



## RECOMENDACIONES ESPECÍFICAS TEA

- Es importante mantener una **rutina diaria y variada de actividades**.
- En el caso de pacientes con un Trastorno del Espectro del Autismo se recomienda tener una **agenda visual** (con pictogramas, fotografías o texto) **diaria y semanal**.

# EJEMPLO DE RUTINA DIARIA

## LUNES (MAÑANA)

DESAYUNAR



VESTIRSE



DEBERES



EJERCICIO FÍSICO



JUGAR



LAVAR MANOS



COMER



## LUNES (TARDE)

TABLET /  
ORDENADOR



EJERCICIOS DE  
ESTIRAMIENTO



MANUALIDADES



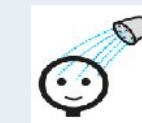
MERENDAR



TELE



DUCHA










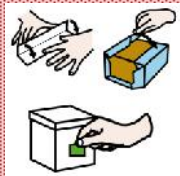



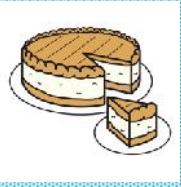


CENAR





# EJEMPLO DE RUTINA SEMANAL

L LUNES	M MARTES	X MIÉRCOLES	J JUEVES	V VIERNES	S SÁBADO	D DOMINGO
						
						
						

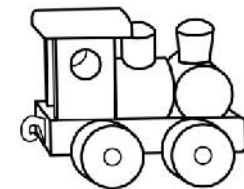
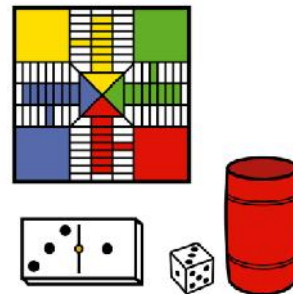
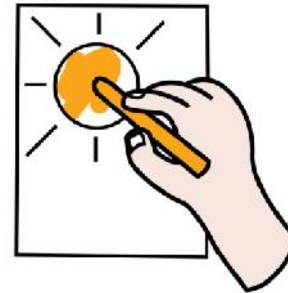
# HAZ TU PROPIA RUTINA SEMANAL

L LUNES	M MARTES	X MIÉRCOLES	J JUEVES	V VIERNES	S SÁBADO	D DOMINGO

# PANELES DE ELECCIÓN

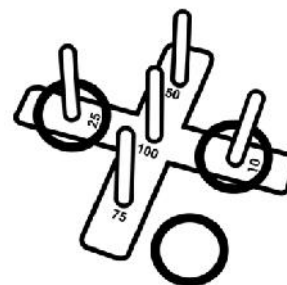
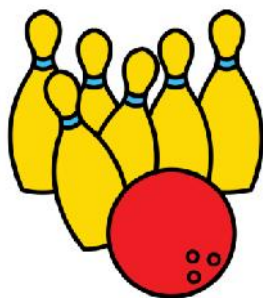
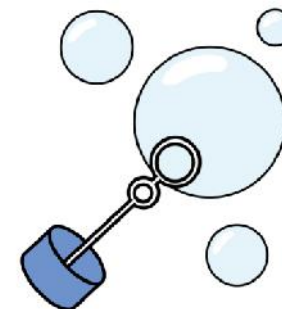
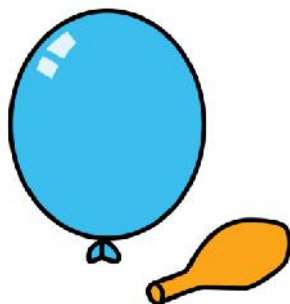
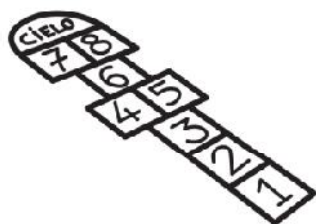
- Es importante que tengamos un **registro de todas las actividades que podríamos hacer en casa** y si es posible darle a elegir al niño qué actividad prefiere, por ejemplo cuando toca “jugar”. Si el niño no puede elegir lo utilizaremos como guía para ir variando de actividades según pasen los días (se puede ir tachando lo que ya hemos hecho).

