

Pautas para familias

ALIMENTACIÓN Y NEURODESARROLLO

acompañar a las familias es acompañar al niño

¿Cómo gestionamos el momento de la comida en horarios, lugar, personas?
¿Qué momento consideras que es el más/menos complicado? (desayuno, media mañana, comida, merienda, cena, ingesta nocturna si hubiese)

- ¿Necesita entretenimiento a la hora de comer? ¿es imprescindible para poder afrontar este momento el utilizar pantallas como el móvil o la televisión?
- ¿Realiza conductas exploratorias de los alimentos como tocarlos, olerlos, mirarlos?
- ¿Cómo es mi percepción del momento de la comida y cómo lo afronto? (ansiedad, negativismo, tranquilidad...)
- Hacemos listados

alimentos QUE COME
LO QUE MÁS LE GUSTA
LO QUE HA PROBADO
LO QUE NO LE GUSTA

LISTADO DE OBJETIVOS Y GRADUARLOS



empezar por el principio...

- ¿Puede presentar desórdenes sensoriales?
- ¿Es autónomo en las habilidades de la vida diaria?
- ¿Presenta dificultades en mantener una correcta postura corporal, en la masticación o deglución?
- ¿Existen otros factores que puedan estar provocando las dificultades?
- ¿Puede haber vivido alguna situación traumática en torno a la alimentación?

factores psicosociales y emocionales

acontecimientos estresantes o traumáticos

integración sensorial

autonomía

posicionamiento corporal
masticación
deglución

Retos y desafíos cotidianos

...le cuestan los cambios y rutinas y gestionar el cambio de actividad

- Anticipar el cambio de actividad utilizando elementos visuales, canciones...
- Propondremos el desafío adecuado.
- Le daremos tiempo, ajustamos el ritmo a sus necesidades, acompañamos.

...no acepta nuevos alimentos tiene problemas con las texturas, con diferentes sabores/colores/olores

- Evita la lucha para que coma de todo, acepta que coma menos o se niegue a probar.
- Permite que explore el alimento presentado.
- Presentaremos el nuevo alimento de forma gradual y junto a otros alimentos que sabemos que le gustan.
- Si es capaz de probar el nuevo alimento o el que rechaza puede comer libremente lo que le gusta.
- Incrementa poco a poco la cantidad de alimento nuevo o que rechaza en relación al alimento de confort o aceptado
- Ten en cuenta sus preferencias sensoriales ej alimentos del mismo color

...permanecer sentado

- Si hay buen control postural necesita movimiento y/o regular su nivel de alerta
- Las actividades propioceptivas calman y las vestibulares activan
- Favorecer estimulación vestibular o propioceptiva, ejemplo colocar un cojín sensorial en los pies, cinchas elásticas, actividades previas al momento de la comida como empujar, colocar en alto, cargar...
- Necesita apoyos para un buen posicionamiento.
- Colocar adaptadores en su silla
- Vigilar que sus pies estén apoyados.

...presenta dificultades en algunos entornos: (le molesta el ruido/la relación con iguales/ prefiere comer solo/se estresa con el ruido visual...) o en su coordinación motriz.

- Valoraremos si necesita aislamiento sonoro o adaptar el ambiente los estímulos adecuados.
- Realiza propuestas de juegos que permitan mejorar su coordinación bimanual y óculo-manual

...presenta dificultades sensoriales o rigidez

- Ayuda con algunos retos como facilitarle que se pueda limpiar las manos o la boca con un papel o babero.
- Secuenciar el acercamiento a estímulos o situaciones novedosas.
- Entender que la alimentación con sólidos puede ser complementaria, evitar enfrentarse a ella con ansiedad dando importancia al juego y la exploración.
- Permitir que no se ponga el babero o que use manga larga

SI LA MEJOR FORMA DE APRENDER ES JUGANDO
CON LA COMIDA TAMBIÉN SE JUEGA

