

## **Tema 9:** Atención Temprana

**Título:** Método visual para dar autonomía a niño/as con s.D para realizar una tabla de ejercicios de fisioterapia.

**Autores:** José Antonio Caballero Blanco, Ana Moreno Cabezas, M<sup>a</sup> Victoria Ortiz Garrido y Carmen Marín Padilla

### **Resumen:**

Desde el departamento de Fisioterapia de Granadown, hemos ideado un sistema de apoyo visual para la realización de ejercicios terapéuticos en casa.

Con este sistema pretendemos facilitar la autonomía en la realización de dichos ejercicios que deben hacerse de forma continuada, ya que no es suficiente realizarlos una vez a la semana en la sesión de fisioterapia en la asociación.

Para ello se han tenido en cuenta las características personales de cada chico/a y las generales de las personas con SD.

# Método visual para dar autonomía a niño/as con s.D para realizar una tabla de ejercicios de fisioterapia.

**Autores: J.A Caballero Blanco, A. Moreno Cabezas, V. Ortiz Garrido y C. Marín Padilla.**

**Introducción:** el presente trabajo nos surgió de la necesidad de idear un sistema para conseguir que los chicos/as que asisten a una sesión de fisioterapia puedan realizar dicha tabla de ejercicios en casa. De esta forma se le da los apoyos necesarios para que la puedan realizar por si solos/as sin la necesidad de la presencia de sus padres.

## Objetivos:

1-Facilitar una herramienta a nuestros/as chicos/as que le ayude a realizar una tabla de ejercicios de fisioterapia de forma autónoma en su casa.

2-Que sea motivante e implique una adecuada adhesión terapéutica en el tratamiento.

3-Que esté personalizada (dibujos, colores, música, tiempos de ejecución, tipos de letra, modo de presentación) a cada situación personal. Y que tenga en cuenta diversos factores (sus intereses, problemas visuales, nivel de lectura, capacidad de autonomía, desarrollo cognitivo etc.)

## CONCLUSIONES

Creemos que lo más importante es, que desde todos los ámbitos de intervención hagamos hincapié en crear estrategias o metodologías que favorezcan el trabajo autónomo en las personas con síndrome de Down.

Desde la fisioterapia creemos que los medios audiovisuales son una buena herramienta para aquellos jóvenes con sD que deban realizar una serie de ejercicios de forma continuada.

## Metodología empleada. Aprendizaje por modelado.



■Sabemos que en las personas con sD, el canal visual es su punto fuerte para el aprendizaje, por ello optamos por realizar un video. Se tendrá en cuenta:

- Emplear las imágenes del propio chico/a ya que es mucho más motivador
- Elección de las imágenes adecuadas en cuanto buena calidad de ejecución ya que después serán imitadas por el /ella.

## Control de tiempo



Unas señales sonoras harán que se marque un ritmo de ejecución y una duración total de la tabla de ejercicios

- ▶Una señal sonora (tic-tac) le indicará que debe comenzar el ejercicio.
- ▶Otra señal sonora distinta (timbre) le indicará que deberá terminar de ejercicio.

Los tiempos de realización de cada ejercicio se han de medir con anterioridad en situación real y luego medir en casa para su posible corrección (en caso de que haya un excesivo o escaso tiempo de realización).

## Tipo de letra empleada

- Los ejercicios están rotulados con un nombre corto que lo identifica y que el sujeto conoce.
- Letra grande para ser visualizada con facilidad desde la distancia.
- Tipo de letra reconocible por el chico/a. (en este caso Masellera)

## Modo de presentación



- a) En la introducción se hace un repaso de los ejercicios que se van a realizar posteriormente, para que vaya evocando los ejercicios que va a realizar y de este modo le de la posibilidad de recordar con mayor facilidad.
- b) Proyección secuenciada de los ejercicios con ejecución correcta.
- c) Al final del video se refuerza con un aplauso y un "Muy bien". Reforzando así el esfuerzo del chico/a.

## Feedback



Este video se trabajará en casa, necesitando para ello la colaboración de los padres, para que nos indiquen si el video se adecua a las necesidades del chico/a en cuanto a tiempo de ejecución, rapidez, lectura de los rótulos, etc.

## Secuencia de Video

