

# TOLERANCIA DE MÁSCARA

## SECCIÓN 1

### Objetivo

Tolerar el uso de mascarilla (cubre boca y nariz).

### Entorno

Esto debe enseñarse inicialmente en el hogar de una persona. Esto puede mover a la comunidad para su generalización y mantenimiento.

### Materiales

- Mascarilla (mínimo de una para el alumno y otra para el desarrollador de habilidades, o el modelo de pares, que ejecuta el programa)
- Cronómetro, actividades para completar mientras usa la mascarilla: hasta 20 minutos de participación, elementos preferidos (reforzadores)
- Narración social/ Video de YouTube

### Narraciones sociales/videos de YouTube

La enseñanza previa o las instrucciones pueden ayudar con el comportamiento que queremos ver. Sin embargo, ni la enseñanza previa ni las instrucciones por sí solas suelen ser suficientes para mejorar o cambiar el comportamiento por sí solos. Como parte de un plan integral, las narrativas sociales (por ejemplo, videos de YouTube) pueden ser útiles. Las narrativas sociales típicamente explican el "por qué" y describen las respuestas de comportamiento apropiadas.

Puede elegir cuál cree que podría ser mejor para el individuo.

Recursos	Notas
<a href="#">Narrativa social de YouTube</a> Autor: <a href="#">Mike McGovern</a>	Video. Incluye .pdf gratis. Buenos recursos para los niños. Esta narrativa social habla de no poder ir a la escuela, por lo que si su alumno asiste a la escuela, tendrá que explicárselo.

Recursos	Notas
<a href="#">Narrativa social de YouTube</a> Autor: Diverse Learning Hub	Vídeo de narrativa social
<a href="#">Narrativa Social</a> Autor: Colaboración de Servicios, Educación, Recursos y Capacitación para el Autismo (ASERT)	Narrativa escrita. Gran recurso para estudiantes adultos, varios idiomas disponibles.
<a href="#">Narrativa Social</a> Autor: Instituto de Investigación del Autismo	Narrativa escrita. Gran recurso para estudiantes adultos y niños.
<a href="#">Narrativa Social</a> Autora: Meg Stone-Heaberlin, PsyD y Celia Schloemer, MA en Pediatría del Desarrollo y del Comportamiento y UCCEDD Cincinnati Children's Hospital Medical Center	Narrativa escrita. Gran recurso para estudiantes adultos y niños.
<a href="#">Modelo de Vídeo</a> Autor: <a href="#">Cincy LEND</a>	Vídeo maqueta que incluye instrucciones, modelado y ensayo con modelado. Se puede combinar fácilmente con narrativas sociales. El video representa a una persona real.
<a href="#">Vídeo Didáctico</a> Autor: Aprendizaje alpino	Video. Bueno para el personal y los padres. Incluye direcciones y videos.
<a href="#">Recurso didáctico</a> Autor: NJ Autismo	Recursos didácticos. Bueno para el personal y los padres. Incluye direcciones y videos.
<a href="#">Usar una máscara en la escuela</a> Autor: Carol Ploch	Vídeo narrativo social para niños en edad escolar.
<a href="#">Brainpop COVID 19 Información general</a> Autor: BrainPop	Video. Narrativa social para jóvenes sobre COVID 19 - Información general que incluye información sobre cómo detener la propagación.

## Recurso sobre cómo realizar evaluaciones de preferencias

Una evaluación de preferencias es una evaluación de las preferencias del alumno que se puede usar para ayudar a determinar: Potenciales reforzadores y tipo de máscara a usar.

Simplemente preguntarle a un alumno qué quiere o prefiere no es una forma confiable de identificar reforzadores. Las evaluaciones de preferencia pueden ayudar. Aquí se pueden encontrar algunos tutoriales muy fáciles de seguir sobre cómo realizar una evaluación de preferencias: Los videos que se encuentran en este enlace son fáciles de seguir.

<https://ebip.vkcsites.org/preference-assessments/>

Las evaluaciones de preferencias son un paso importante y pueden ayudar a determinar para qué trabajará un alumno. Si puedes, trata de no saltarte este paso. Esto le ayudará a crear una jerarquía de los reforzadores preferidos del alumno.

