

SUGERENCIAS FRENTE AL AISLAMIENTO SOCIAL

***PARA FAMILIAS CON HIJOS/AS CON
DISCAPACIDAD O CONDICIÓN***

El aislamiento en casa, derivado de las medidas de prevención para hacer frente a la infección por COVID-19, es una situación excepcional, que, sin duda, altera la dinámica y la rutina de cualquier familia y puede generar alteraciones emocionales o de conducta en los niños y niñas con un trastorno comportamental del tipo específico a cada situación particular.

En caso de personas con discapacidad/condición, puede generar una respuesta emocional y conductual variable según las características de la familia y del hijo o hija.

Respuestas Emocionales y Conductuales

Te sugerimos...



Intentar seguir una misma estructura y horario utilizando el recurso que mejor se adapte a tu hijo o hija. Ejemplos: horario con pictogramas, horario escrito, agenda con imágenes.



Mantener el horario habitual en la medida de lo posible, respetando los ritmos de sueño y alimentación de la persona. A su vez permitir una rutina flexible, que contemple la aparición de situaciones imprevistas.



Intercalar a la rutina, actividades que sean variadas, tales como: moverse, estar sentado, juego libre, tareas en la mesa.

También te sugerimos...



Permitir la aparición de conductas de regulación emocional, es decir aquellas que les permiten estar más tranquilos/as, por ejemplo: saltar, estereotipias de manos (movimientos repetitivos y periódicos), movimientos con objetos o con el cuerpo, etc.



Puede ser una gran oportunidad para compartir con el adulto actividades de su interés. Es importante dejar que sean nuestros hijos los que nos muestren qué quieren hacer.



Disponer del tiempo con actividades gratificantes en un momento de rutina que se encuentre estructurado y anticipado adecuadamente.