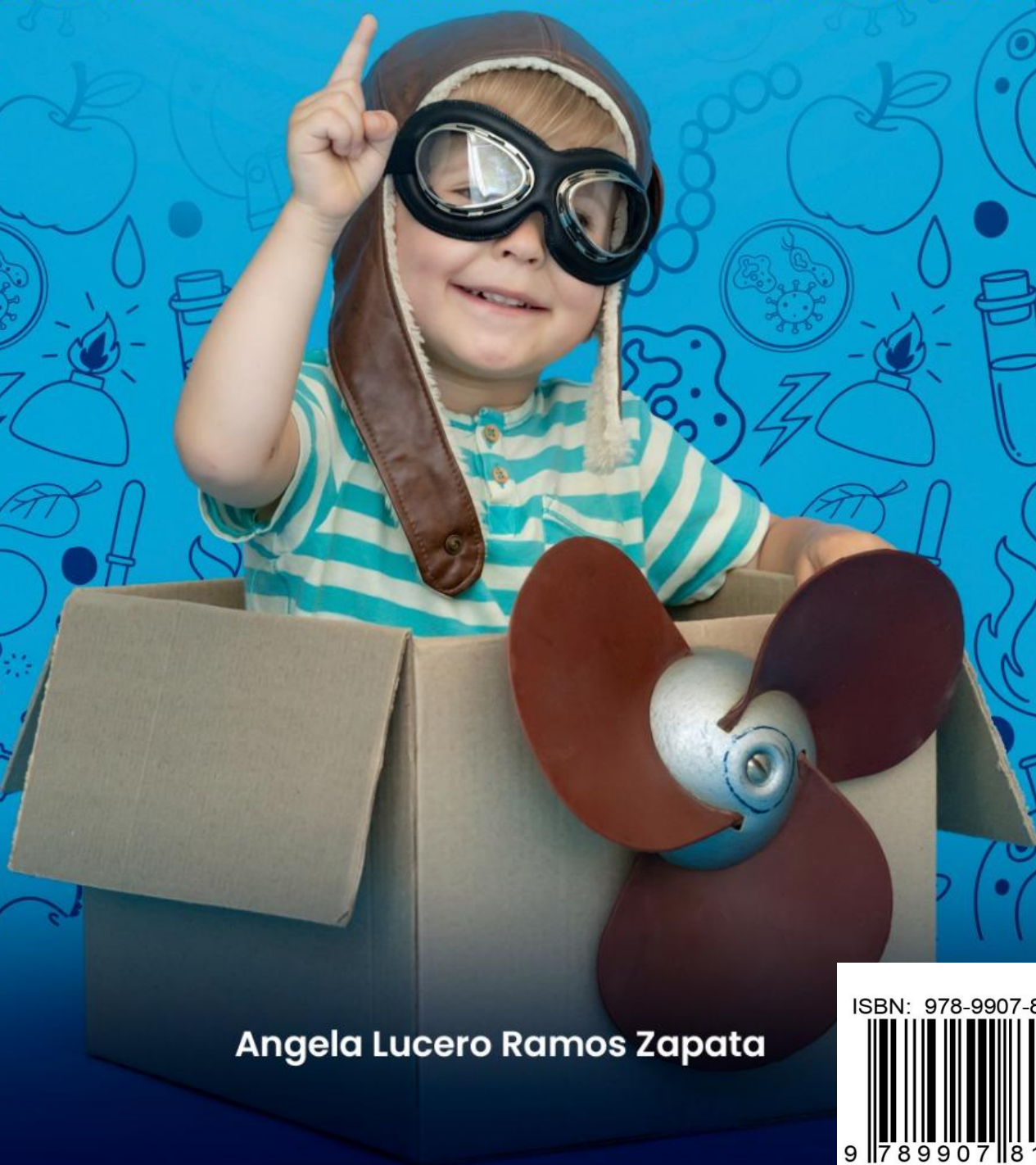


MANUAL PRÁCTICO

DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y
HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

UNA MIRADA DESDE LA TERAPIA OCUPACIONAL INFANTIL



Angela Lucero Ramos Zapata

ISBN: 978-9907-818-32-1



9 789907 818321



Manual práctico del juego como ocupación y herramienta terapéutica

Una mirada desde la terapia ocupacional infantil

Autor:

Angela Lucero, Ramos Zapata

Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-5618-8570>

Correo: steellangell@gmail.com

Filial: Universidad Nacional Mayor de San Marcos– Lima, Perú

Editorial “ACACFESA SAS”

La presente obra fue revisada por 2 pares académicos externos ciegos conforme al proceso editorial de ACACFESA SAS.

Los rigurosos procedimientos editoriales de ACACFESA SAS garantizan la selección de manuscritos por sus aportes significativos al conocimiento y cualidades científicas.

Editorial: ACACFESA SAS.

Sello editorial: 978-9907-818-32

Teléfono: (+593) 998955446

Web: <https://acacfesa.com/editorial/index.php/1>

ISBN: 978-9907-818-32-1

Doi: <https://doi.org/10.70577/tbr20f13/ACACFESA.EDITORIAL>

Año: Junio 2026

Aviso Legal

El contenido de esta obra, que incluye ilustraciones, textos, tablas, gráficos, cuadros y referencias bibliográficas, es responsabilidad única del autor (a) o autores. Lo que se ha dicho, los criterios y los datos no reflejan necesariamente la posición institucional ni el pensamiento de la Editorial ACACFESA SAS.

Derechos de Autor ©

Este documento se publica conforme los términos y condiciones de la EDITORIAL ACACFESA SAS



Esta obra está bajo una licencia internacional

[Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

La "Editorial ACACFESA SAS " y todos sus autores tienen la propiedad única de los derechos de autor y de propiedad intelectual e industrial relacionados con el contenido de esta publicación. La reproducción total o parcial de esta obra, su almacenamiento en sistemas informáticos, su tratamiento digital y cualquier tipo de distribución, transmisión o comunicación pública por medios electrónicos, ópticos, mecánicos, químicos, fotográficos o de grabación están prohibidos. Esto se encuentra bajo las sanciones que establece la legislación vigente a menos que se cuente con la autorización previa y por escrito de los titulares del copyright.

Queda excluido únicamente el uso con fines académicos o de investigación científica, siempre que no busque objetivos comerciales y se ejecute sin remuneración, debiendo mencionarse en todo momento a la fuente editorial correspondiente. Los autores son los únicos responsables de las opiniones expresadas en los diferentes capítulos, las cuales no necesariamente representan el punto de vista institucional de la editorial.

Constancia de Arbitraje

La Editorial ACACFESA SAS, certifica que este libro es el resultado de un estudio llevado a cabo por los autores, el cual fue evaluado por jurados expertos bajo el sistema de doble ciego, tanto en contenido como en forma. Asimismo, se llevó a cabo un análisis del método de investigación, paradigma y enfoque; a partir de la matriz epistémica adoptada por los autores, utilizando las normas APA, Séptima Edición y el proceso de antiplagio en línea turniting para asegurar que la obra fuera científica.

DEDICATORIA

A Dios, por la guía, la paciencia y la luz que sostienen cada paso de este camino.

A mi familia , amigos, por su amor incondicional, su fe en mí y por ser mi red de apoyo incluso en los días intensos .

A mis docentes, por sembrar preguntas, rigor y curiosidad, y por enseñarme que el aprender es siempre un acto compartido.

A mis alumnas y alumnos de la carrera de Tecnología Médica en Terapia Ocupacional de la UNMSM, que me inspiran a diario con su energía, sus ganas de servir y su mirada fresca sobre la profesión.

A mis pacientes ,a sus familias y a mis colegas, quienes me han permitido aprender en el quehacer, confiar en el proceso y honrar el respeto a las características únicas de cada infante.

Este libro es para ustedes y para la comunidad: para ayudar a comprender, sentir y respetar el poder del juego en la vida del niño.

AGRADECIMIENTOS

A Dios, por abrir caminos, sostener mis fuerzas y recordarme el sentido de esta misión.

A mi familia, por su compañía en las horas de estudio, de clínica y de escritura; por cada café, cada abrazo y cada “tú puedes”.

A mis docentes, por el ejemplo ético y académico que guía mi práctica; por los debates, las lecturas y el aliento para investigar y crear.

A mis alumnos de Terapia Ocupacional de la UNMSM, por desafiarme a explicar mejor, por cuestionar con respeto y por mantener vivo el asombro. Aprender es también enseñarles.

A mis pacientes y sus familiares, por abrirme las puertas de su día a día y hacerme parte de sus objetivos. Gracias por la confianza, por la constancia y por la valentía. Hemos visto juntos que las pequeñas adaptaciones abren grandes posibilidades.

Al equipo interdisciplinario con el que he trabajado: colegas terapeutas ocupacionales, fisioterapeutas/ kinesiólogos, fonoaudiólogos, psicólogos, neuropsicólogos, docentes y psicopedagogas/os. Su generosa colaboración me ha demostrado que el cuidado integral se teje entre muchos saberes.

A las escuelas que creen en la inclusión, a los y las docentes que preguntan, que ajustan y que acompañan; y a las familias que se transforman en aliadas fundamentales del proceso.

Sé, por mi experiencia propia y profesional, que el apoyo a la familia y a la escuela con docentes y psicopedagogas/os transforma la participación del niño. Por ello, este libro se ofrece a la comunidad como un puente práctico y esperanzador: para que el juego sea reconocido, protegido y potenciado como ocupación esencial de la infancia.

INDICE DE CONTENIDO

DEDICATORIA	iv
AGRADECIMIENTOS.....	v
INDICE DE CONTENIDO.....	vi
PRÓLOGO	x
CAPÍTULO 1.....	1
Introducción	1
CAPÍTULO 2	8
Desarrollo motor: juegos para fortalecer habilidades físicas	8
2.1 Propósito del capítulo.....	9
2.2 Fundamento conceptual y neurofuncional	10
2.3 Hitos funcionales.....	11
2.4 Componentes motores clave a observar:	12
2.5 Evaluación clínica breve (métricas simples) :.....	13
2.6 Principios de diseño de actividades motoras.....	14
2.7 Estrategias de graduación:.....	14
2.8 Adaptaciones específicas por perfil:.....	15
2.9 Banco de actividades	16
2.10 Progresión semanal	26
2.11 Integración con ocupaciones diarias.....	26
2.12 .Casos clínicos:.....	27
2.13 Monitorización y documentación.....	28
2.14 Indicadores de progreso	30
2.15 Errores comunes en la intervención motora	30
2.16 Consideraciones de seguridad y ética.....	31
2.17 Resumen por público.....	31
2.18 Checklist final del capítulo.....	32
CAPÍTULO 3	33
Desarrollo cognitivo: juegos para fortalecer atención, memoria y funciones ejecutivas.....	33
3.1 Propósito del capítulo.....	34
3.2 Fundamento conceptual y neurofuncional	35
3.3 Componentes cognitivos y hitos orientativos.....	36

3.4 Evaluación clínica breve (métricas simples).....	37
3.5 Principios de diseño de actividades cognitivas	38
3.6 Estrategias de graduación (ejemplos).....	39
3.7 Adaptaciones por perfil	39
3.8 Banco de actividades	40
3.9 Progresión semanal (ejemplo de 6 semanas).....	48
3.10 Integración con ocupaciones diarias	48
3.11 Casos clínicos	49
3.12 Monitorización y documentación.....	51
3.13 Indicadores de progreso	52
3.14 Errores comunes.....	52
3.15 Consideraciones de seguridad y ética.....	53
3.16 Resumen por público.....	53
3.17 Checklist final del capítulo.....	54
CAPÍTULO 4.....	55
Desarrollo socioemocional: juegos para regular, relacionar y participar	55
4.1 Propósito del capítulo.....	56
4.2 Fundamento conceptual y neurofuncional	57
4.3 Hitos socioemocionales (guía orientativa)	58
4.4 Componentes clave y señales clínicas.....	59
4.5 Evaluación clínica breve (métricas simples).....	60
4.6 Principios de diseño de actividades socioemocionales	61
4.7 Estrategias de graduación.....	62
4.8 Adaptaciones por perfil	63
4.9 Banco de actividades	63
4.10 Progresión de 6 semanas (ejemplo).....	75
4.11 Integración con ocupaciones diarias.....	75
4.12 Casos clínicos.....	76
4.13 Monitorización y documentación.....	78
4.14 Indicadores de progreso	79
4.15 Errores comunes.....	79
4.16 Consideraciones de seguridad y ética.....	80

4.17 Resumen por público.....	81
4.18 Checklist final del capítulo.....	81
CAPÍTULO 5	82
Integración sensorial: diseño de entornos y juegos moduladores	82
5.1 Propósito.....	83
5.2 Fundamento conceptual.....	84
5.3 Sistemas sensoriales	85
5.4 Evaluación clínica breve (métricas simples).....	88
5.5 Principios de diseño de entornos y juegos moduladores.....	89
5.6 Adaptaciones por perfil	89
5.7 Banco de actividades por sistema sensorial	1
5.8 Estrategias de graduación por sistema	1
5.9 Progresión semanal	1
5.10 Integración con ocupaciones diarias	2
5.11 Casos clínicos	3
5.12 Monitorización y documentación.....	4
5.13 Indicadores de progreso	5
5.14 Errores comunes	6
5.15 Consideraciones de seguridad y ética.....	6
5.16 Resumen por público.....	7
5.17 Checklist final del capítulo.....	7
CAPÍTULO 6	9
Recursos y herramientas para padres y terapeutas	9
6.1 Propósito del capítulo.....	10
6.2 Principios clave para un entorno lúdico exitoso.....	10
6.3 Lista de materiales.....	11
6.4 Cómo crear un entorno lúdico en casa o terapia	12
6.5 Actividades paso a paso con materiales comunes	14
6.6 Consejos para seleccionar y adaptar juegos	15
6.7 Cómo documentar el progreso en casa o escuela.....	16
6.8 Guía de compra inteligente y ahorro	17
6.9 Recursos adicionales	17

6.10 Preguntas frecuentes (FAQ)	18
6.11 Señales de cuándo consultar a un profesional	19
6.12 Inclusión y juego para todos.....	21
6.13 Cierre motivador	21
CAPÍTULO 7	22
Adaptación del juego para niños con necesidades especiales	22
7.1 Propósito del capítulo.....	23
7.2 Principios de adaptación universal	23
7.3 Adaptaciones por perfil	24
7.4 Juegos inclusivos y cómo adaptarlos	26
7.5 Guía rápida	29
7.6 Tiempos, turnos y roles accesibles	29
7.7 Comunicación y apoyos visuales	30
7.8 Materiales accesibles y adaptaciones caseras.....	30
7.9 Inclusión: por qué importa y cómo fortalecerla	31
7.10 Ejemplos de planes inclusivos por edad.....	31
7.11 Documentación simple para familias y docentes	32
7.12 Señales para derivar o ajustar el plan	32
7.13 Cierre motivador	33
CAPÍTULO 8	42
El juego como puente: despedida y próximos pasos.....	42
REFERENCIAS.....	46

PRÓLOGO

La infancia es, sin lugar a dudas, el territorio más rico y más frágil del desarrollo humano. En ella se construyen los cimientos de la motricidad, la cognición, la emoción y la participación social; y es precisamente en ese territorio donde el juego reina como lenguaje universal, como ocupación primaria y como herramienta terapéutica de extraordinario poder. Este libro nace de esa convicción profunda: que el juego no es un lujo ni un pasatiempo, sino el medio más genuino a través del cual el niño aprende a ser, a estar y a hacer en el mundo.

El Manual Práctico del Juego como Ocupación y Herramienta Terapéutica: Una mirada desde la terapia ocupacional infantil se sitúa en el centro de un debate contemporáneo y urgente: cómo acompañar el desarrollo infantil desde una perspectiva rigurosa, ética y profundamente humana. Esta obra no se limita a describir actividades lúdicas, sino que propone un marco conceptual sólido, fundamentado en principios de los marcos y modelos de intervención de la Terapia Ocupacional Modelo de Ocupación Humana (MOHO), Persona Entorno Ocupación (PEO), Integración Sensorial de Jean Ayres (IS), CIF (Clasificador Internacional de Funcionamiento, de la Discapacidad y la Salud), y en la evidencia científica más reciente sobre desarrollo sensorio-motor, cognitivo, socioemocional del desempeño ocupacional infantil.

Uno de los aportes más valiosos de este manual es su capacidad para tender puentes: entre la teoría y la práctica clínica, entre el consultorio y el hogar, entre el terapeuta y la familia, entre la escuela y el equipo de salud. A través de un enfoque sistemático e interdisciplinario, la autora desarrolla un recorrido que va desde los fundamentos del juego como ocupación hasta su aplicación concreta en contextos reales de intervención, con casos clínicos, fichas estructuradas, métricas observables y planes de progresión semanal.

Especialmente relevante resulta el abordaje integral de las distintas dimensiones del desarrollo: el capítulo dedicado al desarrollo motor ofrece herramientas precisas para graduar el desafío físico y documentar el progreso; el de desarrollo cognitivo proporciona estrategias basadas en evidencia para fortalecer la atención, la memoria de trabajo y las funciones ejecutivas; el de desarrollo socioemocional acompaña al lector en la comprensión de la regulación, la empatía y la participación social; y el de integración sensorial con la debida advertencia sobre la necesidad de formación

especializada abre una ventana al mundo interno del niño que percibe y procesa el entorno de manera diferente.

Asimismo, el libro aborda con profundidad la adaptación del juego para niños con necesidades especiales autismo, TDAH, discapacidades físicas, recordándonos que la inclusión no es un ideal abstracto, sino una práctica cotidiana que se construye con pequeñas decisiones: un rol alternativo, una pausa oportuna, un apoyo visual bien ubicado. En este sentido, la obra se posiciona como un referente técnico y, al mismo tiempo, como un aporte reflexivo a la construcción de una infancia más justa y significativa.

Otro elemento destacable es la atención sostenida al rol de la familia y la escuela como agentes terapéuticos de primer orden. Lejos de reservar el saber para el ámbito clínico, este manual propone un lenguaje común, accesible y práctico, que permite a padres, cuidadores y docentes convertirse en aliados activos del proceso. Los planes semanales, las listas de verificación, las plantillas de documentación y los recursos adicionales hacen de este libro una guía viva, pensada para el uso real y cotidiano.

