**SUGERENCIAS PARA EL HOGAR**

**TEA**

*Flgo: Jorge González Neira*

* **Establecer una rutina diaria:** se puede realizar a través de un calendario de anticipación de acuerdo a lo que se realice en el día, sacando la lámina que corresponda. Esto los hace comprender mejor y además reduce la ansiedad.



* **Usar apoyos visuales**: debido a que su canal principal de procesamiento de información es el visual, es importante apoyar las actividades con imágenes a través de pictogramas o imágenes reales.
* **Crear secuencias de cada rutina en los ambientes necesarios**, paso a paso, como por ejemplo: ir al baño, cepillarse los dientes o lavarse las manos.



* **Señalar claramente los espacios:** donde se come, donde se juega y donde se trabaja.
* En lugares de trabajo, tratar en lo posible de **eliminar el mayor número de distractores** para favorecer la atención en las actividades.
* **Evitar una sobrecarga sensorial:** las luces, olores y ruidos pueden dificultarles la concentración.
* **Establecer un lugar de descanso.**
* **Dar instrucciones simples:** “dame”, “toma”, “abre”, “cierra”, “guarda”.
* **Mirar a los ojos:** cuando se le solicite algo es importante tener un contacto visual directo y formular solo una petición cada vez, no varias.
* **No dejar una instrucción sin cumplir**. Es necesario asegurarse que el niño o la niña realice la acción indicada en la instrucción.
* **Si no realizar la acción, se da apoyo motor:** donde se toma la mano del niño y se lleva al objeto, verbalizando la acción solicitada.
* **Es importante anticipar** al menor cuando se realice un cambio de actividad, de manera verbal y además utilizando apoyo visual.
* **Utilizar un reforzador:** es una recompensa a una respuesta positiva dada a un niño y que está enfocada a motivar la aparición de un comportamiento deseado. Se entrega solo después de realizar la actividad de manera adecuada, y estos pueden ser aplausos, un juguete, una carita feliz, fichas que se guardan en una caja, etc.
* **El uso del celular o Tablet, no debe estar incluido en la rutina**. Estos sólo se debe utilizar en algún programa o aplicación con fines educativos o terapéuticos.