

**La salud es un derecho que incluye por igual a las personas con Trastorno del Espectro Autista TEA.**  
**El objetivo primordial es poder garantizar su salud física y mental con las menores consecuencias negativas posibles tanto a nivel emocional como físico.**  
**Para la salud mental y estabilidad emocional de las personas con TEA, es IMPRESCINDIBLE la presencia de padre, madre o cuidador de su confianza.**

## ¿Qué es el Trastorno del Espectro Autista TEA?

Es un trastorno del neurodesarrollo, lo que significa que las características que presentan las personas con TEA son el resultado de algunas áreas en el cerebro que tienen un funcionamiento **diferente**, áreas directamente relacionadas con las habilidades necesarias para adaptarse y dar respuesta a los desafíos cotidianos, en las que manifiestan graves limitaciones, que suelen evidenciarse desde la primera infancia y estarán presentes (en diferente medida) a lo largo de la vida de la persona.

¿Cuáles son las características? Esencialmente son dos:

1. Dificultades para comunicarse y para relacionarse con los demás.
2. Conductas inflexibles, rutinarias y de intereses muy selectivos.

### ¿Cómo reconocer a una persona con TEA?

**1. Dificultades para comunicarse y expresar cómo se sienten o aportar información relevante sobre sí mismos:** pueden iniciar con dificultad una conversación o responder sin hacer contacto visual y con poco lenguaje verbal. O puede que no hablen, solo emitan sonidos e intenten comunicarse a través de gestos, señales, llanto, etc. Manifiestan gran dificultad para comunicar cómo se sienten, física o emocionalmente.

**2. Dificultades para responder:** sobre todo los niños más pequeños y las personas con Autismo más severo. Puede parecer que “no están escuchando” pero eso se debe a la forma en que su cerebro integra la información auditiva. Las personas con Autismo perciben los estímulos que les rodean con una misma intensidad, teniendo graves dificultades para centrar su atención en los que realmente aportan información del contexto. Esto da lugar a que parezca que no prestan atención a la información que es importante para nosotros, además de generar estados elevados de ansiedad y estrés, porque su cerebro constantemente está sometido a niveles altos de recepción y procesamiento de estímulos.

**3. Conductas repetitivas:** dar vueltas en círculos, girar sobre sí mismos, mover sus manos frente a sus ojos, aplaudir sin parar, “aletear”, utilizar objetos de una manera específica y repetitiva, entre otras conductas.

**4. Dificultad para cambiar de actividad o de rutina:** los cambios pueden generar llanto, conductas autoagresivas, gritos, comportamientos impulsivos y que las conductas repetitivas se evidencien aún más. Las situaciones nuevas les resultan impredecibles y, por tanto, les generan inseguridad y rechazo.

**5. Especial sensibilidad:** a ruidos, texturas, olores, sabores (puede haber dificultad para la alimentación), luces, movimientos, sensaciones como dolor o malestar interno, respuesta inusual a la temperatura externa, etc. Puede haber hipersensibilidad (reaccionar al estímulo de una forma en apariencia exagerada) o hiposensibilidad (dar la apariencia de no sentir o sentir muy poco). Una reacción clásica de hipersensibilidad al ruido es taparse los oídos con visible malestar.

**IMPORTANTE: por la sensibilidad, pueden mostrar rechazo o incluso temor al uso de equipo de protección como mascarillas, gafas y guantes. Debe evitarse forzarlos en la medida de lo posible, optando por alternativas que garanticen su salud y estabilidad emocional.**

*Ninguna persona con TEA es exactamente igual a otra, todos los criterios y características mencionados pueden presentarse de diferente forma e intensidad, según la edad y el grado de Autismo (severo, moderado o leve).*

### **Atención y permanencia de personas con TEA en Centros de Cuarentena**

Debe considerarse (aunque depende del grado de Autismo) que la experiencia en los Centros de Contención puede llegar a resultar traumatizante para la población con TEA. Por lo tanto, para garantizar el adecuado ejercicio de sus derechos tanto a la salud física y mental como a un trato digno, se sugiere como mínimo atender lo siguiente:

