

Terapia Ocupacional en Pediatría



Los profesionales de Terapia Ocupacional evalúan y ofrecen tratamiento a la población pediátrica con el fin de desarrollar destrezas de juego, sociales, emocionales, cognitivas, académicas y de cuidado propio necesarias para que el niño o niña logre desempeñarse eficientemente en su medio ambiente.

A continuación le ofrecemos ejemplos de actividades sensoriales-motoras para estimular destrezas necesarias en el desarrollo:

- *Desde recién nacido:* Provéale móviles o juguetes que cuelguen y que el bebé pueda tratar de distinguir o seguir visualmente. A partir de los tres meses, mientras el bebé, este boca arriba, puede utilizar un juguete y moverlo suavemente de lado a lado o de arriba a abajo a una distancia aproximada de 10 a 12 pulgadas de la cara del bebé. Esta actividad provee la oportunidad de que el niño comience a seguir objetos visualmente.
- *Para bebés de 0 a 6 meses:* Mientras esté despierto, permítale al bebé pasar tiempo boca abajo de modo que reciba la sensación de la gravedad para comenzar a levantar su cabeza y ganar control de sus movimientos. Puedes colocarlo boca abajo de forma horizontal sobre tu falda ubicando sus codos y manos al frente de sus hombros. Luego, puedes levantar tus rodillas suavemente para cambiar el ángulo de la posición del bebé. Esto le da oportunidad de procesar sensaciones de tipo vestibular. También podrías colocarlo boca abajo sobre un “mat” que tenga diferentes texturas de tela para añadir estimulación táctil a la actividad.
- *Para bebés de 4 a 6 meses:* Mientras el bebé esté boca arriba agarre sus manitas para mover sus brazos alternada y suavemente hacia su cabeza. Luego, mueva sus brazos hacia el lado opuesto (brazo derecho hacia el hombro izquierdo y viceversa). También puede mover sus piernas alternadamente al doblar sus rodillas (como si el bebé estuviera corriendo). Mientras realiza esta actividad puede cantar canciones o mencionar conceptos como arriba y abajo (por ejemplo, cuando sube y baja los brazos del bebé). Esta actividad ayudará a ejercitar los músculos del hombro, pecho y brazos del bebé, permitiéndole recibir información propioceptiva del movimiento de sus articulaciones y cruzar la línea media de su cuerpo con sus brazos.
- *Para bebés mayores de 6 meses:* Puedes acostarte en el piso colocando al bebé boca abajo sobre tu pecho. Sujeta sus manos al frente de sus hombros, mientras mueves tu cuerpo de lado a lado. Durante esta actividad puedes cantar canciones y mantener contacto visual con el bebé. Trata de animarle a que mantenga su cabeza derecha, a pesar del movimiento hacia los lados. Una variación puede ser acostarte en el piso con

Continúa en la próxima página

tus rodillas dobladas hacia ti (de manera que queden más cerca de tu cara). En esta posición puedes ubicar al bebé boca abajo sobre tus piernas de manera que su pecho quede sobre tus rodillas. Mientras lo sujetas de las manos, puedes mover tus piernas hacia arriba y hacia abajo extendiendo los brazos del bebé hacia los lados, como si fuera un avión. Esto le da oportunidad de procesar sensaciones de tipo vestibular.

- *Para bebés mayores de 6 meses:* Permítale al bebé pasar tiempo en el piso. Dele alguna cacerola con una cuchara para que haga ruido. Anímele a colocar objetos de diferentes tamaños en envases con aberturas de diferentes tamaños. Para adaptar sus manos a los diferentes objetos necesitará utilizar información táctil y propioceptiva.
- *Para promover el gateo:* Desde el momento en que el bebé lo tolere, promueve que juegue en posiciones en que deba sostener peso en sus manos o en sus rodillas. Por ejemplo, puedes sentarte en el piso con las piernas abiertas y colocar al bebé boca a bajo sobre uno de tus muslos (de modo que su barriga quede sobre tu muslo, sus manos a un lado y sus rodillas hacia el otro lado). Puedes colocarle un juguete delante para animarle a jugar. Otra opción para promover que el bebé inicie poner peso en sus manos es hacer un rollito con una toalla grande y colocar al bebé boca abajo, de modo que su pecho quede sobre el rollito y sus manos caigan sobre el otro lado. Mientras el bebé está en esta posición, puede sostenerlo por sus rodillas y mover su cuerpo hacia al frente para que ponga peso en sus manos.

Escrito y facilitado por: Rosa Román Oyola OTR/L, M.Ed. Certificada en Integración Sensorial
Revisado por Dr. Arnaldo Cruz, Comisión de Relaciones Públicas y Servicios a la Comunidad



Comisión de Relaciones Públicas y Servicios a la Comunidad
Colegio de Profesionales de Terapia Ocupacional de Puerto Rico
(787)282-6966
<http://www.cptopr.org/>

Terapia Ocupacional

