LISTA DE EVALUACIÓN DE SOUNDSORY

SOUNDSORY®

¿EL PROGRAMA SOUNDSORY ES ADECUADO PARA MÍ?

¿Cómo puedo saber si Soundsory es el programa adecuado para mí o para mi hijo? La respuesta es definitivamente **SÍ**. Si usted o su hijo tiene dificultades con cualquier tipo de actividades relacionadas con el movimiento corporal o tiene dificultades con las habilidades motoras, entonces, SÍ, Soundsory es el programa adecuado para usted.

¿Desea leer la lista de evaluación? La lista comienza en la página 7, pero le recomendamos que lea la siguiente explicación antes de comenzar.

Vamos a explorar por qué Soundsory es el programa adecuado para usted. Si ya ha investigado un poco por su cuenta, habrá leído que Soundsory es un programa que estimula específicamente la parte del “vestíbulo” del oído. Pero ¿qué significa esto? El vestíbulo es la parte del oído que regula la motricidad y al mejorar la capacidad del oído para optimizar el **procesamiento vestibular**, a menudo se producen mejoras en la motricidad y otras habilidades motoras funcionales.

Veámoslo más de cerca. El sistema vestibular es sumamente importante para el funcionamiento del cuerpo. Es uno de los sistemas que está en constante comunicacion con nuestros otros sentidos. A continuación les presentamos los seis aspectos más importantes de este sistema cuando está funcionando correctamente:

1. **EQUILIBRIO:**

Esto es realmente vital para todos nuestros movimientos en la vida diaria. Sin esto, no podríamos hacer cosas como caminar, sentarnos o voltearnos. No podríamos caminar sobre superficies irregulares o mantener nuestro equilibrio cuando algo se mueve debajo de nuestros pies. Por ejemplo, mantenerse en posición vertical cuando se utiliza una escalera mecánica.

2. POSTURA:

El control postural es algo que todos usamos constantemente durante el día. Cuando funciona bien, significa que nuestro sistema vestibular funciona correctamente y se comunica con nuestros músculos, por ejemplo, podemos sentarnos en una silla y luego agacharnos para recoger algo sin caernos de la silla. Constantemente estamos haciendo pequeños ajustes posturales, por ejemplo, el simple hecho de alcanzar y pasar la sal a través de la mesa sin caerse es una función del control postural.

Podemos lanzar una pelota con nuestro brazo y no perder el equilibrio o mover todo nuestro cuerpo. ¡Podemos dar vueltas, girar y mover nuestros cuerpos de múltiples maneras cuando nuestro sistema vestibular funciona bien!

3. **TONO MUSCULAR:**

El sistema vestibular también rige la tonicidad múscular. Todas esas pequeñas contracciones constantes que nuestros músculos hacen cuando estamos quietos es parte de la tonicidad muscular. Estas pequeñas contracciones ayudan a nuestros cuerpos a aumentar o disminuir la tensión cuando tenemos que cambiar de posición, por ejemplo, pasar de una posición sentada a una posición de pie.

4. **ORIENTACIÓN ESPACIAL:**

¿Cómo sabemos dónde están nuestros cuerpos con respecto al espacio que nos rodea? ¿Cómo sabemos si estamos de pie, sentados o acostados? ¿Nos estamos moviendo hacia adelante, hacia atrás, hacia los lados, hacia arriba o hacia abajo? El sistema vestibular también nos permite saber qué tan rápido nos estamos moviendo o qué tan lento. Constantemente envía esta información a nuestro cerebro para que sepamos dónde estamos con respecto al suelo que pisamos.

5. **MOVIMIENTOS DE LOS OJOS:**

El sistema vestibular se comunica constantemente con los músculos de nuestros ojos para que podamos moverlos en la dirección que queremos mirar. Es lo que nos permite alternar entre ver la pizarra o maestro y luego nuestros escritorios, o ver el reloj y luego la pantalla de un ordenador sin marearnos. Es cómo podemos mantener un campo visual estable incluso cuando nos movemos.

6.**ESTADO DE VIGILIA:**

¿Sabías que nuestro sistema vestibular está fuertemente involucrado en nuestro nivel de alerta y capacidad para prestar **atención**? Piense en cuando intenta dormir a un bebé, los movimientos vestibulares rítmicos y lentos ayudan a disminuir la excitación, la atención y el enfoque. Luego piense en la última vez que estuvo en una formación todo el día, esas pausas que le permitieron estirar un poco las piernas y volver a energizar su sistema para que pudiera prestar atención el resto de la mañana fueron súper importantes.

Le presentamos una **lista de evaluación** para que piense en las diferentes áreas que podrían verse afectadas como resultado de un sistema vestibular deficiente. Esto le ayudará a decidir si Soundsory es el programa adecuado para usted. Por favor **marque o resalte** los síntomas que observa en usted o en su hijo

YO O MI HIJO/HIJA….

1. EQUILIBRIO/MOVIMIENTO

- ¿Le cuesta hacer actividades que requieren de equilibrio?
- ¿Le cuesta pararse en un solo pie?
- ¿Evita subir escaleras o actividades que desafían su equilibrio?
- ¿Se marea fácilmente?
- ¿Evita moverse?
- ¿No le gusta que lo carguen o lo muevan?
- ¿No se siente cómodo cuando se mueve?
- ¿Se marea fácilmente cuando está en movimiento?
- ¿Le dan miedo las escaleras, colinas, alturas, columpios o actividades que requieren equilibrio?

- ¿Pierde mucho el equilibrio en las tareas cotidianas?
- ¿Muestra aprensión cuando se monta en ascensores, escaleras mecánicas o se mueve a través de puertas giratorias?

