías, ni halagos; o bien la mamá está sola, se produce una inmensa depresión que afecta a la famillia

Acompaña esta situación un agotamiento físico y psíquico que no posee más tolerancia.

La mamá se siente sola, con un niño que llora, que no sabemos qué le pasa, si esta bien y que necesita de ella, que tiene que amamantarlo, darle atención que a veces no fue nada fácil.

Por último, queda el siguiente paso difícil, buscar ayuda y esto provoca una gran movilización, el apoyo familiar, profesionales y amigos es imprescindible.

Ejercicio 1. Primero tú ...

Usa la atención plena, un sentido de humanidad común y amabilidad para procesar el evento de una manera más compasiva. Así:

- **Atención plena:** toma conciencia de las emociones dolorosas y escribe cómo te sentiste: triste, avergonzado, asustado, estresado, etc. Mientras anotas, intenta aceptar y no juzgar tu experiencia, sin menospreciarla ni hacerla demasiado dramática.

- **Humanidad común:** escribe sobre cómo tu experiencia se conectó con la experiencia humana en general. Esto podría incluir reconocer que ser humano significa ser imperfecto y que todas las personas tienen este tipo de experiencias dolorosas, vivir es sufrir también ...

- **Amabilidad:** escríbete algunas palabras amables, comprensivas y consoladoras.

Hazte saber que te preocupas por ti mismo, adoptando un tono suave y tranquilizador.

Ejercicio 2. Cambiar tu diálogo interno crítico

Este ejercicio debe realizarse durante varias semanas y eventualmente te permitirá cambiar la forma en que te relacionas contigo mismo a largo plazo.

1. El primer paso para cambiar tu modo de relacionarte contigo es darte cuenta cuando estás siendo autocrítico. Siempre que te sientas mal por algo, piensa en lo que te acabas de decir. Trata de ser lo más preciso posible, tomando nota de tu discurso interno palabra por palabra.

2. Suaviza la voz autocrítica, pero hazlo con compasión, es decir, no uses palabras ofensivas o groseras. Puedes decir algo como «Sé que estás preocupado por mí y te sientes inseguro, pero me estás causando un dolor innecesario. ¿Podrías dejar que mi yo interior compasivo diga algunas palabras ahora?»

3. Replantee las observaciones hechas por tu crítico de una manera amistosa y positiva. Si tienes problemas para hacerlo, imagina lo que un amigo muy compasivo te diría en esta situación

INSTRUMENTOS DE SALUD MENTAL DE LA MADRE O EL PADRE

" Voy a leer cada frase y entonces quiero que elija la respuesta que indique cómo se siente generalmente. No hay respuestas correctas o incorrectas. No pase mucho tiempo con ninguna frase, sino eliga la respuesta que mejor describa cómo se siente generalmente."

"Diría usted que ..."	Casi nunca	A veces	A menudo	Casi siempre
1. Pierdo oportunidades por no decidirme pronto				
2. Veo que las dificultades se amontonan y no puedo con ellas				
3. Soy Feliz				
4. Cuando pienso sobre asuntos y preocupaciones actuales, me pongo tenso y agitado				
VALORES	1	2	3	4

Ansiedad al Momento. "Ahora voy a leer una serie de frases y me gustaría que elija la respuesta que indica cómo se siente ahora mismo, o sea, en este momento."

"Diría usted que ..."	Nada	Algo	Bastante	Mucho
1. Me siento preocupado ahora por posibles desgracias futuras				
2. Me siento satisfecho				
3. Me siento angustiado				
4. Me siento aturdido y sobreexcitado				
VALORES	1	2	3	4

En el último mes ...	Nunca	Casi nunca	De vez en cuando	Frecuentemente	Casi siempre
1. ¿Cuántas veces sintió que no podía controlar las cosas importantes en su vida?					
2. ¿Cuántas veces sintió confianza para manejar sus problemas personales?					
3. ¿Cuántas veces ha sentido que las cosas iban de la forma que usted deseaba?)					
4. ¿Cuántas veces ha sentido que tenía tantas dificultades que no podía solucionarlas?					
VALORES	0	1	2	3	4

Estrés del cuidador

Por favor, piense acerca de los últimos mes pasado y trate de recordar cómo han funcionado las cosas para su familia. Estamos tratando de hacernos una idea de cómo ha sido la vida en su hogar en ese período de tiempo.

Para cada pregunta, por favor indíqueme cuál respuesta (cuál número) es lo que mejor corresponde.

