



Lista de Cotejo de Síntomas Sensoriales

La siguiente lista de cotejo no es un instrumento para dar un diagnóstico. Más bien, es un indicador de reactividad sensorial alta [hipersensibilidad] o baja [hiposensibilidad]. El propósito de esta herramienta es ayudar a desarrollar un programa de intervención apropiado o una dieta sensorial para una persona con dificultades en la modulación sensorial.

Recuerde que es normal que las personas sean sensibles a ciertos estímulos sensoriales. La modulación sensorial se convierte en un trastorno sólo cuando afecta de manera negativa la vida de una persona, (es decir, la capacidad para prestar atención, aprender, socializar, relajarse).

El asterisco (*) indica una conducta para buscar un estímulo sensorial, lo cual es un indicación de una respuesta reducida, pero estas personas buscan un estímulo sensorial intenso a fin de compensar la reactividad baja de su sistema nervioso. En general, las personas con reactividad baja tienden a ser más pasivos y sedentarios que los que buscan un estímulo sensorial intenso, pero aun así comparten muchos síntomas.

Sírvase poner una marca al lado del síntoma correspondiente. Marque solamente los que correspondan a la etapa o edad de su hijo. Los síntomas sensoriales en español aparecen en cursiva.

*El asterisco indica una conducta para buscar un estímulo sensorial.

TACTILE (TOUCH) TÁCTIL (TACTO)

Symptoms of Over-Responsiveness *Síntomas de reactividad alta*

- avoids affectionate touch
evita las caricias
- cries during diaper change, bath
llora mientras le cambian el pañal o lo bañan
- avoids messy play including finger-painting and Play-Doh
evita los juegos en los que se pueda ensuciar, tales como pintar con los dedos y la plastilina
- difficulty transitioning to solid foods
dificultad para hacer la transición a comida sólida
- limited food preferences, sensitive to food textures
preferencias alimentarias limitadas, sensible a la textura de los alimentos
- excessively ticklish
excesivamente cosquilloso
- startles easily when touched unexpectedly
se sobresalta fácilmente cuando lo tocan inesperadamente
- bothered by seams in clothing, tags, waistbands, etc.
no tolera las costuras de la ropa, las etiquetas, pretinas, etc.
- dislikes nail-trimming, hair-cutting hair-brushing, tooth-brushing
no le gusta que le corten las uñas o el cabello, ni que le cepillen los dientes o el cabello
- overreacts to minor injuries or mosquito bites
reacciona de manera exagerada a lesiones leves o a picaduras de mosquitos

Symptoms of Under-Responsiveness *Síntomas de reactividad baja*

- always touching others*
*siempre toca a otras personas**
- as a young child, may prefer to be without clothes and barefoot
desde temprana edad, quizás prefiere andar sin ropa y descalzo
- doesn't seem to notice messy hands or face
no se percata de que sus manos o cara están sucias
- touches everything, brings objects and toys to mouth frequently*
*toca todo y con frecuencia se lleva objetos y juguetes a la boca**
- stuffs too much food in mouth
se mete demasiada comida a la boca
- craves intense flavors – salty, sweet, sour, spicy, etc.*
*le dan antojos de sabores intensos – salado, dulce, agrio/ácido, picante, etc.**
- seems unaware of light touch
parece no percatarse de las caricias suaves
- drools, doesn't wipe runny nose
babea o no se limpia la nariz moqueada
- unintentionally rough on pets or other kids
involuntariamente brusco con mascotas u otros niños
- difficulty with fine motor tasks
dificultad con las destrezas de motricidad fina
- doesn't seem to notice cuts and scrapes, doesn't mind shots
parece no sentir cortaduras ni raspaduras, no le molestan las inyecciones

PROPRIOCEPTIVE (PRESSURE ON MUSCLES AND JOINTS)
PROPIOCEPTIVO (PRESIÓN SOBRE MÚSCULOS Y ARTICULACIONES)

Debido a que los estímulos propioceptivos siempre son de beneficio para el sistema nervioso, no observamos reactividad alta en esta categoría.

