

# Dificultades del procesamiento sensorial

## son reales.

Algunas personas son mucho más sensibles que otras (o mucho menos) a lo que escuchan, ven, huelen, prueban o tocan. Las dificultades del procesamiento sensorial pueden afectar también el equilibrio y el movimiento.

## pueden ser abrumadoras.

Cosas como luces brillantes y sonidos fuertes pueden desencadenar crisis sensoriales que están fuera del control de una persona. Estas dificultades también pueden llevar a las personas a buscar sensaciones, como querer ser abrazado.

## son malinterpretadas.

Tener dificultades con el procesamiento sensorial no significa que una persona sea “difícil” o esté “sobrerreaccionando”. Cuando se ofrecen las estrategias adecuadas, las personas pueden salir adelante.



**Las dificultades del procesamiento sensorial no son causadas por falta de disciplina o firmeza.**

## Áreas problemáticas

- ▶ Crisis provocadas por una recarga sensorial
- ▶ No reaccionar como se esperaría al dolor, calor o frío
- ▶ Manejar cambios de rutinas
- ▶ Coordinación y equilibrio
- ▶ Invadir el espacio personal o jugar muy rudo
- ▶ Probar nuevos alimentos
- ▶ Manejar las emociones

## Maneras de ayudar

1. Estrategias como quitar las etiquetas de la ropa, reducir la intensidad de la luz o usar audífonos con cancelación de ruido.
2. Objetos antiestrés o goma de mascar para ayudar a los buscadores sensoriales a mantener un estado de “equilibrio”.
3. Espacios tranquilos y avisos con anticipación sobre cambios en rutinas o ruidos fuertes, como alarmas de fuego.