



El proceso de aprender el proceso de higiene y aseo personal se suele inculcar en la vida diaria del niño a medida que crece. Los padres enseñan a los niños cómo completar tareas como ir al baño, lavarse las manos, cepillarse los dientes, ducharse, peinarse, aplicarse desodorante / antitranspirante y ponerse la ropa y los zapatos en un orden específico. Algunos niños pueden comenzar a realizar estas tareas más rápidamente que otros; a veces puede pasar algún tiempo antes de que los niños se conviertan en una rutina de la higiene y el aseo personal. Algunos consejos para ayudar a los niños a establecer rutinas de higiene incluyen:

Algunos consejos para ayudar a los niños a establecer rutinas de higiene incluyen:

- Comenzar temprano: cuando un niño comienza temprano, puede desarrollar un patrón de comportamiento que sienta las bases para un buen comportamiento de mantenimiento de la higiene durante toda la vida.
- Dividir el proceso en pequeños pasos: el cuidado y la higiene implican un proceso de varios pasos y, a veces, puede hacer que sea más difícil de seguir. Proporcione señales visuales para ayudar a impulsar comportamientos paso a paso.
- Explicar por qué ciertas tareas son necesarias: no todos los niños entenderán por qué tienen que hacer una tarea específica (como lavarse los dientes) de inmediato; Desglosar las razones de las buenas prácticas de higiene ayuda a los niños a comprender y, por lo tanto, a cumplir.

Algunos niños con ciertas sensibilidades a determinadas texturas, sabores, olores y otros aspectos sensoriales pueden necesitar algún apoyo adicional en el aprendizaje de las tareas de higiene personal, especialmente cuando se trata del cuidado de la salud bucal y el desenredado del cabello. Es posible que algunas actividades de higiene deban adaptarse a las necesidades específicas del niño. Por ejemplo, a algunos niños no



les gusta la sensación de los cepillos de dientes frotándose los dientes o la sensación de un peine pasando por su cabello. Estrategias para adaptar tales tareas, incluido el uso de implementos de cuidado personal sensoriales o el desarrollo de una rutina de aseo diferente. Para obtener sugerencias más específicas sobre diferentes habilidades de aseo, explore a continuación. Si bien es posible que los siguientes enlaces no se refieran específicamente a la encefalopatía hipóxico-isquémica, muchas de las sugerencias en estos sitios han sido útiles para esta población.

También es importante tener en cuenta que, si los padres están preocupados por la capacidad y / o el cumplimiento de sus hijos para completar ciertas tareas diarias de higiene personal, deben consultar con un terapeuta ocupacional o conductual. Estos profesionales pueden brindar consejos y sugerencias para ayudar a fomentar una buena higiene que, muchas veces, no están disponibles simplemente en línea. Estos terapeutas tienen en cuenta todo el historial médico y conductual de tu hijo.

Cuando un niño crece y termina la escuela, es posible que se beneficie de un asistente de cuidado personal, un profesional de apoyo directo (DSP) o un asistente de salud en el hogar (HHA), especialmente si vive lejos de sus padres o si sus los padres necesitan ayuda durante las horas de trabajo. Estas personas ayudan a las personas con discapacidades a completar las tareas de la vida diaria y pueden brindar asistencia para mantener un horario y las



actividades de la vida diaria.

Recursos generales de higiene y aseo personal

- [Hoja de ruta para el autismo] Una guía para el aseo y la higiene: entrenamiento para ir al baño, cepillado de dientes, ducha, afeitado y cuidado del cabello
- Ideas para lecciones de higiene personal / aseo personal: baño, cuidado bucal, cuidado de manos y pies, desodorante, afeitado, piel y cabello, temas relacionados con la adolescencia
- Enseñar a los niños mayores con necesidades especiales sobre higiene
- Libros infantiles sobre higiene (de 3 a 6 años)
- Niños en edad preescolar e higiene
- Higiene personal y aseo personal con autismo moderado a severo
- Superar los obstáculos para una buena higiene personal en los TEA
- Consejos generales de higiene
- Universidad de Vanderbilt: una guía para padres sobre la pubertad

Recursos de cuidado bucal

- Consejos y estrategias para ayudar a los niños con poca tolerancia al cepillado de dientes
- Obtener atención dental para niños con necesidades especiales
- Perspectiva de los padres: ¡Cómo hacer que cepillarse los dientes sea divertido!
- Mejora de la tolerancia sensorial para el cepillado de dientes
- Cepillos de dientes adaptados: ¿cómo ayudan?



