

RECOMENDACIONES PARA PADRES, MADRES Y CUIDADORES DE NIÑOS Y NIÑAS CON AUTISMO – RESPUESTA COVID-19

La cancelación de clases a lo largo del mundo como respuesta a la pandemia de COVID-19 es una medida necesaria para garantizar la salud de la población, sin embargo, ha representado un cambio drástico de rutina en niños y niñas con autismo o trastornos generalizados del desarrollo.



Cambios de rutina de largo plazo como éste conllevan retrocesos en habilidades ya ganadas, incremento de ansiedad y problemas conductuales. En adición a las dificultades que atraviesan los padres y madres en casa enfrentando responsabilidades laborales en casa y/o una situación económica afectada.

Para ayudar a las familias a enfrentar estos retos, expertos sugieren explicarles a los niños la situación de pandemia y qué es el COVID en términos concretos de acuerdo s su nivel de habilidad, para acceder a un recurso que explique la pandemia en lectura simple hacer [clic aquí](#). Otro recurso valioso para explicar a los niños y niñas la situación actual, es a través de los cuentos, hacer [clic aquí](#) para acceder a uno. Luego de que haya un entendimiento de la situación es fundamental desarrollar una [versión adaptada de la rutina del niño o niña](#).

Esta rutina debe ser facil de implementar y todos y todas en la familia se deben sentir a gusto. Esta rutina debe plantearsele al niño o niña de manera visual:

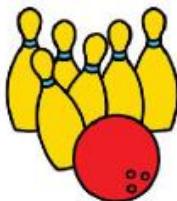
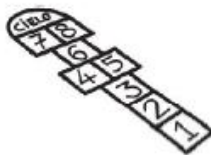
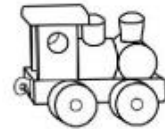
EJEMPLO DE RUTINA DIARIA

LUNES (MAÑANA)		LUNES (TARDE)	
DESAYUNAR		TABLET / ORDENADOR	
VESTIRSE		EJERCICIOS DE ESTIRAMIENTO	
DEBERES		MANUALIDADES	
EJERCICIO FÍSICO		MERENDAR	
JUGAR		TELE	
LAVAR MANOS		DUCHA	
COMER		CENAR	

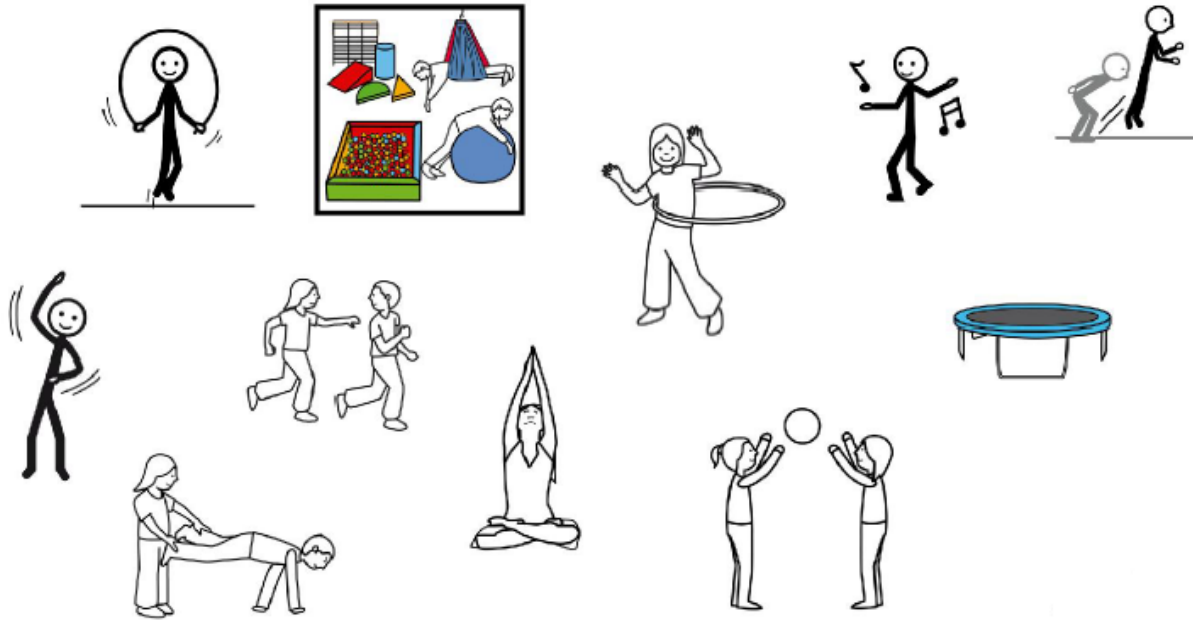
Es importante que tener un [registro de todas las actividades que podrían hacer en casa](#) y si es posible darle a elegir al niño qué actividad prefiere, por ejemplo, cuando toca “jugar”. Si el niño no puede elegir lo utilizar guía debajo para ir variando de actividades según pasen los días (se puede ir tachando lo que ya han hecho).



PANEL DE ELECCIÓN JUGAR



PANEL DE ELECCIÓN EJERCICIO



ARMA TU PROPIA RUTINA DIARIA

*Recuerda usar imágenes

LUNES	