



## LA TERAPIA OCUPACIONAL, UNA IMPORTANTE AYUDA PARA EL NIÑO HIPERACTIVO

Isabelle Beaudry Bellefeville. Terapeuta Ocupacional .



La Terapia Ocupacional basada en la Teoría de la integración sensorial puede resultar clave en la intervención terapéutica del niño hiperactivo. En muchos casos, las dificultades existentes para mantener la atención, regular el nivel de actividad e/o interactuar adecuadamente con el ambiente están relacionadas con un problema de integración sensorial, y más específicamente, con un problema de modulación sensorial.

Los principales síntomas de una disfunción de modulación sensorial, según Parham y Mailloux (en Roley, Blanche, Schaaf, 2001), son los siguientes:

- Dificultades con las habilidades sociales y la participación en el juego.
- Poca confianza en uno mismo y falta de autoestima.
- Dificultades con las actividades de la vida diaria y en el ámbito escolar.
- Ansiedad, falta de atención e inadecuada habilidad para regular las reacciones propias ante los demás.
- Retraso en el ámbito sensoriomotor y en el desarrollo de habilidades motoras finas y gruesas.

Con una detallada evaluación que incluye pruebas específicas sobre el procesamiento sensorial, con la observación del niño en sus diferentes ambientes y con cuestionarios para los padres y profesores, el terapeuta ocupacional puede identificar los sistemas sensoriales afectados y preparar un programa de actuación acorde con el perfil sensorial de cada niño.

Las actividades y adaptaciones propuestas por el terapeuta ocupacional tienen como objetivo nutrir sensorialmente al niño, es decir, son actividades con una alta carga sensorial, sobre todo en los ámbitos propioceptivos, vestibular y táctil.

La intervención puede efectuarse en varios frentes simultáneamente; es decir, por una parte, el niño puede acudir a tratamientos directos en una clínica que cuente con material de integración sensorial, pero además, al mismo tiempo, se pueden incorporar a su ámbito familiar y al escolar actividades y adaptaciones que tengan en cuenta las necesidades sensoriales del niño.

No todos los niños hiperactivos lo son por las mismas causas. Para algunos, la hipersensibilidad táctil es el principal problema; para otros, su hiperactividad tiene primordialmente un origen vestibular, o bien una combinación de difi-

cultades en varios sistemas sensoriales. Lo ideal es, sin duda alguna, una evaluación individual realizada por un terapeuta ocupacional con una formación específica en integración sensorial, algo que, desgraciadamente, no siempre es posible. En este caso de no poder contar con un terapeuta ocupacional especializado en integración sensorial, siempre se pueden aplicar algunas estrategias generales que pueden ayudar al niño hiperactivo en su adaptación a la clase y al ámbito escolar en general. A continuación, veremos algunas de estas estrategias.

No debe olvidarse que el sistema nervioso de los niños que padecen problemas de integración sensorial es menos estable que el de otros pequeños y que, por ello, son niños frágiles en el plano emocional. La estimulación ambiental —ruidos, movimientos, luces, personas, etc.— puede provocar que el niño sufra una pérdida de control. Es necesario, por tanto, que nos mantengamos alerta respecto al niño y a todo lo que le rodea, con el objeto de poder evitarle situaciones que le supongan perder el control. Situaciones ruidosas o bullangueras, como las que se dan en fiestas de cumpleaños o en recintos de atracciones, que resultan tremendamente divertidas para la mayor parte de niños, son habitualmente muy estresantes para el niño con un problema en su integración sensorial.

Es posible que hasta la actividad del patio del colegio o, incluso, la de su aula escolar le resulten igualmente demasiado estimulantes. Por ello es conveniente que disponga, dentro de su clase, de un rincón tranquilo al cual pueda acudir, retirarse, para recobrar la calma cuando se sienta sobreestimado y, así, evitar una crisis emocional, una pérdida de control. Sencillamente, una mesa cubierta con una manta puede hacer las funciones de *casita de reposo*, a la cual el profesor podrá invitar al niño a ir a calmarse cuando éste se encuentre sobreexcitado. Una vez establecido este lugar y dictaminada su función, el propio niño podrá acudir a él de modo autónomo cuando sienta la necesidad de hacerlo, cuando necesite tranquilidad, para rebajar su sobreexcitación.