# PANEL DE ELECCIÓN JUGAR



Todos los pictogramas se han obtenido en: [arasaac.org](http://arasaac.org)

# PANEL DE ELECCIÓN JUGAR



Todos los pictogramas se han obtenido en: [arasaac.org](http://arasaac.org)







# DIRECCIONES DE INTERÉS

- MINISTERIO DE SANIDAD, CONSUMO Y BIENESTAR SOCIAL  
<https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/home.htm>
- COMUNIDAD DE MADRID  
<https://www.comunidad.madrid/servicios/salud/2019-nuevo-coronavirus>
- RECOMENDACIONES PSICOLÓGICAS PARA EXPLICAR A NIÑOS Y NIÑAS EL BROTE DE CORONAVIRUS COVID-19  
[https://www.copmadrid.org/web/img\\_db/comunicados/2020/recomendaciones-psicologicas-para-explicar-a-ninos-y-ninas-el-brote-de-coronavirus-covid-19-5e6b4d4b25373.pdf](https://www.copmadrid.org/web/img_db/comunicados/2020/recomendaciones-psicologicas-para-explicar-a-ninos-y-ninas-el-brote-de-coronavirus-covid-19-5e6b4d4b25373.pdf)
- RECOMENDACIONES DIRIGIDAS A LA POBLACIÓN PARA UN AFRONTAMIENTO EFICAZ ANTE EL MALESTAR PSICOLÓGICO GENERADO POR EL BROTE DE CORONAVIRUS-COVID19  
[https://www.copmadrid.org/web/files/comunicacion/Comunicado\\_recomendaciones\\_para\\_la\\_poblacion.pdf](https://www.copmadrid.org/web/files/comunicacion/Comunicado_recomendaciones_para_la_poblacion.pdf)
- AETAPI [http://aetapi.org/autismo-coronavirus/amp/?\\_twitter\\_impression=true](http://aetapi.org/autismo-coronavirus/amp/?_twitter_impression=true)



## DIRECCIONES DE INTERÉS

- CUENTO ROSA CONTRA EL VIRUS  
[https://www.copmadrid.org/web/img\\_db/publicaciones/rosa-contr-a-el-virus-cuento-para-explicar-a-los-ninos-y-ninas-el-coronavirus-y-otros-posibles-virus-5e6b7f9370fb1.pdf](https://www.copmadrid.org/web/img_db/publicaciones/rosa-contr-a-el-virus-cuento-para-explicar-a-los-ninos-y-ninas-el-coronavirus-y-otros-posibles-virus-5e6b7f9370fb1.pdf)
- 10 FORMAS DE AYUDAR A LOS NIÑOS A AFRONTAR EL BROTE DE COVID-19 Y EL AISLAMIENTO EN CASA  
<https://aepnya.es/afrontar-el-covid-19>
- TÉCNICA DE RELAJACIÓN DE KOEPPEN PARA NIÑOS  
[https://www.dropbox.com/s/ywdg0gfnumk4eka/Ansiedad  
d Koeppen ni%C3%B1os.pdf?dl=0](https://www.dropbox.com/s/ywdg0gfnumk4eka/Ansiedad%20Koeppen%20ni%C3%B1os.pdf?dl=0)



## DIRECCIONES DE INTERÉS

- AUTISMO SEVILLA

<http://www.autismosevilla.org/blog/wp-content/uploads/2020/03/10-pautas-coronavirus.pdf>

- <http://www.autismosevilla.org/blog/claves-sobre-que-hacer-en-casa/>

- APNA

<http://www.apna.es/2020/03/19/pautas-e-ideas-para-estar-en-casa-durante-la-cuarentena/>