



El maravilloso mundo de nuestros sentidos...

El 80 % del cerebro se desarrolla en los primeros años de vida y estas conexiones forman las bases para el aprendizaje. Usar desde edades tempranas los sentidos como medio para impulsar y entrenar el cerebro del niño, permite su desarrollo cognitivo, fomenta el aprendizaje y a su vez, posibilita una mayor expansión de las capacidades físicas, mentales y sociales. La estimulación sensorial activa el cerebro y pone en marcha mecanismos de aprendizaje.

Como padres y educadores, debemos ser conscientes de la importancia de la apertura del niño al medio que le rodea mediante la exploración sensitiva. Trabajando diferentes sentidos desde edades tempranas se consiguen verdaderos logros que repercuten beneficiosamente en los procesos cerebrales y neuronales y, por ende, en sus futuros procesos de aprendizaje.

La percepción nos permite representar, interpretar y procesar la información de forma inteligente (imágenes, colores, sonidos, formas, texturas, peso, olores, sabores, profundidad, orientación en el espacio y un largo etcétera). Los niños están deseosos de utilizar sus sentidos: tocar, probar y observar, todo es experimentación y disfrute. Todo ello tiene una repercusión positiva en su desarrollo, por lo cual debemos fomentarlo y facilitararlo.

Trabajando los sentidos conseguimos que los más pequeños se encuentren integrados en el medio. Los niños no deben estar al margen de la realidad y del entorno, deben ser parte de él, interiorizarlo y familiarizarse con él.

Con simples actividades sensoriales podemos conseguir el descubrimiento de nuevas texturas, la asociación de nombres, el aprendizaje de características y cualidades de nuestro entorno, el desarrollo y reconocimiento de los sentidos y los órganos que los componen, un ajuste de las respuestas a los diferentes estímulos sensoriales y un sinfín más de logros. A partir de esto, conseguimos que se establezcan y afiancen esquemas de conocimiento y que se creen estructuras estables de pensamiento.

Lo que pasa si no hay desarrollo sensorial

Un desarrollo sensorial inadecuado, puede desencadenar ciertos problemas:

- Una falta de integración de la información en el procesamiento sensorial. Un ejemplo claro de esto puede ser el niño que prueba un alimento y es incapaz de discernir si es dulce o salado.
- Rechazo a todo lo nuevo: negación a probar cosas nuevas, tocar, o incluso rechazo a ciertos sonidos debido a que no están acostumbrados a usar los sentidos como forma de descubrimiento.
- Retraso psicomotor o alteraciones motoras: escasa movilidad, torpeza...
- Falta de inserción del niño en el medio: falta de conocimiento del medio que le rodea, por ausencia de exploración del mismo a través de los sentidos.
- Posibles déficits cognitivos.
- Retraso en el desarrollo del sistema nervioso. Al usar los sentidos conseguimos que se desarrollen una serie de conexiones cerebrales, por ello al no usarlos estamos impidiendo un avance neuronal.
- Inadecuado desarrollo del lenguaje.

¿CÓMO ANIMARLOS A DESARROLLAR LOS SENTIDOS?

La sobreprotección no ayuda en el proceso de aprendizaje de forma sensorial. Muchas veces, desde la figura paterna les privamos inconscientemente de experiencias sensoriales y les frenamos, haciendo imposible un enriquecimiento a través de los sentidos. Son más que conocidas las frases de "no toques eso", "estate quieto", "te vas a manchar". Pero con estas actuaciones, en ciertas ocasiones, podemos llegar incluso a privarles de tomar decisiones y asumir responsabilidades individuales. Todo esto, a su vez causa un obstáculo para que establezcan relaciones sociales satisfactorias,

pues los privan de la flexibilidad necesaria para probar distintos caminos. La cuestión no es solo estimular, sino lograr que los niños participen activamente en el proceso de la estimulación. Es decir, no se trata solo de rodearles de estímulos, sino de que formen parte de ellos, que los toquen, sientan y exploren. Nosotros únicamente seríamos los mediadores o facilitadores y ellos, desde su propia experiencia, irán creando sensaciones a través de las respuestas a estímulos sensoriales. La manera adecuada de realizar este acercamiento es mediante el juego, porque es la actividad más significativa en la infancia, a través de la cual se pueden potenciar y desarrollar las capacidades y habilidades.

Trucos con los cinco sentidos

Existen infinidad de posibilidades y combinaciones a la hora de trabajar y entrenar los sentidos, un ejemplo de ellas podrían ser:

OÍDO:

- Dejarles tocar y manipular diferentes instrumentos.
- Que creen sonidos con su cuerpo.
- Exponerles a diferentes tipos de papeles (celofán, aluminio, folio, pinocho...)
- Rellenarles botellas con diferentes materiales (macarrones, lentejas, botones, agua...) y que los muevan y los escuchen.



TACTO:

- Que distingan a las personas y objetos con los ojos tapados o con un saco o caja.
- Que diferencien texturas: suave, duro, liso, etc.
- Trabajar el tacto con los pies pisando arena, uvas, barro, agua...
- Exponerles a elementos naturales, por ejemplo un árbol.
- Manipular plastilina, arcilla, etc.



GUSTO:

- Darles a probar nuevos alimentos o crear mezclas nuevas.
- Darles alimentos con los ojos cerrados e intentar identificar de cuál se trata.
- Exponerles a diferentes sabores: agrios, ácidos, salados, dulces...



OLFATO:

- Exponerles a diferentes experiencias olfativas: colonia, desodorante, comidas.
- Exponerles a plantas aromáticas o especias.
- Que identifiquen olores con los ojos cerrados.

VISTA:

- Permitirles jugar con linternas o luces diferentes.
- Que busquen objetos en una habitación o en un recipiente relleno con algo, por ejemplo con arroz.

Además, debemos aprovechar las actividades cotidianas o novedosas para acercar a los más pequeños a nuevas sensaciones. En los cambios de estación, por ejemplo, con la llegada del invierno podemos salir a la calle a tocar la nieve, a olerla, a sentir el viento... O en actividades de higiene podemos hacer burbujas, emplear jabones con distintas fragancias, esponjas con diferentes texturas, etc.

Hay un sinfín de posibilidades increíblemente beneficiosas para nuestros hijos, de cara a ayudarles a crecer, aprender y conocer al medio en el que viven, nuestra responsabilidad como padres es acercárselas y ponérselas al alcance, para que ellos solos puedan sentirlas.