

# Las salas multisensoriales SHX para personas con TEA

---

Este documento está escrito en colaboración entre el equipo de BJ Adaptaciones y Silvia Sáez, psicóloga de la entidad TEAyudo.



Las salas multisensoriales son un excelente recurso para las personas con trastorno del espectro del autismo. Todavía más si integran el Sistema SHX.

Muchas de las personas con TEA, tienen dificultades en el procesamiento de los diferentes estímulos sensoriales. Presentan hiposensibilidad o hipersensibilidad a algunos estímulos y **pueden tener muchas dificultades para ordenar, jerarquizar e integrar la información**



**sensorial que reciben.** En algunos casos, la información del exterior puede llegar excesivamente “acumulada” o distorsionada y resultar amenazante, irritante, inalcanzable o sencillamente agotadora.

## Ambiente controlado

Una de las ventajas de las salas multisensoriales es que permiten **controlar el ambiente de la misma y regular sus estímulos.** Por ejemplo, es posible iniciar con un nivel de estimulación bajo (oscuridad, silencio, calma...) y ir progresivamente activando aquellos **estímulos que son tolerables y confortables para el usuario,** detectando a la vez, sus sensaciones adversas.

De esta forma, se crea un **ambiente aceptable y seguro** que la persona puede tolerar. Una vez el ambiente y los estímulos externos a procesar están controlados es más fácil poder generar **nuevos aprendizajes** puesto que la atención está plenamente centrada en la tarea o actividad propuesta.



En el caso de las salas SHX, esos estímulos son además fácilmente controlables y pueden activarse únicamente aquellos que el usuario desea (iluminación de la sala de un color

concreto, vibración, aroma agradable, música suave, balanceo con un elemento vestibular, proyección de la naturaleza...) En este caso, los elementos de la sala multisensorial no serán la actividad principal, sino los **facilitadores para la creación de una actitud positiva**.

## Facilitar la regulación

En un sentido similar, otro uso de las salas multisensoriales SHX es **reducir** de manera progresiva y sin ser invasores **la necesidad de sobre-estimulación** sensorial que pueden presentar algunas personas con TEA. Es decir, la necesidad de estímulos fuertes o de movimiento para compensarse. Sensaciones



que si se buscan fuera de un ambiente controlado, como es la sala multisensorial, pueden resultar disruptivos para el día a día o generar situaciones de riesgo (balanceos en momentos inapropiados, correr en sitios con peligro...)

Conociendo los gustos y las preferencias sensoriales de la persona es posible exponerlos a actividades muy intensas que le resulten atractivas y compensatorias:

- Ejemplo 1: utilizando un columpio y proporcionando estimulación vestibular intensa.
- Ejemplo 2: convertir la sala multisensorial en una lancha ultra-rápida sintiéndose envuelto por las imágenes subjetivas como si estuviéramos realmente subidos a la misma, notando el aire en la cara y percibiendo la vibración del motor por todo el cuerpo.

Una vez que hemos conseguido controlar esa necesidad, podremos acompañarle a **estados de mayor calma bajando poco a poco la intensidad de los estímulos** (la lancha llega a puerto, baja la intensidad del motor, se van apagando las luces...) volviendo a un estado de tranquilidad que permita continuar realizando las actividades diarias sin la necesidad de buscar esas sensaciones.

Las salas SHX nos permiten la **personalización del ambiente** y realizar este “aterriaje” tan progresivo o variado como sea necesario. De forma adicional, permite dar a la persona con

TEA o a su entorno un progresivo control sobre esa necesidad, para poder ubicar estas necesidades sensoriales en un espacio y tiempo adecuados.

## Gran motivador

Otro de los aspectos más interesantes de las salas multisensoriales para personas con TEA es su valor como **reforzador positivo**. Nuestra experiencia trabajando con personas con espectro del autismo de diferentes edades y condiciones, es que **para cada uno de ellos encontramos algo significativo y relevante** dentro de la sala; mucho más que fuera de ella.



Para algunos son elementos potentes y simples como el tubo de burbujas o ver animales y sentir la vibración de sus gruñidos; para otros las sensaciones en la piscina de bolas luminosa o una escena de fuegos artificiales vivida de forma inmersiva. **Siempre hay algo que les encanta.**

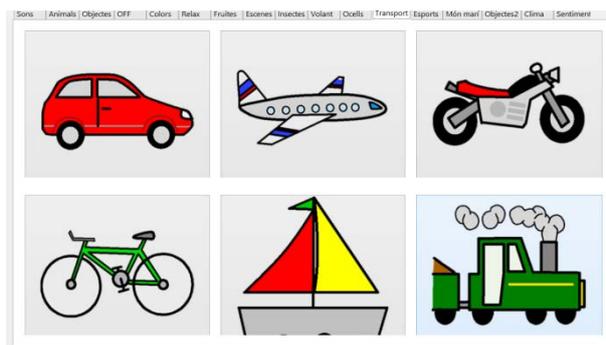
Una vez identificados estos motivadores, la sala multisensorial puede ser utilizada como refuerzo positivo para aquello que nos propongamos (trabajar la petición, construcción de una frase, realización de un ejercicio...) ¡Es difícil imaginar lo que puede alcanzar una persona cuando está **suficientemente motivada!**

## Comunicación y lenguaje

Las salas multisensoriales SHX son también una excelente herramienta para el trabajo en las áreas de la comunicación y el lenguaje, tanto por los beneficios ya comentados como por los **recursos específicos** que ofrece.