En un contexto donde la intervención temprana puede marcar una diferencia significativa en la trayectoria de vida de un niño, contar con herramientas como las que aquí se presentan representa un avance concreto hacia una terapia ocupacional pediátrica más equitativa, más accesible y más efectiva. Su enfoque riguroso, su estructura clara y su profundidad analítica lo posicionan como una contribución significativa al campo de la salud y la educación infantil.

Este libro está llamado a convertirse en un referente para terapeutas ocupacionales, docentes, investigadores, familias y responsables de políticas de salud y educación que buscan comprender, aplicar y potenciar el juego en sus contextos. Porque cuando el juego tiene propósito, cuando está acompañado de intención terapéutica y de un vínculo genuino con el niño, se transforma en uno de los actos más poderosos de cuidado y desarrollo que podemos ofrecer.

Finalmente, este prólogo no solo introduce una obra, sino que invita a una reflexión más amplia: el futuro del desarrollo infantil no está determinado únicamente por los diagnósticos o las limitaciones, sino por la calidad de los entornos, las oportunidades de participación y la mirada de los adultos que acompañan. En ese camino, el juego representa una oportunidad extraordinaria, siempre que sepamos reconocerlo, protegerlo y potenciarlo como la ocupación esencial que es. Este manual nos enseña, precisamente, cómo hacerlo.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

CAPÍTULO 1.

Introducción

Este capítulo presenta el fundamento conceptual del juego como ocupación central de la infancia desde la Terapia Ocupacional, enmarca el enfoque interdisciplinario con familia y escuela, y explica cómo usar el libro. Integra principios de marcos de referencia y modelos de intervención , así como principios de co-regulación y evaluación funcional orientada a metas.

¿Para quién es este libro y cómo puede ayudarte?

- **Familias:** Encontrarás estrategias sencillas para convertir intereses de tu hijo/a en oportunidades de participación en casa.
- **Para docentes y psicopedagogas/os:** Podrás encontrar directrices para adaptar el aula y coordinarte con el equipo terapéutico, con el objetivo de la participación y accesibilidad.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

- Estudiantes y colegas terapeutas ocupacionales: Tendrás fundamentos, ejemplos y herramientas de planificación, registro y comunicación interdisciplinaria.
- Comunidad: Este libro tiene como objetivo establecer un lenguaje común que permita reconocer el juego como un derecho, un medio de comunicación y una actividad fundamental en la infancia.

¿Qué entendemos por “juego como ocupación”?

- En Terapia Ocupacional, el juego es una ocupación significativa, voluntaria y con propósito, que contribuye al desarrollo de habilidades motoras, sensoriales, cognitivas y socioemocionales, y sostiene la participación del niño en su rutina diaria.
- Medio y fin: El juego es medio cuando lo utilizamos para entrenar habilidades; es fin cuando la meta es que el niño participe en juegos con placer, autonomía e inclusión.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

1. Marcos conceptuales:

- MOHO (Model of Human Occupation): El juego emerge de la interacción entre volición (motivación e intereses), habituación y capacidades, dentro de contextos específicos.
- PEO (Persona–Entorno–Ocupación) : La participación en el juego resulta del ajuste entre las características del niño, las demandas del juego y las condiciones del entorno (físico, social, cultural).
- Clasificador Internacional del Funcionamiento (CIF): Entendemos el funcionamiento y la discapacidad como resultado de la interacción entre funciones/estructuras corporales, actividades/participación y factores contextuales, promoviendo la participación como objetivo central.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

2. Principios que guiarán todo el libro

- Intención antes que intensidad: metas claras, actividades ajustadas al perfil del niño.
- Seguridad emocional y co-regulación: primero regulamos, luego jugamos, y entonces aprendemos.
- Menos, es más: pocos materiales, alta variabilidad y repeticiones con sentido.
- Inclusión y accesibilidad: pequeñas adaptaciones abren grandes oportunidades.
- Trabajo en red: familia, escuela y equipo de salud acuerdan objetivos, estrategias y seguimiento.

3. Cómo evaluamos para intervenir

- Observación ecológica: mirar cómo juega el niño en contextos reales (casa, aula, patio).
- Metas funcionales y medibles: convertir necesidades en objetivos observables orientados a participación.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

- Triangulación de fuentes: integrar la voz del niño, la familia, la escuela y el equipo de salud.
- Seguimiento breve y continuo: micro-registros que informan ajustes semanales.

4. Recuadro práctico: si tiene 10 minutos

- Preparar entorno: reducir distractores visuales/sonoros y disponer 2–3 opciones de juego vinculadas a la meta del día.
- Consigna clara: qué vamos a hacer, por cuánto tiempo y para qué.
- Co-regulación: respiración, ritmo pausado, validar emociones, ofrecer una estrategia sensorial de arranque (presión profunda suave, balanceo lento, o pausa de movimiento).
- Juego con propósito: elegir una actividad que sume al objetivo (por ejemplo, turnos para tolerancia a la espera; encastres para planificación motora).
- Cierre y transferencia: elogiar el esfuerzo, nombrar el logro y proponer cómo se repetirá en casa/aula.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

5. Interdisciplinariedad que suma

El juego gana potencia cuando se teje con otros saberes. Docentes y psicopedagogos/os aportan claves del aprendizaje y del clima del aula; fonoaudiólogos, fisioterapeutas/kinesiólogos, psicólogos y neuropsicólogos complementan el abordaje. Nuestro eje común: participación del niño en contextos naturales.

6. Familia y escuela como equipo

- Comunicación clara y bidireccional: acuerdos simples, metas compartidas y retroalimentación frecuente.
- Ajustes razonables y accesibles: adaptar tiempos, materiales, apoyos visuales y formas de participación.
- Cultura de expectativas altas y soporte amable: creer en el niño, sostener el proceso y celebrar progresos pequeños.

7. Checklist inicial: al comenzar

- ¿La meta principal está formulada en términos de participación? (qué hará, dónde, con quién, con qué frecuencia)

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

- ¿Identifiqué intereses del niño que puedan convertirse en motivadores?
- ¿Detecté barreras del entorno y posibles ajustes?
- ¿Tengo un plan de co-regulación antes del reto?
- ¿Acordé con familia/escuela cómo registrar avances?

8. Qué este libro sí es (y qué no es)

- **SÍ:** una guía práctica basada en evidencia y marcos de TO, con estrategias flexibles para contextos reales.
- **SÍ:** un puente entre clínica, casa y escuela, con foco en participación y dignidad.
- **NO:** un manual rígido ni un sustituto de la evaluación profesional individual. Cada niño es único; adapta con criterio y consulta al equipo cuando sea necesario.

A photograph of three children in a classroom setting. In the foreground, a boy in a blue shirt is crawling through a red fabric tunnel. In the background, a girl in a yellow shirt and a boy in an orange shirt are standing near a stack of colorful blocks. A red cone is visible on the right side of the frame. The text is overlaid on the image.

CAPÍTULO 2

Desarrollo motor:

juegos para

fortalecer

habilidades físicas

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

2.1 Propósito del capítulo

Este capítulo ofrece un marco integral para diseñar, adaptar y progresar intervenciones lúdicas orientadas al desarrollo motor en Terapia Ocupacional Pediátrica.

Se abordan:

- Fundamentos neuro-motores y principios de aprendizaje motor.
- Hitos funcionales y variabilidad esperada (no para “diagnosticar”, sino para orientar gradientes de desafío).
- Evaluación observacional y métricas objetivas simples.
- Categorías de habilidades: control postural, fuerza y estabilidad proximal, coordinación bilateral, praxis / planificación motora, motricidad fina y manipulación, coordinación óculo-manual, ritmo y secuenciación.
- Banco de actividades estructuradas con adaptaciones para TEA, TDAH y discapacidad motora.
- Casos clínicos y estrategias de progresión.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

- Referencias reales recientes y clásicas.

2.2 Fundamento conceptual y neurofuncional

El desarrollo motor infantil emerge de la interacción dinámica entre sistemas corporales (musculoesquelético, vestibular, propioceptivo), control neurológico (corteza motora, cerebelo, ganglios basales), contexto ambiental y experiencia repetida y significativa (Schmidt & Lee, 2019; Gentile, 2000).

Principios clave aplicables a la intervención lúdica:

1. Variabilidad estructurada: la variación controlada (cambios de superficie, altura, ritmo) favorece generalización de patrones motores (Gentile, 2000).
2. Feedback graduado: disminuir progresivamente la retroalimentación extrínseca para promover internalización (Schmidt & Lee, 2019).
3. Estabilidad proximal como base de destrezas distales (Case-Smith & O'Brien, 2015).
4. Integración sensorial modulada facilita ajustes posturales anticipatorios (Schaaf & Mailloux, 2015).

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

5. Práctica significativa orientada a metas funcionales (vestirse, alimentarse, participar en educación física) aumenta motivación y retención (AOTA, 2020).

2.3 Hitos funcionales

Esta es una guía orientativa, no normativa rígida. Es decir que el rango de edad equivale a un rango aproximado; considerar variabilidad individual.

<p>Rango de Edad 0–2 años</p>  <p><i>Fase de Transiciones Primitivas</i></p> <p>Transiciones suelo-sedente, sedente-estable, gateo, bipedestación, agarre palmar a pinza digital, lanzamiento rudimentario de objetos.</p>	<p>Rango de Edad 3–5 años</p>  <p><i>Fase de Habilidades Emergentes</i></p> <p>Salto con ambos pies, saltar en un pie (emergente), pedaleo triciclo, cortar con tijeras (líneas simples), ensartar cuentas grandes, garabateo → formas básicas, lanzamiento y recepción de pelota grande.</p>
<p>Rango de Edad 6–8 años</p>  <p><i>Fase de Control y Estructuración</i></p> <p>Salto coordinado a la cuerda (emergente), mejor control óculo-</p>	<p>Rango de Edad 9–12 años</p>  <p><i>Fase de Refinamiento y Precisión</i></p> <p>Refinamiento de velocidad-precisión, habilidades deportivas</p>

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

manual (pelotas medianas), escritura manual estructurada, coordinación bimanual (abotonar, atar cordones emergentes)	más específicas (finta, cambios de dirección), escritura más automatizada, mayor eficiencia manipulativa
--	--

Importante: el enfoque terapéutico prioriza función y participación (p.ej., “ata parcialmente el cordón con apoyo gestual”) sobre la comparación normativa estricta.

2.4 Componentes motores clave a observar

Componente	Indicadores funcionales	Señales de desafío apropiado	Señales de sobrecarga
Control postural	Mantener alineación tronco y cabeza en sedente y al cambiar de posición	Ajustes automáticos oportunos	Colapso, uso excesivo de manos de apoyo
Estabilidad proximal	Soprote de hombros/pelvis durante alcance	Movimiento distal preciso	Fatiga rápida, compensaciones (elevación hombros)
Coordinación bilateral	Uso de mano estabilizadora y mano activa	Alternancia fluida	Cambios bruscos de mano
Coordinación óculo-manual	Acierta objetivos (lanzar/atrapar)	Mejora progresiva de precisión	Secuencias erráticas sin mejora tras gradación
Praxis /planificación	Transiciones motoras suaves, secuencias novedosas	Propone variantes	Rigidez, repetición estereotipada
Motricidad fina	Manipulación diferenciada dedos	Disociación dedos / muñeca	Preñión global persistente

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

Ritmo y timing	Ajusta velocidad a demanda	Sincroniza con señal externa	Desfase constante sin ajuste
----------------	----------------------------	------------------------------	------------------------------

2.5 Evaluación clínica breve (métricas simples) :

Se recomienda documentar 2–4 métricas iniciales repetibles:

- Tiempo de mantenimiento de plancha modificada (seg.) → estabilidad proximal.
- Número de lanzamientos exitosos a un aro a 2 m / 10 intentos → coordinación óculo-manual.
- Repeticiones de traslado de pinza (cuentas pequeñas) en 60 s → destreza fina + velocidad funcional.
- Tiempo en equilibrio monopodal (seg.) → control postural y ajuste vestibular.
- Número de pasos secuenciales recordados y ejecutados (p.ej. “saltar – girar – palmada”) → praxis + memoria motora.
- Registrar baseline y cada 3–4 semanas para análisis de progreso.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

2.6 Principios de diseño de actividades motoras

- Secuencia distal–proximal invertida si hay inseguridad postural: primero generar base estable antes de demandar precisión digital.
- Un cambio de variable por vez (altura o velocidad, no ambas simultáneamente al inicio).
- Introducir narrativa (misión, aventura) para sostener motivación en tareas repetitivas (Wilson et al., 2017 sobre imaginación motora y motivación).
- Uso de escalas subjetivas (Caras felices, 1–3) para que el niño identifique esfuerzo percibido y autorregule.
- Rotación de planos (horizontal, vertical, diagonal) para enriquecer patrones de alcance.
- Variar el tipo de feedback: kinestésico (resistencia elástica), visual (líneas guía), auditivo (canciones guía) según estilo del niño.

2.7 Estrategias de graduación:

Va de menor a mayor complejidad:

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

- Control postural: superficie estable → semi-inestable (cojín firme) → inestable (balón terapéutico con apoyo).
- Coordinación óculo-manual: pelotas grandes y livianas → medianas → pequeñas; distancia corta → mayor; objetivo estático → objetivo móvil.
- Motricidad fina: prensión cilíndrica → trípode modificada → trípode dinámica; objetos grandes → medianos → pequeños; materiales rígidos → semiblandos → blandos.
- Praxis: imitación directa → imitación con retardo → ejecución a partir de instrucción verbal breve → generación autónoma de secuencia.

2.8 Adaptaciones específicas por perfil:

- TEA: anticipación visual (secuencias pictográficas), reducción de estímulos irrelevantes, insertar intereses como medio de motivación (colores, personajes).
- TDAH: bloques cortos de trabajo (1–3 min), metas muy claras, retroalimentación inmediata, incorporar movimiento regulado entre series.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

- Discapacidad motora (p.ej. parálisis cerebral moderada): soporte postural adicional (arnés suave, cuñas), ritmo más lento, materiales de mayor tamaño y contrastes visuales, tiempos de descanso planificados.

2.9 Banco de actividades

Fichas estructuradas

Actividad 1		Camino de Estaciones Progresivas
Objetivo principal		Mejorar control postural dinámico y transición motora
Habilidades trabajadas		Equilibrio, ajustes anticipatorios, coordinación bilateral
Edad		4–9 años
Materiales		Colchonetas, cintas adhesivas formando líneas, cojines, mini-banco, aro
Duración		10–12 minutos
Preparación		Diseñar 4 estaciones: línea recta → paso sobre cojines → subir-bajar banco → lanzar aro final
Pasos		<ol style="list-style-type: none">1. Demostración breve de cada estación.2. Primera vuelta con apoyo verbal.3. Segunda vuelta: añadir consigna de “animal” (caminar como gato, oso).

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

	4. Tercera vuelta: temporizar (“misión en 90 segundos”).
Adaptaciones	<p>TEA: pictogramas de cada estación.</p> <p>TDAH: dividir en 2 mini-circuitos y unir luego.</p> <p>Discapacidad motora: reducir altura del banco; permitir asistencia ligera en cadera.</p>
Variantes	Añadir carga (llevar peluche).
Indicadores de progreso	Menos apoyos manuales, mayor continuidad sin pausas >3 s.
Precauciones	Supervisar alineación de tobillos; retirar elementos si hay tropiezos repetidos.

Actividad 2	Torres de Peso Graduado
Objetivo principal	Favorecer estabilidad proximal y control de fuerza en el alcance
Habilidades trabajadas	Coordinación óculo-manual, control de fuerza, ajuste postural
Edad	4–9 años
Materiales	Bloques livianos, medianos (madera) y pesados (bolsas de frijoles)
Duración	10–12 minutos
Preparación	Disponer los bloques por peso y tamaño en una mesa o superficie estable
Pasos	1. Demostrar cómo alternar los bloques por peso.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

	<p>2. Construir torre alternando pesos (requiere ajustes de muñeca y hombro).</p> <p>3. Supervisar control de fuerza y alineación.</p>
Adaptaciones	Debilidad proximal: permitir soporte de antebrazo en mesa inclinada. Motricidad fina limitada: usar bloques más grandes o con asas.
Variantes	Construir torre por colores o tamaños; añadir desafío de tiempo.
Indicadores de progreso	Alineación de muñeca neutra, menor caída de bloques, mayor precisión en el alcance.
Precauciones	Supervisar postura de hombros y muñeca; evitar sobrecarga o fatiga muscular.

Actividad 3	Atrapa-Luz
Objetivo principal	Coordinación óculo-manual y velocidad de reacción
Habilidades trabajadas	Atención visual, precisión motora, tiempo de reacción
Edad	4–9 años
Materiales	Linterna, círculos de color en pared, pelotas pequeñas
Duración	8–10 minutos
Preparación	Colocar círculos de colores en la pared y un blanco central
Pasos	<p>1. Iluminar un color con la linterna.</p> <p>2. Niño toca el color iluminado.</p>

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

	<p>3. Luego lanza pelota al blanco central.</p> <p>4. Graduar reduciendo intervalo entre luces.</p>
Adaptaciones	<p>TEA: iniciar con patrón predecible de luces</p> <p>TDAH: intervalos más cortos y consignas claras.</p> <p>Discapacidad motora: ajustar altura de círculos y blanco.</p>
Variantes	Añadir sonidos o consignas verbales; usar diferentes tamaños de pelotas.
Indicadores de progreso	Mayor porcentaje de aciertos, menor latencia (segundos) en respuesta.
Precauciones	Supervisar distancia segura al muro; evitar fatiga ocular por exposición prolongada a la luz.

Actividad 4	Cuerda Rítmica Modular
Objetivo principal	Ritmo, timing e inhibición motora
Habilidades trabajadas	Coordinación motora, control inhibitorio, sincronización con estímulos externos
Edad	4–9 años
Materiales	Cuerda en el suelo; parlante o instrumentos musicales
Duración	8–12 minutos
Preparación	Colocar la cuerda en el suelo y preparar música o instrumentos para marcar el ritmo

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

Pasos	<p>1. Saltar dentro-fuera siguiendo aplausos o ritmo musical.</p> <p>2. Cambiar a consigna: “solo en una parte de la canción” o “según cantidad de aplausos”.</p>
Adaptaciones	<p>TDAH: iniciar solo con música de fondo, luego introducir ritmo progresivamente.</p> <p>Discapacidad motora: reducir distancia de saltos o permitir apoyo lateral.</p>
Variantes	Cambiar tipo de música; añadir consignas verbales o visuales.
Indicadores de progreso	Número de secuencias correctas en 10 intentos.
Precauciones	Supervisar alineación de pies y rodillas; evitar fatiga por repeticiones excesivas.