Es fundamental que se respete el cometido de la *casita de reposo* y que no se convierta en un espacio más para jugar o realizar otras actividades; el niño debe relacionarla únicamente con un lugar de tranquilidad, con su pequeño refugio contra la sobreexcitación.

En cualquier caso, resulta imprescindible que tanto padres como profesores sepan mantener la calma, ya que constituyen un elemento básico del ambiente que rodea al niño. Si el niño llega a perder el control, los castigos servirán solamente para empeorar su autoestima. Lo primero es



ayudarlo a recomponerse. El mencionado sitio tranquilo, la *casita de reposo*, con una manta favorita o un osito de peluche en su interior, puede proporcionar al niño las estimulaciones calmantes que necesita. Algunos niños apreciarán que se les abrace o que se les meza. Un paseo al aire libre, sobre todo si el día está fresco, también puede ayudar. Todo esto no significa que no se deba disciplinar al niño que presenta problemas de integración sensorial. Un programa de recompensas por buen comportamiento y retirada de privilegios por comportamientos inadecuados es beneficioso para todos los niños.

En el caso del niño que tiene dificultad para controlar sus emociones y su nivel de actividad, premiar las ocasiones en las cuales consiga mantener la calma lo ayudará y le dará confianza en sí mismo. Pero hay que poner a su disposición estrategias eficaces para ayudarlo a conseguir su objetivo y colaborar con él en el reconocimiento de su propio estado de alerta. Las terapeutas ocupacionales Williams y Shellenberger diseñaron un excelente programa para enseñar a los niños cómo ser más conscientes de sus necesidades sensoriales y cómo modificar su estado de alerta utilizando actividades con alta carga sensorial.

Algunos niños son hipersensibles a los olores y los ruidos ambientales, y la exposición a este tipo de estímulos puede provocar una alteración en el comportamiento y el nivel de alerta. Es conveniente eliminar, en la medida de lo posible, los ruidos que puedan distraer al niño. Por ejemplo, una escuela de Montreal (Canadá) tuvo la feliz idea de poner pelotas de tenis agujereadas en la base de todas las patas de las mesas y sillas para eliminar el molesto ruido causado por el roce con el suelo. Las ventanas y puertas abiertas pueden constituir otra fuente de ruidos que distraen y sobreestiman al niño con problemas de integración sensorial. Debemos también controlar nuestra voz y procurar hablar suave y tranquilamente. Ciertos olores, de alimentos, productos de aseo o de limpieza, pinturas, etc. pueden ser estímulos francamente desagradables para algunos niños.

Evidentemente, es imposible controlar todos los ruidos y olores ambientales, pero conviene ser consciente de que esos estímulos pueden influir muy negativamente en el comportamiento del niño.

Para algunos niños hiperactivos la proximidad de los compañeros puede ser una constante fuente de tensión. Encontrarse en el medio de una fila puede representar una situación extremadamente estresante. Colocarse en el último lugar de la hilera, desde donde se pueden controlar las distancias con los demás, suele ser una eficaz manera de reducir la tensión vivida por este tipo de niños.

El momento de las comidas, cuando varias personas se sientan a la misma mesa, puede también constituir otro motivo de tensión. Dejar que el niño coma en un extremo de la mesa ayuda a preservar su espacio personal y, por tanto, a evitar crisis emocionales. Los comedores de los colegios,

siempre bulliciosos y llenos de gente, suelen resultar demasiado estimulantes para el niño con problemas de modulación sensorial. Si no es posible que el niño efectúe su almuerzo en su hogar tranquilamente, entonces es aconsejable que en el comedor del colegio se le reserve el lugar más tranquilo, así como que se le encuadre en el turno menos ruidoso.

