

# Equilibrio Sensorial

Una Guía sobre Procesamiento Sensorial  
para Padres y Profesionales

Autora: Erna Imperatore Blanche, PhD, OTR/L, FAOTA



## ¿Me parezco a Enrique?

- Yo evito hacer actividades que requieran construcción.
- Uso mis destrezas sociales y me transformo en un “director”.
- Me cuesta evitar obstáculos y mi motricidad gruesa y equilibrio son deficientes.
- Puede que prefiera las tareas sedentarias como leer o ver la televisión.
- Es posible que mis habilidades de motricidad fina sean escasas, y que se observen en actividades que requieren el uso de las manos y de útiles tales como tijeras, lápices de colores, cucharas, etc.
- Puedo haber tenido un retraso en las habilidades de la vida diaria—vestir/ desvestir, abotonar, uso de cierres, envases de leche, maquillaje, etc.—
- Puede que me guste explorar objetos a través del tacto.
- Es posible que tienda a llevarme los objetos a la boca para explorarlos.
- Me costó aprender a pedalear en bicicleta o triciclo.
- Me cuestan las tareas que requieren manipulación.
- Puede que tenga dificultades de motricidad oral que afecten a mi pronunciación o al modo de comer.
- Puedo agarrar los objetos con firmeza o dejarlos sueltos.
- Puede que sea torpe.
- Puedo parecer débil.
- He sido descrito como torpe.
- Evito participar en deportes grupales.
- Me cuesta abrochar los botones pequeños. Evito las tareas que requieren habilidades de organización.
- Me tropiezo fácilmente.
- Me gusta decir cómo se deben hacer las cosas, pero prefiero que las hagan por mí.

## ¿Cómo era yo en la infancia?

- Me gustaba sentarme, estar echado o quedarme en un mismo lugar y observar a los otros moverse alrededor.
- No exploraba mucho el ambiente.
- Mi juego era simple y repetitivo (con actividades motoras o juguetes familiares).
- Rompía los juguetes con facilidad.



*Figura 1:*  
Me cuesta utilizar los juguetes de construcción

- Me gustaba que me tomaran en brazos con frecuencia.
- Prefería que me movieran a moverme por mi cuenta.
- Puede que me haya gustado gritar para lograr lo que quería.
- Cuando me animaban hacía diferentes cosas pero luego se me olvidaba cómo hacerlas sin ayuda.
- Prefería los juegos simbólicos, evitaba los deportes.

## ¿Cómo puedes congeniar conmigo?

- No me obligues a participar en deportes o actividades que requieren habilidades motoras.
- En algunos casos, tiendo a ser “el amo” a fin de controlar la situación de juego y evitar poner a prueba mis habilidades motoras, escúchame.
- Puedo sentirme mejor en situaciones sociales reducidas.
- Puede que prefiera tener sólo un gran amigo que muchos.
- Estaría en mejores condiciones si me dijeras exactamente qué se espera de mí cuando me das instrucciones.
- ¿Cómo me va en el colegio?
- Puede que me vaya bien en los estudios ya que disfruto leyendo.
- Mis profesores se quejan de mi mala letra.
- Mi escritorio está siempre desordenado.
- Me cuesta organizar mis útiles escolares.
- No me gusta participar en deportes grupales, especialmente si se trata de juegos de pelota.
- A veces prefiero leer a escribir.
- Con frecuencia se me quedan las cosas en el colegio.
- Me cuesta llegar a tiempo.

## ¿Cómo soy en casa?

- Mi dormitorio está desordenado.
- Necesito que me recuerden mis tareas domésticas, para ir al colegio, ducharme, etc.
- Me demoro mucho en vestirme.
- Soy fácil de tratar pero me molesta que me pidan que haga algo apurado (por ejemplo, salir de la casa).
- Me cuesta organizar el tiempo, por esto me atraso con frecuencia.
- Prefiero ver la televisión a jugar al aire libre.
- Puedo ser un poco dominante.
- Me gusta que me ayuden a organizarme con lo que tengo que hacer.