



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)

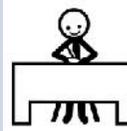
DESAYUNAR



VESTIRSE



DEBERES



EJERCICIO FÍSICO



JUGAR



LAVAR MANOS



COMER

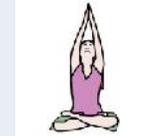


LUNES (TARDE)

TABLET /
ORDENADOR



EJERCICIOS DE
ESTIRAMIENTO



MANUALIDADES



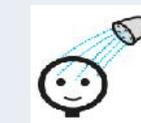
MERENDAR



TELE



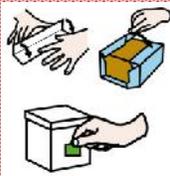
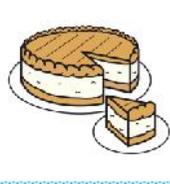
DUCHA



CENAR



EJEMPLO DE RUTINA SEMANAL

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

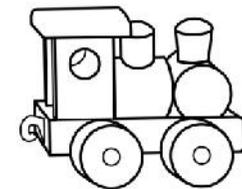
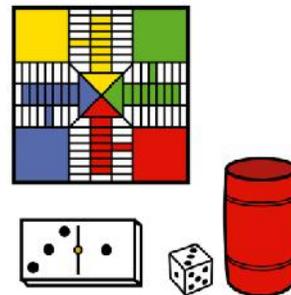
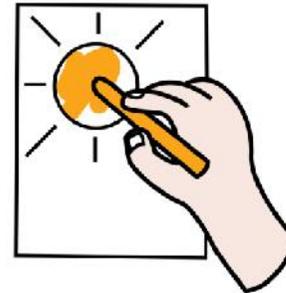
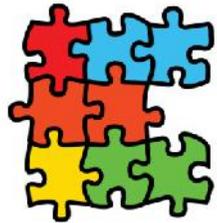
HAZ TU PROPIA RUTINA SEMANAL

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

PANELES DE ELECCIÓN

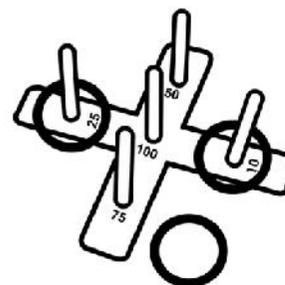
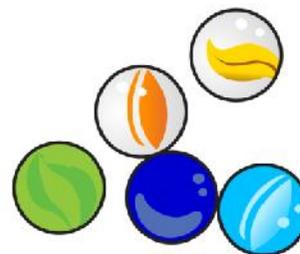
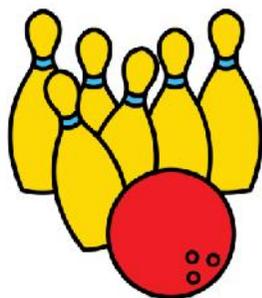
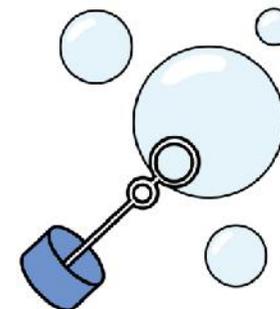
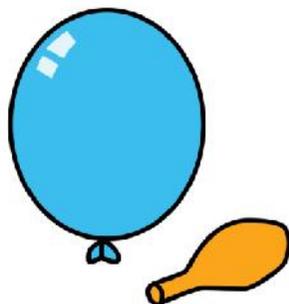
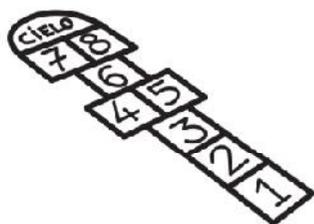
- Es importante que tengamos un **registro de todas las actividades que podríamos hacer en casa** y si es posible darle a elegir al niño qué actividad prefiere, por ejemplo cuando toca “jugar”. Si el niño no puede elegir lo utilizaremos como guía para ir variando de actividades según pasen los días (se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

PANEL DE ELECCIÓN JUGAR



Todos los pictogramas se han obtenido en: arasaac.org

PANEL DE ELECCIÓN JUGAR



Todos los pictogramas se han obtenido en: 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
- 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
- AETAPI 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-contra-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/>