



ACTIVIDADES

PARA NIÑOS CON PARÁLISIS CEREBRAL

Las actividades que pueda desarrollar un niño con parálisis cerebral dependerán de dos factores: sus capacidades y las adaptaciones a las que podamos acceder.



EXCURSIONES EN LA NATURALEZA.

El contacto con la naturaleza es necesario para el buen desarrollo de todos los niños y niñas, por eso no debemos privarles de ello si tienen parálisis cerebral. La multitud de destinos a los que podemos optar hacen que haya un lugar apropiado para cada capacidad. Desde la montaña y los bosques hasta las playas, muchos lugares son accesibles a personas con movilidad reducida. Además, existen algunas asociaciones sin ánimo de lucro que facilitan y organizan estas salidas a la naturaleza.



EQUINOTERAPIA

Al hilo de lo comentado anteriormente, la equinoterapia es una forma excelente de conectar con la naturaleza a través de un animal tan noble como el caballo. Los caballos entrenados para equinoterapia con niños son pacientes y mansos, ofreciendo un contacto confortable y seguro. Este tipo de terapia ofrece un estímulo físico que favorece el tono muscular y el control de la postura, además de incrementar la autoestima y la seguridad.



ESCAPADAS Y VIAJES

Las familias que conviven con la parálisis cerebral infantil no deben renunciar a viajar. Eso sí, se deben tener en cuenta algunas recomendaciones, pero con una planificación adecuada, los viajes pueden ser un estímulo muy valioso para los niños y niñas con parálisis cerebral, además de una experiencia inolvidable para toda la familia.



VISITA UNA GRANJA- ESCUELA

El contacto con animales es beneficioso, en general, para todos los niños y niñas. Las granja-escuelas son establecimientos dedicados a maximizar estos beneficios y a proporcionar también conocimientos y experimentación muy estimulante para los pequeños.

Además, suelen ser lugares adaptados a movilidad reducida, con actividades en las que puede participar toda la familia.



PINTURA DE MANOS Y PIES

No debemos olvidar las actividades que se pueden realizar en el propio hogar. Podemos aprovechar los días en los que el clima no es propicio para desarrollar actividades creativas, como la pintura. En concreto, el uso de pintura de dedos (que se puede utilizar también con otras zonas del cuerpo, como los pies) es una muy buena manera de acercar las artes plásticas a los niños y niñas con dificultades de movimiento.



CUENTA- CUENTOS

Muchas bibliotecas municipales, ludotecas y otros centros que ofertan ocio para niños y niñas organizan actividades de cuentacuentos, marionetas y similar. Estas actividades son perfectamente aptas para niños y niñas de todas las capacidades, así que infórmate de este tipo de iniciativas en tu localidad.

The background is white with several large, colorful, organic shapes in shades of pink, teal, and yellow. Interspersed among these shapes are smaller circles and loops in the same color palette, some with thin outlines and others as solid fills.

PARQUES INCLUSIVOS

Cada vez más, los nuevos parques infantiles están adaptados, o cuentan con zonas adaptadas, a la diversidad funcional. Esto incluye módulos a los que se puede acceder con silla de ruedas, balancines, columpios con cesta en lugar de silla y amplias zonas de juego en el suelo.



MUSICO- TERAPIA

Una de las ventajas de la musicoterapia es que se pueden perseguir objetivos terapéuticos mediante una actividad divertida, placentera y estimulante. Por eso, es una actividad de ocio ideal para niños y niñas que requieren de apoyos en su desarrollo.



PASEO EN BICICLETA

Tener dificultades en la movilidad no es razón para no poder disfrutar de bonitos paseos en bicicleta, ya sea por la ciudad o en entornos naturales. Si el niño o niña no puede utilizar su propia bicicleta, podemos recurrir a sillas que se acoplan en la del adulto, sidecares o remolques, que incluso permiten la postura totalmente horizontal.



COCINAR EN FAMILIA

Las actividades de cocina encantan a todos los niños y niñas. Las ventajas que ofrecen es que son divertidas, estimulantes, les permiten conocer mejor los alimentos y sus gustos y, además, se pueden adaptar a las capacidades de cada niño o niña.

Tomado de:

<https://www.vivirconlaparaliscerebral.es/blog/10-actividades-para-hacer-con-un-nino-con-pci>