Actividad 5 Pinza Viajera	
Objetivo principal	Mejorar motricidad fina y disociación de movimientos digitales
Habilidades trabajadas	Prensión, coordinación visomotora, secuenciación motora
Edad	4–9 años
Materiales	Pinzas de presión variada, pompones, recipientes codificados por color
Duración	8–10 minutos
Preparación	Disponer recipientes por color y pinzas de distinta resistencia
Pasos	1. Trasladar pompones siguiendo patrón (rojo–azul–verde).

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

	2. Graduar dificultad: pinzas más firmes / pompones más pequeños / añadir cronómetro.
Adaptaciones	Discapacidad motora: pinzas con mango largo, engrosado o con ángulo; base antideslizante para recipientes.
Variantes	Cambiar secuencia de colores; añadir consignas verbales o temporizador competitivo.
Indicadores de progreso	Traslados completados en 60 segundos; calidad de prensión observada.
Precauciones	Supervisar fatiga en dedos; evitar pinzas demasiado rígidas para la edad.

Actividad 6	Secuencia Camaleón
Objetivo principal	Praxis y memoria motora
Habilidades trabajadas	Planificación motora, memoria secuencial, coordinación
Edad	4–9 años
Materiales	Tarjetas con iconos de movimientos (saltar, girar, palmada, tocar rodillas)
Duración	8–10 minutos
Preparación	Diseñar tarjetas con iconos claros y representativos de movimientos
Pasos	1. Mostrar 2 tarjetas → niño ejecuta. 2. Ampliar a 3–4 tarjetas.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

	3. Retirar tarjetas y pedir ejecución de memoria.
Adaptaciones	TEA: mantener apoyo visual más tiempo; usar íconos muy claros y representativos (preferir fotos reales en vez de imágenes genéricas).
Variantes	Cambiar orden de tarjetas; añadir consignas verbales o temporizador.
Indicadores de progreso	Longitud máxima de secuencia ejecutada sin error.
Precauciones	Supervisar fatiga cognitiva; evitar secuencias demasiado largas al inicio.

Actividad 7	Lanzamiento Escalonado
Objetivo principal	Lanzamiento progresivo con control proximal-distal
Habilidades trabajadas	Coordinación óculo-manual, control de fuerza, ajuste postural
Edad	4–9 años
Materiales	Pelotas de distintos tamaños y texturas; dianas a 1.5 m, 2 m y 2.5 m
Duración	8–12 minutos
Preparación	Colocar dianas a diferentes distancias y disponer pelotas variadas
Pasos	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tres intentos por distancia. 2. Solo avanza si logra ≥ 2 aciertos. 3. Graduar dificultad: pelotas más pequeñas, mayor distancia, diana móvil (aro sostenido).

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

Adaptaciones	TDAH: recompensas breves tras cada serie (palabras de aliento y motivación).
Variantes	Cambiar tipo de pelotas; añadir consignas verbales o retos de tiempo.
Indicadores de progreso	Porcentaje de aciertos; distancia máxima alcanzada.
Precauciones	Supervisar postura de hombros y muñeca; evitar fatiga por repeticiones excesivas.

Actividad 8	Cinta de Deslizamiento
Objetivo principal	Estabilidad del core e integración bilateral
Habilidades trabajadas	Fuerza de tronco, coordinación bilateral, control postural
Edad	4–9 años
Materiales	Toalla gruesa o scooter board + cuerda
Duración	8–12 minutos
Preparación	Colocar línea objetivo en el suelo; disponer espacio seguro para desplazamiento en prono
Pasos	<ol style="list-style-type: none"> Niño en prono se impulsa con brazos hasta línea objetivo. Retorno por arrastre asistido. Graduar dificultad: transportar objeto en una mano / añadir tiempo objetivo.
Adaptaciones	Discapacidad motora: asistencia en cintura escapular para evitar compensaciones; reducir distancia; usar arnés y asistencia física.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

Variantes	Añadir obstáculos pequeños; cambiar dirección del recorrido.
Indicadores de progreso	Número de ciclos completados antes de fatiga; alineación escapular mantenida.
Precauciones	Supervisar alineación corporal; evitar sobreesfuerzo en hombros y muñecas.

Actividad 9	Clasificación Táctil en Pinza
Objetivo principal	Discriminación táctil y manipulación <i>in-hand</i>
Habilidades trabajadas	Motricidad fina, percepción táctil, rotación en mano
Edad	4–9 años
Materiales	Bolsa opaca con objetos pequeños (botones, cuentas, tuercas)
Duración	8–10 minutos
Preparación	Colocar objetos variados dentro de la bolsa opaca
Pasos	<ol style="list-style-type: none"> 1. Niño identifica objeto al tacto. 2. Extrae y clasifica sin apoyar en mesa. 3. Rotación en mano para manipulación.
Graduación	Usar objetos más similares en forma/tamaño para aumentar dificultad.
Adaptaciones	Discapacidad motora: permitir objetos más grandes o con textura marcada; asistencia verbal o física ligera.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

Variantes	Clasificar por textura, tamaño o forma; añadir cronómetro.
Indicadores de progreso	Número de objetos identificados correctamente.
Precauciones	Supervisar fatiga en dedos; evitar objetos demasiado pequeños que puedan representar riesgo de atragantamiento.

Actividad 10	Escalera de Plancha
Objetivo principal	Fuerza y resistencia muscular axial
Habilidades trabajadas	Estabilidad del core, resistencia, control postural
Edad	4–9 años
Materiales	Tapetes marcados en serie (5)
Duración	8–12 minutos
Preparación	Colocar tapetes en línea para avanzar en plancha
Pasos	<ol style="list-style-type: none"> 1. Niño adopta posición de plancha (apoyo manos y pies). 2. Avanza “caminando” con manos hacia el siguiente tapete. 3. Graduar dificultad: aumentar distancia, introducir variaciones (ej. toque de hombro).
Adaptaciones	Discapacidad motora: reducir número de tapetes; permitir apoyo parcial en rodillas.
Variantes	Añadir cronómetro; incluir consignas verbales o retos de resistencia.
Indicadores de progreso	Número de tapetes completados manteniendo alineación corporal.
Precauciones	Suspender ante compensaciones lumbares marcadas; supervisar alineación de tronco.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

2.10 Progresión semanal

- Semana 1–2: Enfoque base (estabilidad proximal + observación) → 2–3 actividades núcleo + 1 fina.
- Semana 3–4: Introducir variabilidad (texturas, alturas, colores, pesos , formas ,distancias y tamaños de objetos) + aumentar secuencias praxis (más pasos) .
- Semana 5: Reducir feedback externo (menos apoyo físico y verbal) , añadir tareas duales (contar saltos + recordar color).
- Semana 6: Transferencia funcional (relacionar: lanzar = participar en juego de recreo; pinza = abotonarse).

2.11 Integración con ocupaciones diarias

- Vestido: practicar agarre/tracción con pinzas antes de abotonar.
- Aseo: estabilidad en sedente dinámico para cepillado dental bimanual.
- Escuela: coordinación óculo-manual → escritura (control presión-lápiz: alternar pelotas de espuma antes de tareas gráficas).

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

- Juego social: lanzar/atrapar promueve inclusión en recreo (disminuir riesgo de aislamiento).

2.12 .Casos clínicos

Caso 1	Niño de 8 años con Síndrome de Down, hipotonía e hiperlaxitud. Tropiezos frecuentes, evita juegos de movimiento, se fatiga al escribir/pintar, alta tolerancia al dolor y poca percepción del peligro.
Intervención	<u>Camino de estaciones</u> (enfatar equilibrio) + <u>Lanzamiento escalonado</u> con pelotas grandes y contrastadas.
Métricas de progreso	- Aciertos en distancia 2 m: baseline 3/10 → semana 6: 8/10. - Equilibrio monopodal: aumento de 4 s → 10 s.
Justificación	Práctica graduada y feedback reducido apoyan adquisición motora (Blank et al., 2019).

Caso 2	Niño de 6 años con diagnóstico de autismo grado 2. Busca choques intensos contra superficies, dificultad para permanecer sentado, problemas de ajuste postural, mantiene juego sensoriomotor y lleva juguetes a la boca (preferencia por autos).
Intervención	<u>Cinta de deslizamiento</u> para canalizar búsqueda de presión profunda + <u>Secuencia Camaleón</u> para planificación motora.
Resultados	Mayor regulación: reducción de choques/búsqueda de presión intensa no funcional (9 → 3 por sesión).

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

	Integración de intereses (vehículos) en narrativa de la actividad (“remolcador”).
Justificación	La canalización sensorial y la integración de intereses favorecen regulación y participación funcional.

Caso 3	Niña de 5 años con diagnóstico de TDAH mixto. Dificultad para esperar turnos, ansiedad ante errores escolares, problemas para regular fuerza en juegos y uso de útiles, habla acelerada y adelantada en juegos grupales.
Intervención	<u>Cuerda Rítmica Modular</u> y <u>Atrapa-Luz</u> para control de timing e inhibición motora.
Resultados	Latencia de respuesta impulsiva disminuye (respuestas antes de señal: 6/10 → 2/10). Transferencia positiva: mejora en espera de turno en aula, escucha activa y habla asertiva (reporte docente y familiar).
Justificación	Actividades rítmicas y de reacción rápida favorecen autorregulación y control inhibitorio en contextos escolares y sociales.

2.13 Monitorización y documentación

Se recomienda registro estructurado breve por sesión:

Actividades empleadas (códigos abreviados).

Nivel de apoyo (F = físico, G = gestual, V = verbal, A = autónomo).

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

Métricas: p.ej. equilibrio monopodal (seg), lanzamientos acertados(número de aciertos) , secuencia praxis máxima(número de pasos , cuanto tiempo se mantiene en la actividad y si puede finalizarla de comienzo a fin).

Observaciones cualitativas (estrategias emergentes, autorregulación).

Plan de progresión siguiente (incrementar variable X, introducir variante Y).

-Ejemplo de nota sintética:

Sesión 4: Actividades (CE = Camino Estaciones, AL = Atrapa-Luz, PV = Pinza Viajera).

Apoyo: CE ($G \rightarrow V$), AL (V), PV ($V \rightarrow A$).

Métricas: equilibrio monopodal 7 s ($\uparrow 2$ s), aciertos AL 6/10 ($\uparrow 1$).

Observaciones: inicio de auto-instrucciones (“espera luz”).

Próxima sesión: introducir variante ritmo .

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

2.14 Indicadores de progreso

- Mejora $\geq 20\%$ en métrica principal en 4–6 semanas (p.ej. lanzamientos acertados).
- Reducción de apoyos: pasar de gestual a verbal a autónomo en $\geq 50\%$ de actividades núcleo.
- Aumento de duración de compromiso motor sin evitar (minutos).
- Transferencia reportada por padres/docentes (ej. “ya se anima a subir al juego de parque”).
- Emergencia de autorregulación (“pide pausa y retoma”).

2.15 Errores comunes en la intervención motora

- “Demasiada novedad”: introducir múltiples variables nuevas simultáneamente → frustración.
- Feedback correctivo constante sin permitir ensayo autónomo.
- Omitir calentamiento sensoriomotor ligero (movilidad articular suave) antes de demandas posturales altas.
- No documentar progresión, dificultando justificar continuidad.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

- Enfatizar velocidad sobre calidad cuando la meta es control.

2.16 Consideraciones de seguridad y ética

- Supervisión directa en superficies elevadas o elementos rodantes.
- Pausas estructuradas para evitar fatiga compensatoria (especialmente en afecciones neuromusculares).
- Ajustar demandas para evitar dolor (dolor \neq “buen esfuerzo”).
- Inclusión cultural: selección de narrativas y materiales familiares al niño/familia.
- Transparencia con familia sobre objetivos funcionales (no “normalizar” marcas cronológicas, sino mejorar participación).

2.17 Resumen por público

Terapeutas Ocupacionales:

Planificar con hipótesis: ¿qué limitación principal (praxis, estabilidad, modulación) está interfiriendo con la

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

ocupación meta? .Escoger 2 métricas, registrarlas sistemáticamente y aplicar progresiones controladas.

Padres/cuidadores: Pequeños juegos diarios (5–10 min) con propósito (lanzar a cesto, caminar sobre líneas) refuerzan lo trabajado. Celebrar intentos, no solo aciertos.

Docentes: Micro-intervalos motores estructurados (saltos rítmicos, secuencias de 2–3 movimientos) pueden mejorar regulación y preparación para actividades sedentarias

2.18 Checklist final del capítulo

Identifiqué componente motor primario a intervenir	
Seleccioné ≥ 2 métricas cuantificables	
Diseñé progresión de 3 niveles para cada actividad clave	
Documenté adaptaciones específicas (TEA / TDAH / motora)	
Incorporé narrativa significativa para motivación	
Registré reducción de apoyos a lo largo de sesiones	
Planifiqué transferencia a ocupaciones (hogar / escuela / juego social)	
Evalué riesgos y apliqué medidas de seguridad	
Comuniqué metas funcionales a la familia	

A photograph of two children sitting at a wooden table, playing a board game. The child on the right is pointing at a piece on the board. The board is blue and features various colored pieces and patterns. In the background, there are some colorful objects hanging from the table.

CAPÍTULO 3

**Desarrollo cognitivo:
juegos para
fortalecer atención,
memoria y funciones
ejecutivas**

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

3.1 Propósito del capítulo

Este capítulo ofrece un marco práctico y basado en evidencia para diseñar, adaptar y progresar intervenciones lúdicas orientadas al desarrollo cognitivo en Terapia Ocupacional Pediátrica. Se abordan:

- Fundamentos neurocognitivos del desarrollo y plasticidad.
- Componentes clave: atención (sostenida, selectiva, alternante), memoria (de trabajo, episódica, prospectiva), funciones ejecutivas (inhibición, flexibilidad, planificación, monitorización), velocidad de procesamiento y metacognición.
- Evaluación observacional y métricas simples.
- Diseño de actividades y progresión con énfasis en transferencia funcional a ocupaciones (escuela, juego social, autonomía).
- Adaptaciones para TEA, TDAH y perfiles de discapacidad intelectual o trastornos del aprendizaje.
- Banco de actividades estructuradas y casos clínicos.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

3.2 Fundamento conceptual y neurofuncional

El desarrollo cognitivo surge de la interacción de redes frontoparietales (atención/executivo), frontoestriadas (inhibición, recompensa), temporales e hipocampales (memoria), y cerebelo (temporización y predicción), moduladas por experiencia significativa y regulación emocional. Principios clave:

1. Carga cognitiva óptima: ajustar demandas para evitar saturación y permitir aprendizaje progresivo.
2. Práctica espaciada y variabilidad controlada: favorecen consolidación y generalización.
3. Apoyos externos → internalización: andamiaje visual/gestual que se retira gradualmente promueve autorregulación.
4. Motivación y saliencia: metas funcionales y contexto significativo aumentan adherencia y retención.
5. Co-regulación: la regulación emocional y sensorial es base para el desempeño cognitivo; integrar pausas y estrategias de calma.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

3.3 Componentes cognitivos y hitos orientativos

Atención:

- 3–5 años: períodos sostenidos breves (3–7 min con alta motivación), respuesta a señales simples.
- 6–8 años: mejora en selectiva; alternancia emergente; mejor tolerancia a distractores leves.
- 9–12 años: alternancia y dividida más eficaces; autorregulación atencional más consciente.

Memoria:

- De trabajo: secuencias 2–3 ítems (preescolar) → 4–6 ítems (escolar).
- Prospectiva: recordatorios cercanos al evento; uso de apoyos visuales.

Funciones ejecutivas:

- Inhibición: de “esperar turno” con señal externa a autocontrol con reglas internas.
- Flexibilidad: de perseveración frecuente a cambio de reglas con guía mínima (8–10 años).

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

- Planificación: de acciones inmediatas a planificación multistep con verificación (10–12 años).
Nota: Usar estos rangos como guía de ajuste de desafío, no como norma rígida.

3.4 Evaluación clínica breve (métricas simples)

Seleccionar 2–4 métricas replicables por caso:

- Atención sostenida: tiempo continuo en tarea dirigida sin redirección (minutos).
- Selectiva: aciertos en tarea con distractores/10 intentos; errores por distracción.
- Alternante: tiempo para cambiar de regla sin errores; número de cambios correctos en 2 min.
- Memoria de trabajo: longitud máxima de secuencia (p. ej., “palma–rodilla–salto–giro”).
- Inhibición: respuestas impulsivas antes de señal/10 ensayos; tiempo de latencia al estímulo “Go”.
- Flexibilidad: errores perseverativos tras cambio de regla/10; tiempo de ajuste.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

- Planificación: pasos completados en una tarea con 4–6 etapas; uso de verificación. Registrar baseline y cada 3–4 semanas.

3.5 Principios de diseño de actividades cognitivas

1. Una variable de cambio cada vez: regla, número de elementos o presencia de distractores, pero no todo a la vez al inicio.
2. Andamiaje multimodal: visual (pictos), auditivo (ritmo/señal), kinestésico (manipulativos).
3. Narrativa y juego: misiones, roles y recompensas significativas sostienen el esfuerzo.
4. Tareas duales graduadas: motor + cognitivo cuando exista base postural/autorregulatoria.
5. Feedback graduado: de inmediato y frecuente → demorado y breve → autoevaluación.
6. Transferencia explícita: vincular la habilidad con situaciones del hogar/aula.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

3.6 Estrategias de graduación (ejemplos)

- Atención: reducir distractores; aumentar duración; introducir distractores controlados; tareas con intervalos variables.
- Memoria de trabajo: aumentar ítems y complejidad (alternar modalidades: auditivo → visuoespacial → mixto); invertir secuencia (backward).
- Inhibición: de señales claras (semáforo) a señales sutiles; de ensayos cortos a bloques prolongados.
- Flexibilidad: reglas $A \rightarrow B$; luego $A \leftrightarrow B$ alternante; después $A/B/C$ con cambios impredecibles.
- Planificación: de 3 pasos con modelos a 5–7 pasos con autochecklist y tiempo meta.