- El **ambiente** debe resultar lo menos “amenazador” posible desde el punto de vista sensorial, de acuerdo a lo que se explicó previamente en el numeral 5. De ser posible, el espacio asignado debe ser amplio. Una persona con TEA cuyas características sensoriales lo vuelvan más “inquieto”, difícilmente podrá mantenerse tranquilo y estable en espacios pequeños.
- El **trato** de las personas, sobre todo del personal de salud y de seguridad, debe ser respetuoso de sus particularidades: no son personas malcriadas, sus crisis (que pueden parecer rabietas) son el

resultado de un proceso neurológico que se combina con circunstancias muy confusas para ellos.

- **No exponerlos** a multitudes ni esperar que reaccionen con tranquilidad ante el cambio de personal que les atiende directamente.
- En la medida de lo posible, los procedimientos deben seguir una **estructura** de la cual se le informe y anticipe a la persona con TEA (evitar sorpresas e improvisaciones tanto como sea posible). Puede ser de gran beneficio el uso de pictogramas e historias sociales. Es necesario que, aunque cambien las actividades y los lugares habituales donde realizan su vida diaria, se mantengan en el máximo grado posible las mismas rutinas a las que están habituados, incluidas sus profesionales de referencia.
- El **espacio personal** es muy importante, les generará tranquilidad y estabilidad, al igual que el **estar acompañados por una persona de confianza para ellos**, que generalmente será su madre, su padre o un familiar o cuidador cercano. También, favorece que se respete la ubicación de sus pertenencias, sobre todo sus objetos de apego. Debe evitarse la presencia de muchas personas en su espacio designado.
- **Se espera que el personal de salud y atención esté abierto a las sugerencias y colaboración activa por parte de los familiares y/o cuidadores de la persona con TEA**, para que los exámenes y procedimientos médicos no resulten traumatizantes para ellos y se lleven a cabo de la manera más eficaz posible. En este sentido, se adjunta un enlace donde pueden consultarse pautas para facilitar la adaptación de entornos y pruebas médicas para las personas con Autismo.

Cada mente es un mundo, pero lo cierto es que, para las personas con TEA, esta situación representa un cambio importante en la forma en que llevan su vida y adaptarse a circunstancias nuevas puede ser bastante difícil. Enfrentarse a un encierro prolongado puede resultar frustrante y emocionalmente desestabilizador; debido a sus características sensoriales, incluso pueden llegar a experimentar un malestar físico pronunciado, más aún si se encuentran fuera de su entorno habitual, en el cual se sienten seguros.

## Otras recomendaciones:

- ✓ Facilitar al máximo en todo momento el que la persona que guíe y dé pautas sea el familiar, profesional o cuidador de referencia, evitando la excesiva cercanía de individuos a quienes la persona con Autismo no conoce.
- ✓ Previo al traslado al centro de cuarentena, permitir que escojan algunos de los objetos por los que sientan apego para reforzar su confianza y favorecer su tranquilidad durante su permanencia en el lugar. Además, considerar el uso de pictogramas, historias sociales o cualquier otro método sugerido por la familia de la persona con TEA, para anticipar la situación que está por ocurrir.
- ✓ Si el traslado se realiza en un vehículo especial, facilitar un tiempo para que la persona asimile ese imprevisto y ofrecer la posibilidad de que escoja la postura durante el periodo de movilización (sentado o tumbado).
- ✓ Controlar la excesiva estimulación durante todas las fases del traslado: evitando el uso de la sirena de urgencia, controlando ruidos y estímulos visuales de los aparatos clínicos o equipos dentro del vehículo, etc.
- ✓ Durante el traslado, atender a las sugerencias del familiar o cuidador que acompañe a la persona con TEA, para evitar generar ansiedad y descontrol previo al ingreso al centro de cuarentena, ya sea que se trate de un portador del virus o de un nexo epidemiológico.
- ✓ Contemplar la posibilidad que, si las personas con TEA experimentan malestar en un nivel alto, puedan salir y moverse por espacios abiertos teniendo en cuenta todas las medidas sanitarias. Esto por tiempo y distancia prudenciales, junto con su acompañante familiar o cuidador.
- ✓ Debe consultarse previamente al cuidador sobre la alimentación, pues pueden ser muy selectivos por aspectos sensoriales.
- ✓ DURANTE UNA CRISIS: solicitar al acompañante de la persona con TEA indicaciones sobre la mejor manera de proceder. Ante todo, deben evitarse movimientos repentinos, ruidos o tonos fuertes de voz, personas hablando al mismo tiempo y el contacto físico.
- ✓ Se debe proporcionar el material de protección a sus acompañantes y aplicar el protocolo de atención específico.
- ✓ Se espera que las autoridades sanitarias, personal de la Fuerza Armada, Policía Nacional Civil y otros cuerpos de seguridad y atención de emergencias como el Cuerpo de Bomberos, Cruz Roja, etc., sean pacientes y comprensivos ante la ocurrencia de crisis que pueden