2. **POSTURA:**

- ¿Le cuesta sentarse en una silla?
- ¿Le dice el maestro que levante la cabeza del escritorio?
- ¿Le cuesta lanzar una pelota?
- ¿Tiene poca resistencia para mantenerse de pie o en postura sentada?

3. **TONO MUSCULAR:**

- ¿Tiene un tono muscular bajo que no es el resultado de una enfermedad o daño cerebral, como accidente cerebrovascular, lesión en la cabeza o parálisis cerebral?
- ¿Los músculos están flácidos?
- ¿Prefiere sentarse en "W"?
- ¿Se cansa fácilmente?
- ¿Babea más de lo normal para su etapa de desarrollo?

4. **MOTRICIDAD GRUESA:**

- ¿A menudo se mueva con torpeza?
- ¿Se tropieza a menudo con las cosas?
- ¿Usa movimientos superfluos al hacer actividades físicas?
- ¿Tiene un mal sentido del ritmo?
- ¿Tiene pobres habilidades deportivas?

- ¿Evita los juegos de pelota?
- ¿Tiene problemas para atrapar y lanzar?
- ¿Le cuesta aprender nuevas tareas motoras?
- ¿Se ve un poco torpe e inseguro al moverse (gatear, vestirse, saltar, correr, jugar) en comparación con sus compañeros?

5. **ORIENTACIÓN ESPACIAL:**

- ¿Tiene una mano dominante claramente establecido (derecho o zurdo)?
- ¿Confunde derecha e izquierda?
- ¿No tiene sentido del espacio personal?
- ¿Tiene dificultades para moverse en su entorno?
- ¿Tiene un mal sentido de la orientación?

6. **MOTRICIDAD OCULAR:**

- ¿Tiene dificultad para mantener el contacto visual o tiene un contacto visual deficiente?
- ¿Tiene dificultad para mantener los ojos en objetos inmóviles?
- ¿Tiene dificultad para seguir un objeto en movimiento suavemente con los ojos?
- ¿A menudo entrecierra los ojos, se los frotar o tiene dolores de cabeza u ojos llorosos después de mantener un enfoque ocular sostenido?
- ¿No orienta dibujos bien en la página?
- ¿Tiene dificultades para localizar objetos en la habitación?
- ¿Tiene dificultad con los rompecabezas?
- ¿Tiende a mirar objetos desde la esquina del ojo o inclinar la cabeza cuando mira algo?

7. **MOTOR FINO:**

- ¿Sostiene los utensilios torpemente o con dificultad (tenedor o cuchara) o se les cae con frecuencia en comparación con otros niños de la misma edad?
- ¿Mueve la lengua o la boca excesivamente cuando trabaja con las manos?
- ¿Se le dificulta o evita dibujar, colorear, copiar o cortar?
- ¿Cambia las manos con frecuencia para tareas motoras finas?
- ¿Tiene problemas para usar las dos manos a la vez para la manipulación motora fina en comparación con sus compañeros?
- ¿Le cuesta atar los cordones de los zapatos?
- ¿Tiene mala letra?
- ¿Le cuesta manipular botones, cremalleras, abrir o cerrar puertas?
- ¿Se le dificulta el uso de tijeras?
- ¿Tiene dificultad para abrir / cerrar contenedores, bolsas de plástico, artículos para el almuerzo?

8. **MOTIVACIÓN:**

- ¿Tiene dificultades para organizar o estructurar actividades?
- ¿Requiere de más instrucciones verbales para completar tareas apropiadas que los otros niños?
- ¿Le perturban las transiciones o los cambios inesperados?
- ¿No muestra interés en las actividades grupales / sociales o tiende a retirarse y aislarse?
- ¿Se muestra demasiado cariñoso o inconsciente del espacio personal?

- Falta de concentración, tendencia a distraerse fácilmente
- ¿Tendencia a procrastinar?
- ¿Exhibe variaciones marcadas del estado de ánimo, tendencia al arrebato, o alta frustración, parece terco o poco cooperativo?
- ¿Tiene bajo nivel de atención en comparación con los niños de la misma edad?
- ¿Le cuesta levantarse en las mañanas?

Si ha marcado "sí" o resaltado alguna de las preguntas anteriores o ha notado otras tareas "motoras" que son particularmente difíciles para usted o su hijo, entonces Soundsory sería muy beneficioso. Soundsory desarrolla lo fundamental: **¡el sistema vestibular!** Este sistema sienta las bases para el desarrollo de todas las demás habilidades. Soundsory ayuda a que el sistema vestibular funcione de manera más eficiente para que se sienta más cómodo con el movimiento, más sintonizado con su cuerpo y lo que su cuerpo está haciendo, y le sea más fácil sentarse y pararse, y usar su cuerpo en el día a día.

Es fácil de usar, requiere menos de 30 minutos al día de escucha y se puede implementar fácilmente en su rutina diaria. Todo lo que tiene que hacer es encender los auriculares, encontrar el día que corresponde y apretar el botón Play. Puede hacer los más de 50 ejercicios recomendados con las distintas pistas musicales, hacer sus propios ejercicios, entrenar las habilidades en las que ya ha estado trabajando o simplemente disfrutar escuchando el programa. Una vez que comience a escuchar la música con sus diversos ritmos y compases, ¡querrá mover el cuerpo!

RECURSOS ADICIONALES:

- TESTIMONIOS DE PROFESIONALES Y FAMILIAS
- ACCESO LIMITADO Y GRATUITO A LOS EJERCICIOS DE SOUNDSORY