3.7 Adaptaciones por perfil

- TEA: previsibilidad (horarios visuales), intereses especiales como motor de motivación, descomposición de reglas, minimizar ambigüedad social; apoyos visuales persistentes.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

- TDAH: tareas breves (2–5 min), metas claras y micro-refuerzos, señales salientes (timer visual), variación frecuente con estructura; incorporar movimiento regulado.
- Discapacidad intelectual/aprendizaje: lenguaje simple, ejemplos concretos, ensayos múltiples con feedback modelado, materiales manipulativos y contraste visual; tiempos de consolidación más largos.

3.8 Banco de actividades

Actividad 1	Semáforo Atento
Objetivo	Inhibición y control de impulsos
Edad	4–10 años
Materiales	Cartas verdes/amarillo/rojo; música
Duración	6–8 minutos
Pasos	1. Música + carta verde: moverse libremente. 2. Carta amarilla: moverse lento o en puntillas. 3. Carta roja: congelarse. Graduación: añadir distractores (sonidos extra) o introducir “regla trampa” (rojo con música baja).
Adaptaciones	TEA: pictogramas grandes, ensayo estructurado previo. TDAH: bloques de 60–90 s, feedback inmediato.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

Indicadores de progreso	Errores por impulsividad/10; latencia para detenerse (ms/seg.).
Precauciones	Espacio seguro, evitar colisiones.

Actividad 2	
Switch de Reglas	
Objetivo	Flexibilidad cognitiva y alternancia atencional
Edad	4–10 años
Materiales	Tarjetas con formas y colores; dos cestas
Duración	6–8 minutos
Pasos	1. Clasificar por color. 2. Al oír campana, cambiar a clasificar por forma. Graduación: añadir tercera regla (tamaño) y cambios impredecibles.
Adaptaciones	TEA: tabla visual de “regla actual”. Discapacidad intelectual: iniciar con 2 reglas muy contrastadas.
Indicadores de progreso	Errores de perseveración/20; tiempo de cambio de regla.
Precauciones	Supervisar frustración; introducir cambios de manera gradual.

Actividad 3	
Eco Inverso	
Objetivo	Memoria de trabajo auditiva y control inhibitorio

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

Edad	4–10 años
Materiales	Lista de sílabas y/o gestos simples
Duración	6–8 minutos
Pasos	<ol style="list-style-type: none"> 1. Terapeuta dice 2–3 ítems. 2. Niño repite en orden inverso. 3. Introducir regla: “si escuchas X, no la repitas”.
Graduación	Aumentar ítems a 4–6; mezclar sonidos y gestos.
Adaptaciones	TEA: apoyo visual con pictogramas o gestos claros. Discapacidad intelectual: iniciar con secuencias cortas y muy contrastadas.
Indicadores de progreso	Longitud máxima de secuencia anterógrada y retrógrada; errores por intrusión.
Precauciones	Evitar sobrecarga cognitiva; introducir reglas adicionales de manera gradual.

Actividad 4	Mapa de Tesoro
Objetivo	Planificación, secuenciación y monitorización
Edad	4–10 años
Materiales	Plano simple con 4–6 puntos, stickers de pasos, timer visual
Duración	6–8 minutos

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

Pasos	<ol style="list-style-type: none"> 1. Planificar ruta con 4–5 pasos. 2. Ejecutar la ruta. 3. Verificar con checklist. Graduación: rutas con restricciones (“no pasar por azul”), tiempo objetivo.
Adaptaciones	TEA: símbolos claros, ensayo con modelo. TDAH: dividir en segmentos de 2 pasos con micro-logros.
Indicadores de progreso	Pasos completados sin omisiones; tiempo total; uso autónomo de verificación.
Precauciones	Supervisar frustración; ajustar dificultad de manera progresiva.

Actividad 5 Memoria de Caminos	
Objetivo	Memoria visuoespacial y atención sostenida
Edad	4–10 años
Materiales	Tapetes o cuadros en el suelo formando grilla 3x3 / 4x4
Duración	6–8 minutos
Pasos	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mostrar ruta de 3 casillas. 2. Niño reproduce la ruta. 3. Aumentar longitud progresivamente. Graduación: añadir distractores auditivos, rutas diagonales, condición “evitar X”.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

Adaptaciones	TEA: apoyo visual con pictogramas claros. Discapacidad intelectual: iniciar con rutas cortas y muy contrastadas.
Indicadores de progreso	Longitud máxima reproducida correctamente; errores espaciales vs. errores de orden.
Precauciones	Supervisar fatiga cognitiva; ajustar dificultad de manera gradual.

Actividad 6	Doble Misión
Objetivo	Tarea dual (motor + cognitivo) con control atencional
Edad	4–10 años
Materiales	Pelota pequeña; tarjetas con animales y números
Duración	6–8 minutos
Pasos	1. Botar pelota mientras nombra animales por letra. 2. Cambiar a números impares. Graduación: aumentar velocidad; alternar categorías por señal.
Adaptaciones	TDAH: intervalos cortos (45–60 s) con descanso activo.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

Indicadores de progreso	Aciertos por categoría/60 s; pérdidas de bote; cambios correctos.
Precauciones	Supervisar control de fuerza y espacio seguro para evitar colisiones.

Actividad 7	
Listo para Clase	
Objetivo	Memoria prospectiva y autorregulación
Edad	4–10 años
Materiales	Lista visual de 4–5 ítems (mochila, cuaderno, botella, chaqueta)
Duración	6–8 minutos
Pasos	1. Juego de roles: “preparar mochila” con límite de tiempo. 2. Verificar con lista. Graduación: añadir distracciones; cambiar un ítem a último momento.
Transferencia	Rutina matutina en casa y escuela.
Adaptaciones	TEA: pictogramas claros y consistentes. TDAH: dividir en bloques cortos con refuerzo inmediato.
Indicadores de progreso	Ítems recordados sin pistas; tiempo total; uso espontáneo de la lista.
Precauciones	Supervisar frustración; ajustar número de ítems según nivel de atención.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

Actividad 8 Detectives de Distractores	
Objetivo	Atención selectiva
Edad	4–10 años
Materiales	Láminas con estímulos objetivos y distractores; puntero o stickers
Duración	6–8 minutos
Pasos	1. Buscar y marcar objetivos bajo tiempo. 2. Añadir ruido de fondo controlado. Graduación: aumentar densidad de distractores; reducir contraste; introducir regla de color.
Adaptaciones	TEA: láminas con pictogramas claros y contrastados. TDAH: bloques cortos con retroalimentación inmediata.
Indicadores de progreso	Aciertos/minuto; falsas alarmas; índice d' simple (aciertos – falsas alarmas).
Precauciones	Supervisar fatiga visual; asegurar espacio tranquilo para reducir sobrecarga sensorial.

Actividad 9 Recetas en Juego	
Objetivo	Planificación, secuenciación y memoria de trabajo
Edad	4–10 años
Materiales	Tarjetas de “recetas” no comestibles (ej. construir un avión de papel en 5 pasos)

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

Duración	6–8 minutos
Pasos	1. Leer/visualizar pasos. 2. Ejecutar la secuencia. 3. Autoevaluar el resultado. Graduación: aumentar complejidad, añadir restricciones o cambios inesperados.
Adaptaciones	Discapacidad intelectual: pasos pictográficos; práctica por modelado.
Indicadores de progreso	Pasos realizados en orden; tiempo total; correcciones autónomas.
Precauciones	Supervisar frustración; ajustar número de pasos según nivel de comprensión.

Actividad 10 Semántica en Movimiento	
Objetivo	Flexibilidad cognitiva y actualización de memoria de trabajo
Edad	4–10 años
Materiales	Conos con etiquetas de categorías (frutas, animales, transportes)
Duración	6–8 minutos
Pasos	1. Correr al cono de la categoría del objeto nombrado. 2. Al cambiar la regla, ir al que NO corresponde. Graduación: añadir subcategorías; respuestas con palmada en lugar de correr.
Adaptaciones	TEA: pictogramas claros y consistentes. TDAH: intervalos cortos con refuerzo inmediato.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

Indicadores de progreso	Tiempos de reacción; errores por regla.
Precauciones	Espacio seguro para correr; supervisar cambios de regla para evitar confusión excesiva.

3.9 Progresión semanal (ejemplo de 6 semanas)

- Semanas 1–2: Establecer base y métricas. Enfoque en inhibición y atención sostenida con apoyos visuales; 2–3 actividades núcleo.
- Semanas 3–4: Introducir alternancia/flexibilidad; comenzar tareas duales cortas. Reducir feedback externo.
- Semana 5: Aumentar memoria de trabajo (secuencias 4–5 ítems), cambios de regla impredecibles, pausas autorreguladas.
- Semana 6: Transferencia funcional explícita (rutinas de aula/hogar), autoevaluación y planes de mantenimiento con familia/docente.

3.10 Integración con ocupaciones diarias

- Escuela: preparación de materiales (memoria prospectiva), seguir instrucciones multistep

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

(planificación), responder a cambios de actividad (flexibilidad).

- Hogar: rutinas matinales/vespertinas con listas visuales y timers; tareas domésticas simples por pasos.
- Juego social: turnos y reglas en juegos de mesa/de patio (inhibición y atención), resolución de conflictos simples (flexibilidad).
- Autocuidado: secuencias de higiene con listas pictográficas y verificación.

3.11 Casos clínicos

Caso 1	Niño de 7 años con TDAH, abandona tareas y responde antes de la señal.
Intervención	<u>Semáforo Atento</u> + <u>Switch de Reglas</u> + <u>Doble Misión</u> en bloques de 2–3 min con refuerzo inmediato.
Métricas de progreso	Errores por impulsividad: 6/10 → 2/10 en 6 semanas. Atención sostenida: 3 → 7 min.
Transferencia	Docente reporta mejor espera de turno en aula.
Justificación	Actividades breves con refuerzo inmediato favorecen control inhibitorio y atención sostenida en niños con TDAH.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

Caso 2	Niña de 8 años con TEA, presenta dificultad para cambiar de actividades.
Intervención	<u>Mapa de Tesoro</u> con apoyos visuales + <u>Semántica en Movimiento</u> integrando intereses (animales).
Métricas de progreso	Errores por perseveración: 7/20 → 2/20. Tiempo de cambio de regla: 12 s → 5 s.
Transferencia	Mayor tolerancia a cambios en aula mediante uso de agenda visual.
Justificación	Actividades con apoyos visuales y narrativa significativa favorecen flexibilidad cognitiva y adaptación a cambios en contextos escolares.

Caso 3	Niño de 10 años con discapacidad intelectual leve, se pierde en tareas multistep.
Intervención	<u>Recetas en Juego</u> + <u>Listo para Clase</u> con checklist pictográfica, generalización a rutina de mochila.
Métricas de progreso	Pasos en orden: 3/5 → 5/5. Recuerdo sin pistas: 1/5 → 4/5.
Transferencia	Independencia en preparación matinal.
Justificación	Actividades con apoyo visual y checklist estructurado favorecen planificación y memoria prospectiva, promoviendo autonomía en rutinas diarias.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

3.12 Monitorización y documentación

Registrar por sesión:

- Actividades (códigos), duración efectiva.
- Nivel de apoyo (F = físico, V = verbal, G = gestual, A = autónomo).
- Métricas: p. ej., secuencia máxima, errores por impulsividad, tiempo de cambio de regla.
- Observaciones cualitativas: estrategias espontáneas, autorregulación, tolerancia a frustración.
- Plan siguiente: aumentar ítems, reducir apoyos, introducir distractores o transferir a ocupación.

Ejemplo de nota: Sesión 5: Actividades (SA = Semáforo Atento, SR = Switch Reglas, DM = Doble Misión). Apoyo: SA (V→A), SR (G), DM (V). Métricas: impulsividad 3/10 (↓2), cambios correctos 8/10 (↑2). Observado uso espontáneo de autoinstrucción (“espera rojo”). Próxima: añadir tercera regla y timer visual.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

3.13 Indicadores de progreso

- Mejora $\geq 20-30\%$ en métrica principal (p. ej., aumento de longitud de secuencia o reducción de errores impulsivos) en 4–6 semanas.
- Reducción de apoyos (de gestual/verbal a autónomo) en $\geq 50\%$ de actividades núcleo.
- Aumento de tiempo en tarea sin redirección.
- Transferencia reportada por familia/escuela a rutinas relevantes.
- Emergencia de estrategias metacognitivas: autoinstrucciones, checklists sin indicación.

3.14 Errores comunes

- Sobrecargar con múltiples reglas nuevas simultáneas.
- Feedback correctivo constante sin oportunidad de auto-chequeo.
- Ignorar regulación sensorial/emocional previa a tareas de alta demanda cognitiva.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

- No planificar transferencia y quedarse en juegos “de mesa” sin vincular a ocupaciones.
- Falta de variabilidad controlada, que limita generalización.

3.15 Consideraciones de seguridad y ética

- Ajustar complejidad para evitar frustración excesiva; permitir pausas reguladoras.
- Lenguaje claro y respetuoso; evitar etiquetas estigmatizantes.
- Inclusión cultural en narrativas y ejemplos.
- Transparencia en objetivos funcionales y colaboración con familia/escuela.

3.16 Resumen por público

- **Terapeutas:** formular hipótesis funcional (¿inhibición? ¿flexibilidad? ¿memoria de trabajo?), seleccionar 2 métricas y progresar gradualmente con transferencia explícita.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

- **Padres/cuidadores:** implementar micro-rutinas con listas visuales y timers; juegos breves de reglas con refuerzos positivos.
- **Docentes:** apoyos visuales al cambio de actividad, tareas multistep desglosadas, micro-pausas motoras reguladoras.

3.17 Checklist final del capítulo

Identifiqué el componente cognitivo principal a intervenir	
Seleccioné ≥ 2 métricas cuantificables	
Diseñé progresión de 3 niveles y plan de retirada de apoyos	
Incorporé narrativa y reforzadores significativos	
Aseguré integración con ocupaciones (aula / hogar / juego)	
Documenté reducción de apoyos y estrategias emergentes	
Evalué riesgos y consideré regulación sensorial/emocional	
Coordiné con familia y docentes para generalización	

CAPÍTULO 4

**Desarrollo
socioemocional:
juegos para regular,
relacionar y
participar**



MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

4.1 Propósito del capítulo

Brindar un marco práctico para diseñar, adaptar y progresar intervenciones lúdicas orientadas al desarrollo socioemocional en Terapia Ocupacional Pediátrica. Se abordan:

- Fundamentos neuro-psicosociales de la regulación y la participación.
- Componentes clave: regulación emocional y sensorial, conciencia/intercepción, reconocimiento de emociones, habilidades sociales (turnos, comunicación, negociación), teoría de la mente y perspectiva, resolución de problemas sociales y flexibilidad.
- Evaluación observacional y métricas simples.
- Diseño de actividades y progresión con transferencia a hogar, escuela y juego comunitario.
- Adaptaciones para TEA, TDAH y perfiles de ansiedad, trauma o discapacidad intelectual.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

- Banco de actividades estructuradas, casos clínicos y guías de colaboración con familias y docentes.
- Referencias recientes y clásicas.

4.2 Fundamento conceptual y neurofuncional

El desarrollo socioemocional integra sistemas:

- Regulación: redes prefrontales (control), sistema límbico (amígdala, hipocampo), ínsula (intercepción), y moduladores autonómicos.
- Procesamiento social: regiones temporales superiores, unión temporoparietal (perspectiva), corteza prefrontal medial.
- Integración sensorial y estados corporales: base para la autorregulación y la disponibilidad para lo social.

Principios clave:

1. Co-regulación hacia autorregulación: el adulto modela estrategias que se internalizan gradualmente.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

2. Seguridad y previsibilidad: entornos seguros promueven exploración y aprendizaje social.
3. Narrativa y juego simbólico: facilitan práctica de roles, emociones y soluciones.
4. Dosificación de demandas: ajustar intensidad emocional, complejidad social y tiempo.
5. Transferencia explícita: planificar cómo las habilidades del juego pasan a rutinas y contextos reales.

4.3 Hitos socioemocionales (guía orientativa)

- 3–5 años: identificar emociones básicas en sí y otros; turnos simples; juego paralelo → cooperativo emergente; usar frases simples para pedir ayuda.
- 6–8 años: reglas de grupo, negociación básica, comenzar a entender ironía simple; mayores estrategias de calma con guía.
- 9–12 años: perspectiva más compleja, resolución de conflictos con opciones; autoconciencia de

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

estados internos; metas sociales más elaboradas.
Importante: usar rangos para orientar gradientes de desafío, no para normar.

4.4 Componentes clave y señales clínicas

- Regulación emocional: capacidad para volver a ventana de tolerancia tras activación. Señales: pide pausa, usa estrategias.
- Intercepción y conciencia corporal: identifica señales internas (latidos rápidos, “nudo en la panza”).
- Reconocimiento/expresión emocional: etiqueta emociones, ajusta intensidad y modalidad de expresión.
- Habilidades sociales: turnos, escucha activa, contacto visual flexible, iniciar/mantener/cerrar interacción.
- Perspectiva/Teoría de la Mente: inferir intenciones simples, considerar impacto de propias acciones.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

- Resolución de problemas sociales: identificar problema, generar opciones, evaluar consecuencias.
- Flexibilidad social: tolerar cambios de reglas o roles; ajustar comportamiento al contexto.

4.5 Evaluación clínica breve (métricas simples)

Seleccionar 2–4 métricas replicables:

- Regulación: tiempo de recuperación a estado base tras frustración leve (minutos); número de estrategias de calma usadas espontáneamente.
- Reconocimiento emocional: emociones identificadas correctamente en historias/10; uso de matices (p. ej., “decepcionado” vs. “triste”).
- Habilidades sociales: turnos completados sin interrupción/10; número de inicios de interacción adecuados por sesión.
- Perspectiva: aciertos en inferencia de intención en viñetas/10; justificaciones con referencia a estados mentales.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

- Resolución de problemas: pasos completados (identificar–idear–elegir–probar); generación de ≥ 2 alternativas.
- Flexibilidad: errores por perseveración ante cambio de regla social/10; tiempo de ajuste (seg.). Registrar baseline y cada 3–4 semanas.