El niño que padece deficiencias en su procesamiento sensorial no percibe adecuadamente su ambiente. Como ya hemos dicho, debemos recordar siempre que el sistema nervioso de los niños con problemas de integración sensorial no es tan estable como el de otros pequeños. Todo ello provoca que estos niños tengan una gran necesidad de una rutina estable y previsible para poder funcionar correctamente.

Los cambios de sus horarios, de sus espacios físicos o de las personas que lo cuidan afectarán negativamente al niño que padece estas deficiencias. Es preferible que las alteraciones le sean anunciadas con antelación y, posteriormente, le sean recordadas a medida que se aproximen. La cabezonería y la falta de cooperación que muestran muchos niños con problemas de integración sensorial es, en parte, un reflejo de esa necesidad de rutina estable. Lo que más caracteriza el niño hiperactivo es el exceso de movimiento, lo cual puede deberse a diversas causas. Dicho exceso de movimiento puede ser causado, por ejemplo, por un déficit en los sistemas vestibular y propioceptivo, responsables en gran parte del control postural, lo que hace que al niño le cueste mantener su cuerpo erguido contra la gravedad y busque continuamente apoyos de un modo u otro.

Es frecuente que estos niños adopten posturas de verdaderos contorsionistas mientras están sentados, envolviendo sus piernas alrededor de las patas de las sillas, por ejemplo. Otros, sencillamente no consiguen mantenerse sentados y se caen a menudo de sus asientos. En estos casos, un tratamiento de Terapia Ocupacional basado en la Teoría de la integración sensorial suele ser eficaz para solucionar el problema. Hay otros niños que necesitan una gran cantidad de estimulación (vestibular, propioceptiva, táctil) para mantener un nivel de alerta adecuado y buscan esa estimulación a través del movimiento. En este caso, los niños afectados se benefician, por ejemplo, de asientos que se mueven, de frecuentes actividades deportivas, de muchas oportunidades para levantarse (ayudar al profesor a repartir papeles, hacer recados, etc.) y, en general, de no pasar demasiado tiempo en situaciones en las que el movimiento no está permitido.

Algunos niños con problemas de integración sensorial todavía continúan necesitando actividades de exploración oral a la edad de comenzar el colegio. Debido a esa necesidad, es habitual verlos morder o chupar su ropa (cuellos, puños), lápices, etc. Para evitar estos comportamientos no deseados, podemos ofrecerles a estos niños objetos que socialmente sean aceptables de introducir en la boca, como, por ejemplo, un botellín plástico como el de los



ciclistas, un mordedor o chicle. Es importante recordar que si el niño utiliza este tipo de estimulación es porque realmente lo necesita para mantenerse alerta o porque le ayuda a organizar su sistema nervioso.

Es el mismo caso de muchos adultos, que necesitan estimulación oral (por ejemplo, tener un cigarrillo entre los labios, morder un palillo, comer algo o mascar chicle,) y se ponen nerviosos cuando no pueden hacerlo.

En definitiva, el niño hiperactivo debe ser considerado no solamente desde un punto de vista psicológico y médico, sino también desde un punto de vista sensorial. La intervención del terapeuta ocupacional es fundamental para determinar cuáles son los sistemas sensoriales afectados, qué estímulos sensoriales alteran negativamente el comportamiento y qué estímulos sensoriales pueden ayudar a mantener un nivel de alerta adecuado para la interacción y el aprendizaje.



- HOMEOPATÍA
- REHABILITACIÓN
- DRENAJE LINFÁTICO MANUAL
- QUIROMASAJE
- MASAJE INFANTIL

### TRATAMIENTOS PROFESIONALES DESDE 1999

c/ Antonia Mercé, 3 Bajo dcha. (desde portal) - Metro Goya - Teléfono 91 575 49 51



- ODONTOLOGÍA GENERAL
- ENDODONCIA
- IMPLANTOLOGÍA
- ESTÉTICA DENTAL
- PERIODONCIA

c/ Ronda, 3 - 4º  
33010 OVIEDO  
Teléfono: 985 20 60 84

Nº Registro Sanitario: 1 / 2117