

LA ESTIMULACIÓN SENSORIAL COMO ELEMENTO FUNDAMENTAL DE INCLUSIÓN

SENSORY STIMULATION TRAINING, MAIN ELEMENT AND KEY FOR INCLUSION

Tate Bonany i Jané tate@jocviu.cat
 JOCVIU asociación

Recepción:15.02.2019
 Aceptación:10.05.2019

Resumen:

Esta reflexión está basada en la experiencia de una trayectoria personal y profesional, en la que la formación y el conocimiento en Estimulación Sensorial y Aprendizaje cooperativo han contribuido enormemente a la inclusión, favoreciéndose la participación activa y significativa de personas con discapacidad, pluridiscapacidad o con grandes necesidades de soporte educativo (NESE), en las sesiones prácticas de actividad físico- motriz.

Palabras clave: Estimulación Sensorial. Integración Sensorial. Aprendizaje cooperativo. Inclusión. Discapacidad y Pluridiscapacidad.

Abstract:

This article is based on the experience of a personal-professional trajectory, where Sensory Stimulation training and knowledge in cooperative-learning have contributed hugely and have become the main keys to making actual inclusion, real and full participation of children, youth, and adults with impairment, multi-disability or with big educational supports needs, in practical session of physical and motor activities.

keywords: Sensory Stimulation, Sensory Integration, Cooperative-learning, Inclusion, Impairment y multi-disability.

introducción:

Siempre he tenido muy presente y ha sido una gran prioridad para mí, el poder dar respuesta a preguntas, como:

-¿Sabemos cuáles son los intereses de una persona con discapacidad y/o pluridiscapacidad?

-¿Cuáles son sus motivaciones y preferencias?

-¿Qué actividades podemos ofrecer y organizar para que la participación de TODAS las personas, en la práctica de la actividad física-motriz sea real y plenamente inclusiva?

Conocer los intereses de la persona, sus necesidades y motivaciones, conocer su evolución y desarrollo, serán elementos claves y fundamentales para favorecer y posibilitar su participación en las actividades con connotación físico-motriz.

La importancia de la formación

La formación y el conocimiento en estimulación sensorial y en Aprendizaje Cooperativo son realmente necesarios si es que queremos ofrecer al colectivo de las personas con discapacidad y pluridiscapacidad una propuesta adecuada, motivadora e inclusiva (a la vez que de derecho) en lo que al ámbito motriz y social se refiere.

La estimulación sensorial. concepto Snöezelen

Muchas civilizaciones han utilizado la estimulación sensorial; los egipcios, los celtas, godos, romanos, griegos, culturas orientales... Todas ellas desde diferentes perspectivas: masajes, aromaterapia, música, colores..., trabajando los sentidos y su estimulación y relajación para conseguir un bienestar y un placer para la persona.

En Holanda, Verheul y Hulsenge (1987) crearon el concepto y la filosofía de intervención multisensorial-Snöezelen. El concepto Snöezelen asume que el mundo en el que vivimos es una mezcla de sensaciones de luz, de olores, de gustos y de experiencias táctiles variadas, El entorno Snöezelen tiene como uno de sus objetivos potenciar todas las entradas sensoriales (Bums, Cox y Plant, 2000). La intervención sensorial tiene como objetivo provocar un despertar de los sentidos a partir de estímulos y actividades significativas y partiendo siempre

de las necesidades básicas de la persona, así como de su desarrollo real. Por tanto, La estimulación sensorial persigue un doble objetivo: fomentar el máximo desarrollo de las capacidades sensoriales y potenciar el desarrollo cognitivo a través de una buena educación sensorial.

Para poder justificar y facilitar adecuadamente este proceso, he considerado la pirámide del desarrollo (figura 1), propuesta por

Figura 1: Pirámide del Desarrollo (Williams y Shellenberger, 1994)



En la pirámide queda reflejado todo el proceso evolutivo del ser humano y también se constata que la base de la pirámide la conforman los estímulos más básicos y primarios, que son: Los estímulos táctiles, propioceptivos y vestibulares (cinestesia), los tres estímulos más primitivos. Por tanto, los tres sistemas básicos son: El sistema Táctil, el Propioceptivo y el Vestibular.

La Estimulación Táctil es la que se produce a partir de las sensaciones que nos llegan a través de la piel (Ejemplo: masajes a partir de muchos y variados elementos...). La propiocepción es el sistema/sentido que informa al organismo de la posición de los músculos. Constituye la capacidad de sentir la posición relativa de partes corporales contiguas. La propiocepción regula la dirección y el nivel del movimiento, permite reacciones y respuestas automáticas, interviene en el desarrollo del esquema corporal y en la relación de este con el espacio, sustentando la acción motora planificada (ejemplo: saltar, correr, tensar, empujar, desplazar materiales, etc). Y, por último, el sistema vestibular regula el sentido del movimiento y del equilibrio, permitiendo situar nuestro cuerpo en el espacio, sus desplazamientos y los de nuestro entorno. Los trastornos de la postura y del equilibrio están presentes en muchos niños con discapacidad. Los movimientos rotativos, el balanceo y los giros aportan una gran estimulación vestibular al cerebro.