En el mes pasado	Para Nada	Muy poco	Algo	Bastante	Extremadamente
1. ¿qué tan preocupado/a se sintió por el futuro de su niño/a?					
2. ¿qué tan triste o infeliz se sintió debido a los problemas emocionales o de comportamiento de su niño/a?					
3. ¿qué tan cansado/a o tenso/a se sintió debido a los problemas emocionales o de comportamiento de su niño/a?					
4. ¿Tuvo que Interrumpir su tiempo libre debido a los problemas emocionales o de comportamiento de su niño/a?					
5. ¿Se alteraron o afectaron las relaciones entre la familia debido a los problemas emocionales o de comportamiento de su niño/a?					
6. ¿Tuvo que perder días de trabajo o desatender otras actividades importantes debido a los problemas emocionales o de comportamiento de su niño/a?					
7. ¿Tuvo presión económica para su familia debido a los problemas emocionales o de comportamiento de su niño/a?					
VALORES	0	1	2	3	4

Depresión

Le voy a leer unas frases que describen como usted se podría haber sentido. Por favor dígame con qué frecuencia se ha sentido de esta manera durante la semana pasada: raramente o ninguna vez; alguna o pocas veces; ocasionalmente o una buena parte del tiempo; o la mayor parte o todo el tiempo.

Durante la semana pasada, cuantas veces...	Raramente o ninguna vez (menos de un día)	Alguna o poca vez (1-2 días)	Ocasionalmente o una buena parte del tiempo (3-4 días)	La mayor parte o todo el tiempo (5-7 días)
1. Ha sentido que le molestan cosas que usualmente no le molestaban.				
2. Ha sentido que tenía dificultades en mantener su mente en lo que estaba haciendo.				
3. Se sintió deprimida				
4. Sintió que todo lo que hacía era un/con esfuerzo				
5. Se sintió optimista sobre el futuro				
6. Se sintió con miedo				
7. Sintió que su sueño era inquieto				
8. Estaba contenta				
9. Se sintió sola				
10. Sintió que no tenía ganas de hacer nada				
VALORES	0	1	2	3

Cuestionario de apoyo social funcional

Cuestionario Duke - Unc.

Población diana: Población general. Se trata de un cuestionario autoadministrado.

Instrucciones para el paciente: En la siguiente lista se muestran algunas que otras personas hacen por nosotros o nos proporcionan. Elija para cada una la respuesta que mejor refleje su situación. Según los siguientes criterios:	Mucho menos de lo que deseo	Menos de lo que deseo	Ni mucho ni poco	Casi como deseo	Tanto como deseo
1.- Recibo visitas de mis amigos y familiares					
2.- Recibo ayuda en asuntos relacionados con mi casa					
3.- Recibo elogios y reconocimientos cuando hago bien mi trabajo					
4.- Cuento con personas que se preocupan de lo que me sucede					
5.- Recibo amor y afecto					
6.- Tengo la posibilidad de hablar con alguien de mis problemas en el trabajo en la casa					
7.- Tengo la posibilidad de hablar con alguien de mis problemas personales y familiares					
8.- Tengo la posibilidad de hablar con alguien de mis problemas económicos					
9.- Recibo invitaciones para distraerme o salir con otras personas					
10.- Recibo consejos útiles cuando me ocurre algún acontecimiento importante en mi vida					
11.- Recibo ayuda cuando estoy enfermo en la cama					
VALORES	1	2	3	4	5

Pautas en el abordaje de problemas

EN LA CONDUCTA INFANTIL

PAUTAS EN EL ABORDAJE DE PROBLEMAS EN LA CONDUCTA INFANTIL

→ INTRODUCCIÓN

Los problemas de conducta, son una de las quejas más frecuentes por parte de los padres y profesores. Las dificultades para acatar las normas, los comportamientos agresivos o desafiantes, las explosiones de ira y las rabietas son solo algunas de las manifestaciones de un conjunto de problemas que pueden encontrarse en los niños y jóvenes de edades muy diferentes.

Los problemas de conducta pueden convertirse en un obstáculo importante para el desarrollo adaptativo. Aunque el curso evolutivo de estos problemas pueda ser variable existe el riesgo de que se agraven abarcando cada vez más áreas del funcionamiento del niño.

SUPERVISAR Y ELOGIAR PARA MEJORAR

→ LA RELACIÓN ENTRE PADRES E HIJOS

Introducir la noción de «consecuencias positivas para los comportamientos positivos».

Es importante supervisar el comportamiento y elogiar promoviendo un momento especial entre padres e hijos.

→ EJEMPLOS

- Me encanta que te hayas puesto a hacer los deberes sin decírtelo.
- ¡Estoy muy orgullosa de ti!
- ¡Bien hecho!
- ¡Qué buen chico eres!

