

PAUTAS PARA LA ESTIMULACIÓN EN EL HOGAR

1. PARTIR DE SUS INTERESES

- ¿Qué le gusta?
- ¿En qué actividades te necesita o requiere tu ayuda?
- ¿Cómo explora los juguetes y objetos? ¿Cómo los manipula? ¿Cuáles prefiere?
Aprovecha su forma de jugar para comenzar la interacción

2. ENCONTRAR LA SITUACIÓN QUE FAVOREZCA EL CONTACTO OCULAR

- Ponte a su altura para facilitar que te mire a la cara
- Siéntate delante de ella para jugar. Puedes usar una mesa y una silla bajas para hacer juegos con la niña sentada o de pie

3. ÚNETE A SU JUEGO

- Para fomentar su atención, elimina las distracciones: guarda los juguetes que no vayáis a utilizar, apaga la televisión y evita espacios ruidosos
- Acércate a ella y únete a su juego. Observa qué hace y descríbelo en voz alta con palabras sencillas y algunos sonidos que le diviertan (sonidos de animales, objetos, vehículos, etc.)
- Imita algunas de sus acciones
- Tras unirse a su juego utilizar un mismo objeto de diferentes formas, para llamar su atención y favoreces la flexibilidad y los cambios

4. JUEGOS COMPARTIDOS

Se trata de juegos en los que la niña y el adulto se miran, sonrían, se imitan, etc. Colócate frente a ella y comienza el juego. En un primer momento, quizás no encuentres la respuesta esperada, repite el juego hasta generar interés. Algunos ejemplos de este tipo de juegos son: las cosquillas, el cucú tras, escondite, uno, dos y, etc.

5. COLOCAR OBJETOS DE SU INTERÉS FUERA DE SU ALCANCE

La mejor manera de fomentar la intención motora es tener que levantarte a coger algo que nos gusta mucho y que no podemos alcanzar, pero está a la vista. Ya sea encima del sofá, en la mesa de la televisión o encima de una silla.

6. RESOLVER PROBLEMAS

Para fomentar que nos necesiten y se comuniquen, así como fomentar la resolución de problemas, les podemos dar “objetos trampa”. Cosas que les gusten mucho dentro de cajas transparentes para que los vean y los quieran coger, pero requieran de tu ayuda o de diferentes estrategias para abrirla.

7. DAR LAS COSAS POCO A POCO

En situaciones de juego nos puede funcionar no darle todas las piezas, sino ir dándoselas una a una, para aumentar las peticiones que el niño hace, y por tanto las veces que se comunica.

8. JUGAR CON JUGUETES QUE NECESITAN SER ACCIONADOS

Existen muchos juguetes como los de cuerda, las pompas, juguetes que se activan con un botón y que los niños no pueden accionar. En ese momento nos necesitan para poder ver, usar, accionar etc., y podemos aprovechar para que nos los pidan.

9. FOMENTAR SU ELECCIÓN

Es importante que la niña comience a explorar sus gustos e intereses, por eso es necesario generar situaciones de elección, por ejemplo, en el momento de juego, que sea ella quien elija entre dos diferentes, o entre dos cuentos, etc.

10. POTENCIAR EL ESTAR DE PIE

Debemos fomentar la permanencia en bipedestación de la menor, intentando que juegue de pie junto a una mesa o silla y desde ahí variar sus apoyos, es decir, que se separe de

la superficie de apoyo para coger el juguete o que despegue una o ambas manos y se mantenga de pie sola.

11. MEJORAR LOS DESPLAZAMIENTOS

Una vez se encuentre de pie, debemos potenciar la realización de pasos laterales con apoyo, es decir, que se desplace dando pasos a lo largo del sillón o la mesa para ir a buscar un juguete deseado.

Aquí se pueden incluir giros para separarse de la superficie de apoyo, es decir, ofrecerle algún juguete que le guste mucho justo detrás de ella y que lo vea, para fomentar que se separe de la estabilidad y busque cómo llegar hasta él sin necesidad de bajar hasta el suelo.

12. ESTIMULACIÓN SENSORIAL

Aplicar diferentes texturas en la vida diaria de la niña, ya sea en el momento del baño como en el momento del juego. Se deberá estimular todo el cuerpo con diferentes materiales incidiendo en manos, pies y cara. Aquí podemos favorecer la comunicación repitiendo en voz alta lo que vamos haciendo en forma de canción para fomentar la imitación por parte de la peque.