Recursos para el cuidado del cabello y las uñas

- Enseñar a cepillar el cabello
- Trastorno de cepillado del cabello y procesamiento sensorial
- Recibiendo un corte de pelo
- Cortes de pelo sin rabinetas
- Consejos para cortar las uñas
- Modern Mom: corte de pelo y corte de uñas

Recursos para ir al baño

- ¿Cómo sé si mi hijo está listo para aprender a ir al baño?
- Aseo para niños con discapacidades
- Guía completa para aprender a usar el baño para necesidades especiales
- Entrenamiento para ir al baño para niños con discapacidades; Consejos adicionales para aprender a usar el baño
- Entrenamiento para ir al baño para niños con discapacidades múltiples
- 9 consejos para ir al baño con niños con necesidades especiales
- Perspectiva de los padres: una herramienta poco probable para ayudar a aprender a usar el baño
- Perspectiva de los padres 2: El proceso de entrenamiento para ir al baño
- UMich Medicine: consejos para aprender a usar el baño



Recursos de baño

- CP Daily Living: consejos para el baño
- Serie de habilidades funcionales: baño independiente
- Duchas y problemas sensoriales
- Consejos para hacer que el baño sea más divertido y menos estresante
- Ejemplo de indicaciones visuales: bañarse / ducharse
- Rutinas de baño

Nuestra firma cuenta con numerosos veredictos y acuerdos multimillonarios que dan fe de nuestro éxito, y sin tarifa a menos que ganemos. Envíanos un correo electrónico o llámanos al 866-558-1595 para una evaluación gratuita de tu caso. Sin tarifa a menos que ganemos tu caso. Los abogados galardonados de nuestra firma están disponibles las 24 horas, los 7 días de la semana para hablar contigo.

Revisión gratuita de casos | Disponible 24/7 | Sin tarifa a menos que ganemos

Llama a nuestra línea telefónica gratuita al 866-558-1595

Presiona el botón Live Chat en tu navegador

Completa nuestro formulario de contacto en línea

General Personal Hygiene and Grooming Resources

- [\[Autism Roadmap\] A Guide to Grooming and Hygiene: Toilet Training, Tooth Brushing, Showering, Shaving and Haircare](#)



- [Lesson Ideas for Personal Hygiene/Grooming: Bathing, Oral Care, Hand and Foot Care, Deodorant, Shaving, Skin and Hair, Adolescence-Related Topics](#)
- [Teaching Older Children with Special Needs about Hygiene](#)
- [Children's Books About Hygiene \(Ages 3-6\)](#)
- [Preschoolers and Hygiene](#)
- [Personal Hygiene and Grooming with Moderate to Severe Autism](#)
- [Overcoming Roadblocks to Good Personal Hygiene in ASD](#)
- [General Hygiene Tips](#)
- [Vanderbilt University: A Parent's Guide to Puberty](#)

Oral Care Resources

- [Tips & Strategies to Help Children with Poor Tolerance for Tooth Brushing](#)
- [Getting Dental Care for Children with Special Needs](#)
- [Parent Perspective: Making Toothbrushing Fun!](#)
- [Improving Sensory Tolerance for Tooth Brushing](#)
- [Adapted Toothbrushes - How Do They Help?](#)

Hair and Nail Care Resources

- [Hair Brushing and Sensory Processing Disorder](#)
- [Getting a Haircut](#)
- [Tantrum-Free Haircuts](#)
- [Tips for Clipping Nails](#)
- [Modern Mom: Haircutting and Nail Clipping](#)



Toileting Resources

- [How Do I Know if MY Child is Ready to Learn Toileting?](#)
- [Toileting for Kids with Disabilities](#)
- [Complete Guide to Special Needs Toilet Training](#)
- [Toilet Training for Children with Disabilities; Additional Tips for Toilet Training](#)
- [Toilet Training for Children with Multiple Disabilities](#)
- [9 Tips for Toileting with Kids with Special Needs](#)
- [Parent Perspective: An Unlikely Tool for Helping with Toilet Training](#)
- [Parent Perspective 2: The Potty-Training Process](#)
- [UMich Medicine: Toilet Training Tips](#)

Bathing Resources

- [CP Daily Living: Bathing Tips](#)
- [Functional Skills Series: Independent Bathing](#)
- [Showering and Sensory Issues](#)
- [Tips for Making Bathing More Fun and Less Stressful](#)
- [Example Visual Prompts: Bathing/Showering](#)
- [Bathtime Routines](#)