A los estímulos primarios les siguen el resto de sentidos: la vista, el oído, el gusto y el olfato. Posteriormente aparecerán otros aspectos relacionados con los aspectos sensoriales y motrices como: la seguridad corporal, el esquema corporal, la coordinación de ambos lados del cuerpo, la maduración de los reflejos y la planificación motora. Seguidamente, y en un estadio posterior, encontramos aspectos motores y perceptivos como; el control motriz-ocular, la coordinación viso-motriz, el ajuste postural, las destrezas de audición y lenguaje y las funciones relacionadas con centrar la atención.

Finalmente, y ya en la parte superior de la pirámide del desarrollo, encontramos las actividades de la vida diaria, la conducta y los aprendizajes académicos.

La pirámide del desarrollo quiere poner de manifiesto que difícilmente se podrán llegar a desarrollar e integrar aspectos y aprendizajes que se encuentran situados en la parte superior de la pirámide, sin previamente tener logrados e integrados los aspectos situados en los estadios más básicos y primarios, como son los sentidos. No podemos pedir a un niño o niña que realice una actividad que comporte una coordinación óculo-manual cuando todavía no ha incorporado ni integrado los estímulos táctiles y visuales, por poner un ejemplo. Si queremos incidir y favorecer el desarrollo de los niños, niñas y jóvenes, especialmente de aquellos que presentan dificultades, como es el caso de los niños, niñas y jóvenes con pluridiscapacidad, será necesario empezar por conocer, por estimular y por ofrecer experiencias relacionadas con los aspectos más básicos del desarrollo.

Estimulación sensorial para alcanzar la integración sensorial

Los sentidos se convierten en la primera vía de entrada de información de nuestro entorno. A través de ellos, recibimos las sensaciones y elaboramos las percepciones. Conocemos y reconocemos las cosas después de haberlas visto, tocado, oído, degustado, escuchado, experimentado. Toda la información que recibe nuestro cerebro hace que este se active, procese la información y elabore las respuestas que dan lugar al desarrollo de conductas, comportamientos, y aprendizajes. Es aquí donde reside la importancia de la estimulación sensorial, la importancia de la estimulación de los sentidos. Las sensaciones están presentes en todas y cada una de las personas y en todas las etapas de la vida. Si las sensaciones son importantes e influyentes en el desarrollo de las personas que no tienen ninguna dificultad, todavía lo serán mucho más en aquellas personas que tienen dificultades y problemas para procesar la información que les llega desde los diferentes sentidos.

Cada sentido interactúa con los otros para componer un cuadro completo de quién somos, donde estamos y que hay a nuestro alrededor. En muchos de nosotros, el desarrollo de los sentidos y la integración de estos sentidos, se sucede de manera automática, inconscientemente y sin esfuerzo. En otros casos, como en las personas con alteraciones sensoriales y en las personas con discapacidad, este proceso es ineficaz y requiere mucho esfuerzo y atención, con pocas garantías de éxito. Es aquí cuando la estimulación sensorial adquiere un gran protagonismo y se convierte en la manera de intervención más idónea y adecuada para favorecer y potenciar el desarrollo de las personas, y será especialmente importante y decisivo cuando hagamos referencia a las personas con pluridiscapacidad.

El objetivo de ésta intervención sensorial no es otro que poder ayudar a la persona a alcanzar un desarrollo armonioso a partir de la integración de todos los aspectos, sensaciones e informaciones que provienen de su cuerpo y de su entorno. La teoría de la Integración sensorial fue desarrollada en los años 60 en Estados Unidos por Jean Ayres, una ergoterapeuta y doctora en Psicología y por sus sucesores. Según esta autora, antes de aprender a leer, escribir y calcular, tenemos que dar un significado a lo que vemos o escuchamos, debemos ser capaces de planificar nuestros movimientos y organizar nuestro comportamiento (Ayres, 1979). La integración sensorial es la capacidad del niño de sentir, de comprender y de organizar las informaciones sensoriales provenientes de su cuerpo y de su entorno.