Por una parte, permite **el trabajo con voz** al ofrecer la capacidad de convertirla en colores o vibración, favoreciendo así por ejemplo el control del volumen al hablar (hablar más flojo para evitar la luz o hablar más fuerte para que se active) o incrementando la motivación para generar vocalizaciones en personas pre-verbales.

Por otra parte, es una herramienta excelente para trabajar con el simbolismo y la generalización necesarias para el **desarrollo del lenguaje**: es posible trabajar la relación elemento real-video-fotografía-pictograma-palabra, en mil combinaciones posibles: utilizar un mando con un pictograma y que aparezca proyectado el objeto asociado, apretar un botón con una fotografía en la tableta y oír y ver la palabra, elegir la palabra rojo y que todo se convierta de este color...



También es una excelente herramienta para trabajar el **lenguaje expresivo y la comunicación** con el usuario, ofreciendo un entorno coherente para convertir las peticiones del usuario en acciones motivadoras. Es decir, podemos fomentar el **intercambio de demandas** por parte del usuario hacia la persona que tiene el control de la sala sensorial, para que este pida o demande aquello que desea que la sala le ofrezca. Pudiendo trabajar así, desde peticiones básicas de objetos hasta conceptos como el color o las acciones. Además, el simple hecho de ofrecer a la persona actividades relevantes y diferentes, potencia la explicación de **relatos posteriores** sobre las cosas que han ocurrido fomentando así el intercambio de información de tipo social, como pueden ser intereses o experiencias, que van **más allá de las peticiones** de un propio deseo o necesidad.

## Integración y procesamiento sensorial



Como se ha comentado, uno de los retos más importantes que tienen que abordar las personas con TEA es poder **procesar e integrar los diferentes estímulos**. En una sala multisensorial SHX podemos aislar **los diferentes estímulos e irlos sumando progresivamente de una forma coherente**.

Pongamos el ejemplo de una persona subida a un barco: en una sala multisensorial podríamos ofrecer el movimiento del barco con un vestibulador, proyectar una imagen envolvente de un barco en el mar, oír el sonido, sentir el viento, notar la vibración del barco en el cuerpo, utilizar una iluminación azul para simular el cielo, activar las pompas del tubo de burbujas (también azul) para simular el ruido marino... Todos estos estímulos son seleccionables y regulables en su intensidad. Podrán ser añadidos uno a uno, en el orden deseado y **asegurándonos que la**

**persona los puede asimilar.** Este progreso puede durar minutos o semanas y adaptarse a las características de cada persona.

Trabajando de esta forma aislada, podemos ayudar a la persona a **comprender mejor la información de su entorno y a relacionarse con él.**

## Trabajo con fobias

Esta capacidad de las salas SHX de fragmentar **y controlar los estímulos también puede ser utilizada para trabajar las fobias** a determinadas situaciones. El elemento que genera rechazo o miedo puede ser recreado de una **forma virtual y regulada** dentro de la sala para ir haciendo un **proceso adaptativo** de desensibilización sistemática.

Tomemos un ejemplo de una persona que tiene fobia a los perros. En la sala podría ver la imagen de un perro primero lejana, luego más cercana, posteriormente añadir el sonido suave e irlo incrementando, añadir la vibración del sonido, poder tocar un elemento con textura similar, posteriormente introducir videos y, finalmente, integrar un perro real en una actividad gratificante para el usuario.

## Cuentos sensoriales

Tanto para fomentar el **desarrollo del lenguaje** como para mejorar la **integración de los estímulos** y también como **reforzador positivo**, un aspecto muy interesante de las salas SHX es la capacidad de recrear cuentos sensoriales. En este tipo de cuentos, el usuario puede tomar el control del mismo e ir avanzando por él, mientras combinamos la proyección de las ilustraciones, texto y pictogramas del cuento con cambios sobre la sala (iluminación, sonidos, activación de efectos especiales, juego con elementos como las fibras ópticas...)



## Elementos específicos

En las salas multisensoriales podemos encontrar elementos concretos que nos permitirán trabajar objetivos específicos muy interesantes, por ejemplo: **luz ultravioleta** que facilitará la concentración en los elementos reflectantes aislando al resto, elementos con diferentes **texturas** para trabajar con el estímulo táctil, elementos que



facilitan la propiocepción como la **piscina de bolas** o **material de peso**... permitiendo así adaptarnos en cada momento a los intereses de la persona que hace uso de ella como a las necesidades que el nuevo aprendizaje requiera desarrollar.

## Ocio y bienestar

Además de la versatilidad de las salas SHX para adaptarse a cualquier persona y objetivo que nos propongamos de tipo terapéutico, académico, conductual... queremos dedicar estas últimas líneas del artículo a reivindicar que además de este uso basado en objetivos, las salas multisensoriales puedan ser utilizadas **sencillamente para disfrutar**. El ocio y el bienestar son objetivos en sí mismos y para muchas personas no son fácilmente alcanzables en contextos cotidianos; en cambio sí que pueden llegar a conquistarlos en la sala multisensorial. Permitiéndoles ocupar su tiempo libre con actividades adecuadas y que fomentan sensaciones agradables y evitan a su vez las conductas disruptivas por falta de habilidades en áreas como el juego o la autonomía en la gestión del tiempo. **Sólo por eso, merece la pena su uso.**



## AUTORES



**Equipo de BJ Adaptaciones:**

[www.bjadaptaciones.com](http://www.bjadaptaciones.com)

En colaboración con



**Sílvia Sáez Santander**

Psicóloga colegiada núm. 17517

Màster en Psicopatologia infanto-juvenil

Postgrau en Atenció Precoç

Especialista en intervenció amb infants i joves amb TEA

Co-fundadora de TEAyudo