## SECCIÓN 2

### Instrucción

#### Base (por dónde empezar, sesión 1)

1. Configure el entorno, asegúrese de tener todos los materiales relacionados
2. Presente el tema de usar una máscara.
  - a. Proporcione razones: por qué esto es importante (por ejemplo, usar una máscara lo mantendrá a usted y a los demás a salvo)
3. Muéstrelle al alumno una de las narrativas/videos sociales.
4. Dígale al alumno que va a ver cuánto tiempo puede tolerar usar la máscara durante las próximas dos actividades.
5. Si el alumno no ha mostrado ninguna indicación de evitar a las personas al ver a un alumno con una máscara, puede ponerse la máscara para modelar la habilidad.
  - a. Podría usar una imagen de alguien con una máscara para ayudar.
  - b. Puedes usar tus animales de peluche favoritos, etc.
6. Pida al alumno que se ponga la máscara.
  - a. Si necesitan ayuda, ayúdelos: si es necesario enseñar al alumno a ponerse la máscara, puede desarrollar un plan para eso.
7. Si el alumno se comporta de forma evasiva (p. ej., se aparta, hace un ruido, dice “no”), **no lo obligue a ponerse la máscara.**
8. Pon el temporizador en 20 minutos
9. Comenzar a participar en las actividades planificadas.
10. Registre la duración que el alumno usó la máscara, hasta 20 minutos.
11. Si el alumno no toleró la máscara durante algún tiempo: comience la intervención

en la fase 1.

## SECCIÓN 3

### Intervención (Sesión 2)

1. Configure el entorno siguiendo los pasos 1-3 desde la línea de base (sesión uno)
2. Presente el tema de usar una máscara.
  - a. Proporcione razones por las que esto es importante. Recuérdeles que están trabajando para mantenerse a sí mismos y a los demás a salvo.
3. Comience la fase de intervención una o dos fases por debajo de la fase alcanzada al inicio del estudio.
  - a. Para un alumno con tolerancia cero, comience en la fase 1.
  - b. Para los alumnos con cierta tolerancia, pídale al alumno que se ponga la máscara.
4. Haga que el alumno elija entre actividades para participar mientras usa la máscara (a menos que esté comenzando con una fase en la que la persona no usará la máscara)
5. Dígale al alumno cuánto ganará por usar las máscaras durante la duración prevista.
6. Si el alumno no ha mostrado ninguna indicación de evitar a las personas cuando ve a una persona con una máscara, puede ponerse la máscara para modelar la habilidad.
7. Pida al alumno que se ponga la máscara. Si el alumno se comporta de forma evasiva (p. ej., se aparta, hace un ruido, dice "no"), **no lo obligue a ponerse la máscara.**
8. Inicie el temporizador para la cantidad de tiempo objetivo y comience a participar en las actividades. (Salvo que se empiece por una fase anterior)
9. Durante el tiempo que la máscara esté puesta y mientras realiza las actividades, elogie al alumno.
10. Si el alumno toca la máscara o intenta quitársela, use indicaciones verbales (señales y aliento) para recordarle que mantenga las manos alejadas de su cara (por ejemplo, "intenta mantener la máscara puesta un poco más por favor".  
Recuérdeles que están trabajando para lograr el refuerzo por llegar al tiempo objetivo (p. ej., "recuerde que si puede dejar la máscara puesta durante 2 minutos más, ganará tiempo extra de YouTube").
11. Si el alumno no llega hasta el tiempo previsto, dígale que está bien, que puede volver a intentarlo más tarde.
12. Si el alumno llega al tiempo objetivo (o completa la fase objetivo, por ejemplo, tolera que la máscara esté a 30 cm de distancia), elógielo por mantenerse a salvo y proporciónale el reforzador elegido.
13. Si el alumno no supera la fase objetivo 2 veces seguidas, retroceda un paso. ¡El éxito es muy importante!

\*Las fases se enumeran a continuación

## SECCIÓN 4

### Algunas variaciones a considerar

**Modelado entre pares:** si utiliza el modelado entre pares, siempre es bueno tener un compañero con un alto estatus social para el alumno como modelo. Hay una gran cantidad de literatura sobre el modelado entre pares como una herramienta efectiva. Es importante proporcionar a los modelos refuerzos para participar.

**Practicar en grupo:** Practicar en grupo con personas que tienen metas de duración similar puede ser una buena opción, particularmente cuando se usan juegos para involucrarse. Incluso si las personas no tienen objetivos de duración similar, puede informar a cada uno de ellos cuáles son sus objetivos individuales y recibir elogios grupales de cada persona en el grupo por el logro individual del objetivo. Las personas que ya han alcanzado la meta de los 20 minutos también pueden ser buenos modelos durante una actividad grupal.

Si los alumnos tienen problemas, ¿se evaluó el tipo de máscara por motivos de comodidad/sensoriales (p. ej., aversión al tipo de tela, demasiado apretado en las orejas)

Otra sugerencia que podría funcionar es usar el refuerzo basado en grupos.

**Dependiente:** Un lo gana para todos

p.ej. yendo al supermercado con todos sus hijos, antes de llegar, elija a una persona (al azar) y diga si "la persona que fue elegida" usa su máscara todo el tiempo, todos podrán elegir un regalo.

