



Sugerencias de Dieta Sensorial Para Conductas Específicas de Enfoque:

Comportamiento de Enfoque: Caminar con los Dedos del Pie

Cosas para considerar: desde una perspectiva sensorial, caminar con los dedos del pie parece ser una actividad de búsqueda propioceptiva. Por lo tanto, las estrategias sensoriales recomendadas incluirán formas alternativas de estimulación propioceptiva (ver más abajo). Sin embargo, incluso si este comportamiento comienza como un problema sensorial, puede convertirse rápidamente en un problema ortopédico (acortamiento de las cuerdas del talón), así como un hábito. Idealmente, queremos trabajar duro para enfrentar el comportamiento como un problema sensorial lo más temprano posible. Una vez que los niños tienen más de cinco años, es más probable que sea necesaria la intervención ortopédica además de las estrategias de reentrenamiento descritas abajo.

Estrategias de Intervención:

- A lo largo del día, aliente actividades que provean estimulación propioceptiva (trabajos fuertes) al tronco y piernas, como por ejemplo
 - Rodar, saltar, patear
 - Caminar como los animales (saltar como una rana, caminar como un cangrejo, etc.)
 - Llevar pesas en los tobillos periódicamente
- Implemente un buen programa de estiramiento para mantener o mejorar la flexibilidad de las extremidades inferiores – especialmente para los cordones del talón



- Elija dos bloques de tiempo de 30 minutos cada día para concentrarse en caminar con los pies. Durante estos tiempos:
 - Haga que el niño use un cinturón pesado o pesas en los tobillos.
 - Camine detrás del niño y periódicamente presione sobre sus hombros, diciendo "talones abajo."
 - Intente usar "GaitSpots" (disponible en abilitations.com) para proporcionar una divertida retroalimentación auditiva cada vez que el talón golpee el piso.
 - A lo largo del día, preste atención a ver si hay momentos que el niño usa el modo de andar adecuado (del talón al dedo del pie), y proporciónele alabanzas y/o recompensas para animarlo a usar la técnica más allá de las sesiones de caminata de 30 minutos.

*Es importante tener en cuenta que incluso los niños que se someten a una cirugía de liberación del cordón del talón requieren reentrenamiento para caminar con el patrón de talón/dedo usando muchas de las estrategias mencionadas arriba para evitar deshacer los beneficios físicos de la cirugía.