IGNORAR LAS CONDUCTAS PERTURBADORAS POCO IMPORTANTES

Aplicar la técnica «Ignorar» para responder a la mala conducta.

Ejemplo: En el momento que la mala conducta cese, entonces será cuando el niño reciba atención porque de esta manera estarás reforzando positivamente el buen comportamiento.

MEJORAR LA COMUNICACIÓN FAMILIAR

Es importante la comunicación para mejorar la relación con los hijos.

Ejemplo: Poner en práctica habilidades de escucha activa, centrar toda nuestra atención a lo que nos está diciendo el niño, gestos, palabras, mostrar nuestra buena disPOSICIÓN de escuchar.

MANEJAR EL ESTRÉS Y ENTRENAR EL AUTOCONTROL

Practicar técnicas de relajación basadas en el control de los signos fisiológicos del estrés, para el desarrollo del pensamiento positivo.

Ejemplo:

- Control de la respiración.
- Dibujar o pintar.
- Apretar o presionar un globo lleno de arroz o lentejas en los momentos de frustración.
- Escuchar música.

ESTABLECER LÍMITES

Establecer metas para fomentar la buena conducta. Complementar con un refuerzo tangible usando economía de fichas.

Ejemplo: Establecer un sistema en el que el niño gane puntos o fichas por comportarse de una manera determinada, estas fichas pueden canjearse más tarde por un premio mayor.

APLICAR CONSECUENCIAS LÓGICAS

Explicar las consecuencias para respaldar las órdenes y las reglas.

- No modifique los acuerdos cuando este enojada o apurada.
- Póngase de acuerdo con los miembro de su familia para explicar las reglas y los límites.
- No reaccione de forma sobredimensionada ante situaciones simples.
- Evitar situaciones complejas para castigar después.
- Retirar los privilegios ante el incumplimiento de órdenes y reglas familiares.
- Utilizar los «trabajos extra» como consecuencia negativa de la mala conducta.

APLICAR TIEMPO FUERA

Estrategia utilizada para reflexionar sobre el comportamiento cuando este ha sido inadecuado.

Ejemplo:

- Aislar de todas las cosas que le divierten.
- No recibe atención cuando está en el tiempo fuera.
- No puede interactuar con sus padres ni con ninguna persona.
- Se debe aplicar inmediatamente después del mal comportamiento para que su hijo se de cuenta. Esto reduce las probabilidades de que el comportamiento se repita
- Retire a su hijo del lugar donde se produjo el mal comportamiento. dejándolo seguro en un lugar mientras dure el berrinche. Se le deja aislado de las cosas que le divierten y no recibe atención cuando se aplica esta medida.
- Ponga una manta o colchoneta si el niño quiere autoagredirse y deje la habitación.

ENSEÑAR A LOS HIJOS A RESOLVER PROBLEMAS

Acentuar la importancia de utilizar las técnicas de solución de problemas para afrontar los conflictos en el hogar.

- Promover la aplicación del proceso de solución de problemas con los hijos.
- Problemas con los hijos, validando o respaldando sus buenas actuaciones y escuchándolos antes de reprenderlos.
- Apoyar en las decisiones que su hijo a tomado y guiarle en el proceso de enfrentar los conflictos.

Ejemplo:

Enseñar ante un conflicto la importancia del diálogo, aprender a escuchar, ser flexible, empático y terminar con acuerdos claros.

Guía para detección de rasgos
DE TGD, TEA Y TDAH

GUIA PARA DETECCIÓN ESCOLAR DE LOS TRANSTORNOS DE NEURODESARROLLO

RASGOS DE TRASTORNO DEL ESPECTRO AUTISTA (TEA) TRASTORNO GENERALIZADO DEL DESARROLLO (TDG)

Alteración, de mayor a menor afectación; varía con el tiempo y de una persona a otra, compromete varias áreas del desarrollo (déficits en la comunicación, interacción social, conducta, intereses restrictivos o repetitivos) presente desde el nacimiento o los primeros años del desarrollo.

→ SEÑALES DE ALERTA DE 0 A 24 MESES ENTRE UNO A DOS AÑOS

12 meses

- No balbucea.
- No hace gestos (señalar, decir adiós con la mano).

18 meses

- No dice palabras sencillas.
- No dice frases espontáneas de dos palabras (no ecolálicas).

24 meses

- Cualquier pérdida o dificultad en lenguaje y habilidad social.