4.6 Principios de diseño de actividades socioemocionales

1. Escalonar intensidad emocional: empezar con emociones neutras/positivas y avanzar a frustración leve controlada.
2. Apoyos visuales y guiones sociales: pictogramas, semáforos emocionales, checklists de turnos.
3. Role-play estructurado → improvisación guiada → interacción natural.
4. Integrar señales corporales: “pausa cuerpo” (respirar, estirar, presiones profundas) antes de pedir habilidades sociales complejas.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

5. Feedback descriptivo y reforzamiento específico de conducta social (“hiciste una pausa y pediste el turno”).
6. Transferencia: plan de “si-entonces” para aula y hogar, con tarjetas o apps visuales.

4.7 Estrategias de graduación

- Regulación: respiración cuadrada $2 \times 2 \rightarrow 3 \times 3 \rightarrow 4 \times 4$; añadir conteo, después visualización.
- Intercepción: identificar 1 señal interna en reposo \rightarrow en juego leve \rightarrow durante desafío.
- Habilidades sociales: turnos en diadas \rightarrow tríadas \rightarrow grupo pequeño; reglas explícitas \rightarrow implícitas.
- Perspectiva: emociones básicas en fotos \rightarrow historias breves con pistas \rightarrow videos con doble intención.
- Resolución de problemas: problemas con solución única \rightarrow múltiples alternativas \rightarrow dilemas con trade-offs.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

4.8 Adaptaciones por perfil

- TEA: predictibilidad elevada, guiones sociales visuales, intereses especiales en narrativa, descomposición de “contacto visual” en mirar a la frente/objetos; considerar sobrecargas sensoriales.
- TDAH: juegos cortos, reglas claras y visibles, refuerzos inmediatos por esperar turno, incorporar movimiento regulado entre intentos.
- Ansiedad/trauma: énfasis en seguridad, consentimiento y control; señales de elección, exposición gradual a situaciones sociales; evitar sorpresas intensas.
- Discapacidad intelectual: lenguaje concreto, apoyo pictográfico, práctica repetida, tareas con una demanda a la vez; más tiempo de consolidación.

4.9 Banco de actividades

Actividad 1	Semáforo Emocional
Objetivo principal	Identificar intensidad emocional y elegir estrategia de autorregulación
Edad	5–12 años

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

Materiales	Tarjeta verde/amarillo/rojo; lista de estrategias (respirar, pedir ayuda, pausa)
Duración	6–8 minutos
Pasos	1. Situar emoción en el semáforo. 2. Elegir 1–2 estrategias. 3. Practicar la estrategia. Graduación: escenarios sociales más complejos; cronómetro para medir recuperación.
Adaptaciones	TEA: pictogramas claros y consistentes. TDAH: bloques cortos con refuerzo inmediato.
Indicadores de progreso	Tiempo de recuperación; uso autónomo del semáforo.
Precauciones	Supervisar intensidad emocional; asegurar espacio seguro para la práctica.

Actividad 2	Detectives de Emociones
Objetivo principal	Reconocimiento de emociones y pistas contextuales
Edad	5–12 años
Materiales	Fotos, viñetas o tarjetas; stickers de emoción
Duración	6–8 minutos
Pasos	1. Identificar emoción en la imagen. 2. Señalar pista (cejas, postura, situación). Graduación: emociones mixtas; inferencias sobre intención.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

Adaptaciones	TEA: pictogramas claros y simplificados. Discapacidad intelectual: emociones básicas con pistas muy contrastadas.
Indicadores de progreso	Aciertos/10; calidad de justificación (“porque...”).
Precauciones	Evitar sobrecarga emocional; usar ejemplos cercanos y seguros.

Actividad 3	Turnos con Tesoro
Objetivo principal	Turnos, inhibición y espera activa
Edad	5–10 años
Materiales	Dado grande; fichas/tesoros
Duración	6–8 minutos
Pasos	1. Tirar dado por turno. 2. Obtener tesoros según resultado. 3. Practicar “esperar con manos en rodillas”.
Adaptaciones	TDAH: micro-refuerzos por turnos sin interrupción.
Indicadores de progreso	Interrupciones por turno; turnos completados sin apoyo.
Precauciones	Supervisar frustración; reforzar positivamente la espera activa.

Actividad 4	Tarjetas Sí–Entonces
-------------	----------------------

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

Objetivo principal	Estrategias de afrontamiento y transferencia
Edad	6–12 años
Materiales	Tarjetas visuales con estructura “Si me siento X, entonces hago Y”
Duración	6–8 minutos
Pasos	1. Crear 3–5 tarjetas personalizadas. 2. Ensayar en role-play. Graduación: aplicar en aula/hogar con registro.
Adaptaciones	TEA: pictogramas claros y consistentes. TDAH: tarjetas breves con refuerzo inmediato.
Indicadores de progreso	Uso espontáneo reportado; disminución de incidentes.
Precauciones	Supervisar que las estrategias propuestas sean seguras y realistas; ajustar según contexto escolar y familiar.

Actividad 5	Historias con Final Abierto
Objetivo principal	Perspectiva y resolución de problemas sociales
Edad	6–12 años
Materiales	Tarjetas con escenas (ej. “dos niños quieren el mismo juguete”)
Duración	8–10 minutos

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

Pasos	1. Nombrar el problema. 2. Generar 2–3 soluciones posibles. 3. Elegir y representar la solución. Graduación: incluir consecuencias de corto y largo plazo.
Adaptaciones	TEA: guiones visuales con apoyos pictográficos. Discapacidad intelectual: problemas simples con opciones guiadas.
Indicadores de progreso	Número de alternativas generadas; elección de solución prosocial.
Precauciones	Supervisar que las representaciones no generen conflicto real; reforzar soluciones cooperativas.

Actividad 6	Escala de Energía
Objetivo principal	Interocepción y modulación
Edad	6–12 años
Materiales	Escala visual 1–5 (batería baja → sobrecarga)
Duración	6–8 minutos
Pasos	1. Ubicar nivel actual en la escala. 2. Elegir estrategia para subir o bajar energía. 3. Volver a medir nivel. Graduación: usar durante juegos con activación moderada.
Adaptaciones	TEA: pictogramas claros y consistentes. TDAH: intervalos cortos con retroalimentación inmediata.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

Indicadores de progreso	Cambios de nivel informados; correlato observado (voz, ritmo, postura).
Precauciones	Evitar sobrecarga sensorial; supervisar que las estrategias elegidas sean seguras y efectivas.

Actividad 7	Club de Elogios
Objetivo principal	Comunicación positiva y reconocimiento social
Edad	6–12 años
Materiales	Tarjetas de “elogio específico”
Duración	6–8 minutos
Pasos	1. Tras cada mini-juego, dar un elogio específico a un compañero. 2. Graduación: introducir feedback constructivo (“una cosa que me gustó, una sugerencia”).
Adaptaciones	TEA: guiones visuales con ejemplos de elogios. TDAH: refuerzo inmediato por elogio realizado sin interrupción.
Indicadores de progreso	Calidad de elogios (especificidad); turnos realizados.
Precauciones	Supervisar que los elogios sean respetuosos y auténticos; evitar comentarios ambiguos o negativos.

Actividad 8	Cambio de Rol
-------------	---------------

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

Objetivo principal	Flexibilidad social y empatía
Edad	7–12 años
Materiales	Tarjetas de roles (líder, seguidor, mediador)
Duración	8–10 minutos
Pasos	1. En un juego cooperativo, cambiar de rol por señal. 2. Comentar cómo se sintió cada rol. Graduación: reglas implícitas; roles sociales más sutiles.
Adaptaciones	TEA: guiones visuales con ejemplos de roles. TDAH: intervalos cortos con refuerzo inmediato.
Indicadores de progreso	Tiempo de ajuste; comentarios empáticos.
Precauciones	Supervisar que los cambios de rol no generen frustración excesiva; reforzar la empatía en los comentarios.

Actividad 9	Semillas de Calma
Objetivo principal	Caja de herramientas de autorregulación
Edad	6–12 años
Materiales	Bola antiestrés; respiración con molinete; peso profundo (saquito); lista musical
Duración	8–10 minutos

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

Pasos	1. Probar 3 estrategias de calma. 2. Elegir favoritas. 3. Empaquetar “kit de calma”. Transferencia: usar en aula/hogar con acuerdos.
Adaptaciones	TEA: apoyos visuales claros para cada estrategia. TDAH: refuerzo inmediato por uso autónomo del kit.
Indicadores de progreso	Uso autónomo del kit; reducción de episodios de desregulación.
Precauciones	Supervisar seguridad de materiales (peso profundo, objetos pequeños); asegurar que las estrategias sean culturalmente aceptadas y aplicables en aula/hogar.

Actividad 10	Bazar de Negociación
Objetivo principal	Negociación y solución de conflictos
Edad	8–12 años
Materiales	Tarjetas de objetos deseados; “monedas”
Duración	8–10 minutos
Pasos	1. Cada niño recibe objetivos. 2. Negociar intercambios. 3. Buscar acuerdos justos. Graduación: restricciones (presupuesto), tiempo límite.
Adaptaciones	TEA: apoyos visuales para reglas de intercambio. Discapacidad intelectual: objetos simples y negociaciones guiadas.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

Indicadores de progreso	Acuerdos logrados; satisfacción de pares; lenguaje cooperativo.
Precauciones	Supervisar que las negociaciones no generen frustración excesiva; reforzar acuerdos equitativos.

Actividad 11	Semáforo Social de Volumen
Objetivo principal	Ajuste paralingüístico (volumen/tono)
Edad	6–12 años
Materiales	Medidor visual de volumen (1–3)
Duración	6–8 minutos
Pasos	1. Practicar mensajes con distintos volúmenes según contexto (ej. biblioteca vs. patio). 2. Ajustar volumen siguiendo el medidor. Graduación: escenarios con reglas implícitas y mayor variabilidad de contextos.
Adaptaciones	TEA: apoyos visuales claros y consistentes. TDAH: retroalimentación inmediata y refuerzo por correcciones autónomas.
Indicadores de progreso	Adecuación de volumen por escenario; correcciones autónomas.
Precauciones	Evitar sobrecarga auditiva; asegurar que los escenarios sean seguros y comprensibles.

Actividad 12	Equipo Puente
--------------	---------------

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

Objetivo principal	Cooperación y planificación conjunta
Edad	8–12 años
Materiales	Palos de helado, cinta, bloques
Duración	10–12 minutos
Pasos	1. Construir un “puente” en equipo con roles. 2. Evaluar si soporta un objeto. Graduación: añadir restricciones (material limitado).
Adaptaciones	TEA: guiones visuales para roles y pasos. Discapacidad intelectual: instrucciones simplificadas y roles guiados.
Indicadores de progreso	Turnos de habla; solución compartida; tiempo de construcción.
Precauciones	Supervisar seguridad de materiales; reforzar la cooperación y evitar competencia excesiva.

Actividad 13	Semántica de Sentimientos
Objetivo principal	Ampliar vocabulario emocional
Edad	7–12 años
Materiales	Tarjetas con matices emocionales (ej. decepcionado, frustrado, curioso, orgulloso)
Duración	8–10 minutos
Pasos	1. Asociar cada tarjeta con situaciones concretas. 2. Representar con gestos y voz.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

	Graduación: ampliar a emociones más complejas y combinadas.
Adaptaciones	TEA: pictogramas claros y ejemplos visuales de situaciones. Discapacidad intelectual: vocabulario reducido y repetición guiada.
Indicadores de progreso	Uso espontáneo del vocabulario emocional; precisión en la selección de la emoción adecuada.
Precauciones	Evitar sobrecarga emocional; acompañar con ejemplos positivos y seguros.

Actividad 14	Mapa de Amistades
Objetivo principal	Iniciación y mantenimiento de amistades
Edad	7–12 años
Materiales	Plantilla con secciones: “cosas en común”, “planes”, “apoyos”
Duración	8–10 minutos
Pasos	1. Identificar intereses compartidos. 2. Planificar actividad conjunta simple. Transferencia: coordinar con familia/escuela para ejecución.
Adaptaciones	TEA: apoyos visuales y ejemplos concretos de intereses. Discapacidad intelectual: actividades simples y guiadas con apoyo adulto.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

Indicadores de progreso	Inicios de interacción; seguimiento del plan acordado.
Precauciones	Supervisar que los planes sean seguros y realistas; reforzar la reciprocidad en la interacción.

Actividad 15	Semilla a Árbol
Objetivo principal	Tolerancia a la frustración y perseverancia
Edad	7–12 años
Materiales	Desafío progresivo (rompecabezas de 12, 24 y 36 piezas)
Duración	10–12 minutos
Pasos	1. Anticipar dificultades. 2. Elegir estrategia de calma. 3. Celebrar micro-logros. Graduación: aumentar complejidad del desafío (más piezas, menos tiempo).
Adaptaciones	TEA: apoyos visuales para anticipar pasos. TDAH: refuerzo inmediato por cada micro-logro alcanzado.
Indicadores de progreso	Tiempo sostenido en el desafío; pausas autorreguladas sin abandono.
Precauciones	Supervisar frustración; asegurar que las estrategias de calma sean accesibles y efectivas.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

4.10 Progresión de 6 semanas (ejemplo)

- Semanas 1–2: Seguridad y base de regulación (Semáforo Emocional, Escala de Energía, Semillas de Calma). Establecer métricas.
- Semanas 3–4: Habilidades sociales estructuradas (Turnos con Tesoro, Club de Elogios, Cambio de Rol); introducir perspectiva con Detectives de Emociones.
- Semana 5: Resolución de problemas y negociación (Historias con Final Abierto, Bazar de Negociación); menor apoyo adulto.
- Semana 6: Transferencia a contextos reales (Tarjetas Si–Entonces, Mapa de Amistades), acuerdos con familia/escuela y plan de mantenimiento.

4.11 Integración con ocupaciones diarias

- Escuela: esperar turno para hablar, colaborar en equipos, pedir ayuda con frases funcionales; uso de “semáforo de volumen”.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

- Hogar: rutinas con “si-entonces” para momentos críticos (mañana, tarea); kit de calma accesible.
- Juego comunitario: reglas compartidas, negociación en juegos de patio; seguimiento de planes de encuentro.
- Autocuidado: nombrar emociones durante higiene/sueño; escoger estrategias calmantes antes de dormir.

4.12 Casos clínicos

Caso 1	Niño de 6 años con TEA, presenta sobrecarga sensorial y dificultad para respetar turnos.
Problema observado	Abandona juegos grupales por ruido; pierde turnos.
Intervención aplicada	Semillas de Calma + Semáforo Social de Volumen + Turnos con Tesoro con pictogramas.
Métricas de progreso	Interrupciones por turno: de 5 → 1. Uso autónomo de auriculares de cancelación en recreo.
Transferencia	Participa 8–10 minutos en juego de mesa familiar.
Indicadores clave	- Reducción de interrupciones. - Uso espontáneo de estrategias sensoriales. - Incremento en tiempo sostenido de participación grupal.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

Caso 2	Niña de 8 años con TDAH, presenta impulsividad y baja tolerancia a la frustración.
Problema observado	Estalla ante la derrota; abandona actividades con frecuencia.
Intervención aplicada	<u>Semáforo Emocional</u> + <u>Semilla a Árbol</u> + <u>Club de Elogios</u> . Micro-refuerzos por pausa antes de reaccionar.
Métricas de progreso	Tiempo de recuperación: de 4 min → 1.5 min. Episodios de abandono: de 3/semana → 0-1.
Transferencia	Docente reporta mejor manejo de cambios en clase.
Indicadores clave	- Reducción en tiempo de recuperación. - Disminución de episodios de abandono. - Uso de elogios y feedback positivo en interacción social.

Caso 3	Niño de 10 años con ansiedad social leve, evita iniciar interacción.
Problema observado	No inicia interacción con pares; tendencia a la evitación.
Intervención aplicada	<u>Tarjetas Si-Entonces</u> + <u>Mapa de Amistades</u> + <u>Historias con Final Abierto</u> . Role-play graduado hasta patio con mediación.
Métricas de progreso	Inicios de interacción: de 0 → 3 por semana. Autoinforme de ansiedad: de 4/5 → 2/5.
Transferencia	Se une a grupo de lectura escolar.
Indicadores clave	- Incremento en inicios de interacción. - Reducción en autoinforme de ansiedad. -

4.13 Monitorización y documentación

Registrar por sesión:

- Actividades (códigos), contexto (individual/pequeño grupo).
- Nivel de apoyo (G = gestual, V = verbal, M = modelado, A = autónomo).
- Métricas elegidas (p. ej., tiempo de recuperación, turnos sin interrupción, alternativas generadas).
- Observaciones cualitativas: lenguaje emocional, empatía, uso espontáneo de estrategias.
- Plan siguiente: aumentar complejidad social, reducir apoyos, plan de transferencia con familia/escuela.

Ejemplo de nota: Sesión 4: Actividades (SE = Semáforo Emocional, TT = Turnos con Tesoro, CE = Club de Elogios). Apoyo: SE (V→A), TT (M→V), CE (V). Métricas: interrupciones/turno 2 (↓1), tiempo de

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

recuperación 2:10 (↓40 s). Observado uso espontáneo de “pausa y respirar”. Próxima: introducir “Cambio de Rol”.

4.14 Indicadores de progreso

- Reducción $\geq 30\%$ en tiempo de recuperación ante frustración leve.
- Aumento de turnos completados sin interrupción y de inicios de interacción adecuados.
- Uso autónomo de ≥ 2 estrategias de regulación en contexto natural.
- Empleo de vocabulario emocional ampliado y referencias a estados mentales.
- Reportes de familia/escuela sobre mejoras en convivencia y participación.

4.15 Errores comunes

- Exposición emocional intensa sin base de seguridad/regulación.
- Exigir contacto visual rígido en lugar de comunicación funcional.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

- Introducir demasiadas reglas sociales a la vez.
- Falta de colaboración con familia/escuela, limitando generalización.
- No considerar sobrecargas sensoriales como desencadenantes de “conducta”.

4.16 Consideraciones de seguridad y ética

- Priorizar consentimiento y sensación de control del niño; ofrecer opciones.
- Evitar recrear experiencias potencialmente traumáticas sin contención.
- Lenguaje respetuoso y centrado en fortalezas.
- Sensibilidad cultural en normas sociales y expresiones emocionales.
- Claridad con la familia: objetivo es participación y bienestar, no “normalizar” estilos.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

4.17 Resumen por público

- Terapeutas: formular hipótesis regulatoria/social, elegir 2 métricas, entrenar estrategias y planificar transferencia intercontextual.
- Padres/cuidadores: practicar “si-entonces”, elogios específicos y kit de calma; micro-sesiones diarias.
- Docentes: semáforos de volumen/emociones visibles, turnos estructurados, apoyos previsibles en transiciones.