**Interdependiente:** todos necesitan obtenerlo.

p.ej. Dígales a los niños que si todos mantienen sus máscaras puestas mientras estamos en la tienda, todos recibirán un helado cuando nos vayamos.

**Independiente:** cualquiera en el grupo que lo obtenga lo obtiene.

p.ej. dígales a los niños que quien se quede con la máscara puesta todo el tiempo recibirá una galleta

Para la instrucción, hay muchas estrategias que se pueden usar para enseñar la habilidad de usar máscaras. Estos incluyen, entre otros, el encadenamiento hacia atrás, hacia adelante y de tareas completas para enseñar la habilidad de usar máscaras.

El encadenamiento se utiliza para enseñar una nueva habilidad. El alumno aprende una secuencia de comportamiento y, cuando se encadenan, es la habilidad completa. (se puede usar para enseñar a los alumnos a ponerse y quitarse las máscaras) Esto sería dividir la

habilidad en pasos. p.ej. Primero sostenga la máscara, luego agarre el lazo con dos dedos, luego tire del lazo sobre una oreja... y así sucesivamente.

## SECCIÓN 5

### Fases de Duración de la Máscara

Para la línea de base, registre la duración total (hasta 20 minutos) que el alumno pudo usar la máscara. Después de identificar la línea de base, comience las sesiones como se describe en la fase uno antes de la fase en la que se reunió la línea de base del alumno. Por ejemplo, si el alumno usó la máscara durante 3 minutos, comience las sesiones a los 2 minutos. Si el alumno usó la máscara durante 10 minutos, comience al menos en 7 ½, o podría comenzar en 5 minutos si cree que sería lo mejor para el alumno.

#### Fases

El alumno pasará a la siguiente fase después de 2 PRUEBAS de cumplir con los criterios de tiempo sin participar en ningún intento de quitarse la máscara o cualquier comportamiento desafiante. El alumno retrocederá un paso si tiene 2 PRUEBAS de no cumplir con los criterios. Los médicos pueden usar el juicio clínico para mover a un alumno hacia arriba o hacia abajo en las fases. Por ejemplo, si el alumno parece hacerlo muy bien a los 10 minutos y usted quiere probar 15 a continuación, puede hacerlo, pero tenga cuidado de no presionar al alumno demasiado rápido. Presionar al alumno demasiado rápido disminuirá su éxito y puede reducir la probabilidad de que quiera continuar.

Fase	Criterio
1	Mascarilla dentro de 30 cm (12 in) durante 5 segundos
2	Máscarilla dentro de 15 cm (6 in) durante 5 segundos
3	Toca los lazos de la mascarilla.
4	Sostiene la máscara por los lazos
5	Une un lazo a la oreja
6	Se acomoda la segunda oreja
7	Tira y empuja el borde superior de la máscara para un ajustar la mascarilla al puente nasal
8	Usa la mascarilla por 3 segundos
9	5 segundos
10	15 segundos
11	30 segundos
12	1 minuto
13	2 minutos
14	3 minutos
15	4 minutos

16	5 minutos
17	7 ½ minutos
18	10 minutos
19	13 minutos
20	15 minutos
21	17 ½ minutos
22	20 minutos

## SECCIÓN 6

### Coleccion de Data

Nombre: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

Duracion de Base: \_\_\_\_\_

Comienzo Duracion: \_\_\_\_\_

1. Registre la fase en la que se encuentra el alumno (consulte las fases 1-22)
2. Inicie el temporizador cuando comience la sesión y registre la duración total que pudieron mantener la máscara durante la sesión.
3. Registre cualquier intento de tocarse la cara o de quitarse la máscara (consulte el procedimiento de aviso si esto ocurre).
4. Registre cualquier ocurrencia de comportamiento desafiante mientras usa la máscara.

Fecha	Fase	Duración total del uso de la mascarilla	Tocarse la cara/intento de quitarse la mascarilla (frecuencia)	Conducta Desafiante (frecuencia)

*Disclaimer: This is not intended to be, and cannot replace the benefits of individualized treatment. These are general recommendations. If you continue to have any concerns, please consult directly with a licensed and/or board-certified behavior analyst.*



**GOLISANO INSTITUTE**  
*for Developmental Disability Nursing*

---

The educational resources and supplemental materials above were designed and developed by the Golisano Institute for Developmental Disability Nursing, in collaboration with faculty from the Wegmans School of Nursing at St. John Fisher College and Daemen College. The training materials were created with input from stakeholders, including service providers, families and individuals with IDD, and staff from congregate care settings.

---

This publication is supported by funds from the New York State Developmental Disabilities Planning Council. The opinions, results, findings, and/or interpretation of data contained therein are the responsibility of the Contractor and do not necessarily represent the opinions, interpretation, or policy of the New York State Developmental Disabilities Planning Council.