

Estimulación sensorial



La **estimulación sensorial** va dirigida a potenciar sensorialmente a las personas a través de la estimulación auditiva, visual, táctil, olfativa y/o gustativa.

Persigue un doble objetivo: fomentar el máximo **desarrollo de las capacidades sensoriales** y potenciar el **desarrollo cognitivo** a través de una buena educación sensorial.

Si queremos incidir y favorecer el desarrollo de los/as chicos/as, será necesario **conocer, estimular y ofrecer experiencias** relacionadas con los aspectos más básicos.

Por ello, desde casa, podemos trabajar esta estimulación con elementos que todos tenemos a nuestro alcance.

Ejemplos y actividades



Estimulación táctil

Materiales como el algodón, botones, plumas, estropajo, pintura de dedos, arena, abanicos, pelotas, cepillos... Se pueden crear juegos con estos materiales.

Estimulación auditiva

Materiales como instrumentos musicales, botellas con arroz o chapas (para crear diferentes sonidos), música de cualquier género... Además de ayudar a nivel sensorial, la música crea un ambiente tranquilo y relajante



Estimulación visual

Objetos de diferentes colores, objetos luminosos, realizar juegos frente a un espejo... ¡Aumentamos la creatividad!

Estimulación olfativa

El olor de objetos cotidianos como la colonia, especias, frutas, café, flores y plantas..., ¡permite estimular y ofrecer experiencias nuevas!

