

TERAPIA OCUPACIONAL

¿Qué son las Actividades de vida diaria?

Las actividades de vida diaria (AVD) son un conjunto de tareas o conductas que una persona realiza de forma diaria y que le permiten vivir de forma autónoma e integrada en su entorno y cumplir su rol o roles dentro de una sociedad.

En este artículo nos basaremos en las actividades de vida diaria básicas.



Licda: Daysi Moreno

IPHE-extensión Herrera

Licda. Karol Meneses

Las siguientes actividades son para niños de 4 años en adelante.

TERAPIA OCUPACIONAL

ALIMENTACIÓN



Se le puede enseñar abrir empaques, desenroscar, enroscar, poner la mesa, usar los cubiertos u utensilios , etc.

Preparar emparedado, preparar cereal, rellenar termos de agua, y colocarlos en la refrigeradora.

“SI UN NIÑO ES CAPAZ DE SENTIR SU PROPIO PROGRESO Y CRECIMIENTO, INCLUSO EN PEQUEÑOS INCREMENTOS, PUEDE LOGRAR MILAGROS



VESTIDO

Enséñale los lados de la ropa derecho al revés, desvestirse y vestirse , abotonado y desabotonado, zippers, colocarse las medias, calzados y cordones, etc.

Identificar prendas las prendas de vestir.

TERAPIA OCUPACIONAL

HIGIENE PERSONAL O AUTOCUIDADO

Mediante ayuda verbal o guiándolos enséñales como bañarse, peinarse, cepillarse los dientes, uso del inodoro (baño) si aun no controla esfínter (orina/popo) establécele rutinas u horarios para ir al baño, es importante también enseñarle a limpiarse después de haber defecado.



TERAPIA OCUPACIONAL

HIGIENE PERSONAL O AUTOCUIDADO



Establecer rutinas para el al baño, hacer que el lugar sea accesible, colocando los objetos que vaya a necesitar como lo son el papel higiénico.

Explicarle a los niños como funciona el inodoro para evitar que se asuste

Adaptar el asiento del inodoro de forma que el niño se sienta seguro utilizándolo, por ejemplo orinales.

TERAPIA OCUPACIONAL

TAREA EN EL HOGAR



Involúcrale en las actividades que se realizan a diaria en casa ayudar a recoger la basura , doblar y guardar su ropa, juguetes, recoger la mesa y que te ayude a fregar los utensilios sencillos, limpiar si ya esta en una edad adecuada por lo menos de 6 a 7 años en adelante.

La autonomía permite que los niños desarrollen su propia identidad y les ayuda a aceptarse tal cual son. Favorece la independencia, y es algo que comienza con la responsabilidad . Es por ello, que debemos fomentarla según la edad de cada niño.