

DEFENSA TÁCTIL

La defensa táctil es un concepto que se utiliza dentro de la terminología de la Teoría de la Integración Sensorial. Hace referencia a un patrón de respuestas conductuales y emocionales observables, negativas o desproporcionadas a ciertos tipos de estímulos táctiles que la mayoría de la gente encontraría no dolorosos o incómodos. Se trata de un tipo de disfunción de integración sensorial; la causa parece ser de base neurológica, aunque la literatura deja claro que es necesaria una investigación más amplia que avale las hipótesis existentes.

Los niños que presentan defensa táctil se hallan de manera constante en "alerta", asegurándose que no son tocados de manera inesperada. Sus reacciones pueden ir desde la huida hasta el enfrentamiento. Puede afectar a sus niveles de aprendizaje, su capacidad para mantener la atención, problemas conductuales... En muchas ocasiones puede comprobarse que no se presenta de manera aislada, sino que coexiste además una reacción exagerada a otro tipo de información sensorial; entonces se le denomina "defensa sensorial".

Es importante hacer un buen diagnóstico y determinar exactamente qué áreas de dificultad presenta el niño. La intervención clínica y las orientaciones que se faciliten a los padres serán más precisas si se realiza un evaluación exhaustiva.

En general, **¿qué podemos esperar de un niño con defensa táctil?**

- Respuestas de evitación a la estimulación táctil (evitar ciertas ropas, no tolerar determinadas texturas, dificultad para mantenerse en grupo o en contacto con otros niños, tendencia al juego solitario, dificultad para participar en clase con pintura de dedos, arcilla...)
- Respuestas aversivas al tacto no nocivo (no les gusta que se les abrace, evitan ciertas actividades diarias, como ducharse, cortar las uñas, lavar la cara, limpiarse los dientes...)
- Respuestas emocionales a la estimulación táctil (se ponen ansiosos o angustiados en la fila, en el comedor, no les gusta ir a fiestas de cumpleaños, respuestas agresivas ante tacto ligero, tendencia a preferir tocar a ser tocado, necesidad de controlar la situación, preferencia por las rutinas establecidas)

¿Qué podemos hacer?

Estas son algunas de las estrategias que podemos utilizar para ir normalizando la manera en la que su sistema nervioso integra la información táctil:

- utilizar presión firme al tocar al niño
- usar el abrazo de oso para ayudarlo a calmarlo
- no sorprenderle nunca, sino asegurarse de que sabe que se le va a tocar
- dejarle ir el último en la fila
- animarle a que se cepille el cuerpo él mismo con una esponja natural durante el baño
- hasta que el problema se alivie, intentar evitar situaciones irritantes, como llevar al niño a lugares abarrotados

- actividades de “trabajo duro” como colaborar en tareas domésticas (llevar las bolsas de la compra, sacar la ropa de la lavadora), llevar una mochila pesada, trepar y saltar... puede ayudarle a calmarse y organizarse
- incorpora gradualmente variedad de experiencias táctiles en el juego, baño, comida...
- deja que sea el niño el que inicie el juego

Hay actividades táctiles más específicas que la terapeuta ocupacional de tu niño te puede sugerir y que son apropiadas. Coméntale nuevas ideas y asegúrate de discutir las reacciones que tiene el niño ante varias experiencias. Siempre vigila los signos y evita la sobre-estimulación y la excitabilidad.

Existe amplia bibliografía sobre este tema. La información aquí recogida proviene del artículo (en inglés) http://www.dyspraxiafoundation.org.uk/downloads/Tactile_Defensiveness.pdf