llegar a experimentar las personas con TEA en esta situación de emergencia. Estas crisis podrían llegar a expresarse a través de conductas nerviosas, llanto y retraimiento e incluso con manifestaciones conductuales impulsivas (pueden tener apariencia de agresividad a sí mismos o a otros).

- ✓ Evitar las esperas largas y, en la medida de lo posible, en lugares donde hay muchas personas y poco espacio, para que puedan autorregularse y caminar, si lo precisan.
- ✓ Facilitar el acceso a su sistema de comunicación habitual y con los materiales que generalmente precisa (paneles de comunicación, Tablet, pictogramas, etc.).

### Atención sanitaria general

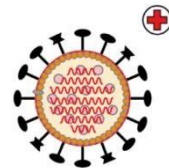
Incluir a las personas con TEA en las medidas que se vayan tomando, incorporándolas en los protocolos de personas en situación vulnerable. Reconocer que si escasean equipos de protección para quienes atienden a personas con Autismo, aumenta el riesgo de contagio y transmisión del coronavirus a una población vulnerable, a la que le puede serle muy difícil identificar el malestar físico, aunque tengan síntomas.

Es importante aclarar que sea cual sea el diagnóstico de una persona, cada una presenta diferentes formas de dificultad, de aprender y de convivir. Por ello es necesario que quienes ya conocen la condición de su familiar, colaboren y participen activamente en la realización de las actividades de la vida diaria y los procedimientos especiales correspondientes a la situación de cuarentena.

Siendo que las personas con Autismo generalmente tienen un nivel de actividad física muy alto, es conveniente que un miembro de equipos de atención psicológica o en salud apoye al cuidador o familiar que acompañe en el centro de cuarentena para evitar cansancio extremo.

### Recursos para ayudar a entender el COVID-19

#### CORONAVIRUS EN PICTOGRAMAS



Resumen: Explicación mediante pictogramas lo que es el COVID19 y cuáles son sus síntomas y precauciones. Enlace:

[https://drive.google.com/open?id=1uLDQMF\\_rGn3VPxkWmqGJYFVv89EWkuOD](https://drive.google.com/open?id=1uLDQMF_rGn3VPxkWmqGJYFVv89EWkuOD)

Fuente: ARASAAC ([www.arasaac.org](http://www.arasaac.org))

## MANUAL SOBRE CORONAVIRUS

Resumen: Explicación mediante pictogramas lo que es el COVID19 y cuáles son sus síntomas y precauciones. Enlace:

<https://drive.google.com/open?id=1MC1HuPq3KHywm4z7rKDgB-rcjYnzUOdE>

Fuente: ASPANAES ([www.aspanaes.org](http://www.aspanaes.org))

## COVIBOOK

Cuento para explicar el coronavirus a menores de 7 años. Enlace:

<https://drive.google.com/open?id=10xY03EV8mvK78m09NR5Pm2qB1uJ0xDgq>

Fuente: MINDHEART ([www.mindheart.co](http://www.mindheart.co))

## ROSA CONTRA EL VIRUS

Resumen: Cuento para explicar el coronavirus a niños/as de 4 a 10 años.