Symptoms of Under-Responsiveness
Síntomas de reactividad baja

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> only sleeps when held or in swing or bouncy seat
<i>solo duerme cuando lo cargan o cuando está en un columpio o sillita que rebota</i> | <input type="checkbox"/> chooses thick or heavy blankets
<i>prefiere las mantas gruesas o pesadas</i> |
| <input type="checkbox"/> very attached to pacifier (beyond 1 year)
<i>muy apegado al chupón (más allá del primer año)</i> | <input type="checkbox"/> self-abusive behaviors—pinching, biting, head-banging*
<i>comportamientos autoabusivos—se pellizca, se muerde, se golpea la cabeza*</i> |
| <input type="checkbox"/> loves jumping, climbing, wrestling, and crashing activities*
<i>le encantan las actividades en las que hay que saltar, trepar, hacer lucha libre y estrellarse*</i> | <input type="checkbox"/> prefers tight-fitting clothes or may wear a snug jacket constantly*
<i>prefiere la ropa ajustada o quizás se pone una chaqueta ajustada constantemente*</i> |
| <input type="checkbox"/> walks on toes or walks heavily*
<i>camina de puntillas o con pasos pesados*</i> | <input type="checkbox"/> accidentally breaks objects frequently
<i>daña accidentalmente objetos con frecuencia</i> |
| <input type="checkbox"/> difficulty with fine motor tasks
<i>dificultad con las destrezas de motricidad fina</i> | <input type="checkbox"/> presses too hard or too light when coloring or writing
<i>utiliza demasiada presión o muy poca presión al colorear o escribir</i> |
| <input type="checkbox"/> prefers crunchy and chewy foods*
<i>prefiere los alimentos crujientes y gomosos/fibrosos*</i> | <input type="checkbox"/> uses inappropriate force on objects (e.g., may squeeze juice boxes too tightly)
<i>utiliza fuerza inapropiada sobre los objetos (es decir, aprieta con demasiada fuerza una caja de jugo)</i> |
| <input type="checkbox"/> sucks thumb or fingers, chews on clothes and toys
<i>se chupa el pulgar o los dedos, o muerde la ropa y los juguetes</i> | <input type="checkbox"/> uses too much force for things like opening and closing doors
<i>utiliza demasiada fuerza en acciones como abrir y cerrar las puertas</i> |
| <input type="checkbox"/> grinds teeth*
<i>rechina los dientes*</i> | <input type="checkbox"/> plays roughly with animals and other kids
<i>juega bruscamente con los animales y otros niños</i> |
| <input type="checkbox"/> loves tight hugs and “squishing” activities or positions*
<i>le gustan los abrazos fuertes y las actividades o posturas en las que siente que lo aprietan*</i> | |

VESTIBULAR (MOVEMENT)
VESTIBULAR (MOVIMIENTO)

Symptoms of Over-Responsiveness
Síntomas de reactividad alta

- as a baby, dislikes being held away from adult's body or tossed in air, may be "clingy"
de bebé, no le gusta que lo alcen lejos del cuerpo de un adulto o que lo lancen en el aire, quizás esté muy "apegado"
- avoids swings, slides, anything that requires feet to be off the ground
evita los columpios, rodaderos/deslizadores y cualquier cosa que requiera que los pies no toquen el piso
- fearful of escalators, elevators, and heights
le tiene miedo a las escaleras eléctricas, los ascensores y las alturas
- gets motion sick easily
se mareá con facilidad por el movimiento
- dislikes leaning back for hair- washing or floating on back in pool
no le gusta inclinarse hacia atrás para lavarse el cabello o flotar boca arriba en una piscina

Symptoms of Under-Responsiveness
Síntomas de reactividad baja

- as a baby, needs to be rocked a lot, is happiest in stroller, swing, bouncer*
*de bebé, necesita que lo mezan mucho, se siente más feliz cuando está en un coche/carreola, columpio o sillita para rebotar**
- dislikes sedentary tasks*
*no le gustan las tareas sedentarias**
- is in constant motion, loves spinning, swinging, being upside down*
*está en constante movimiento, le encanta girar, mecerse y estar en posición invertida con la cabeza hacia abajo**
- has low muscle tone (muscles and joints seem too soft and floppy)
tiene bajo tono muscular (los músculos y las articulaciones parecen ser demasiado suaves y flexibles)
- "W" sitting on floor, slumps, leans in chair
se sienta con las piernas en forma de "W", encorva la espalda y se desliza en la silla
- loves spinning, loves amusement park rides, is a "thrill-seeker"*
*le encanta dar vueltas, montar en los juegos mecánicos en los parques de diversiones, "busca las experiencias emocionantes"**
- rocks self or moves head back and forth while sitting*
se mece o mueve la cabeza hacia adelante y hacia atrás cuando está sentado

**INTEROCEPTION (INTERNAL SENSATIONS)
INTEROCEPCIÓN (SENSACIONES INTERNAS)**

**Symptoms of Over-Responsiveness
*Síntomas de reactividad alta***

- seems to have a low pain tolerance
parece tener baja tolerancia al dolor
- distressed by abrupt temperature changes (getting out of tub, stepping outside on hot day, etc.)
los cambios súbitos de temperatura le afectan mucho (al salir de la tina o salir afuera cuando hace calor, etc.)
- frequently complains of aches and pains
a menudo se queja de achaques y dolores

**Symptoms of Under-Responsiveness
*Síntomas de reactividad baja***

- difficult to toilet train
difícil enseñarle a ir baño
- apparent lack of hunger or thirst
es obvio que no tiene ni hambre ni sed
- high pain tolerance or shows inappropriate response to pain
alta tolerancia al dolor, o responde al dolor de una manera inadecuada
- difficulty falling asleep/staying asleep
dificultad para dormirse o permanecer dormido
- appears unaware of illness symptoms (sore throat, earache, etc.)
parece no darse cuenta de los síntomas de enfermedad (dolor de garganta o de oído, etc.)

