

Consejo Mensual Centro Autismo Teletón

Febrero 2017

Uno de los casos de éxito del CAT, el proceso de inclusión de Alan.

Da clic en la imagen y conoce su historia.



Teletón[®]
Fundación

Centro Autismo
Teletón

Este mes:

**Uso de cubiertos para
fomentar la autonomía en
niños con TEA**

Página 2

Uso de cubiertos

Te compartimos una serie de estrategias y recomendaciones para que tu hijo comience a utilizar los cubiertos a la hora de comer.

El uso de cubiertos es un hábito importante para la higiene e independencia de los niños con autismo.

Comer con cubiertos dará a los niños con autismo mayores oportunidades para participar en diversas convivencias sociales, favoreciendo su inclusión.



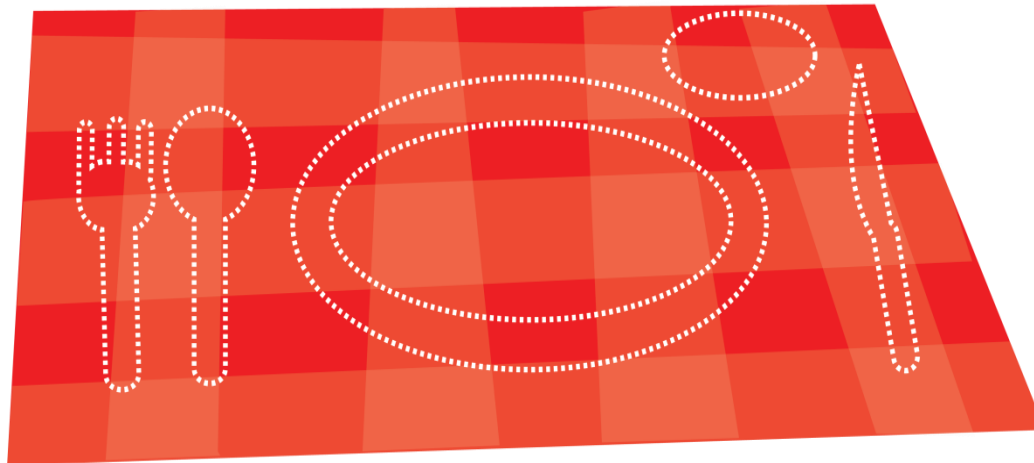
Algunas recomendaciones generales para tomar en cuenta:

- Elige un alimento que le guste a tu hijo para que sea motivante el proceso.
- Es recomendable que la mesa sea adecuada a la edad, peso y talla de tu hijo, también usar un mandil para proteger su ropa debido a que puede derramar algunas porciones de alimento.



- Para que tu hijo se familiarice con los cubiertos, pídele que te ayude a acomodar la mesa. Para esto puedes valerte de un apoyo visual que le ayude a organizar todos los elementos que forman parte del momento de comer.

Puedes emplear un mantel adaptado de esta forma:



- Asegúrate de elegir el cubierto adecuado a tu hijo, considerando tamaño y peso adecuado a su edad.



- Se recomienda empezar actividades usando el tenedor, dale a tu hijo alimentos que sean suaves ya que son más fáciles de trincar.

Para que tu hijo coma de forma independiente, te recomendamos que sigas los siguientes pasos:

1. Intenta que él o ella te mire usando los cubiertos, buscando que el imite la acción.



2. Si logra imitarte, ponte frente a él llevándote el cubierto a la boca y dale la indicación verbal para que lo haga él.

3. Es importante que tus movimientos sean lentos y claros mientras tomas la cuchara, la llenas con una porción de comida y la llevas a tu boca. Eso facilitará que tu hijo imite los movimientos.
4. Recuerda siempre felicitar sus logros. Puedes decirle “muy bien” o aplaudirle una vez que lo realice.



Si tu hijo aun no puede imitarte para lograr la actividad, podrían servirte los siguientes pasos:

1. Primero elige el cubierto indicado para él o ella.
2. Colócate detrás de él o ella para poder darle apoyo físico en el movimiento.
3. Coloca tu mano sobre la de tu hijo para darle mayor claridad y seguridad.

4. Pon entre sus dedos el cubierto dándole apoyo con tu mano para que lo tome de forma correcta y firme.



5. Si tu hijo intenta tomar la comida con las manos, tómale suave pero firmemente la mano y dirígela hacia el tenedor para que recuerde que es el instrumento que debe emplear.

6. Presiona suavemente su mano para que él sostenga el cubierto de forma firme y no se le caiga.

7. Repite estos pasos hasta que termine toda la porción de comida.



8. Al terminar cada porción, felicítalo con aplausos o dile “lo hiciste muy bien” para motivarlo a seguir.

9. En cada bocado, dale menor apoyo para que lo intente por sí mismo.

¡Poco a poco notarás que tu hijo tiene mayor intención de realizar los movimientos de manera independiente, y con práctica y consistencia, eventualmente llegará a hacerlo solo!

*Agradecemos a la **Clínica A Turno Matutino** del
Centro Autismo Teletón por la información proporcionada
para realizar este contenido.*

¿Te fue útil?

Compártelo con tus amigos y conocidos.

Comunícate con nosotros:

Teléfono: 56992122

Correo: autismo@teleton.org.mx

Conoce más sobre nosotros en [Facebook](#)