

ANEXO V

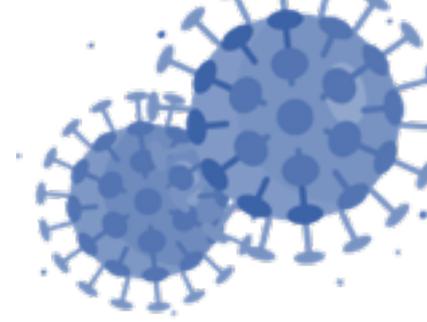
Personas con alteraciones conductuales (como el trastorno del espectro autista, conductas disruptivas del comportamiento, etc.)

Pautas generales:

- Se aconseja mantener una rutina diaria variada y estructuración de los tiempos. Si es necesario, hacer una agenda para la mañana y otra por la tarde. Establecer una rutina de sueño adecuada y mantenerla.
- Estructuración de los espacios en casa, cada lugar para una actividad.
- También puede ser de ayuda elaborar un registro de todas las actividades que se pueden realizar en casa, y dentro de las posibilidades, respetar las preferencias de la persona a la hora de elegirlos: tareas como la higiene y el autocuidado, tareas domésticas, tareas que impliquen estar sentado y en movimiento, tareas escolares...teniendo en cuenta los tiempos de duración de cada tarea a la hora de hacer la agenda.
- Tratar de limitar el uso de tecnologías en la medida de lo posible, ya que el uso sin medida y sin control de este tipo de herramientas puede generar problemas de conductas a corto o a largo plazo en algunos casos.
- Mantener las capacidades y aprendizajes adquiridos previamente. Todo lo que se pueda hacer de manera autónoma debe seguir haciéndose (higiene, vestido, alimentación, aseo...)
- Estas personas pueden tener dificultad a la hora de autoanalizar y expresar síntomas, por lo que sus cuidadores y familiares deben estar muy atentos por si aparecen alguno de ellos. Se puede recurrir a herramientas de apoyo visuales para preguntar por dolores y estados.
- Recordar que en **niños con TEA** todas las actividades deben ser presentadas en forma de juego de colaboración, donde “parezca” que son los propios niños los que toman la iniciativa. No olvidar que una intervención, por pequeña que sea, que modifique las rutinas habituales o sea muy impositiva, en este tipo de niños puede desencadenar una alteración comportamental disruptiva y/o francamente agresiva. También es importante:
 - o Mantener una dieta equilibrada.
 - o Tener una agenda visual (con fotografías, pictogramas, etc) diaria y semanal
 - o Establecer un horario de sueño y mantenerlo.
 - o Realizar ejercicio a diario en el domicilio: un juego participativo es lo más indicado (por ejemplo en forma de baile).
 - o Elaborar conjuntamente con el niño un registro de todas las actividades que se pueden realizar en casa, y dentro de las posibilidades respetar las preferencias del niño a la hora de elegirlos
 - o No se les debe imponer actividades, sino que es preciso saber proponer estas actividades sin que se sientan “invadidos”, con el fin de prevenir las explosiones comportamentales y agitación psicomotriz como respuesta de rechazo

Propuestas de actividades durante el confinamiento con los niños pequeños:

- Ayudar a preparar la comida.
- Crear circuitos de saltar, túneles, esconderse o enrollarse en mantas, chutar pelotas hechas en casa.
- Masajear, dedicar más tiempo a las actividades de baño.
- Jugar a juegos sensoriales con harina, legumbres, olores con especias u otros.
- Escuchar música y bailar.
- Juegos manipulativos con objetos, caja de formas, puzzles, circuitos de pelotas, vías de trenes, coches y parkings.



Propuestas de actividades durante el confinamiento con los niños mayores:

- Las actividades anteriores en caso de que les gusten.
- Juego con muñecos, disfraces.
- Manualidades como pinturas, dibujo, papiroflexia, globoflexia, plastilina, etc., solo en los que previamente manifestaban agrado por estas actividades.
- Juegos de mesa, no todos los admiten, solo en los que previamente lo admitían de buen grado.
- Uso de los dispositivos digitales y pantallas de forma compartida y pactando un tiempo limitado de su uso antes de iniciar (poner un reloj grande para que vean el tiempo que llevan a modo de pictograma), es decir, dejando que muestren qué les interesa, a quién siguen, qué les gusta, a qué juegan... y hacerlo con ellos.

Sobre la asistencia durante el confinamiento:

- En caso de necesitar asistencia durante el confinamiento por alteraciones emocionales o de conducta del niño o niña con TEA se recomienda ponerse en contacto con su centro médico de referencia.
- Procurar no utilizar el servicio de urgencias a menos que sea imprescindible dada la disminución de personal sanitario dedicado a la atención directa.

Sobre salir a la calle durante el confinamiento:

- Durante la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19, las personas con TEA que tengan alteraciones conductuales están habilitadas para salir a la calle con un acompañante, siempre y cuando se respeten las medidas necesarias para evitar el contagio por coronavirus. Esta medida queda recogida en el Boletín Oficial del Estado (BOE) a fecha 20 de marzo de 2020.
- Se recomienda hacerlo llevando encima el certificado de discapacidad o la prescripción del profesional.

Enlaces a recursos:

CÓMO LAVARSE LAS MANOS

- <https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/ciudadania.htm>

COMO EXPLICAR EL CORONAVIRUS A UNA PERSONA CON TEA

- <https://www.mindheart.co/descargables>
- <https://compartiresvivirweb.wordpress.com/tag/material-descargable/>

EJEMPLOS DE RECURSOS PARA FAMILIAS PARA PASAR EL TIEMPO EN CASA

- http://www.autismo.org.es/sites/default/files/blog/adjuntos/recursos_ae_familiastea_0.pdf