SEÑALES DE ALERTA A PARTIR DE LOS 3 AÑOS

→ INDICADORES DEL LENGUAJE Y LA COMUNICACIÓN

- Retraso o ausencia del habla y la comprensión.
- Pobre respuesta a su nombre.
- No responde a las expresiones faciales o sentimientos de los demás.
- Deficiente comunicación no verbal (no señala y tiene dificultad para prestar atención).
- Fracaso en la sonrisa social.

→ INDICADORES SOCIALES

- Imitación limitada (aplaudir).
- No respeta el orden de las actividades (toma y dame).
- Escaso reconocimiento o respuesta a las emociones de otras personas.
- No tiene interés en socializar con extraños o niños de su edad.
- Falta de juego simbólico, ausencia de imaginación.
- Preferencia por actividades solitarias.

→ INDICADORES DE INTERESES, IMAGINACIÓN Y CONDUCTA

- Se irrita con cambios mínimos.
- Sigue ciertas rutinas (juegos repetitivos, alinea objetos).
- Evita estímulos sensoriales a nivel del tacto, visual, olfativo, gustativo, auditivo (sonidos).

➔ INDICADORES MOTRICES

- Inestabilidad postural.
- Disfunción de la marcha y deterioro de la mirada.
- Retraso en los hitos del desarrollo (sentarse, gatear, caminar).
- Deficiencia en la coordinación.
- Pobre anticipación motora.
- Exageración de movimientos motores (morder, agredir, girar, caminar en puntillas, aleteo de las manos).

SEÑALES DE ALERTA A PARTIR DE LOS 5-6 AÑOS

➔ INDICADORES DE LENGUAJE Y LA COMUNICACIÓN

- Desarrollo deficiente o limitado uso del lenguaje.
- Entonación rara o inapropiada, ecolalia.
- Vocabulario inusual para la edad o grupo social.
- Tendencia a hablar espontáneamente sólo, sobre temas específicos.

➔ INDICADORES SOCIALES

- Dificultad para interactuar (presenta agresividad y conductas disruptivas).
- Falta de cumplimiento de las normas.
- Muestra reacciones extremas ante la invasión de su espacio personal o mental.
- Limitación de intereses ausencia de juego imaginativo y cooperativo.

OTRAS SEÑALES DE ALERTA

- Impulsividad, le cuesta controlar sus conductas, emociones y pensamientos.
- Agresividad.
- Falta de planificación y organización de una acción (movimientos torpes).
- Conductas des adaptativas.
- Evita tareas tediosas como punzar o colorear.
- Tiene dificultades para aprender de sus errores y de las consecuencias que reciben.
- Baja tolerancia a la frustración.
- Habla de manera excesiva.
- Pobre visión de los planes a largo plazo.
- Le gusta participar en conductas de riesgo.
- Bajo rendimiento escolar.

INSTRUMENTOS PARA LA EVALUACIÓN DE PROBLEMAS DE CONDUCTA

→ FICHA DE EVALUACIÓN M-CHAT REVISADO

M-CHAT Revisado	SI	NO
No atiende cuando se le llama, a veces parece sordo.		
No habla o ha dejado de hacerlo.		
No se relaciona con los otros niño/as, no les imita.		
Es muy sensible a ciertas texturas, sonidos, olores o sabores.		
Tiene movimientos extraños y repetitivos.		
Tiene apego inusual a algunos objetos o a estímulos visuales concretos.		
Se ríe o llora sin motivo aparente.		
Presenta rabietas o resistencia ante cambios ambientales.		
Ausencia de juego social, simbólico e imaginativo.		

→ INSTRUMENTOS DE CONDUCTA DE NIÑOS CBCL (2 a 3 años)

Nº	ITEMS	S	AV	N
		3	2	1
1	Busca peleas			
2	Pega a otros niños/as			
3	Grita mucho o es llorón			
4	No responde a las muestras de afecto			
5	Egoísta o no quiere compartir sus cosas			
6	Reservado o tímido			
7	Terquedad, testarudo, hosco, malhumorado, o irritable			
8	No sabe divertirse, hace cosas como un adulto en pequeño			