**AFFECT
AFECTO**

**Symptoms of Over-Responsiveness
*Síntomas de reactividad alta***

- generally fussy, irritable
por lo general llora y está irritable
- very particular, seems to have a certain way things have to be done
muy meticuloso, parece tener cierta manera de hacer las cosas
- difficulty with self-soothing
dificultad para calmarse solo

**Symptoms of Under-Responsiveness
*Síntomas de reactividad baja***

- generally happy, laid back
por lo general está contento, tranquilo
- often seems to be “tuned out”
suele estar “como en su propio mundo”
- constantly “on the go” at an early age, hard to manage physically
constantemente activo desde pequeño, difícil de controlar físicamente



AUDITORY (SOUND)
AUDITIVO (SONIDO)

Symptoms of Over-Responsiveness
Síntomas de alta reactividad

- as a baby, startles easily, cries with vacuum, hair dryers, toilet flushing
de bebé, se sobresalta con facilidad, llora al escuchar la aspiradora, el secador de pelo o cuando bajan el agua del sanitario
- dislikes noisy places
no le agradan los lugares ruidosos
- easily distracted and bothered by background noises
se distrae fácilmente y le molestan los ruidos ambientales
- cries, covers ears with loud or unexpected sounds
llora, se tapa los oídos con los sonidos fuertes o inesperados
- asks others to be quiet
le pide a otros que se callen

Symptoms of Under-Responsiveness
Síntomas de reactividad baja

- does not consistently respond to name (rule out hearing loss)
no responde todas las veces a su nombre (hay que descartar la pérdida de audición)
- prefers TV and music to be loud*
*prefiere subir el volumen del televisor y de la música**
- often doesn't notice background noises
a menudo no se percata de los ruidos ambientales
- makes own sounds frequently, enjoys silly sounds of others*
*hace sus propios sonidos frecuentemente y disfruta de los sonidos jocosos que hacen los demás**
- says "What?" frequently even though hearing is intact
pregunta, "¿Qué?" con frecuencia, a pesar de que su audición esté intacta
- appears oblivious to some sounds, has difficulty locating sound
parece no darse cuenta de ciertos sonidos y tiene dificultad para localizar los sonidos
- uses self-talk to get through a task
habla consigo mismo para poder completar una tarea

VISUAL
VISUAL

Symptoms of Over-Responsiveness
Síntomas de alta reactividad

- bothered by bright lights, sun
le molestan las luces brillantes y el sol
- dislikes visually busy places (stores, playgrounds, cluttered rooms)
no le gustan los lugares donde hay demasiado estímulo visual (tiendas, parques, habitaciones desordenadas)
- avoids eye contact
evita el contacto visual
- prefers dim lighting, shade
prefiere la iluminación tenue y la sombra
- rubs eyes a lot
se frota mucho los ojos

Symptoms of Under-Responsiveness
Síntomas de reactividad baja

- loves shiny, spinning or moving objects*
*le encantan los objetos brillantes, que giran o se mueven**
- difficulty with eye-hand coordination tasks (catching a ball, stringing beads)
dificultad con tareas de coordinación ojo-mano (atrapar una pelota, ensartar cuentas/bolas)
- loves action-packed, colorful TV shows and electronic games*
*le fascinan los programas de televisión y los juegos electrónicos llenos de color y de mucha acción**
- difficulty with visual tracking
dificultad con el rastreo visual

GUSTATORY AND OLFACTORY (TASTE AND SMELL)
GUSTATIVO Y OLFATORIO (SABOR Y OLOR)

Symptoms of Over-Responsiveness
Síntomas de alta reactividad

- talks about smell a lot, notices odors others don't
habla mucho sobre los olores, percibe olores que otros no perciben
- plugs nose, avoids places with strong smells (some restaurants)
se tapa la nariz y evita los lugares donde hay olores fuertes (algunos restaurantes)
- dislikes new foods, may have very limited food preferences
se resiste a probar alimentos nuevos, tiene preferencias de comida muy limitadas

Symptoms of Under-Responsiveness
Síntomas de baja reactividad

- smells and licks inedible objects such as toys and Play-Doh*
*huele y lame objetos que no son para comer, tales como juguetes y plastilina**
- likes strong odors such as perfume, cleaning products, and gasoline*
*le gustan los olores fuertes como perfumes, productos de limpieza y gasolina**
- prefers strongly flavored foods—spicy, salty, bitter, sour, sweet*
*prefiere los sabores intensos--picante, salado, amargo, ácido, dulce**