

## INTEGRACIÓN SENSORIAL

La estimulación sensorial facilita una **reorganización neuronal** mejorando múltiples aspectos en las personas. Esta teoría se basa en el proceso neurobiológico y cómo éste influye en el **comportamiento**.

Los sentidos son los canales o puertas para comunicarnos con el exterior y tienen como función el aportar información sobre el medio que nos rodea, el cerebro se encarga luego de organizarlo y dotar a todo de sentido con respuestas adecuadas.

Los comportamientos que observamos son **productos finales**: la concentración, organización, autoestima, aprendizaje, autocontrol, pensamiento, abstracción, razonamiento..., están relacionadas directamente con el funcionamiento e integración de cada sistema sensorial y la información que llega a través de estos canales.

Los problemas a la hora de procesar la información y desajustes sensoriales implican muchos problemas de **hiper e hiposensibilidad**: predilección o rechazo de sonidos, olores, colores, comidas, prendas de ropa... La estimulación sensorial busca el equilibrio y ajuste que mejore estas alteraciones y favorezca el estado y comportamiento de la persona.

Facilitar la entrada de esta información y experiencias a nivel sensorial mejorará el estado, participación y capacidades.

Siguiendo al Dr. Alfred Tomatis "una estimulación sensorial es la apertura de los sentidos, que nos comunica la sensación de estar más vivos. Los colores son más intensos, los olores más sutiles, los alimentos tienen otro sabor y una textura más refinada. La vida en general tiene otro significado, porque los sentidos pasan a un primer plano, favoreciendo el vivir más intensamente. Una estimulación sensorial provoca entonces como un estado de receptividad sensitiva que repercute en una mayor atención, la que a su vez es como la mecha que enciende la conciencia.

### Objetivos de la integración sensorial

- ✓ Experimentar.
- ✓ Percibir/Sentir.
- ✓ Interiorizar.

### Signos de déficit de integración sensorial

- ✓ **Hipersensibilidad** al tacto, luces, sonidos, movimiento. Puede manifestarse con comportamientos tales como la irritabilidad, retirada, evitación del contacto, texturas, cierta ropa o comidas, reacciones de miedo o distracción.
- ✓ **Hiposensibilidad** a estímulos sensoriales con baja reacción mostrando actitudes de búsqueda de experiencias sensoriales intensas, chocar adrede, giros o vueltas sobre sí mismo...
- ✓ **Nivel de actividad** excesivo o bajo, estando en constante movimiento, o lento y con falta de activación, cansarse fácilmente o todo lo contrario.

- ✓ Problemas en **actividades motoras** finas o gruesas, relacionado con el equilibrio y la coordinación.
- ✓ Retraso en el **lenguaje, habla o rendimiento académico**.
- ✓ Alteración en el **comportamiento**, mostrando impulsividad, fácil distracción o pobre capacidad de planificar acciones para resolver tareas (función ejecutiva), dificultad para tolerar los cambios, reacciones de frustración, agresión o baja tolerancia a la frustración.
- ✓ Baja **autoestima**.

## 1. Estimulación Táctil

El tacto es, desde que somos un bebé, la primera forma de percibir a través de nuestro cuerpo el exterior: conocer, explorar y favorecer la ruta neuronal de integración táctil; permitiendo así el correcto desarrollo de áreas corticales (como el hipocampo) para el reconocer e integrar los estímulos externos, desarrollar la memoria y el aprendizaje.

Algunas personas tienen problemas con el tacto, o no les gusta que les toquen, determinadas texturas les alteran, diferencias de temperatura... Por ello, debemos trabajar a través de los masajes propioceptivos, haciendo que el cuerpo sea consciente y tolere lo que no le gusta.

## 2. Estimulación Visual

La estimulación visual permite al niño desarrollar capacidades físicas y emocionales, explorar, mover cosas, coordinación oculo-manual, pensar, relación social...

La vista nos da información sobre los tamaños, formas, colores..., y nos hacen mas ágiles con los movimientos y el manejo en el entorno.

## 3. Estimulación Auditiva.

La información auditiva nos llega sin que nosotros hagamos nada. La adquisición del lenguaje y la comunicación van a estar determinados por este sentido, por ello deberá evaluarse y estimular la correcta a los sonidos del ambiente (ruidos inesperados, sonidos que no soporte...).

## 4. Estimulación olfativa:

El olfato permite percibir y estructurar la información que nos llega del entorno, activando la memoria, asociación...

## 5. Estimulación del gusto.

Explorar a través de los sabores, discriminar, activar mecanismos de asociación, identificación, memoria...

## 6. Estimulación vestibular:

Regular el sentido del equilibrio y el movimiento, situamos nuestro cuerpo correctamente en un espacio (postura) y controlamos el movimiento del cuerpo respecto al mismo. Este sistema permite anticipar los cambios y planificar movimientos o desplazamientos.

Permite mejorar la coordinación, las estereotipias, orientación, conducta...