

Traducción jurada del idioma polaco

[N. del T.: Todas las notas del traductor aparecen entre corchetes y están resaltadas en cursiva.] -/-

-/- Varsovia, a 20 de enero de 2019

-/-

Opinión sobre la manta pesada

Empleo las mantas pesadas durante la terapia en mi consulta y recomiendo su utilización en casa prácticamente desde el comienzo de mi trabajo como terapeuta de integración sensorial, es decir, desde hace 7 años. Las recomiendo principalmente en el caso de niños con hiporreactividad vestibular - propioceptiva y que buscan sensaciones intensas de movimiento y presión. Estos niños tienen también a menudo problemas para relajarse y conciliar el sueño, duermen intranquilos, se despiertan por la noche. Recomiendo las mantas pesadas ante todo porque al actuar sobre los receptores de la sensibilidad profunda provocan un estado de relajación y tranquilidad y regulan el funcionamiento del sistema nervioso del niño. -/-

Durante mi trabajo en la consulta empleo la manta normalmente al final de la sesión terapéutica en combinación con un movimiento lineal libre. Esto hace que el niño se tranquilice, se relaje y se calme. -/-

Recomiendo a los padres que empleen la manta en el niño durante el sueño profundo, durante un máximo de una hora, y que en caso de problemas para conciliar el sueño tapen con ella al niño también antes de dormir. También les sugiero que tapen al niño durante varios minutos a lo largo del día en caso de una gran excitación motora o emocional. La mayoría de los padres que emplean mantas pesadas observan una mejora en el funcionamiento del niño en unas semanas, algunos casi inmediatamente. Los niños tapados con la manta durante el sueño profundo duermen mejor, no se despiertan, están más tranquilos, se relajan con más facilidad. Los padres observan una mejora principalmente en el ámbito de la autorregulación, la organización del comportamiento, la concentración de la atención. Informan de una disminución de la frecuencia de los comportamientos impulsivos e histéricos. -/-

Personalmente he empleado la manta pesada en mi hija, que tiene trastornos de la sensibilidad profunda y busca con gran intensidad este tipo de estímulos. Además, tenía desde su nacimiento enormes problemas con la autorregulación y a la hora de conciliar el sueño. Empleé la manta con ella desde los 2 años de edad, tanto para conciliar el sueño, gracias a lo cual se tranquilizaba más fácilmente, se relajaba y se quedaba dormida más rápidamente que sin la manta, como también durante el sueño profundo. A veces mi hija me pedía que la tapase también durante el día. Cuando era más mayor ella misma se tapaba con la manta cuando sentía tal necesidad. Los resultados fueron visibles bastante rápido, se redujo la hipermotricidad, mi hija se volvió más tranquila, más organizada. También observé en ella una menor necesidad de estimulación propioceptiva a lo largo del día. -/-

-/- Opinión elaborada por: mgr Anna Chacińska

-/- Nº de certificado Asociación Polaca de Terapeutas de Integración Sensorial: 1858

[sello de tinta con firma ilegible:] "Anna Chacińska; pedagoga especial; terapeuta de integración sensorial" -/-

Por la presente certifico que la que antecede es traducción fiel y completa de un documento escaneado redactado en el idioma polaco que adjunto a la presente traducción.

Wojciech Puchała, Traductor e Intérprete Jurado de Español, inscrito en la lista de traductores jurados gestionada por el Ministro de Justicia de la República de Polonia bajo el número TP/33/16.

Número de registro: 76/2019

Katowice, 29 de enero de 2019

Número de páginas según la tarifa: 3

