

BAÑO Y ASEO



A la hora del baño y aseo se pueden crear rutinas que nos ayuden a favorecer la adquisición de habilidades motoras que están limitadas o no integradas, empleando recursos para trabajar sobre las mismas y mantener y desarrollar aquellas con las que se cuenta.

Lo principal es que nuestro baño este adaptado a las necesidades actuales del niño, en cuanto a limitaciones de acceso, alturas, apoyos externos



Extensor palanca grifo



Asideros de agarre diferentes para elevar tapa WC



Taburete para ayudar en alturas



Ganchos para adaptar los útiles a la altura deseada

En el entorno del baño contamos con diferentes elementos en cuanto a diámetro, alturas, agarres, texturas en los que el niño va a tener que implicar varias áreas corporales y habilidades para poder realizar la tarea.

LAVABO

Lavarse las manos , la cara , los dientes, son actividades que se realizan con el lavabo como elemento principal , por lo que hay que garantizar el acceso a este , si por otras cuestiones no se puede acceder a él el bidét puede suplir su función en algunos casos.

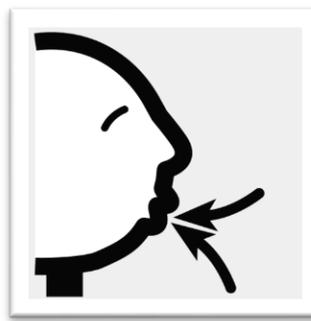


A partir de esta actividad podemos trabajar

- Motricidad fina bimanual.
- Sensibilidad táctil mano y cara.
- Sensibilidad bucal en caso de ser necesario con ejercicios a la vez que cepillamos los dientes.
- Movilidad y disociación digital.
- Jugar con la temperatura del agua para trabajar la sensibilidad profunda y la reacción a ella.

JUEGOS EN EL ESPEJO

Se puede aprovechar el momento para que mientras el niño se mira en el espejo usar su biofeedback y realizar ejercicios faciales de movimiento para dificultad en la masticación , deglución , parálisis etc. Así como actividades de cuello y hombro e implementar la ganancia de movilidad y recorrido articular en estos segmentos.



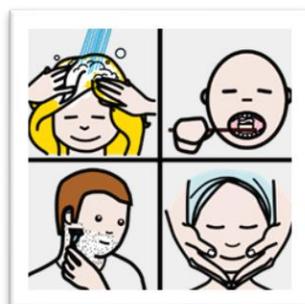
Lo podemos realizar de manera entretenida mediante juego con una canción o poner determinadas caras imitando emociones o que el adulto intente adivinar lo que quiere decir el niño , un personaje, dibujo animado etc.

RELAJACIÓN

El baño es un área propicia para estimular la relajación de distintas áreas por lo elementos que engloba (agua , espumas , fricción etc) , Siempre y cuando el niño este cómodo con el momento.

- Lavar el pelo.
- Frotar los dientes.
- Echar crema diferentes partes del cuerpo.
- Sensación sumergir cuerpo agua y reducir peso corporal.
- Favorecer el juego en el agua (en el caso del baño) para realizar movimientos mas limitados de miembro inferior ya que el niño notara más relajación y disminución del peso en las extremidades y será menos dificultoso llevarlo a cabo.

Estos momentos se puede aprovechar para estimular zonas que por nuestra patología presenten parestesias o necesitemos activar a la hora de realizar alguna tarea , ya que mediante el masaje,pequeños pases en esa zona, golpeteo la estaremos estimulando.

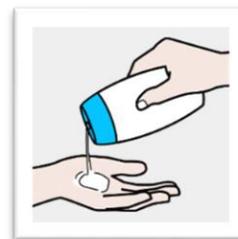
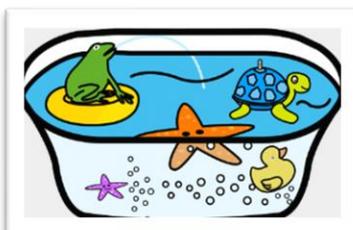
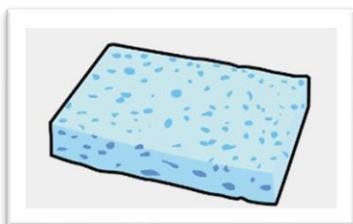


TEXTURAS

Se puede trabajar la sensibilidad y capacidad de agarre ante diferentes texturas, ya que elementos de esta área podemos encontrarlos en diferentes formatos.

Depende lo que queramos trabajar, las necesidades para favorecer la autonomía de cada niño podemos usar unos u otro:

- Jabón líquido o en pastilla , si fomentamos la presión o el agarre más dificultoso podemos optar por una de estas opciones.
- Espojas redondas, lisas , con agarre de cuerda , en forma de guante etc.
- Juguetes de diferentes formas o con objetivos distintos , apilar , lanzar.



