



SJSU Clínica Pediátrica: Noticias!

Fechas importantes:

Nov. 15th - Educación para los padres
Nov. 24th - Feriado: Clínica cerrada
Dec. 6th - Último día de clínica

El Poder de Jugar

Jugar es una actividad que ayuda al desarrollo de las capacidades cognitivas, imaginativas, sensoriales, físicas, y sociales en los niños.



Cuando los niños desarrollan, usualmente comienzan a jugar en formas más complejas. Cada forma de jugar ayuda a que los niños exploren nuevas formas de socializar e interactuar con otros.

Has escuchado al terapeuta de su niño hablar sobre esto?

Juego Solitario - A los 12 meses, niños usualmente juegan solos, pero es posible también que juegue cerca de otros niños. En esta etapa de juego los niños exploran la relación entre su cuerpo y el entorno mediante nuevas experiencias sensoriales: tocando, degustando, agarrando objetos, etc.).

Juego Paralelo - De 2-3 años, los niños disfrutan jugar al lado de otros niños, haciendo la misma actividad, sin la necesidad de interacción directa. Durante esta etapa, el niño empieza a

verse a sí mismo como parte de un grupo y las habilidades cognitivas como el poder resolver problemas.

Juego de asociación - Cerca de los 3 años, los niños desarrollan el interés de interactuar con otros.

Ejemplos de esto incluye el observar e imitar a otras personas.

Juego Cooperativo - Esta es la etapa más avanzada que ocurre a los 4-5 años, cuando los niños empiezan a ir a la escuela. En esta etapa, niños trabajan juntos con la misma meta, como al construir una estructura única o al crear una historia dramática. Los niños comienzan a formar amistades a través de esta forma de juego.

El juego y el aprendizaje están entrelazados. Es a través del juego, los niños aprenden y desarrollan las habilidades necesarias para tener una vida satisfactoria..

El juego constructivo, como construir con bloques o hacer artesanías tridimensionales,



fomenta las habilidades motrices finas, la conciencia espacial, la coordinación

Al jugar con otros, los niños desarrollan sus habilidades para interactuar socialmente, como el comprender su papel social, las reglas sociales a seguir, y el desarrollo de la empatía.



Las actividades de juego físico, como el escalar una estructura de juego, excavar en un cajón de arena, subirse a los columpios o balancines, y jugar al juego de "la traes," permiten al niño desarrollar la coordinación y otras habilidades motrices gruesas, así como el cuerpo y la conciencia espacial.

La participación en todas estas actividades de juego los exponen a diversas experiencias sensoriales que sus cuerpos y mentes necesitan para el desarrollo de habilidades motrices y la regulación emocional.

Integración Sensorial es un término que describe el tipo de tratamiento terapéutico con información sensorial (Ayes, 2005). Es importante porque la integración sensorial forma la base del aprendizaje escolar. En general, las personas reciben información de su entorno mediante sus sensaciones para responder correctamente a esa información, como cuando respondemos a un sonido o a un toque

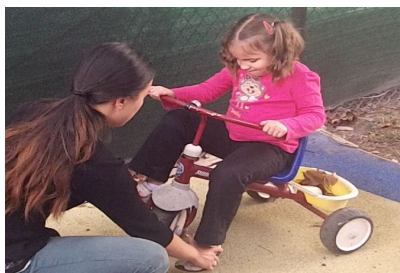
en el hombro. Este proceso nos permite decidir como movernos, como entender nuestro entorno, y como entender diferentes situaciones para participar efectivamente.

Para algunas personas, cierta información puede ser muy **abrumadora**, como cuando un niño es incapaz de concentrarse en una prueba de ortografía debido al zumbido de una luz en la sala de clase. Información también puede ser **insuficiente**, como cuando un niño no se da cuenta cuando tiene la cara sucia.

Abrumadora	Insuficiente
No le gusta ciertas texturas	Constantemente buscando contacto físico
No le gusta bañarse	No nota cuando tiene sucia la cara
Quisquilloso con la ropa	Lleva todo a la boca, comestible o no
No le gusta ser desordenado	No nota dolor fácilmente
Preferencias limitadas de alimentos	



La terapia de integración sensorial se enfoca en ayudar a los niños con dificultades de procesamiento sensorial, para que organicen mejor esta información y puedan involucrarse mas en todas las actividades que disfrutan.



Zonas de Regulación

Incluso cuando no somos conscientes, los adultos, así como los niños, trabajan en la autorregulación. El programa de Las Zonas de Regulación ayuda a niños en la escuela a categorizar, entender y expresar sentimientos complejos que sienten.



Para ayudar a los niños a entender sus estados emocionales, Las Zonas categoriza el estado de alerta o atención en cuatro zonas, cada una con su propio color:

La Zona Azul describe estados de baja atención, por ejemplo, cuando nos sentimos tristes, cansados, enfermos, o aburridos. La mente se mueve despacio.

La Zona Verde describe un estado de atención regulado. Una persona puede sentir relajada, feliz, o enfocada. Es necesario estar en esta zona para hacer la tarea y socializar con amigos.

La Zona Amarilla describe un estado de atención alta. Uno puede sentir estrés, frustración, ansiedad, excitación, y confusión entre muchas otras emociones ligeramente elevadas (como el sentirse inquieto o en busca de experiencias sensoriales más de lo normal). La Zona Amarilla es cuando alguien está empezando a perder control emocional y corporal.

La Zona Roja describe un estado muy elevado de atención con emociones intensas. Una persona puede sentirse enojado, con rabia, pánico, terror, elación, o comportarse de manera explosiva cuando está en esta zona. Cuando alguien está en la Zona Roja, usualmente la persona pierde el control de su propio cuerpo.



La regulación emocional depende de tres cosas para funcionar bien: (1) integración sensorial, la función ejecutiva de la mente (como el poder tomar decisiones, planear, e interpretar información), y la regulación emocional (poder controlar nuestras emociones). El programa de las Zonas provee los niños con estrategias y herramientas necesarias para regular sus emociones más efectivamente.

Hitos del Desarrollo

1-2 años - Estar de pie, subir y bajar escaleras con asistencia, caminar, hablar (hasta 20 palabras), saber partes del cuerpo.

2-3 años - Puede rastrear y dibujar signos y cuadrados, utilizar 250 palabras, saltar, entender mandatos con dos instrucciones, tomar turnos, vestirse y desvestirse con poca asistencia, y agarrar un lápiz.

3-4 años - Puede cortar alrededor de líneas, colorear dentro de líneas.

4-5 años - Puede retirar pelotas, copiar palabras sencillas, cortar cuadrados, identificar colores, y saltar.

5-6 años - Puede cachar y patear pelotas, ha establecido la mano preferida, manipula las tijeras, escribe su nombre, puede atar las cintas de los zapatos.

Para mas información sobre hitos del desarrollo, pueden visitar: www.howkidsdevelop.com