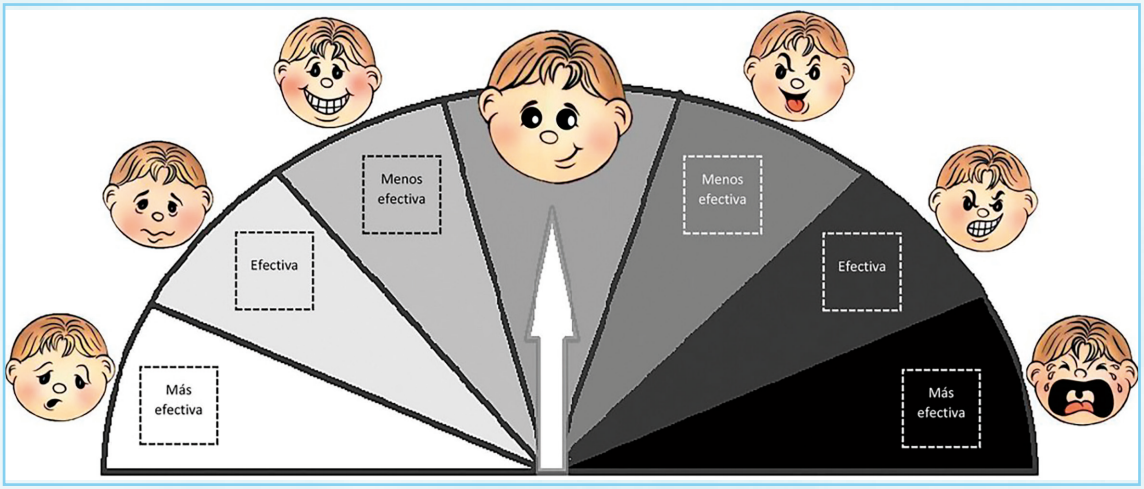
→ INSTRUMENTOS DE CONDUCTA DE NIÑOS CBCL (4 a 16 años)

Nº	ITEMS	S	AV	N
		3	2	1
1	Es muy impulsivo/a, actúa sin pensar.			
2	No obedece en casa.			
3	Piensa que tiene que ser perfecto/a.			
4	Oye cosas que no existen, por ejemplo, voces.			
5	Es mentiroso/a.			
6	Los demás no le quieren, no le aceptan, le evitan.			
7	Se niega a hablar fuera de la familia.			
8	Quema cosas.			
9	Se fuga de casa.			
10	Tiene miedo hacer o pensar algo malo.			

→ FUNCIONES COMUNICATIVAS

CONSIGNA	EJEMPLO (anotar la respuesta)	SI	A V	NO	OBSERVACIONES	
		3	2	1	Verbal	No verbal
HACER PETICIONES solicita lo que quiere o se dirige a alguien para pedir.	Comida..... Objetos..... Acción (ir a algún lugar, salir a la calle...) Afecto.....					
EXPRESAR RECHAZO muestra actitudes que revelan rechazo.	Hacia un objeto determinado..... Hacia una situación habitual..... Hacia cambios y novedades.....					
RESPONDER es capaz de responder.	**Personas conocidas** Su nombre..... Preguntas sencillas: ¿Dónde, quién?.....					
	Personas desconocidas Su nombre..... Preguntas sencillas: ¿Dónde, quién?.....					
	Otro tipo de sonidos.....					

PREGUNTAR es capaz de solicitar información.	¿Quién es, quién viene, quién lo tiene? ¿Dónde está (algo que necesita)? Otras.....					
EXPRESAR EMOCIONES manifiesta de alguna manera emociones.	Alegría..... Tristeza..... Miedo..... Disgusto..... Sorpresa.....					
IMITACIÓN	Palabras..... ..... (no ecolalias) Gestos..... Expresiones..... Acciones.....					
ANSIEDAD Y MIEDOS ante cambios del entorno.	Llora..... Grita..... Risas incontroladas... Agresión Fisica.....					



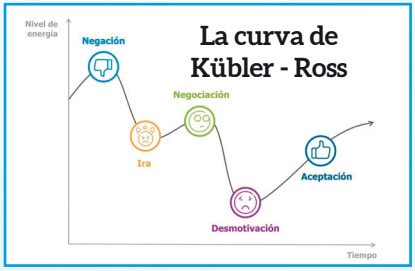
TRASTORNO POR DÉFICIT DE ATENCIÓN CON HIPERACTIVIDAD (TDAH)

Alteración neuroconductual, que se caracteriza por una inquietud excesiva, falta de atención, desajustes emocionales, dificultades en la adaptación social; los síntomas se presentan en edades tempranas, 7% habitualmente en edad escolar, 4% personas adultas. Entre las causas más frecuentes están factores genéticos, prematurez, bajo peso alnacer, estres, consumo de alcohol y tabaco durante el embarazo, factores ambientales, contaminación, lesiones cerebrales y traumatismos.

➜ RECOMENDACIÓN PARA AFRONTAR EL DIAGNÓSTICO

No es fácil enterarse de un diagnóstico, las reacciones ante esta situación suelen ser:

- Negación.
- Enfado.
- Desconcierto.
- Culpa.
- Miedo.
- Rechazo.
- Desilusión.
- Alivio.