4.18 Checklist final del capítulo

Definí metas socioemocionales funcionales	
Seleccioné ≥ 2 métricas (regulación/turnos/perspectiva)	
Diseñé progresiones con control de intensidad emocional	
Preparé guiones y apoyos visuales	
Implementé estrategias de co-regulación y autorregulación	
Planifiqué transferencia a aula/hogar/juego	
Documenté reducción de apoyos y uso autónomo de herramientas	
Consideré seguridad, consentimiento e inclusión cultural	

A photograph of three children in a classroom setting. In the foreground, a young boy in a light blue shirt and a young girl in a yellow shirt are kneeling on a circular rug, playing with sensory toys. The boy is touching a blue textured mat, and the girl is touching a grey tray filled with rice and beans. In the background, another boy in an orange shirt is standing and looking at a wooden board with various colored shapes and textures. The room is brightly lit and has educational toys on the walls and shelves.

CAPÍTULO 5

Integración sensorial: diseño de entornos y juegos moduladores

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

Este capítulo es orientativo y no sustituye evaluación ni intervención clínica individualizada. Las actividades aquí descritas deben implementarse con la guía de un terapeuta ocupacional con formación específica en Integración Sensorial de Ayres (ASI). La formación en ASI es una especialidad posgradual y no forma parte del currículo estándar de pregrado en Terapia Ocupacional (Ayres, 1972/2005; Schaaf & Mailloux, 2015). La dosificación, gradientes de desafío, seguridad y análisis de respuesta adaptativa requieren competencia avanzada y supervisión (Parham et al., 2011).

5.1 Propósito

Proveer un marco práctico, basado en evidencia, para:

- Comprender los sistemas sensoriales implicados en la modulación y participación ocupacional.
- Diseñar entornos y juegos moduladores por sistema sensorial, incluyendo gradación, seguridad y transferencia funcional.
- Implementar evaluación clínica breve con métricas simples de autorregulación/participación.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

- Adaptar intervenciones para TEA, TDAH, trastornos del procesamiento sensorial y condiciones neurológicas.
- Documentar progreso y planificar generalización en hogar y escuela.

5.2 Fundamento conceptual

Neurobiológico de la Integración Sensorial

- La Integración Sensorial (IS) describe cómo el sistema nervioso central organiza y utiliza información sensorial para generar respuestas adaptativas que apoyan la participación (Ayes, 2005).
- La modulación, discriminación y praxis dependen de la calidad del registro, la integración intersistémica y la experiencia significativa en contextos seguros (Ayes, 2005; Miller et al., 2007).
- Redes neurobiológicas: tallo cerebral y formación reticular (alerta tónica), cerebelo (temporización y ajuste), tálamo (enrutamiento), corteza parietal/insular (intercepción y mapa corporal), circuitos

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

frontoestriatales (autorregulación) (Craig, 2002; Herzfeld & Shadmehr, 2018).

Principios clínicos en IS:

- i. “Just right challenge”: desafío óptimo que promueve respuesta adaptativa, sin sobrecarga (Ayres, 2005).
- ii. Relación terapéutica y afecto positivo: sostienen motivación y co-regulación (Schaaf & Mailloux, 2015).
- iii. Control y elección del niño: incrementan agencia y autorregulación (Parham et al., 2011).
- iv. Juego significativo y multisensorialidad graduada: facilitan generalización (Miller et al., 2007).

5.3 Sistemas sensoriales

Definición breve, neurobiología y claves clínicas

- Vestibular: detecta aceleraciones angulares y lineales vía canales semicirculares y órganos otolíticos; integra con cerebelo, núcleos vestibulares y vías oculomotoras para postura, equilibrio y estabilidad de la mirada

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

(Angelaki & Cullen, 2008). Claves clínicas: hiporrespuesta (busca giro), hiperrespuesta (evita balanceos), intolerancia al movimiento, disfunción gravito-postural (Ayres, 2005).

- Propioceptivo: aferencia de husos musculares, órganos tendinosos de Golgi y receptores articulares hacia asta dorsal, cerebelo y corteza somatosensorial; contribuye a esquema corporal, calibración de fuerza y regulación tónica (Proske & Gandevia, 2012). Claves: búsqueda de presión profunda, descalibración de fuerza, torpeza.
- Táctil: vías de bajo umbral ($A\beta$) para tacto discriminativo y vías polimodales (C) para afectivo/protector; integra en tálamo, S1/S2 e ínsula (McGlone et al., 2014). Claves: defensividad táctil, discriminación pobre (confunde formas/texturas), evitación de materiales.
- Visual: procesamiento jerárquico desde retina \rightarrow LGN \rightarrow V1–V5 con vías dorsal (dónde/cómo) y ventral (qué) (Goodale & Milner, 1992). Claves: sensibilidad a brillo/movimiento, dificultades visuoespaciales, fatiga en seguimiento.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

- **Auditivo:** transducción coclear → núcleo coclear → colículo inferior → tálamo (MGN) → corteza auditiva; análisis temporal/espectral y filtrado de ruido (Kraus & White-Schwoch, 2015). Claves: hiperacusia, distracción por ruido, dificultad de discriminación fonémica.
- **Interoceptivo:** aferencias viscerales y C-táctiles hacia ínsula y ACC representan estado interno (hambre, latido, respiración) y valencia afectiva (Craig, 2002). Claves: baja conciencia de señales corporales, dificultad para identificar hambre/sed/estrés.
- **Olfatorio:** bulbo olfatorio → corteza piriforme → amígdala/hipocampo (vínculos memorias-emociones) (Wilson & Sullivan, 2011). Claves: rechazo a olores leves, búsqueda de olores intensos.
- **Gustativo:** receptores de sabor → núcleo del tracto solitario → tálamo → ínsula; interacción con olfato y tacto oral (Small, 2012). Claves: selectividad alimentaria, hipersensibilidad oral.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

- Somatosensorial oral (tacto propiocepción intraoral): crítico para alimentación y articulación; integra con reflejos orales y control motor fino (Arvedson, 2008).

5.4 Evaluación clínica breve (métricas simples)

Seleccionar 2–4 métricas replicables y seguras:

- Regulación/alerta: tiempo en zona de alerta funcional durante sesión (%); transiciones a calma tras input propioceptivo (min) (Schaaf & Mailloux, 2015).
- Tolerancia vestibular graduada: segundos de balanceo lineal tolerado sin signos de malestar; recuperación a baseline (Angelaki & Cullen, 2008).
- Modulación auditiva/visual: tiempo en tarea con ruido/iluminación controlados; número de conductas de evasión.
- Interocepción: identificación correcta de estado corporal en escala 1–5 antes y después de estrategia (Craig, 2002).
- Participación funcional: minutos de juego continuo; número de cambios de actividad sin interrupción.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

Registrar baseline y cada 3–4 semanas; anotar signos de sobrecarga (rubor/palidez, náusea, aumento de respiración, evitación).

5.5 Principios de diseño de entornos y juegos moduladores

1. Dosis y ritmo: comenzar con inputs organizadores (propioceptivo profundo), luego introducir vestibular/táctil según tolerancia (Ayres, 2005).
2. Una variable de cambio por vez: amplitud OR velocidad OR complejidad sensorial.
3. Señales de control: el niño puede “pausar”, “más/menos” input; acuerdos previos.
4. Entornos predecibles: anclar con apoyos visuales y rutinas; controlar ruido/iluminación.
5. Transferencia: emparejar cada input con una ocupación meta (p. ej., propiocepción antes de escritura).

5.6 Adaptaciones por perfil

- TEA: minimizar estímulos irrelevantes, calendarios visuales, intereses como anclas motivacionales;

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

progresión lenta en vestibular/táctil (Schaaf & Mailloux, 2015).

- TDAH: “dieta sensorial” estructurada con micro-rutinas propioceptivas y movimiento regulado; timers visuales.
- Disfunción del procesamiento sensorial: evaluación detallada de modulación/discriminación; empezar por inputs reguladores y predictibles (Miller et al., 2007).
- Parálisis cerebral y otras condiciones motoras: soportes posturales, seguridad en vestibular, intensidades más bajas, descansos planificados.

5.7 Banco de actividades por sistema sensorial

Todas las actividades requieren juicio clínico para el “just right challenge” y supervisión profesional (Ayres, 2005; Parham et al., 2011).

Modalidad	Actividad	Objetivo	Materiales	Pasos	Graduación / Precaución	Indicadores
<u>Propioceptivo</u>	P1: Caminata de Animales con Carga	Regulación y organización tónica	Saquitos de peso, túnel/colchonetas	Caminar como oso/cangrejo con saquitos; pausas de presión profunda	Aumentar peso/tiempo; evitar fatiga, monitorizar articulaciones	Tiempo en calma post-actividad; calidad de co-contracción
	P2: Rodillo de Masaje Profundo	Presión profunda para modulación táctil-propioceptiva	Rodillo de espuma, colchoneta	Aplicar presión uniforme y lenta; niño indica intensidad	Precaución: respetar tolerancia	Descenso de hiperalerta; reporte subjetivo

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

<u>Vestibular</u>	V1: Hamaca Lineal con Paradas	Tolerancia a balanceo y ajuste oculomotor	Hamaca segura	Balancesos suaves con paradas; mirar objetivo	Amplitud/velocidad; detener ante náusea/palidez	Segundos tolerados; estabilidad de mirada
	V2: Scooter en Circuito	Aceleración lineal y planificación motora	Scooter board, conos	Empuje prono entre conos; pausas de presión profunda	Círculo más complejo	Ciclos completados; organización postural
<u>Táctil</u>	T1: Ruta de Texturas	Desensibilización y discriminación táctil	Alfombras, arroz/gelatina	Caminar/manipular estaciones	Texturas menos predecibles	Tiempo de tolerancia; reducción de evitación
	T2: Exploración Escondida	Discriminación táctil sin visión	Bolsa sensorial, tarjetas	Identificar objetos por tacto; emparejar	—	Aciertos/10; tiempo por objeto
<u>Visual</u>	Vi1: Pared de Seguimiento	Seguimiento suave y sacádicos	Stickers, puntero	Seguir puntero; toques en objetivos	Añadir distractores; patrones diagonales	Precisión; tiempo en tarea

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

	Vi2: Caja de Contraste	Reducir carga visual y mejorar enfoque	Bombo, superficies mate	Preparar entorno; tareas finas cortas	—	Errores por distracción; minutos de atención
<u>Auditivo</u>	A1: Semáforo de Sonidos	Modulación auditiva con control	Playlist graduada, tarjeta más/menos	Ajustar volumen durante tareas	Pausas planificadas	Tiempo en tarea; conductas de evasión
	A2: Cazadores de Ritmo	Filtrado auditivo y atención selectiva	Instrumentos, metrónomo	Responder solo al timbre objetivo	—	Aciertos/errores; latencia
<u>Interoceptivo</u>	I1: Semáforo Corporal	Identificación de señales internas	Escala 1-5 con pictos	Medir antes/después de respiración	—	Identificación correcta; reducción de nivel percibido
	I2: Mapa de Sensaciones	Vocabulario interoceptivo y estrategias	Silueta corporal, stickers	Ubicar sensaciones; elegir estrategia	—	Uso espontáneo; concordancia con observación

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

<u>Olfatorio</u>	O1: Detectiv es de Aromas	Tolerancia/discri minación olfatoria	Frascos con olores	Oler con control; clasificar	Precaución: alergias	Rechazo/accept ación; tiempo de exposición
	O2: Aromas Regulad ores	Asociar aromas a calma	Olores consensuad os	Emparejar con respiración; usar antes de tareas	Precaución: sensibilidades	Uso en momentos de demanda
<u>Gustativo/ Oral</u>	G1: Escalera Oral	Modulación oral con texturas/temperat uras	Pajillas, cubos fríos, purés	Serie de entradas orales con consentimien to	Precaución: náusea	Aceptación/av ersión; signos de malestar
	G2: Sopla y Controla	Propriocepción oral-respiratoria y calma	Molinete, pajillas, pompas	Soplo sostenido; juego de apagar volcanes	—	Frecuencia respiratoria; reporte de calma

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

5.8 Estrategias de graduación por sistema

- Propioceptivo: aumentar carga/tiempo antes de variar patrones.
- Vestibular: lineal lento → lineal moderado → lateral → pequeñas rotaciones; SIEMPRE con control del niño y vigilancia de signos autonómicos (Ayres, 2005).
- Táctil: texturas predecibles → mixtas → inesperadas; introducir discriminación sin visión tras tolerancia.
- Visual: bajo contraste → contraste medio → distractores controlados; limitar parpadeo/luz intensa.
- Auditivo: volúmenes bajos → moderados; complejidad de fondo de 1 a 3 fuentes.
- Intercepción: de reposo a actividad leve; de una señal a combinaciones.
- Olfato/Gusto: intensidad baja → media; exposición breve → prolongada; SIEMPRE consentimiento y control.

5.9 Progresión semanal

Ejemplo de 6 semanas

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

- Semanas 1–2: Regulación base con propioceptivo y entornos predecibles; introducir vestibular lineal y táctil predecible. Establecer métricas.
- Semanas 3–4: Aumentar complejidad sensorial (auditivo/visual controlados), integrar tareas funcionales breves post-regulación.
- Semana 5: Introducir variabilidad y tareas duales (sensorial + ocupación meta).
- Semana 6: Transferencia explícita a rutinas del hogar/escuela (p. ej., kit de calma, adaptaciones ambientales).

5.10 Integración con ocupaciones diarias

- Escuela: reducir ruido visual/auditivo, pausas propioceptivas programadas, asientos alternativos con criterio.
- Hogar: micro-rutinas de presión profunda antes de tareas finas; control de iluminación/ruido en deberes.
- Comunidad: plan de apoyos portátiles (auriculares, objetos de presión), rutas predecibles.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

5.11 Casos clínicos

Caso 1	Niño de 6 años con TEA, presenta hiperrespuesta auditiva y táctil.
Problema observado	Conductas de evasión ante ruido; rechazo a estímulos táctiles.
Intervención aplicada	Entorno de baja carga sensorial + Semáforo de Sonidos + Ruta de Texturas con elección.
Métricas de progreso	Conductas de evasión auditiva: de 7 → 2 por sesión. Tolerancia táctil: de 30 segundos → 3 minutos.
Transferencia	Uso autónomo de auriculares y tarjeta “pausa” en aula.
Indicadores clave	- Reducción de conductas de evasión. - Incremento en tolerancia táctil. - Uso espontáneo de herramientas de autorregulación.
Referencia	Schaaf & Mailloux, 2015.

Caso 2	Niña de 8 años con TDAH, presenta desorganización y alerta inestable.
Problema observado	Dificultad para sostener tareas escolares; requiere redirecciones frecuentes.
Intervención aplicada	Caminata de Animales con Carga (propioceptivo dosificado) + Scooter en Circuito + tareas escolares breves inmediatamente después del input sensorial.
Métricas de progreso	Minutos en tarea: de 4 → 9. Necesidad de redirección: ↓50%.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

Transferencia	Mayor organización y permanencia en tareas escolares tras input sensorial.
Indicadores clave	- Incremento en tiempo sostenido de atención. - Reducción de redirecciones. - Uso funcional de input sensorial para preparación académica.
Referencia	Miller et al., 2007.

Caso 3	Niño de 10 años con selectividad alimentaria leve, presenta rechazo a nuevas texturas y náusea anticipatoria.
Problema observado	Evita alimentos con texturas distintas; anticipa malestar antes de probar.
Intervención aplicada	Escalera Oral + Sopla y Controla + emparejamiento con Aromas Reguladores.
Métricas de progreso	Aceptación de 2 nuevas texturas. Reducción de náusea anticipatoria.
Transferencia	Mayor disposición a probar alimentos en contexto familiar con apoyo mínimo.
Indicadores clave	- Incremento en variedad aceptada. - Disminución de respuestas de rechazo. - Uso de estrategias de calma antes de probar.
Referencia	Arvedson, 2008; Small, 2012.

5.12 Monitorización y documentación

Registrar por sesión:

- Entradas sensoriales aplicadas (tipo, intensidad, duración).

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

- Señales de tolerancia/sobrecarga (autonómicas y conductuales).
- Métricas seleccionadas (p. ej., tiempo en calma, tolerancia vestibular).
- Apoyos ambientales y respuesta.
- Plan de dosificación siguiente. Ejemplo: Sesión 3: P1 (propioceptivo 6 min), V1 (vestibular lineal 3×30 s), T1 (texturas 4 estaciones). Señales: sin náusea; una pausa solicitada. Métricas: tiempo en calma post-protocolo 10 min (↑4). Próxima: ampliar V1 a 45 s, añadir Vi1 bajo contraste.

5.13 Indicadores de progreso

- Aumento del tiempo en zona de alerta funcional y en tareas meta tras input.
- Reducción de conductas de evitación y de signos de sobrecarga ante estímulos previamente desafiantes.
- Uso autónomo de señales “más/menos/pausa”.
- Transferencia: familia/escuela reportan mejor participación y menos interrupciones.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

5.14 Errores comunes

- Introducir vestibular rotacional temprano o sin control del niño.
- Variar varias variables a la vez (velocidad, dirección y entorno).
- Ignorar señales autonómicas de sobrecarga.
- “Dieta sensorial” genérica sin evaluación y seguimiento.
- No vincular input con ocupaciones funcionales.

5.15 Consideraciones de seguridad y ética

- Consentimiento informado y señal de “stop” acordada.
- Revisar contraindicaciones médicas (p. ej., epilepsia fotosensible, problemas vestibulares, hiperlaxitud severa).
- Supervisión constante en equipos (hamacas, scooters).
- Sensibilidad cultural en olores, sonidos y texturas preferidas.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

- Claridad: la IS requiere competencia posgradual; derivar si no se cuenta con formación (Parham et al., 2011).

5.16 Resumen por público

- Terapeutas: formular hipótesis sensorial (modulación/discriminación), seleccionar 2 métricas, dosificar inputs organizadores y planificar transferencia.
- Padres/cuidadores: co-construir rutinas breves reguladoras, ajustar ambiente del hogar, usar señales visuales de control.
- Docentes: adaptar entorno (ruido/luz), programar micro-pausas propioceptivas, permitir herramientas reguladoras.