Enlace:

[https://drive.google.com/open?id=1wq5cBzulzu7nO692Amj4gQ6R\\_98yoRoS](https://drive.google.com/open?id=1wq5cBzulzu7nO692Amj4gQ6R_98yoRoS)

Fuente: Colegio Oficial de Psicología de Madrid ([www.copmadrid.org](http://www.copmadrid.org))

## MÁS RECURSOS SOBRE CORONAVIRUS Y AUTISMO

<https://luzazul.org/site/covid-19/>

Este material ha sido elaborado en marzo de 2020 a iniciativa de la Asociación Autismo Luz Azul (ALA) y la participación de Fundación Azul para Personas con Autismo de El Salvador (FAPPAES), Asociación ProPersonas con Autismo de Occidente (APPAO), Asociación Salvadoreña de Apoyo a Personas con Autismo, Asociación Usuluteca de Autismo (AUA) y Asociación de Autismo Oriental (ASDAO). Agradecemos además el apoyo y aportes del Lic. José Luis Cuesta Gómez, Doctor en Ciencias de la Educación, Universidad de Burgos; Licda. Roxana Galdámez, catedrática y Máster en Psicología, Universidad de El Salvador. Rev3 – 01/04/2020

## OTRAS FUENTES Y RECURSOS

<http://www.autismo.org.es/actualidad/articulo/como-explicar-el-covid-19-las-personas-con-tea>

<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/001549.htm>

<https://www.rtve.es/noticias/20200321/coronavirus-autismo-quequedarse-casa-tea/2010527.shtml>

<https://www.incluyeme.com/5-datos-sobre-el-sindrome-de-asperger-que-no-puedes-perderte/>

<http://www.autismosevilla.org/blog/wp-content/uploads/2020/03/Bater%C3%ADa-ejercicios.pdf>

<http://aetapi.org/autismo-coronavirus/>

<https://www.facebook.com/272603469463486/posts/2883406668383140/?sfnsn=scwspwa&extid=SCbNbD9MyMt0cWDj>

<https://autismocastillayleon.com/que-hacemos/iniciativas/salud/guia-para-la-atencion-a-ninos-con-tea-en-atencion-primaria/>

[http://autismocastillayleon.com/wp-content/uploads/2016/06/cuaderno\\_de\\_ayudas\\_visuales\\_autismo\\_profesionales.pdf](http://autismocastillayleon.com/wp-content/uploads/2016/06/cuaderno_de_ayudas_visuales_autismo_profesionales.pdf)

[https://autismocastillayleon.com/wp-content/uploads/2016/06/cuaderno\\_de\\_ayudas\\_visuales\\_familias\\_autismo.pdf](https://autismocastillayleon.com/wp-content/uploads/2016/06/cuaderno_de_ayudas_visuales_familias_autismo.pdf)

[https://autismocastillayleon.com/wp-content/uploads/2016/06/triptico\\_sanidad\\_urgencias.pdf](https://autismocastillayleon.com/wp-content/uploads/2016/06/triptico_sanidad_urgencias.pdf)

[https://autismocastillayleon.com/wp-content/uploads/2016/06/guia\\_atencion\\_urgencias\\_autismo.pdf](https://autismocastillayleon.com/wp-content/uploads/2016/06/guia_atencion_urgencias_autismo.pdf)

[https://autismocastillayleon.com/wp-content/uploads/2016/06/poster\\_urgencias\\_autismo.pdf](https://autismocastillayleon.com/wp-content/uploads/2016/06/poster_urgencias_autismo.pdf)

# 5 CONSEJOS PARA FAVORECER EL BIENESTAR EMOCIONAL DE TU FAMILIAR CON TRASTORNO DEL ESPECTRO DEL AUTISMO



**No aceptes** que ser infeliz o sentirse mal es una parte inevitable del autismo. Si te das cuenta de que algo en él o ella ha cambiado y te preocupa su bienestar emocional, **ánimale a pedir ayuda profesional** y a comunicar cómo se siente.

1 de cada 100 personas reciben un diagnóstico de **autismo**

4 de cada 5 jóvenes con autismo han experimentado **problemas de salud mental**

