

TRASTORNO DEL ESPECTRO AUTISTA

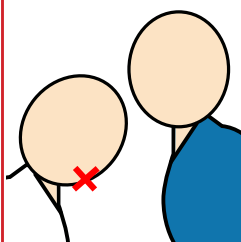
¿QUÉ ES EL AUTISMO? ¿CUÁLES SON ALGUNAS SEÑALES?

Con uno de cada 36 niños (CDC, 2023) diagnosticados con trastorno del espectro autista (autism spectrum disorder, ASD), probablemente ya haya interactuado con alguien que tiene ASD. El autismo es un trastorno del desarrollo que se caracteriza por deficiencias en la comunicación y en las interacciones sociales, así como patrones de comportamiento y de pensamiento restrictivos o repetitivos.

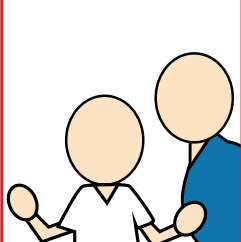
Las personas con ASD también pueden ser especialmente hiper e hiposensibles a luces, sonidos y otros estímulos sensoriales (es decir, del tacto, gusto, olfato, etc.) los cuales pueden provocar crisis o agresiones.

El espectro es amplio: no hay dos personas que compartan los mismos desafíos o reacciones, y cada una puede tener diversos grados de habilidades en el espectro (es decir, de alto funcionamiento, moderado, grave, etc.).

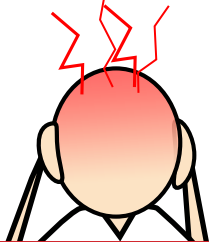
LAS PERSONAS CON ASD:



Pueden ser no verbales o puede que no se comuniquen ni expresen sus pensamientos y sentimientos.



Puede que no respondan a sus preguntas o que permanezcan concentrados por mucho tiempo (es decir, puede que lo ignoren, que no hagan contacto visual directo, etc.). Pareciera que no lo escuchan, pero usualmente sí lo hacen.



Pueden experimentar incomodidad y sentirse excesivamente estimulados debido a su entorno.



Pueden sentirse agitados o ansiosos por un cambio en su rutina u horario.



Pueden encontrar maneras de tranquilizarse y calmarse a sí mismos mediante la autoestimulación (es decir, mecerse de un lado a otro, cubrir sus orejas, moverse de forma inquieta, batir las manos etc.).



Pueden huir o encontrarse en situaciones inseguras si no están bajo supervisión. También pueden "congelarse" o parecer poco receptivos. Sus reacciones pueden ser demasiado o muy poco receptivas.

Sirens of Silence

La atención no necesita palabras



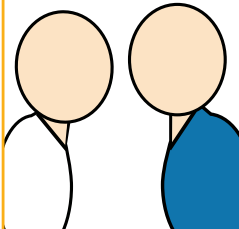
¿CÓMO PODEMOS COMUNICARNOS?

Considere usar un tablero de imágenes o la lengua de signos americana (American Sign Language, ASL) para ayudarlo a comunicarse con personas con ASD que no puedan compartir sus pensamientos ni expresar sus sentimientos correctamente. Algunas personas con ASD pueden repetir la pregunta como parte de sus respuestas en vez de brindar una respuesta clara.

EN CAMBIO, USTED PUEDE HACER LO SIGUIENTE:



Utilice un tablero de imágenes* o el ASL para brindar una mejor explicación o ayudar a obtener la respuesta correcta.



Haga contacto visual directo con la persona mientras les habla. Si son niños, agáchese a su nivel para hablar con ellos. Utilice un lenguaje simple y gestos.



Pregúntele a la persona dónde está sucediendo el incidente o dónde siente dolor: "muéstrame". También puede mostrar el lugar usando una muñeca o un juguete.



Esté atento a indicios y pistas que puedan ayudarlo (es decir, si tienen la mirada fija o si se mecen de un lado a otro en una dirección específica, repiten una frase, caminan de un lado a otro, etc.).



Explique y hable con calma sobre lo que está haciendo paso a paso. Un horario visual* con procedimientos comunes también puede ser de ayuda.



Evite reaccionar ante los comentarios directos y bruscos de las personas con ASD. Evite imitar y reaccionar a sus emociones.

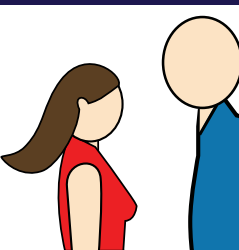
¿CÓMO PODEMOS AYUDAR?

Cuando una persona con ASD se agita o se tranquiliza a sí mismo, es importante no reaccionar ni imitar la emoción.

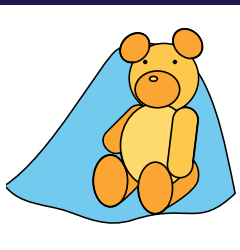
EN CAMBIO, USTED PUEDE HACER LO SIGUIENTE:



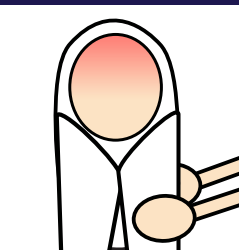
Reduzca la gravedad de la situación hablando con calma sobre lo que está haciendo paso a paso. Un horario visual* con procedimientos comunes también puede ser de ayuda.



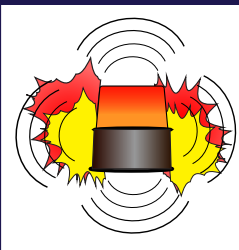
Pregunte a los cuidadores sobre los posibles desencadenantes de una crisis y cómo reorientar la reacción.



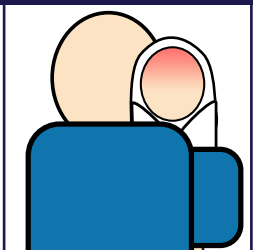
Descubra qué hace sentir mejor a esta persona y úselo como forma de reorientación o como una recompensa/refuerzo positivo (es decir, un juguete/objeto favorito, su comida preferida, un ser querido, un juego/aplicación, etc.).



Envuelva a la persona de forma ajustada con una manta para brindar seguridad o prevenir que se autolesionen. También proporciona una presión tranquilizante.



Reduzca los sonidos que distraen (es decir, la radio, el ruido estático, etc.) o apague las luces (es decir, sirenas brillantes, barras de luz, etc.).



En casos de emergencia, hacer lo necesario es la opción más inmediata que podría salvar una vida en ese momento.

Sirens of Silence

La atención no necesita palabras

* Se pueden usar a modo de ayuda un dispositivo de comunicación aumentativa y alternativa (augmentative and alternative communication, AAC), un sistema de comunicación por intercambio de imágenes (picture exchange communication system, PECS) o un tablero de imágenes, disponibles como aplicaciones.