Estas pueden dar lugar a conductas protectoras, ansiosas o agresivas que repercuten en el niño.

➜ PAUTAS PARA AFRONTAR LA NOTICIA

- Hablar de lo que sucede, ayuda a sentirse escuchado, acompañado y comprendido por los demás.
- Buscar apoyo de la pareja, otros padres, familiares y personas cercanas.
- Cuidar la salud y el bienestar, para afrontar situaciones complejas.
- Ideas y actitudes positivas ayudan a solucionar problemas.
- Generar espacios para otras actividades familiares o personales.
- Reconocer el lado bueno de las cosas.
- La negación de los síntomas de TEA-TDAH no protege al niño del rechazo social, solo le impide recibir ayuda adecuada.

➜ CONSECUENCIAS DE NO RECIBIR UNA INTERVENCIÓN

- Mayor riesgo de fracaso y abandono escolar.
- Problemas de conducta y disciplina.
- Dificultades sociales y conflictos familiares.
- Uso de drogas y alcohol.
- Depresión y otros trastornos mentales.

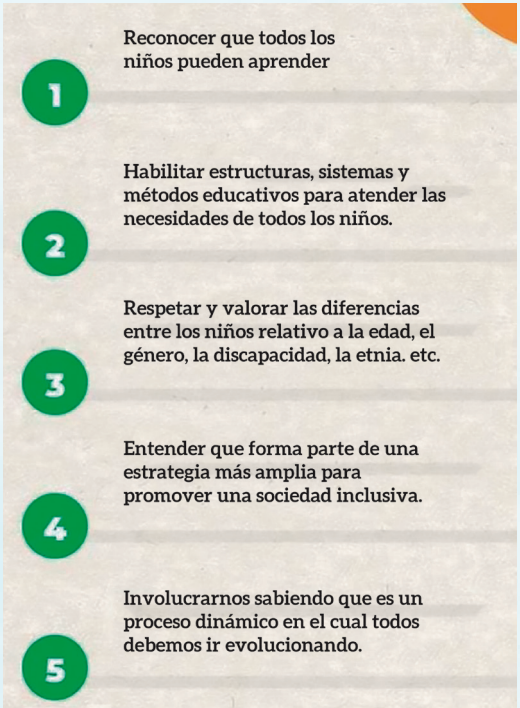
- Problemas de empleo.
- Delincuencia, criminalidad y arresto.
- Complicaciones dentro del hogar.
- Conductas conflictivas en la adolescencia, juventud y edad adulta.

➔ ESTRATEGIAS DE APOYO (TEA - TDAH)

- Emplear un lenguaje conciso y claro.
- Asegurar la comprensión de la información verbal (ofrecer apoyos visuales o sistemas alternativos gestos naturales, signos, dibujos, pictogramas, escritura).
- Regular el tono de la voz para comunicarse.
- Las normas, tareas, obligaciones e instrucciones deben ser claras y sencillas.
- Establecer una rutina diaria y explicar con anticipación.
- Evitar objetos atractivos e innecesarios (celular, televisión).
- Dedicar el tiempo necesario para realizar las actividades.
- Ayudar a realizar las tareas paso a paso.
- Enseñar a ser organizado con su tiempo, actividades y rutinas. Implementar una alarma (para facilitar los cambios y las transiciones).
- Prestar atención, hacer saber que está interesado y comprometido en ayudarle.
- Mantener contacto físico (sentarse cerca, dar abrazos, besos, cosquillas).
- Evitar comentarios negativos.

➔ PAUTAS DE APOYO EN LA ESCUELA

- El profesorado debe ser capacitado para brindar estrategias claves, entender y ayudar a los estudiantes.
- Ubicar adecuadamente al estudiante en el aula, conociendo sus características individuales para la intervención educativa, preferentemente se requieren espacios pequeños y con menor estímulo.
- Generar oportunidades e incrementar la participación para que adquiera conocimientos, habilidades e independencia.
- Brindar flexibilidad en las tareas, acorde a sus capacidades.
- Modificar conductas problemáticas a través de actividades concisas.
- Desarrollar sus puntos fuertes, (funciones cognitivas, motrices, visoespaciales y memoria mecánica).
- Anticipar el desarrollo de las actividades.