5.17 Checklist final del capítulo

Confirmé formación/derivación a terapeuta con certificación en ASI	
Identifiqué sistemas sensoriales prioritarios y metas funcionales	
Seleccioné ≥ 2 métricas cuantificables de regulación/participación	

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

Diseñé progresiones por sistema con una variable de cambio	
Establecí señales de control y protocolos de seguridad	
Vinculé inputs con ocupaciones meta (aula/hogar/comunidad)	
Documenté dosificación, respuestas y ajustes	
Planifiqué transferencia y apoyos ambientales	

CAPÍTULO 6

Recursos y herramientas para padres y terapeutas



MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

6.1 Propósito del capítulo

- Brindar una guía práctica y sencilla para montar entornos lúdicos efectivos en casa, escuela o consulta.
- Presentar materiales recomendados económicos y versátiles.
- Ofrecer guías paso a paso para seleccionar, adaptar y documentar actividades.
- Compartir recursos adicionales (libros, apps, organizaciones) que apoyen a familias y profesionales.

6.2 Principios clave para un entorno lúdico exitoso

- Simplicidad primero: menos, es más. Pocos materiales bien elegidos, alta versatilidad.
- Seguridad y predictibilidad: zonas definidas, reglas claras, tiempos visibles (timer).
- Autonomía guiada: opciones limitadas (2–3 alternativas), apoyos visuales y rutinas cortas.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

- Progresión gradual: una variable de cambio por vez (duración, regla o dificultad).
- Transferencia funcional: cada juego conectado con una meta de vida diaria (escuela, autocuidado, juego social).

6.3 Lista de materiales

Recomendados (kit esencial y ampliado)

Kit	Materiales incluidos	Uso principal
<u>Kit esencial</u> <u>“todo terreno”</u>	<ul style="list-style-type: none">- Pelotas: antiestrés, liviana, rebote.- Bloques/Legos básicos y piezas de encastre.- Cuerdas elásticas, cinta adhesiva de color, conos pequeños.- Cartas y dados grandes; juegos de memoria simples.- Rompecabezas de 12–48 piezas.-Materiales sensoriales: arroz/lentejas, plastilina, burbujas.- Hojas, marcadores gruesos, stickers, tijeras de seguridad, pegamento.- Cronómetro visual o timer.	Actividades de regulación, juego estructurado, apoyo visual y sensorial básico.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

	- Pictogramas básicos (rutinas/turnos/emociones).	
<u>Kit ampliado</u>	-Colchoneta y túnel plegable. - Mini-tramp o cojín de equilibrio. -Hamaca o columpio terapéutico (con formación y anclaje seguro). -Tablero scooter y bandas elásticas de resistencia. -Juegos de mesa escalables: Dobble/Spot It, Uno, Jenga, Dixit infantil, Sequence Kids. -Material de arte variado: témperas lavables, pinceles, rodillos, sellos. - Set de texturas (alfombras, telas, cepillos suaves). - Organizadores transparentes y cajas rotuladas.	Actividades sensoriales avanzadas, motricidad gruesa, juego social y creatividad artística.

Consejo práctico: Rotación de materiales: exhibe 6–8 elementos por semana y guarda el resto. Mantiene novedad, reduce distracciones y facilita el orden.

6.4 Cómo crear un entorno lúdico en casa o terapia

A. Zonas funcionales simples

- Zona de movimiento: colchoneta, conos, cuerda; normas visibles.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

- Zona de mesa: buena luz, contraste visual, silla estable; canasto con 4–6 actividades finas.
- Zona tranquila: cojines, libros, kit de calma (bola antiestrés, molinete, audífonos).
- Zona creativa: mantel lavable, materiales de arte, delantal.

B. Reglas y rutinas visuales

- Regla 1: elegir; Regla 2: jugar; Regla 3: ordenar.
- Apoyos visuales: secuencias de 3 pasos con pictos.
- Tiempos: bloques cortos de 5–10 min con timer visible.
- Cierre positivo: elogio específico y mini-resumen “qué aprendimos”.

C. Checklist

Rápido de preparación de sesión

Objetivo simple y funcional (ej. esperar turno, cortar con tijeras, recordar 3 pasos)	
2–3 actividades máximo (núcleo + alternativa)	
Materiales listos y visibles	
Apoyos visuales (reglas/tiempos/emociones)	

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

Plan B sencillo y seguro	
Forma de medir algo (tiempo, aciertos, pasos)	
Cierre y transferencia (¿dónde usaremos esto hoy?)	

6.5 Actividades paso a paso con materiales comunes

Área	Actividad	Objetivo	Pasos	Progresión
Motricidad gruesa	Semáforo de pelotas	Control motor e inhibición	Verde = botar; amarillo = botar lento; rojo = sostener quieto	Añadir distracción (música); cambiar tamaño de pelota
Motricidad fina	Construye y cuenta	Precisión digital y atención	Construir torres de 5-7 bloques usando pinza de ropa; contar en voz alta	Alternar colores; secuencia a A-B-A
Cognitivo	Rompecabezas con pistas	Planificación y flexibilidad	Buscar primero bordes; luego grupos por color; tiempo meta visible	Cambiar estrategia a a “por figuras”; reducir ayuda

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

Socioemocional	Turno y elogio	Turnos y comunicación positiva	Cada turno incluye un elogio específico o al compañero	Añadir “una sugerencia amable”
Regulación sensorial	Presión y pausa	Calma y organización	Presiones profundas con manta pesada ligera o almohadón; respiración con molinete 1–2 min; luego actividad de mesa	—

Nota: evitar peso excesivo; observar comodidad del niño.

6.6 Consejos para seleccionar y adaptar juegos

- Empareja juego con meta: si la meta es “esperar turno”, elige juegos con turnos cortos; si es “pinza trípode”, usa pinzas, plastilina y trazos gruesos.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

- Dificultad óptima: que el niño acierte 70–80% del tiempo; si acierta 100%, subir un nivel; si <60%, bajar un nivel.
- Apoyos y retiro gradual: modela → guía gestual/verbal → independencia; retira apoyos cuando hay 3 éxitos seguidos.
- Dos “llaves” de motivación: narrativa (misión/rol) y elección (A o B).
- Transferencia explícita: “lo que hicimos aquí, lo usarás cuando... (listas de clase, recreo, cepillarte)”.

6.7 Cómo documentar el progreso en casa o escuela

Plantilla simple de 1 minuto

- Fecha y juego: “Jenga con turnos”
- Objetivo: “esperar turno”
- Métrica: interrupciones por turno (número)
- Resultado: 2 interrupciones → 0 en 3 partidas
- Observación: pidió “turno, por favor” sin ayuda

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

- Próximo paso: añadir “elogio al compañero”

6.8 Guía de compra inteligente y ahorro

- Prioriza materiales multiuso: pelotas, bloques, cinta de color, cartas, plastilina.
- Reutiliza: cajas de cartón para circuitos, botellas como bolos, medias con arroz como saquitos de peso.
- Compra por etapas: inicia con kit esencial; agrega un ítem mensual según metas.
- Librerías y bazares: dados grandes, stickers, timer de cocina a bajo costo.

6.9 Recursos adicionales

Categoría	Recursos	Uso principal
Libros	- <i>Becoming Brilliant</i> (Weisberg, Hirsh-Pasek, Golinkoff): aprendizaje basado en juego. - <i>The Importance of Play</i> (Ginsburg): valor del juego en pediatría. - <i>Clinician's Guide for Implementing Ayres Sensory Integration</i> (Schaaf & Mailloux): referencia clínica. - <i>A Mind at a Time</i> (Levine):	Orientación teórica y práctica para familias y profesionales.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

	diferencias en aprendizaje y apoyos.	
Juegos y materiales	- HABA, Djeco, ThinkFun: rompecabezas y lógica. - Ravensburger: puzzles por edades. - Fat Brain Toys: juegos sensoriales y motricidad fina. - Alternativas locales: piezas grandes, lavables, resistentes.	Desarrollo cognitivo, sensorial y motricidad.
Apps educativas	- <i>Breath, Think, Do with Sesame</i> : calma. - <i>Stop, Breathe & Think Kids</i> : mindfulness. - <i>Khan Kids</i> : actividades cognitivas y creativas. - <i>Toca Boca/Dr. Panda</i> : juego simbólico guiado.	Autorregulación, mindfulness y aprendizaje digital.
Organizaciones y redes	- Asociaciones de Terapia Ocupacional nacionales. - Grupos locales de familias y escuelas inclusivas. - ONG de desarrollo infantil. - Directorios oficiales de terapeutas con formación en Integración Sensorial.	Apoyo comunitario, derivación profesional y redes inclusivas.

6.10 Preguntas frecuentes (FAQ)

¿Cuánto tiempo jugar?

10–20 minutos por actividad, según edad y energía; mejor 2–3 bloques cortos al día que uno largo.

¿Qué hago si se frustra?

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

Pausa breve, valida emoción (“veo que estás frustrado”), ofrece elección A/B, reduce un nivel de dificultad.

¿Cómo involucrar a hermanos?

Juegos cooperativos con metas comunes y turnos cortos; asigna roles (líder, cronometrista, animador).

¿Y si no tengo muchos materiales?

Usa cinta de color para rayuelas, cajas como túnel, calcetines como pelotas suaves, cartas hechas a mano.

6.11 Señales de cuándo consultar a un profesional

- Dificultad persistente en motricidad, atención, regulación emocional o participación en actividades diarias.
- Evitación intensa de texturas, movimientos o ruidos, o crisis frecuentes ante cambios.
- Retrasos notables en habilidades de juego simbólico o interacción social.
- Siempre que necesites adaptar juegos para necesidades específicas (TEA, TDAH,

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

condiciones motoras, sensoriales o del aprendizaje).

Día	Actividades	Objetivo principal	Duración
Día 1	- Semáforo de pelotas (motricidad gruesa) - Construye y cuenta - Turno y elogio (socioemocional)	Control motor, precisión digital, turnos y comunicación positiva	3 bloques de 5 min
Día 2	- Rompecabezas con pistas (cognitivo) - Presión y pausa (regulación sensorial)	Planificación, flexibilidad cognitiva, calma y organización	10 min + 5 min
Día 3	- Circuito con cinta y conos (motricidad gruesa) - Juego de cartas de memoria (cognitivo)	Coordinación motriz, memoria y atención	10 min + 5 min

Día	Actividades	Objetivo principal	Duración
Día 1	- Jenga con reglas de flexibilidad (cambia color/mano) - Respiración con molinete + checklist de metas	Flexibilidad cognitiva, control motor, autorregulación y planificación	10 min + 10 min
Día 2	- Pictionary/Tabú infantil (lenguaje y turnos) - Puzzle 48 piezas con tiempo meta	Lenguaje expresivo, turnos sociales, planificación y tolerancia a frustración	10 min + 10 min

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

6.12 Inclusión y juego para todos

- Universaliza desde el diseño: piezas grandes, contrastes altos, instrucciones visuales y auditivas.
- Ajusta reglas, no expectativas de disfrute: permite más tiempo, apoyo físico/verbal, turnos más cortos.
- Celebra la diversidad: cada niño tiene su estilo y ritmo; el éxito es participar, disfrutar y progresar, no “hacerlo perfecto”.

6.13 Cierre motivador

El juego es el lenguaje del niño y el puente hacia el aprendizaje, la conexión y la autonomía. Con pocos materiales y una intención clara, cada hogar y cada aula puede convertirse en un espacio terapéutico de descubrimiento y crecimiento. Empieza pequeño, observa, ajusta y celebra cada avance: el poder del juego está en tus manos.

CAPÍTULO 7

Adaptación del juego para niños con necesidades especiales



MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

7.1 Propósito del capítulo

- Ofrecer adaptaciones concretas para que el juego sea accesible, seguro y significativo para niños con autismo, TDAH o discapacidades físicas.
- Proveer ejemplos de juegos inclusivos y cómo modificarlos.
- Resaltar la importancia de la inclusión, la participación y el disfrute como metas principales.

Nota profesional y alcance

Este capítulo es orientativo y no reemplaza la evaluación clínica. Para adaptar juego con objetivos sensoriales específicos, trabaja con un terapeuta ocupacional con formación posgradual en Integración Sensorial de Ayres. La seguridad, dosificación y progresión requieren criterio profesional.

7.2 Principios de adaptación universal

- Mantén la meta, ajusta la vía: el objetivo puede ser “participar en turnos”; la vía puede variar (señales visuales, turnos más cortos, ayuda física).

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

- Una variable de cambio por vez: tamaño del material, tiempo, reglas, apoyos sensoriales o complejidad cognitiva.
- Diseño universal del aprendizaje (DUA): múltiples formas de acceder (visual, auditiva, táctil), participar (opciones/roles) y expresar (gesto, señal, palabras).
- Previsibilidad y elección: anticipa el qué, cómo y cuánto; ofrece 2–3 opciones controladas.
- Seguridad sensorial y emocional: entornos regulados, señal de “pausa/stop” y salida tranquila disponible.

7.3 Adaptaciones por perfil

Aspecto	Estrategias base	Ejemplos de adaptación
Impulsividad	- Bloques cortos y metas concretas (5–8 min con timer visual). - Refuerzo inmediato y específico (“esperaste sin interrumpir”).	- Juego de cartas: menos cartas, rondas rápidas, penalización amable (respirar 3 veces).

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

Inatención	- Material atractivo, pero sin sobrecarga. - Reglas simples y visibles (máx. 3).	- Rompecabezas: dividir en mini-metas (bordes, luego colores), alternar con 30 s de movimiento.
Inquietud motora	- Movimiento regulado: tareas motoras breves entre turnos (saltos, estiramientos).	- Juegos de memoria: pares reducidos (6–10), rotación rápida, imágenes de alto contraste.
Turnos sociales	- Repaso rápido de reglas antes de empezar. - Refuerzo positivo en cada turno.	- Juego de mesa: turnos muy cortos, recordatorio visual de turno.

Aspecto	Estrategias base	Ejemplos de adaptación
<u>Movilidad</u>	- Accesibilidad del espacio: superficies estables, mesa a la altura adecuada, caminos libres.	- Construcción con bloques: piezas grandes y livianas; bandejas con bordes; agarraderas gruesas.
<u>Fuerza y coordinación</u>	- Adaptación de agarres y alcances: engrosadores, velcros, pinzas grandes, bases antideslizantes.	- Dardos de velcro/bolos con botellas: lanzar desde silla con guía de brazo o rampa casera.
<u>Ritmo y energía</u>	- Más tiempo, pausas programadas, alternancia de posturas.	- Manualidades: tijeras de resorte, pinceles de mango grueso, cinta pre-cortada.
<u>Accesibilidad comunicativa</u>	- Tecnologías de apoyo: switches, punteros, tableros de comunicación.	- Roles significativos en juego grupal: líder de instrucciones, cronometrista, narrador.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

7.4 Juegos inclusivos y cómo adaptarlos

Actividad 1	Objetivo	Materiales	Adaptaciones	Pasos
Búsqueda del tesoro sensorial	Atención conjunta, seguimiento de instrucciones, exploración sensorial segura	Tarjetas con imágenes, objetos de distintas texturas, caja para recolectar	- TEA: pistas visuales claras, máximo 3 pasos, integrar interés especial. - TDAH: pistas cortas, movimiento entre estaciones, minirecompensa cada 2 pistas. - Discapacidad física: objetos a alturas accesibles, selección verbal y apoyo de compañero.	i. Presentar 3-5 tarjetas con fotos. ii. Explicar regla “buscar–mostrar–guardar” con gestos. iii. Rotar roles: buscador, lector de pista, guardián de caja. iv. Cierre: cada participante describe un objeto con una palabra.

Actividad 2	Objetivo	Materiales	Adaptaciones	Pasos
-------------	----------	------------	--------------	-------

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

Carrera de relevos cooperativa	Coordinación, turnos, cooperación	Conos, pelotas suaves, cestas	<p>- TEA: demostrar circuito, marcar camino con cinta, tarjeta “mi turno/tu turno”.</p> <p>- TDAH: tramos cortos, máximo 2 vueltas, pausa de respiración entre relevos.</p> <p>- Discapacidad física: trayectos empujando pelota sobre mesa/regleta, roles de anotador o juez de salida.</p>	<p>i. Diseñar circuito simple. ii. Practicar una vuelta sin tiempo. iii. Activar carrera con objetivo cooperativo (sumar puntos juntos). iv. Celebración compartida y feedback positivo.</p>
---------------------------------------	-----------------------------------	-------------------------------	--	--

Actividad 3	Objetivo	Materiales	Adaptaciones	Pasos
Cuentacuentos con finales alternativos	Lenguaje, flexibilidad, perspectiva social	Tarjetas de personajes, lugares y problemas	<p>- TEA: iniciar con guión y pictogramas, ofrecer 2 finales a elegir.</p> <p>- TDAH: historias</p>	<p>i. Elegir personaje y lugar. ii. Presentar un problema simple. iii. Cada jugador</p>

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

			breves en 2–3 escenas, turnos rápidos para aportar una frase. - Discapacidad física: uso de tableros de comunicación, lector de tarjetas designado.	agrega una frase; quien no habla puede elegir tarjeta. iv. Votar entre dos finales y representar.
--	--	--	---	---

Actividad	Objetivo	Material es	Adaptacion es	Pasos
Taller de construcción misión	Motricidad fina, planificación y colaboración	Bloques grandes, cinta, tubos de cartón	- TEA: instrucciones visuales con 3 pasos, roles fijos al inicio. - TDAH: metas de 3 minutos, cronómetro y elogio inmediato, mini-desafíos. - Discapacidad física: piezas livianas, soportes antideslizantes, uso de	i. Definir la misión (puente/torre). ii. Repartir roles: constructor, estabilizador, verificador. iii. Construir en ciclos cortos con pausas. iv. Prueba de estabilidad y reflexión.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

			engrosadore s.	
--	--	--	-------------------	--

7.5 Guía rápida

- Señal: el niño evita o se frustra. Acción: reduce una demanda (tiempo, pasos, distractores) y agrega apoyo visual o físico.
- Señal: impulsividad/interrupciones. Acción: turnos más cortos, misión clara, refuerzo inmediato, micro-pausa de movimiento.
- Señal: fatiga o dolor. Acción: pausa, cambia de postura, usa materiales livianos, reprograma para otro momento.
- Señal: sobrecarga sensorial. Acción: bajar volumen/luz, ofrecer auriculares, simplificar estímulos, activar señal “stop”.

