

Sala de Atención Sensorial para Personas Autistas – Hospital

Objetivo General

Crear un espacio terapéutico dentro del hospital que permita **regular estímulos, reducir la ansiedad, acompañar crisis sensoriales**, y ofrecer un entorno seguro para familias, niños, jóvenes y adultos con autismo.

Concepto del Espacio

La sala está diseñada bajo un enfoque **clínico–infantil**, con tonos suaves, estímulos controlados y cuatro zonas principales:

A. Zona de Calma

Propósito: bajar niveles de estrés y ansiedad.

Incluye:

- Sillón suave y puffs grandes
- Mantas y almohadas sensoriales
- Colchonetas
- Luminaria cálida regulable
- Aromaterapia opcional (según tolerancia)

B. Zona de Estimulación Controlada

Propósito: proporcionar estímulos sensoriales en baja intensidad para autorregulación.

Incluye:

- Tubos de burbujas
- Panel de luces RGB suave
- Fibras ópticas
- Cajas sensoriales con texturas
- Juegos de motricidad fina

C. Zona Motriz (segura)

Propósito: descarga física controlada.

Incluye:

- Hamaca iglú colgante
- Pelotas terapéuticas
- Mini sector acolchonado con piso EVA
- Juego balancín y elementos de coordinación

D. Zona de Atención Profesional

Propósito: entrevistas breves, preparación previa a procedimientos y acompañamiento.

Incluye:

- Escritorio y dos sillas ergonómicas

- Biblioteca cerrada
- Panel visual PECS
- Pictogramas para comunicación alternativa

Sonido recomendado

El ambiente sonoro es clave. Se sugiere:

Sonido ambiente continuo (muy suave)

- Pistas de naturaleza: lluvia ligera, bosque, agua corriendo
- Música instrumental lenta (50–60 BPM)
- Ruido blanco o marrón muy leve para enmascarar ruidos hospitalarios

Evitar:

- Canciones infantiles con voces
- Sonidos agudos o repetitivos
- Música con variaciones abruptas

Volumen sugerido:

Entre **20% y 30%**, casi imperceptible pero presente.

Beneficios para el Hospital

- Reduce crisis sensoriales en pasillos
- Mejora la experiencia del paciente y la familia
- Facilita procedimientos médicos posteriores
- Conecta con enfoque de salud mental e inclusión
- Fortalece la imagen institucional como hospital accesible





Defensa

Señores integrantes del equipo directivo, autoridades y profesionales de la salud:

Hoy presentamos un proyecto que es necesario y **urgente**. Una Sala de Atención Sensorial para personas Neurodivergentes dentro de los hospitales no es un lujo, no es un accesorio, no es un “espacio lindo”: es **una herramienta terapéutica esencial**, respaldada por evidencia clínica y por un principio básico de humanidad:

Todas las personas tienen derecho a ser atendidas en un ambiente que no les genere daño.

La realidad actual

Para muchas personas neurodivergentes —niños, adolescentes y adultos— el hospital es un entorno hostil:

- luces fuertes,
- ruidos permanentes,
- olores intensos,
- esperas largas,
- procedimientos invasivos,
- espacios impredecibles.

Esto provoca **crisis sensoriales**, desregulación emocional, rechazo a futuros controles médicos, y un sufrimiento evitable tanto para la persona como para su familia.

La ausencia de un espacio sensorial adecuado **no solo aumenta el estrés del paciente**, también **dificulta la labor del personal de salud**, prolonga procedimientos y genera un desgaste innecesario.

La solución es simple, efectiva y humana

Una Sala de Atención Sensorial es un espacio especialmente diseñado para:

- Regular el sistema nervioso
- Bajar el nivel de ansiedad
- Acompañar crisis de forma segura
- Preparar al paciente antes de un procedimiento médico
- Facilitar la interacción con equipos profesionales

No se trata de “dar comodidad”:

Se trata de **garantizar accesibilidad y atención digna.**

Impacto directo en la calidad de atención

Una sala sensorial:

- ✓ Reduce crisis en pasillos
- ✓ Evita intervenciones físicas
- ✓ Facilita la comunicación con el paciente
- ✓ Aumenta la cooperación en procedimientos (vacunas, extracciones, estudios)

- ✓ Reduce el tiempo total de atención

- ✓ Mejora la experiencia del usuario y del equipo de salud
- ✓ Disminuye Re consultas evitables por trauma sensorial

Lo que estamos proponiendo **mejora el sistema de salud en su conjunto.**

Un proyecto accesible y de alto impacto

Este diseño no requiere obras complejas.

No exige tecnología costosa.

No implica recursos extraordinarios.

Sí requiere:

- visión,
- sensibilidad,
- compromiso,
- la decisión de poner a la persona en el centro.

Con una inversión moderada, el hospital obtiene un espacio que **perdurará años**, atendiendo miles de familias y transformando la experiencia de atención.

Una mirada humana que no podemos ignorar

Detrás de cada crisis sensorial hay una persona que sufre.
Detrás de cada persona hay una familia que acompaña.
Detrás de cada familia hay un derecho que debe respetarse.

Construir esta Sala Sensorial significa decir con hechos, no solo con palabras:

“En este hospital, todas las personas importan.”

“Aquí cuidamos desde la empatía y la ciencia.”

“Aquí nadie queda afuera.”

Conclusión

La Sala de Atención Sensorial no es solo un proyecto, es un acto de justicia.
Es una decisión ética, es un paso concreto hacia un hospital más humano, accesible, moderno y alineado con estándares internacionales. Les pedimos que apoyen esta iniciativa sabiendo que **cada recurso invertido regresa multiplicado** en bienestar, eficiencia y calidad de atención.

Es tiempo de avanzar.

Es tiempo de escuchar.

Es tiempo de hacer del hospital un lugar donde **todas las personas puedan sentirse seguras.**