



“¿Qué significa integración sensorial en los niños?”

Ps. Dominique Dattas G.

Niños/as que les molestan demasiado los ruidos del ambiente, que reaccionan con intensidad a las texturas de la ropa o que se irritan cuando los pasan a llevar. Otros que todo lo contrario, constantemente buscan tocarlo todo y no sienten cuando se han ensuciado. Mientras que en otro lugar vemos a quienes al caminar, bailar o saltar dejan en evidencia descoordinación y/o torpeza frente al movimiento. Sumado a esto, podemos encontrar dificultades para empezar o terminar actividades concretas, poner atención a instrucciones verbales e incluso, dificultades en torno a la alimentación por la intensidad con que registran sabores, texturas o temperaturas de los alimentos.

Seguramente todos los adultos hemos observado alguna vez cualquiera de estas conductas, ya sea en nuestros propios hijos/as o en otros niños con los que nos mantenemos en contacto, por lo que se hace relevante comprender que lo que tenemos enfrente, probablemente sean **dificultades de integración sensorial**.

A partir de esto, muchos padres se preguntarán: **¿qué significa “integrar los estímulos sensoriales”?**

La integración sensorial es el **proceso a través del cual percibimos y respondemos a la interacción del ambiente con nuestro propio cuerpo**. Continúa durante toda la vida, pero adquiere especial relevancia en los primeros 6 años de vida, debido a que es en esta etapa que nuestro cerebro presenta una capacidad inigualable para ser

moldeado y modificado frente a las experiencias del ambiente.

Este proceso lo podemos observar en ejecuciones como por ejemplo: saltar, dibujar, abrocharnos los zapatos, escribir, oler una flor, escuchar una canción, entre otras acciones. Toda aquella información que recibimos está mediada por los 7 sistemas sensoriales que la envían a nuestro cerebro para ser procesada a un nivel no consciente y ayudarnos a responder de manera adaptativa a nuestro entorno.

¿Cuáles son esos 7 sistemas sensoriales?

Los más conocidos son **el gusto, el olfato, la visión, la audición y el tacto**. Sin embargo, existen otros dos que son muy importantes: **el sistema vestibular y el sistema propioceptivo**.

1) El sistema vestibular: Nos ayuda a detectar los movimientos del cuerpo en el espacio, mantener el equilibrio de este y la posición de la cabeza. De esta manera, podemos coordinar nuestros dos lados del cuerpo, el movimiento de los ojos, saltar en un pie, subir las escaleras sin caernos; entre otras acciones.

2) El sistema propioceptivo: Entrega información sobre la posición de las distintas partes del cuerpo y lo que ellas están haciendo. Permite la manipulación de objetos pequeños y del desplazamiento en el espacio.

*Cabe destacar que últimamente se habla de un octavo sistema sensorial: **la interocepción**, el cual se relaciona con el reconocimiento de las sensaciones internas de nues-

tro cuerpo, tales como captar cuando necesitamos ir al baño, si nuestra respiración se encuentra agitada o plácida, percibir si estamos saciados o aún sentimos hambre, entre otras posibilidades.

Por lo tanto, en los niños donde podemos encontrar que el proceso de integración sensorial está presentando **dificultades, significa que sus sensibilidades y reacciones a los estímulos están siendo muy bajas o demasiado intensas, mientras que en otras situaciones muy rápidas o durando más tiempo de lo esperado.** El mayor problema que podemos encontrar en esta falta de integración es que **puede interferir en distintas áreas del desarrollo de nuestros niños; ya sea en el área socio-emocional, el aprendizaje académico o el desarrollo motriz.** Por ejemplo, podemos ver reacciones de rechazo frente al contacto físico con un par por ser demasiado molesto para ese niño en particular; pero por otro lado, se pueden ver niños muy bruscos o impulsivos en el contacto, lo que en ambos casos puede conllevar dificultades de interacción social. Asimismo, por ejemplo, algunos/as que presenten problemas para tomar un lápiz y ejercer la presión adecuada sobre este, podría interferir en su futuro proceso de lecto-escritura. En otras situaciones, podemos ver cómo una desorganización motora puede provocar una menor tolerancia a la frustración y cómo esto, a su vez, puede afectar al proceso atencional frente al aprendizaje. Un niño que necesita estar demasiado atento a las sensaciones que “le molestan” o desregulan de su cuerpo, va a estar menos atento a la clase. También, niños que parecen no darse cuenta de dónde están las partes de su cuerpo y cómo se están moviendo, pasan a llevar frecuentemente las cosas que tienen sobre la mesa, pueden caerse de manera fuerte y parecieran no sentir dolor, chocando con el mobiliario de la sala, aun cuando han

pasado muchas veces por el mismo lugar. Otros les pueden tomar más tiempo aprender actividades cotidianas relacionadas a la autonomía como por ejemplo, vestirse, ponerse zapatos, comer con cubiertos. Así y más, podemos encontrar múltiples consecuencias en la falta de una adecuada integración sensorial que esté impidiendo el sano desarrollo integral de nuestros niños y niñas.

En síntesis, la integración sensorial ocupa un espacio tan relevante en la vida de los niños que es transversal al crecimiento que van llevando, por lo mismo como adultos debemos estar atentos a éstos indicadores que nos envían el mensaje de cómo nuestro hijo puede estar percibiendo los estímulos y si esto está siendo un obstáculo para desenvolverse mejor en su ambiente escolar, familiar o social. La buena noticia es que estamos a tiempo para trabajarla una vez que la detectamos, **podemos nosotros mismos ir empatizando y reflejando que hay acciones que parecen que las sienten con mayor y menor intensidad o por ejemplo, que les cuestan más de organizar y coordinar, por lo que podemos ir apoyándolos dirigidamente en aquellas situaciones en que requieren de más ayuda, lo que les permitirá regular de mejor forma la experiencia sensorial.** Sin embargo, si nos encontramos frente a dificultades en las que no es suficiente nuestro acompañamiento, es fundamental ponernos en contacto con una **Terapeuta Ocupacional que tenga especialidad en integración sensorial** para que realice una evaluación y el tratamiento correspondiente en el caso de que fuera necesario.