7.6 Tiempos, turnos y roles accesibles

- Tiempos: bloques cortos (5–10 min), con descanso breve y predecible.
- Turnos: usa tarjetas “mi turno/tu turno” o un objeto de turno; alterna de forma visible.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

- Roles: ofrece opciones equivalentes (líder, cronometrista, observador, narrador, anotador) que valoren diversas habilidades.

7.7 Comunicación y apoyos visuales

- Secuencias de 3 pasos con pictogramas: empezar–jugar–ordenar.
- Historias sociales o mini guiones antes de juegos nuevos.
- Tablas de emociones con 4–6 caritas y una acción asociada (si me siento X, hago Y).
- Tableros de elección A/B para mantener agencia.

7.8 Materiales accesibles y adaptaciones caseras

- Engrosadores con espuma o cinta para lápices y pinceles.
- Antideslizantes (tapetes, goma EVA) bajo tableros o bandejas.
- Dados grandes o app de dado en pantalla grande.
- Botellas como bolos, medias con arroz como saquitos, pajillas para soplo controlado.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

7.9 Inclusión: por qué importa y cómo fortalecerla

Beneficios: pertenencia, autoestima, aprendizaje entre pares, empatía y cohesión del grupo.

Claves prácticas:

- Expectativas de participación, no de perfección.
- Ajusta reglas sin restar reto.
- Fomenta el apoyo entre pares: “ayuda que ayuda” (dar opciones, no hacer por el otro).
- Celebra logros diversos: esfuerzo, cooperación, creatividad, autorregulación.

7.10 Ejemplos de planes inclusivos por edad

Edad	Actividades	Adaptaciones clave
<u>4–6 años</u> (10–15 min)	Circuito cooperativo - Descanso sensorial - Cuento con elección de final	- Pictogramas de pasos - Turnos cortos - Materiales grandes - Baja carga sensorial
<u>7–9 años</u> (15–20 min)	- Juego de mesa sencillo - Construcción por misión - Mini-teatro de roles	- Cronómetro visual - Roles definidos - Reglas modificadas (menos cartas, ayudas visuales)
<u>10–12 años</u>	- Proyecto creativo (cartel/maqueta) - Desafío	- Dividir metas - Herramientas accesibles -

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

(20–25 min)	de lógica corto - Debate amable	Turno de palabra con objeto de turno
-------------	---------------------------------	--------------------------------------

7.11 Documentación simple para familias y docentes

Formato de 60 segundos

- Actividad y meta: “Cuentacuentos – iniciar interacción”
- Adaptación usada: guion visual + turnos de 1 frase
- Resultado: inició 2 veces con apoyo gestual
- Observación: toleró cambio de final con aviso previo
- Próximo paso: aumentar a 2 frases por turno

7.12 Señales para derivar o ajustar el plan

- Malestar persistente, conductas de evitación intensas o signos de sobrecarga sensorial frecuentes.
- Dolor, mareos, náuseas o fatiga significativa durante el juego.
- Falta de progreso tras varias semanas pese a ajustes.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

- En estos casos, coordina con terapeuta ocupacional y, si corresponde, con fonoaudiología, kinesiología/fisioterapia, psicología o neuropsicología.

7.13 Cierre motivador

Todos los niños merecen jugar, pertenecer y brillar. Adaptar no es “hacerlo más fácil”, es abrir caminos para que cada niño participe desde sus fortalezas, disfrute y aprenda. Con pequeñas modificaciones, mucha empatía y objetivos claros, transformamos el juego en un puente inclusivo hacia el desarrollo y la felicidad.

A. Fichas de adaptación por juego

Ficha 1. Búsqueda del Tesoro Sensorial

Objetivo	Material es	Reglas/Pas os	Adaptacio nes	Evaluaci ón
Atención conjunta, seguir instrucciones, cooperación	Tarjetas con fotos, caja/bolsa, 5-7 objetos seguros, reloj visual	Buscar – Mostrar – Guardar 1. Presentar tarjetas 2. Asignar roles 3. 3 rondas 4.	<u>TEA</u> : guion visual, fotos reales, pausas. <u>TDAH</u> : pistas cortas, tiempo	Rondas sin frustración, secuencia seguida, tiempo activo

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

		Cierre: nombrar cualidad	breve, minireto motor. <u>Discapacida</u> <u>ad física:</u> objetos accesibles, bandejas, piezas livianas.	
--	--	--------------------------------	---	--

Ficha 2. Carrera de Relevos Cooperativa

Objetivo	Material es	Reglas/Pa sos	Adaptacio nes	Evaluaci ón
Coordinación, turnos, cooperación, autorregulación	Conos, pelotas suaves, cesta/aro, timer visual	- Llevar pelota a la cesta - Volver y tocar compañero - Anotar punto Pasos: ensayo sin tiempo → objetivo común → 2-3 mangas cortas → cierre con felicitaciones	<u>TEA:</u> demostración clara, pictos, tarjeta “mi turno/tu turno”. <u>TDAH:</u> tramos cortos, pausa respiración, refuerzo por esperar turno. <u>Discapacida</u> <u>ad física:</u> versión en mesa, roles alternativos	Puntos logrados respetando normas, espera de turno sin interrumpir, calidad del trabajo en equipo

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

			, rampa o guía de brazo.	
--	--	--	--------------------------	--

Ficha 3. Cuentacuentos con Finales Alternativos

Objetivo	Material es	Reglas/Pas os	Adaptacio nes	Evaluación
Lenguaje , flexibilidad cognitiva , perspectiva social	Tarjetas de personaje, lugar y problema; tarjetas de emociones; objeto de turno	- Hablar con objeto de turno - 1 frase por turno - Respetar final elegido Pasos: elegir personaje/lugar → presentar problema → frases por turno → votar entre 2 finales → representar	TEA: guion visual, opciones limitadas, preaviso de cambio. TDAAH: historias breves, turnos rápidos, movimiento breve, refuerzo por escucha. Discapacidad física: tableros de comunicación, lector de tarjetas, posturas cómodas.	Participaciones por turno, aceptación de final no preferido, uso de vocabulario emocional

Ficha 4. Taller de Construcción “Misión”

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

Objetivo	Materiales	Reglas/Pasos	Adaptaciones	Evaluación
Motricidad fina, planificación, cooperación, resolución de problemas	Bloques grandes, tubos de cartón, cinta, base antideslizante, tarjetas de pasos	- Planear 3 pasos - Construir cooperando - Probar estabilidad Pasos: definir misión → asignar roles → ciclos de 3 min + revisión → cierre con foto y reflexión	TEA: secuencia visual clara, roles fijos, cambiar una variable por vez. TDAAH: mini-desafíos rápidos, timer visible, pausas de movimiento. Discapacidad física: piezas livianas, engrosadores, mesa adecuada, compañero de apoyo.	Pasos completados según plan, estabilidad del modelo, calidad de la colaboración

Ficha 5. Memoria en Movimiento

Objetivo	Materiales	Reglas/Pasos	Adaptaciones	Evaluación
Memoria de trabajo, atención sostenida	8-16 cartas de pares, cinta de color,	- Voltar 2 cartas por turno - Si no es par, tapar - Esperar tras	TEA: imágenes conocidas, alto contraste,	Pares encontrados, interrupciones por turno, uso de

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

a, inhibición conductual	objeto de turno, timer	la línea Pasos: mostrar 4 cartas → aumentar a 8-12 → alternar turnos con mini-movimiento → cierre celebrando estrategias	pocos pares, señal visual de turno. <u>TDHA:</u> rondas cortas, pausas, refuerzo por esperar, micro-desafíos motores. <u>Discapacidad física:</u> cartas grandes, antideslizantes, atril, postura cómoda.	estrategias verbales/visuales
--------------------------	------------------------	---	---	-------------------------------

B. Póster de Reglas Inclusivas del Juego Imprime o copia este texto y colocalo en un lugar visible.

Usalo en casa, aula o consulta.

Título: Jugamos Todos. Reglas Inclusivas

- Participar vale más que perfeccionar Jugar, intentar y disfrutar es el objetivo. Celebramos el esfuerzo y los pequeños avances.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

- Una regla, un cambio por vez Si algo se dificulta, ajustamos solo una cosa: tiempo, tamaño, apoyo o pasos.
- Turnos claros y visibles Usamos un objeto de turno o tarjetas “mi turno/tu turno”. Nadie queda fuera.
- Elección con límites Ofrecemos 2–3 opciones para mantener autonomía sin abrumar.
- Pausa segura y señal de stop Cada jugador puede pedir pausa. Respiramos, bebemos agua y retomamos cuando estemos listos.
- Entorno amable con los sentidos Bajamos ruido y luz, reducimos distractores y usamos apoyos sensoriales cuando hace falta.
- Roles para todas las habilidades Líder, cronometrista, narrador, anotador, estabilizador: todos los roles son importantes.
- Lenguaje claro y afectuoso Indicaciones breves, demostraciones visuales y elogios específicos: “Me gustó cómo esperaste tu turno”.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

- Progresar paso a paso Subimos la dificultad cuando hay 3 éxitos seguidos. Si algo no sale, retrocedemos un paso.
- Cierre con reflexión Al final, decimos: “Qué funcionó”, “Qué cambiamos” y “Qué intentaremos la próxima”.

C. Plantilla de adaptación por actividad (para copiar/pegar)

- Actividad/juego:
- Meta funcional:
- Participantes y roles:
- Materiales:
- Pasos (máx. 4):
- Apoyos visuales:
- Ajustes por perfil: • TEA: • TDAH: • Discapacidad física:
- Seguridad/pausas:

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

- Métrica de progreso (elige 1–2):
 - Tiempo en participación
 - Turnos esperados sin interrupción
 - Pasos completados
- Observaciones:
- Próximo ajuste:

D. Mini-banco de frases modelo y apoyos visuales

- Frases de inicio: “Primero haremos... luego...”, “Mi turno, tu turno”, “Elige A o B”.
- Frases de regulación: “Pausa de respiración 3x”, “Más lento”, “Menos ruido/luz”.
- Frases prosociales: “Gracias por esperar”, “¿Te paso la carta?”, “Buen intento”.
- Visuales útiles: semáforo (verde/jugar, amarillo/pausa, rojo/stop), secuencia 3 pasos, tablero de emociones con 5 caritas.

E. Guía rápida de seguridad y bienestar

- Observa señales de sobrecarga: palidez, rubor, inquietud marcada, taparse oídos, evitación intensa.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

- Acciones inmediatas: pausa, bajar estímulos, ofrecer agua, elegir actividad más predecible.
- Contraindicaciones relativas: mareos, náuseas, dolor, fatiga significativa; consulta a profesional si aparecen.

F. Cierre práctico

Usa estas fichas como plantillas vivas: empieza sencillo, registra lo que funciona y ajusta una variable por vez. La inclusión se construye en cada decisión pequeña: cuando permitimos un rol alternativo, cuando ofrecemos una pausa, cuando valoramos el esfuerzo. Así, el juego se vuelve un puente accesible para que cada niño participe, aprenda y disfrute.

A woman in a pink shirt is kneeling and holding a certificate. She is smiling and looking at two children. The children, a girl and a boy, are also smiling. The girl is wearing a pink shirt and a backpack, and the boy is wearing a striped shirt and glasses. The certificate has the text "¡Buen Trabajo!" and "Hasta Pronto" and some drawings. The background shows a room with shelves and various items.

CAPÍTULO 8

**El juego como
puente: despedida y
próximos pasos**

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

Hemos viajado por el poder del juego en la terapia ocupacional, explorando cómo una pelota, unos bloques, una historia o un turno bien acompañado pueden convertirse en herramientas potentes para el desarrollo motor, cognitivo, emocional y social. También aprendimos a adaptar, documentar y sostener el juego en casa, en la escuela y en la consulta, honrando la diversidad y el ritmo de cada niño.

Más que actividades, este libro te ofrece una manera de mirar: el juego como un puente. Un puente entre el hoy y las metas del mañana; entre las habilidades y los desafíos; entre el niño y su entorno; entre adultos que enseñan y adultos que aprenden junto a los niños.

Lo esencial que nos llevamos

- La intención guía la acción: cuando el juego tiene una meta clara y amorosa, el aprendizaje florece.
- Menos, es más: pocos materiales, gran versatilidad, y una progresión amable.
- La inclusión se diseña: ajustes sencillos abren puertas para todos.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

- La co-regulación precede a la participación: primero nos calmamos, luego jugamos, y entonces aprendemos.
- Medir es cuidar: observar, registrar y ajustar es un acto de respeto por el proceso del niño.

Pasos concretos para después de leer

- Elige una meta pequeña para esta semana y vincúlala a un juego que ya te gustó.
- Prepara un “microkit lúdico” con 5 elementos y rota cada 7 días.
- Usa un timer visual y una regla: “elegir–jugar–ordenar”.
- Anota un avance al día en 1 línea: lo que funcionó y lo que ajustarás.
- Comparte el juego: invita a otro adulto o a un compañero a jugar con una intención compartida.

Cómo sostener la motivación

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

- Celebra lo cotidiano: hoy esperó 1 turno, mañana serán 2.
- Narra el progreso: “antes necesitábamos ayuda en todo, ahora solo en el paso 2”.
- Cuida al cuidador: reserva 5 minutos para respirar y reconectar con tu propósito.
- Encuentra tribu: familias, docentes y terapeutas forman un equipo; no estás sola/solo.

Mirando al futuro : El juego no termina con este libro. Cambiará de formas, temas y escenarios, pero seguirá siendo la lengua nativa de la infancia y una vía privilegiada para aprender a ser, estar y hacer en el mundo. Mantén viva la curiosidad, la amabilidad y la capacidad de ajustar el rumbo. Cada pequeño avance cuenta; cada minuto de juego con intención siembra autonomía y vínculo.

Frase de la autora “Cuando jugamos con propósito, es el corazón el que enseña y las manos las que aprenden.”

Angela Ramos.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

REFERENCIAS

- Angelaki, D. E., & Cullen, K. E. (2008). Vestibular system: The many facets of a multimodal sense. *Annual Review of Neuroscience, 31*, 125–150.
- Arvedson, J. C. (2008). Assessment of pediatric dysphagia. *Seminars in Speech and Language, 29*(3), 162–176.
- Ayres, A. J. (2005). *Sensory integration and the child*. Western Psychological Services. (Trabajo original publicado en 1972).
- Best, J. R., & Miller, P. H. (2010). A developmental perspective on executive function. *Child Development, 81*(6), 1641–1660.
- Brackett, M. A., & Rivers, S. E. (2014). Transforming students' lives with social and emotional learning. *Emotion Review, 6*(2), 129–135.
- Craig, A. D. (2002). How do you feel? Interoception: The sense of the physiological condition of the body. *Nature Reviews Neuroscience, 3*(8), 655–666.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

Crone, E. A., & Dahl, R. E. (2012). Understanding adolescence as a period of social–affective engagement and goal flexibility. *Nature Reviews Neuroscience*, *13*(9), 636–650.

Denham, S. A., & Burton, R. (2003). *Social and emotional prevention and intervention programming for preschoolers*. Springer.

Diamond, A. (2013). Executive functions. *Annual Review of Psychology*, *64*, 135–168.

Durlak, J. A., et al. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis. *Child Development*, *82*(1), 405–432.

Gathercole, S. E., & Alloway, T. P. (2008). *Working memory and learning: A practical guide*. Sage.

Goodale, M. A., & Milner, A. D. (1992). Separate visual pathways for perception and action. *Trends in Neurosciences*, *15*(1), 20–25.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

- Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1–26.
- Herzfeld, D. J., & Shadmehr, R. (2018). Cerebellum and motor learning. *Current Opinion in Neurobiology*, 54, 61–67.
- Kerns, K. A., et al. (2015). Assessing children’s multi-informant, multi-method social-emotional functioning. *Journal of Pediatric Psychology*, 40(6), 602–616.
- Klingberg, T. (2010). Training and plasticity of working memory. *Trends in Cognitive Sciences*, 14(7), 317–324.
- Kraus, N., & White-Schwoch, T. (2015). Unraveling the biology of auditory learning. *Nature Reviews Neuroscience*, 16(7), 435–445.
- McGlone, F., Wessberg, J., & Olausson, H. (2014). Discriminative and affective touch. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 34(2), 197–204.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

- Miller, L. J., Anzalone, M. E., Lane, S. J., Cermak, S. A., & Osten, E. T. (2007). Concept evolution in sensory integration. *American Journal of Occupational Therapy*, 61(2), 135–140.
- Miyake, A., & Friedman, N. P. (2012). The nature and organization of individual differences in executive functions. *Current Directions in Psychological Science*, 21(1), 8–14.
- Parham, L. D., et al. (2011). Fidelity in sensory integration intervention research. *American Journal of Occupational Therapy*, 65(2), 133–142.
- Porges, S. W. (2011). *The polyvagal theory*. Norton.
- Posner, M. I., & Rothbart, M. K. (2007). Research on attention networks as a model for the integration of psychological science. *Annual Review of Psychology*, 58, 1–23.
- Proske, U., & Gandevia, S. C. (2012). The proprioceptive senses. *Physiological Reviews*, 92(4), 1651–1697.

MANUAL PRÁCTICO DEL JUEGO COMO OCUPACIÓN Y HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

- Schaaf, R. C., & Mailloux, Z. (2015). *Clinician's guide for implementing Ayres Sensory Integration*. AOTA Press.
- Shanker, S. (2016). *Self-Reg: How to help your child (and you) break the stress cycle*. Penguin.
- Small, D. M. (2012). Flavor is in the brain. *Physiology & Behavior, 107*(4), 540–552.
- Smith, E., & Kosslyn, S. (2007). *Cognitive psychology: Mind and brain*. Pearson.
- Whitebread, D., & Basilio, M. (2012). The emergence and early development of self-regulation in young children. *Psicothema, 24*(2), 271–276.
- Wilson, D. A., & Sullivan, R. M. (2011). Cortical processing of odor objects. *Neuron, 72*(4), 506–519.
- Zelazo, P. D., & Carlson, S. M. (2012). Hot and cool executive function in childhood. *Child Development Perspectives, 6*(4), 354–360.