FAVORECER LA COMUNICACIÓN

ESTIMULACIÓN DE LA COMUNICACIÓN. JUEGOS Y CANCIONES

Durante el baño o la ducha podéis cantar o poner música de fondo.

- Videos y Canciones infantiles para el aseo:

https://www.youtube.com/results?search_query=canciones+aseo+infantil



- Adivinanzas referentes al baño:

<http://frases.astalaweb.net/Adivinanzas/Adivinanzas%20del%20cuarto%20de%20ba%C3%B1o.asp>

Tengo dientes y no muerdo,
desenredo con cuidado,
caminos abro en tu pelo,
ya sea liso o rizado.

Quien me mira se refleja
así nadie tendrá una queja.

¿Quién pensaréis que yo soy,
que cuanto más y más lavo
mucho más sucia me voy?

Si me mojas hago espuma
con ojitos de cristal
y tu cuerpo se perfuma
mientras llega mi final.



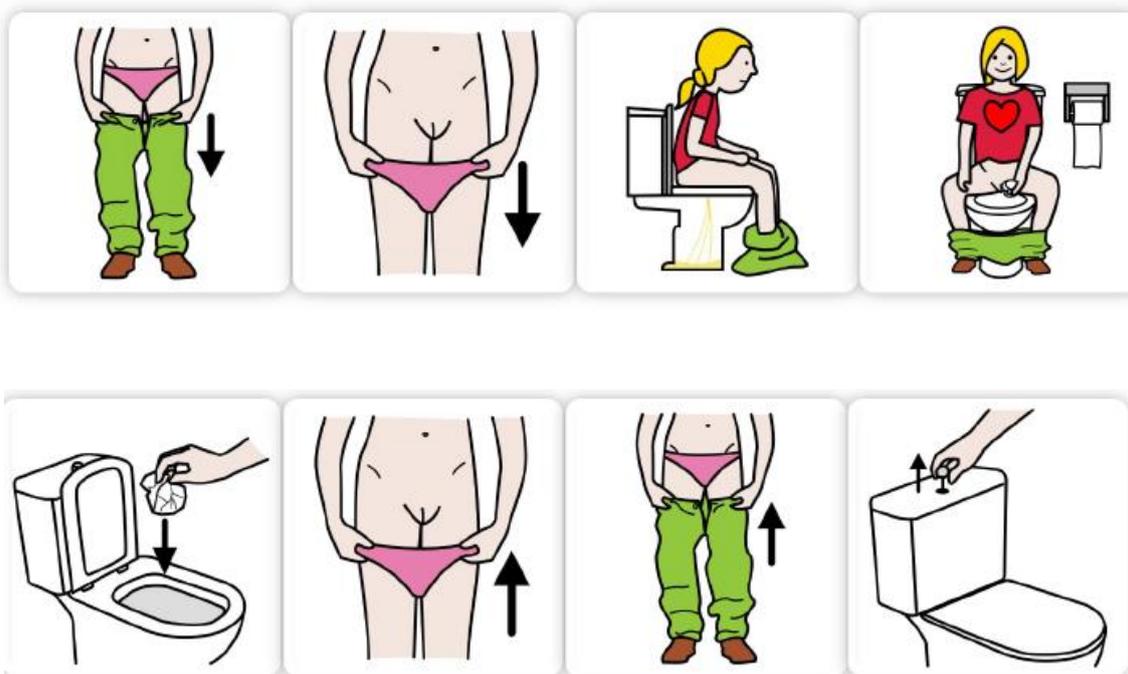
- Jugar con pompas de jabón; de esta forma reforzaremos la fuerza y la direccionalidad del soplo.



- Juegos de mímica (el niño debe adivinar qué objeto estamos representando con mímica) y/o Imitar en el espejo: caras, emociones, movimientos de lengua y labios.

- Rutinas de aseo en pictogramas de Arasaac:

<https://arasaac.org/materials/search/aseo?offset=0&tab=0&activity=24>



VOCABULARIO Y EXPRESIÓN LINGÜÍSTICA

- Juego veo-veo (de color..., que sirve para..., que empieza por...)
- Juego asociación objeto-acción. Con pictogramas de apoyo para las acciones.

<https://arasaac.org/materials/es/1868>



<http://enelauladeapoyo.blogspot.com/2013/11/asociaciones.html?sref=pi>



- Juegos de memoria: Ir añadiendo un elemento del baño a la lista de palabras, incluyendo todas las anteriores. (Al baño ha llegado un barco cargado de...)

- Secuencias:

Se recomienda recortar las tarjetas y jugar a ordenarlos.

<https://fichasdepreescolar.blogspot.com/2019/06/habitos-de-higiene-aseo-y-cuidado.html>