FICHAS DE EVALUACIÓN

DATOS PERSONALES

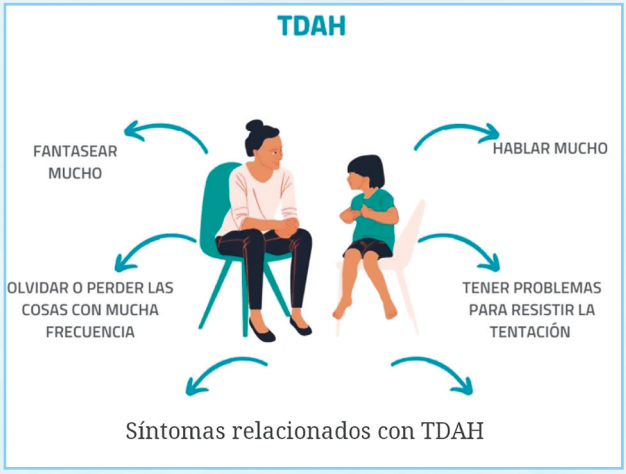
Nombre del niño o niña:.....Edad…… Sexo: M…. F…

Fecha de nacimiento: ……/……./….. Fecha de evaluación:…./……./…

Nombre del examinador:.....

Profesión del examinador: ……..

TEST DE CONNERS	SI	NO
1. Es impulsivo o irritable.		
2. Es llorón/a.		
3. Es más movido de lo normal.		
4. No puede estarse quieto/a.		
5. Es destructor (ropas, juguetes, otros objetos).		
6. No acaba las cosas que empieza		
7. Se distrae fácilmente, tiene escasa atención.		
8. Cambia bruscamente sus estados de ánimo.		
9. Sus esfuerzos se frustran fácilmente.		
10. Suele molestar frecuentemente a otros niños.		



Síntomas relacionados con TDAH

GUÍA DE DETECCIÓN ESCOLAR EN NEURODESARROLLO 4 A 6 AÑOS

DATOS PERSONALES

Nombre del niño o niña:.....Edad..... Sexo: M.... F...

Fecha de nacimiento: ...../...../..... Fecha de evaluación:...../...../...

Nombre del examinador:.....

Profesión del examinador: .....

ÁREA	PAUTA	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
COMUNICACIÓN Y LENGUAJE	Presta atención cuando se le cuenta un cuento.			
	Contesta a preguntas sencillas			
	Comprende todo lo que se habla			
	Puede comunicarse con habilidad			

ÁREA	PAUTA	SIEMPRE	AVECES	NUNCA
DESARROLLO PSICOMOTRIZ	Dibuja una persona.			
	Dibuja un cuadrado.			
	Maneja los cubiertos u otros objetos adecuadamente.			

ÁREA	PAUTA	SIEMPRE	AVECES	NUNCA
DESARROLLO COGNITIVO	Presenta imitación diferida.			-
	Interactúa con su realidad inmediata a través de símbolos, esquemas, signos, imágenes y conceptos.			-
	Presenta estrategias mentales más elaboradas.			-

ÁREA	PAUTA	SIEMPRE	AVECES	NUNCA
DESARROLLO PERSONAL - SOCIAL	Aplica reglas de juego a su manera.	-	-	-
	Realiza intercambios lúdicos de mayor complejidad.	-	-	-

GUÍA DE DETECCIÓN ESCOLAR EN NEURODESARROLLO 6 A 12 AÑOS

DATOS PERSONALES

Nombre del niño o niña:.....Edad…… Sexo: M…. F…

Fecha de nacimiento: ……/……./….. Fecha de evaluación:…./……./…

Nombre del examinador:.....

Profesión del examinador: ……..

ÁREA	PAUTA	SIEMPRE	AVECES	NUNCA
COMUNICACIÓN Y LENGUAJE	Su vocabulario se encuentra de acuerdo a su edad			
	Maneja los tiempos y modos verbales según su año de escolaridad			
	Maneja oraciones coordinadas y subordinadas			

ÁREA	PAUTA	SIEMPRE	AVECES	NUNCA
DESARROLLO PSICOMOTRIZ	Perfecciona los movimientos y coordinación de los movimientos de su cuerpo en: Agilidad			
	Tiene flexibilidad			
	Tiene fuerza y resistencia muscular			

ÁREA	PAUTA	SIEMPRE	AVECES	NUNCA
DESARROLLO COGNITIVO	Resuelve problemas de forma concreta, utilizando recursos materiales y situacionales de la vida cotidiana			

ÁREA	PAUTA	SIEMPRE	AVECES	NUNCA
DESARROLLO PERSONAL - SOCIAL	Establece y desarrolla amistades más fuertes con sus pares			

FORMULARIO DE DETECCIÓN EN LAS DIFICULTADES DEL APRENDIZAJE

Nombre del niño o niña:.....Edad…… Sexo: M…. F…

Fecha de nacimiento: ……/……../….. Fecha de evaluación:…../……../…

Nombre del examinador:.....

