

¿Qué es el autismo?

El autismo es una condición del desarrollo que dura toda la vida y que afecta la manera en que la persona:

- Se comunica e interactúa con otros
- Experimenta sus sentidos
- Piensa y se comporta con flexibilidad

Esto significa que las personas autistas tienen con frecuencia dificultades en la vida cotidiana. Algunas personas experimentan ansiedad extrema. Para muchos puede resultarles muy difícil adaptarse a los cambios. Sin embargo, con la comprensión y el apoyo adecuado las personas autistas pueden llevar una vida plena y gratificante.

El autismo puede afectar a personas de cualquier capacidad intelectual y a veces puede ir acompañado de otros diagnósticos, como dificultades asociadas al aprendizaje.

Hay muchos nombres que se usan para describir el autismo; Trastorno del espectro autista (TEA), Condición del espectro autista, autismo de alto funcionamiento, síndrome de Asperger y espectro autista. En los últimos años el diagnóstico diferenciado de autismo, síndrome de Asperger y de autismo de alto funcionamiento han sido agrupados en un solo diagnóstico de trastorno del espectro autista. Esto significa que los niños y adultos que son diagnosticados ahora generalmente reciben un diagnóstico de trastorno del espectro autista .

El autismo se denomina espectro porque cada persona es diferente. Pero también es importante recordar que cada persona tiene sus propias fortalezas y debilidades. Por ejemplo, una persona calificada como sumamente capaz intelectualmente podría ser incapaz de cruzar la calle por sí misma porque tiene dificultades para juzgar la velocidad y la distancia de los coches. Otra persona puede ser completamente no verbal, pero tener excelentes habilidades informáticas y conocimientos de computación lo que le permite comunicarse y defender sus propios derechos.

Una tercera persona podría tener dificultades significativas de aprendizaje, pero ser capaz de completar muy rápido un rompecabezas de 1000 piezas. Si entendemos las fortalezas y debilidades de cada individuo, podemos apoyarlos apropiadamente y así ayudarlos a encontrar un trabajo conveniente para ellos.

El autismo y los sentidos

Muchas personas autistas tienen dificultades para procesar la información sensorial cotidiana como los sonidos, percepción visual y olores. Pueden ser excesivamente o poco sensibles a cualquiera de sus sentidos, y esto puede tener un profundo efecto en la vida de una persona. Pequeños cambios en el entorno pueden hacer una gran diferencia.

Los Intereses Especiales

El autismo también puede significar que las personas pueden desarrollar una fortaleza en particular o enfocarse intensamente en un interés. A veces la persona autista puede parecer estar "obsesionada" con un interés especial. Sin embargo, las personas autistas dicen a menudo que sus intereses les dan placer y les permiten relajarse. Cuando están ansiosos, pueden sentir que necesitan dedicar más tiempo a su interés especial para así poder sobrellevar la situación. Comprender a la persona a la que apoyas te ayudará a asegurarte de que su interés especial este bien manejado, proporcionándole placer, calma e incluso a veces empleo. En algunos casos, el interés especial de una persona autista puede llevarla a ser una persona famosa, por ejemplo el artista Stephen Wiltshire o la científica Temple Grandin.

Consejos para apoyar una persona autista

- Utilice un lenguaje sencillo y dele más tiempo a la persona autista para que pueda procesar y responderle.
- Llame primero a la persona por su nombre para atraer su atención antes de darle cualquier instrucción o información.
- Explique las reglas sociales y cómo comportarse en las diferentes situaciones sociales lo más claramente posible.
- Proporcione una estructura y una rutina para dar predictibilidad. Esto contribuirá a reducir la ansiedad.

- Algunas personas realmente se benefician del uso de apoyo visual como símbolos, imágenes y fotografías para añadir significado a la palabra hablada o escrita
- “Los cuentos sociales” pueden ayudar a preparar a una persona autista para un cambio.
- Tenga en cuenta el entorno para ver si hay algo que este causando dificultades a la persona autista. ¿Hay algo que podrías cambiar?
- Intente siempre estar preparado: informe a las personas con autismo de antemano sobre posibles estímulos sensoriales que pudieran experimentar en diferentes entornos.