

PFA Tips

Explicando el Autismo Utilizando Ejemplos del Diario Vivir

Todos hemos estado ahí.

La mirada indiscutible de otras personas mientras nuestros hijos reaccionan con un berrinche por la sobrecarga sensorial, o se corren a la cocina para explorar como trabaja un restaurante, o brincan para arriba y para abajo sin parar, emocionados cuando todo el mundo está sentado silenciosamente. Entonces, ¿cómo explicamos el autismo a alguien que no entiende, que nunca ha tenido una experiencia cercana con una persona con autismo, o que todavía no ha entendido que el autismo es un trastorno de espectro amplio? Aquí le ofrecemos algunos ejemplos del diario vivir para ayudar a la gente a entender el autismo utilizando marcos de referencia familiares.

Porque puede hablar no significa que es más inteligente

¿Alguna vez ha padecido un caso severo de laringitis? Era frustrante no poder decir lo que quería o pedir cosas que necesitaba, ¿no? Pero aunque no podía hablar, todavía estaba procesando información y su nivel de inteligencia ciertamente no cambio. ¿Y le dieron el beneficio de comunicarse por medio del uso de papel y lápiz, o computadora?

Corriendo fuera del salón de clases

Sobrecarga sensorial puede ser difícil de apreciar para la mayoría de nosotros. Así que imagínese poner un escritorio dentro del Túnel de la Bahía durante la hora del tráfico pesado. Como a 40 pies del escritorio está parada una maestra que va a darle un problema de palabras algebraico oralmente para que complete. ¿Cuánto

tiempo podrá estar ahí sentado con las luces y los sonidos estruendosos de los carros pasando? ¿Y cómo le irá con esos problemas de algebra?

¡AY-Eso duele!

Continuemos con los asuntos sensoriales. ¿Alguna vez ha tenido una etiqueta en su camisa que le molestaba mucho? ¿Sí? Muy bien; ahora vamos a añadirle agujas de cactus a esa etiqueta. No sabemos porqué las personas con autismo tienen sensibilidades increíblemente elevadas, pero son muy reales.

Demasiada emoción

Imaginemos que usted y su hijo asistirán a una fiesta de cumpleaños donde habrá un mago presentando su acto de magia. Su hijo está brincando emocionado, corriendo a donde el mago o llamándolo en voz alta y otro padre está claramente molesto y le pide que controle a su hijo. Aunque podríamos estar todos de acuerdo que tal vez este padre necesita su propio tiempo en la esquina (time out), recuérdese cómo se siente cuando va a un juego de béisbol o futbol y su equipo hace un jonrón o anota un gol. Brincamos, gritamos, le chocamos a los extraños detrás de nosotros. Si solamente el resto de nosotros pudiera experimentar ese nivel de alegría en las actividades diarias.

Pensamientos flexibles y transiciones

Todos no hace mucho experimentamos el deber de preparar nuestros impuestos. Estaba en esa “zona de impuestos”-su mente completamente concentrada en



recibos, gastos, y preguntándose qué otras exenciones se puede haber olvidado. ¿Cómo hubiera reaccionado si mientras estaba en su zona, alguien venia y le apagaba la computadora? ¿O como hubiera reaccionado si durante la Copa Mundial en un juego empatado, en los últimos minutos, su cable se va? Así es como nuestros hijos que están trabajando en un rompecabezas se sienten cuando de momento anuncia que es hora se empaquetar e irse.

¡Hay que tocarlo!

Hemos estado en el elevador y visto “la mirada” en los ojos de nuestros hijos y sabemos lo que están a punto de hacer. Así es- van a presionar todos los botones. Mientras los otros pasajeros comienzan a virar los ojos, pídale que tomen un momento (¡ya que ahora tienen el tiempo durante este largo viaje en el elevador!) y piensen en galletas con chispas de chocolate acabaditas de hornear. Pero no pueden comer una. El centro suave y calentito, el chocolate derretido, el olor irresistible. Y el plato esta grande y lleno, así que nadie ni se daría cuenta si faltara alguna. Y el plato esta tan cerca que casi toca sus ropas. Pero no se les ha permitido tocar ni una y realmente cada uno debe actuar como si las galletas no estuvieran ahí. ¿Cuán fácil es eso?

continued on back

Eso no es lo que quise decir

¿Cuántas veces ha recibido o enviado un mensaje de texto y la intención del mensaje fue completamente mal entendido? Sin la entonación verbal y señales faciales de los cuales la mayoría de nosotros dependemos para interpretar un mensaje, no es fuera de lo común mal interpretar la intención. Ahora, imagínese que todas sus comunicaciones sean a través de mensajes de texto, y no está seguro qué tono están utilizando al escribirlo, tiene que adivinar la intención de cada mensaje. O, viajar a un país lejano y tratar de entender metáforas que son específicas para esa cultura y no le hacen ningún sentido. Piense cuan más cómodo estaría en ese país si la gente simplemente dijera lo que quieren decir.

No nos engañemos a nosotros mismos. Siempre habrá gente que no entenderá, o que no mostraran la tolerancia que desearíamos que tuvieran. Pero tal vez juntos podemos alcanzar suficientes personas para hacer una diferencia y darle a la gente ese momento de ¡Aha! Cuando pueden entender. Y hacer el mundo un lugar más confortable para las personas que amamos que tienen autismo.

Escrito por Shelly McLaughlin,
Pathfinders for Autism

Traducido al Español y Modificado
por Zaylimar Bocanegra, [The
Parents' Place of Maryland](#)

© 2016 Pathfinders for Autism