Profesión del examinador: ……..

	SIGNOS DE RIESGO	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
1	Comprende y sigue instrucciones de la maestra dentro del aula			
2	Su lenguaje oral (habla) es inteligible (es decir, se entiende)			
3	Su lenguaje oral (habla) es fluido			
4	Presenta un vocabulario acorde para su edad			
5	Logra mantener la atención sin dificultad			
6	Su rendimiento escolar es acorde al año de escolaridad en el que se encuentra			
7	Participa en las actividades grupales de la clase (no se aísla con facilidad)			
8	Realiza la escritura del dictado sin dificultades			
9	Reconoce y no confunde palabras que tienen sonidos similares			
10	Puede recordar la información importante de una lección			
11	Puede identificar, reproducir y discriminar patrones rítmicos relacionados con la educación musical			
12	Puede contar los números de adelante y hacia atrás			
13	Puede leer la hora en un reloj analógico			
14	Puede identificar y nombrar formas geométricas comunes, como círculos, triángulos y rectángulos.			
15	Puede completar la siguiente secuencia: 2,4,6.			
16	Identifica cuál es el número que está entre 25 y 27.			
17	Define que es un cuadrado y cuantos lados tiene.			
18	Puede comprender y aplicar conceptos numéricos básicos (más-menos).			
19	Resuelve operaciones básicas como sumar y restar.			

Nuestra gratitud hacía todas las lecciones aprendidas en este viaje,
cada una nos ha brindado sabiduría y fortaleza para enfrentar nuevos desafíos.

Bibliografía

- **Ayres AJ. Sensory Integration and Praxis Tests manual. (1989).** Los Ángeles: Western Psychological Services.
- **Basso G. (2016) Neurodesarrollo en Neonatología. Intervención ultratemprana en la unidad de cuidados infantiles neonatales.** Buenos Aires: Panamericana.
- **Bobath, B., Bobath, K. (1994) Desarrollo Motor en Distintos Tipos de Parálisis Cerebral Médica Panamericana.**
- **Bogdashina, O. (2007). Percepción sensorial en el Autismo y Síndrome de Asperger.** Ávila, España: Autismo Ávila.
- **Castillo Morales, R. (1959). Método de Castillo Morales.** En: http://es.scribd.com/doc/95290934/Metodo-CastilloMorales-pdf
- **Dunn W. Sensory Profile. San Antonio (1999).** Tejas: Pearson Education
- **Kong E. (1966). Very early treatment of cerebral palsy.** Developmental medicine and child neurology, 8(2), 198–202.
- **Hospital Garrahan. (2020). El Niño con Trastornos del Neurodesarrollo.** Buenos Aires: Garrahan-Panamericana.
- **Le Metayer, M. (1994) Reeducación cerebromotriz del niño pequeño: educación terapéutica.** Ed. Masson. Barcelona; España.
- **Ministerio de Salud. Dirección (2017). General de Servicios de Salud Unidad de Desarrollo Infantil Temprano (UDIT) Norma para la vigilancia del desarrollo infantil temprano./** Ministerio de Salud. La Paz: Sirca Impresiones.
- **Paeth Rohlfs, B. (2006). Experiencias con el concepto Bobath: fundamentos, tratamiento, casos.** Argentina: Editorial Médica Panamericana.
- **Ramírez, I. (2010). Componentes psicomotores del uso del chumpi y el aguayo en la crianza infantil.** Bolivia: USFXCH. IMAG
- **Ramirez.I. (2024).** Apuntes de neurodesarrollo y psicomotricidad. Bolivia: USFXCH.
- **Sensory Integration Internacional. (1991). Guía de padres para comprender la Integración**

Sensorial. (Traducción de Pérez Aradros, M.). La Rioja. (2006). Recuperado de http://www.fundacionsindano.com/wpcontent/uploads/2017/11/J-Ayres.-GUIA-PARA-PADRESIN-TEGRACI%C3%93N-SENSORIAL.pdf

- **Vojta V. Schweizer E. (2011).** El descubrimiento de la motricidad ideal. Editorial Morata. España.
- **Vojta, V., & Peters, A. (1995).** El Principio Vojta. Springer Iberica.
- **Vojta, V. (1991). Alteraciones motoras cerebrales infantiles.** Diagnostico y tratamiento precoz. Madrid: Editorial ATAM.PAIDEIA. España.
- **World Health Organization. (2001). Clasificación internacional del funcionamiento de la discapacidad y de la salud: CIF.** Organización Mundial de la Salud.