

# TÈCNIQUES D'ESTIMULACIÓ SENSORIAL

## LES TÈCNIQUES D'ESTIMULACIÓ SENSORIAL

Tenen com a finalitat **relentitzar la deterioració de la funció sensorial** o revertir-la mitjançant l'**estimulació dels sentits**.

S'ha de fomentar amb **activitats quotidianes** com veure les notícies, mirar pel·lícules de cinema, escoltar música, visitar museus, realitzar activitats artístiques, cuinar, gaudir amb les olors i sabors del menjar, apreciar la naturalesa, etc.

Totes elles exerciten els receptors sensorials i contribueixen a millorar el seu rendiment.

# LES TÈCNIQUES D'ESTIMULACIÓ SENSORIAL

Però l'estimulació sensorial també pot treballar-se de manera específica a través d'**activitats planificades** amb aquesta finalitat. Alguns exemples d'activitats són aquestes:

- **Activitats per a treballar la vista**
- **Activitats per a treballar el sentit**
- **Activitats per a treballar l'olfacte**
- **Activitats per a treballar el tacte**

## ACTIVITATS PER TREBALLAR LA VISTA

Hi ha una **gran varietat d'activitats**: agrupar elements amb característiques similars (formes, colors, grandàries); reconèixer objectes, personatges o situacions que s'exposen en làmines; identificar errors o diferències en dues imatges iguals; trobar una imatge concreta dins d'una imatge general; etc.



# ACTIVITATS PER TREBALLAR L'OÏDA

Es treballa amb la **identificació d'estímulsonors**, ja siguin sorolls (per exemple una campana, un motor, una porta), o sons d'animals (gat, gos, cavall, etc.) o d'un altre tipus. Totes les **activitats musicals**, ja siguin recreatives o terapèutiques (musicoteràpia) també poden aprofitar-se amb aquesta finalitat.



# ACTIVITATS PER TREBALLAR L'OLFACTE I EL GUST

Es plantegen **activitats de diferenciació d'aromes** (perfums, flors, espècies, etc.) **i sabors** (dolç, salat, amarg, etc.).



# ACTIVITATS PER TREBALLAR EL TACTE

Es treballa amb **activitats de reconeixement de superfícies** (llisa, arrugada, punxant, etc.), **formes** (objectes, figures, etc.), **temperatures**, **densitats** (blanda o dura), etc.