El aprendizaje cooperativo

El aprendizaje cooperativo es el aliado perfecto para poder desarrollar e implementar la estimulación sensorial de la manera más idónea y natural en las sesiones de actividad físico-motriz. Para Pujolàs (2009), el aprendizaje cooperativo es el marco donde debe construirse la sociedad del presente y la del futuro. Es la única forma de atender en una misma sesión de actividad físico-deportiva a todo tipo de alumnado, incluso el que presenta pluridiscapacidad, en detrimento de una estructura individualista o competitiva. Para este autor, el aprendizaje cooperativo es la metodología, que mejor favorece la participación plena de TODOS los individuos y posibilita una verdadera inclusión. El trabajo en equipo y la aceptación de todos y cada uno de sus componentes es la manera perfecta de contribuir a la inclusión de cualquiera de sus componentes.

Consideraciones finales

Con el tiempo y la experiencia profesional en el ámbito de la práctica de la actividad físico-motriz, y teniendo en cuenta que nos encontramos ante situaciones muy complejas de analizar, considero que podemos abordar con prudencia la respuesta a las cuestiones o problemas planteados al comienzo de este informe: ¿por qué es importante la Estimulación Sensorial en la práctica de la actividad física y motriz? ¿por qué es importante incorporar la Estimulación Sensorial en las actividades dirigidas a niños, niñas, jóvenes, adultos sin discapacidad y, especialmente, con discapacidad? Así, las motivaciones e intereses de las personas, y especialmente de las personas con discapacidad/pluridiscapacidad se encuentran generalmente en lo sensorial, en los estadios sensoriales más primarios y básicos, en los sentidos: táctil, propioceptivo y vestibular. Todos ellos son elementos fundamentales y básicos en el desarrollo de todas las personas.

Si somos capaces de incorporar en las actividades físico-motrices elementos y propuestas sensoriales, éstas despertarán, probablemente, mayor interés y tendrán un componente mucho más motivador. Seguramente las propuestas con estímulos sensoriales harán que la motivación, interés, participación; y la inclusión de todas las personas puede ser mucho más real, activa y efectiva. Encontrar la motivación no siempre es fácil. Nos podemos encontrar con barreras de comunicación y con dificultades en cómo comprender la manifestación de sus intereses. Encontrar la motivación y conocer sus intereses es un buen punto de partida para favorecer y posibilitar la práctica motriz y el desarrollo corporal y cognitivo. Hemos de tener claro que todas las propuestas sensoriales no son exclusivas de las personas con discapacidad, sino que son elementos fundamentales, universales y transversales en el aprendizaje .de cualquier persona. Es necesario saber y tener presente que la estimulación sensorial no es sinónimo de relajación, de pasividad y tranquilidad. Los juegos y actividades que conlleven estimulación vestibular comportaran una gran dosis de movimiento y activación.

Finalmente, resaltar que la formación y el conocimiento sobre estimulación sensorial y aprendizaje cooperativo conforman elementos claves y fundamentales para llegar a la inclusión y participación plena. Conseguir que la participación de todas las personas, y especialmente las personas con discapacidad y pluridiscapacidad, en el ámbito de la actividad físico-motriz sea una realidad, depende ahora de nosotros: educadores y técnicos deportivos. Conocer los elementos sensoriales claves para la inclusión y hacerla realidad está en nuestras manos.

Referencias

- Ayres, A. J. (1979), *Sensory Integration and the Child*, Western Psychological Services, Los Ángeles
- Ayres, A. J. (2006). *La Integración Sensorial y el Niño..* Ed Trillas .eduforma.
- Burns, I., Cox, H. y Plant, H. (2000).Leisure or Therapeutics? Snoezelen and the care of older persons with dementia. *International Journal of Nursing Practice*, 6, 118-126.
- Cid, M. J. (2010). *Estimulación multisensorial en un espacio Snoezelen con personas adultas con gran discapacidad intelectual*. Tesis inédita de doctorado Universitat Rovira i Virgili (Tarragona).
- Cid, M. J., Camps, M, (2010). Estimulacion Multisensorial en un espacio Snoezelen: concepto y campos de aplicación. *Siglo Cero*, 41(4), 22-32.
- Hulsegge, J. y Verheul, A. (1987). *Snoezelen: Another World*. Rompa.
- Lázaro, A. (2002). *Aulas Multisensoriales y de Psicomotricidad*. Zaragoza: Mira Editores
- Lázaro, A.; Arnáiz, P.; Berruezo, P. P. (2006). *De la emoción de girar al placer de aprender. Implicaciones educativas de la estimulación vestibular*. Zaragoza: Mira Editores
- Pujolás, P. (2009). *El aprendizaje cooperativo. 9 ideas clave*. Barcelona: Graó
- Williams, S. W. & Shellenberger, S. (1996) *How does your engine run? A leaders guide to the alert program for self regulation*. Albuquerque, TherapyWorks, Inc. 651 Strategies for sensory processing disorders CHAPTER