

# Manual para Padres

# Índice



Mi hijo tiene autismo ¿qué hago?.....	3
¿Qué es el autismo? .....	4
Características .....	4
¿Qué provoca el autismo? .....	6
¿Cómo se diagnostica? .....	7
¿Qué puedo hacer? .....	7
Tratamiento .....	8
Referencias .....	9



¿Qué decirle a los demás?.....	10
Sus maestros .....	10
Sus familiares y amigos.....	12
Sus hermanos .....	14



Cinco consejos prácticos .....	16
--------------------------------	----

# Mi hijo tiene autismo.... ¿qué hago?

Es normal que al principio sientas tristeza, negación, confusión, enojo e incluso desolación. Pero sientas lo que sientas, no estás solo, hay miles de padres que pasan por el mismo proceso y **¡HAY MUCHO POR HACER!**

En este manual te ayudaremos a conocer y entender mejor la condición de tu hijo, y te daremos algunos consejos prácticos para empezar.



Si tienes alguna duda **SIEMPRE** podrás comunicarte con nosotros al 5321 8600 o al correo [autismo@teleton.org.mx](mailto:autismo@teleton.org.mx)

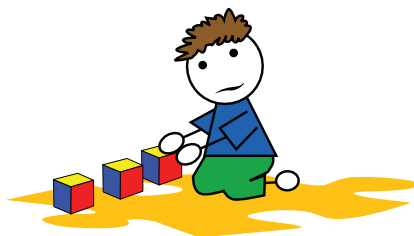
# ¿Qué es el autismo?

El autismo es un trastorno del desarrollo que perdura a lo largo de la vida. Se presenta en todas las razas y grupos sociales sin distinción alguna.

También puede que oigas los términos *autismo clásico, de Kanner o infantil, trastorno generalizado del desarrollo del tipo autista o trastorno del espectro autista* para referirse al autismo.

Las personas con autismo presentan dificultades en las áreas de:

- Comunicación
- Interacción social / juego
- Conducta
- Integración sensorial



*Es común que use sus juguetes de forma inusual o que haga hileras con diferentes objetos.*

## Características

Es importante tomar en cuenta que el autismo se diagnostica por la presencia de un conjunto de conductas en las áreas de comunicación, socialización, conducta e integración sensorial.

Una misma persona puede presentar algunas de estas conductas de manera muy marcada y otras de forma moderada.

### **Comunicación:**

- Puede que nunca haya hablado.
- Es común que haya hablado y aproximadamente al año y medio dejó de hacerlo.
- Puede que ocasionalmente diga alguna palabra suelta.
- Tal vez repite lo que escucha (ecolalia).
- Es común que se le dificulte hablar en primera persona, por ej. dice: “quieres paleta” en vez de “quiero paleta”.
- Algunas veces le cuesta modular la voz.

### **Interacción Social / Juego:**

- Es común que le cueste interactuar con otras personas, se mantenga aislado o interactúe de forma rara e inusual.
- Suele no jugar como los demás niños.
- Es frecuente que le llamen la atención los juguetes de colores llamativos o que hagan ruidos fuertes.
- Puede mostrar interés por algunas partes de juguetes u objetos, como las ruedas de los carritos o las aspas de un ventilador.

### **Conducta:**

- A veces corre de un lado a otro.
- Suele aletear las manos, o subir y bajar las escaleras repetitivamente.
- Es común que tenga dificultades para dormir.
- Puede que se ría sin causa aparente.
- Le puede ser difícil cambiar su rutina o adecuarse a situaciones nuevas.
- Suele hacer berrinches inexplicables.
- Puede tener habilidades sorprendentes para armar rompecabezas o manejar aparatos electrónicos.

### ***Integración Sensorial:***

- Es posible que le irriten los ruidos.
- Puede que no le guste probar alimentos nuevos.
- Es común que no tolere algunas texturas, o que toque constantemente algunos objetos.
- Tiende a morder o masticar algunos objetos.
- Se puede quedar viendo fijamente objetos que giran o superficies reflejantes.

## **¿Qué provoca el autismo?**

Hasta el día de hoy no se sabe qué provoca el autismo, pero se cree que es un desorden genético.

Lo que sí se sabe es que **NO** es por culpa de los padres o de otros familiares.



*Le puede ser difícil cambiar su rutina o adecuarse a situaciones nuevas.*

## ¿Cómo se diagnostica?

El autismo no se nota a simple vista, y tampoco existe un estudio médico para diagnosticarlo.

Para poder llegar a un diagnóstico, es necesaria la observación de conductas por parte de un especialista, así como la entrevista directa con los padres, maestros o familiares más cercanos.



*Puede que se ría sin causa aparente.*

## ¿Qué puedo hacer?

- No dudes en pedir ayuda.
- Es importante que siempre te mantengas informado.
- **¡Manos a la obra!** Hay muchas cosas que se pueden hacer por tu hijo.

***La clave para un mejor desarrollo y calidad de vida de la persona con autismo está en la atención adecuada y oportuna.***



*Generalmente no hace contacto visual.*



# Tratamiento

La intervención educativa es la base para el tratamiento de las personas con autismo. Los programas de tratamiento con mejores resultados son aquellos que cumplen las siguientes características:






**Individualizado**

**Estructurado**




**Intensivo y extensivo**

**Con la participación de la familia**

Algunos **métodos** que deberías conocer son:

-  Apoyo Conductual Positivo (ABA, Lovaas, modificación de la conducta, terapia conductual)
-  TEACCH (Tratamiento y educación de niños con autismo y problemas de comunicación relacionados)
-  Comunicación Aumentativa y Alternativa
-  RDI (Intervención para el desarrollo de las relaciones)
-  PECS (Sistema de comunicación por intercambio de imágenes)

También hay otro tipo de **terapias** que le pueden servir a tu hijo o a otras personas con autismo como:

-  Terapia de lenguaje
-  Terapia de integración sensorial
-  Terapia ocupacional



# Referencias



## LIBROS:

### *El autismo en niños y adultos*

Lorna Wing  
Editorial Paidós

### *¿Mi hijo es autista? Una guía para la detección precoz y el tratamiento del autismo*

Wendy L. Stone  
Editorial Oniro

### *El niño pequeño con autismo*

Juan Martos  
Editorial APNA

## AUTORES:

Ángel Riviere  
Temple Grandin  
Deborah Fein  
Tony Attwood  
Steven Gutstein

## PÁGINAS DE INTERNET:

<http://www.autismspeaks.org>

<http://www.pasoapaso.com.ve>

<http://www.autismo.org.es>



# ¿Qué decirle a los demás?

En las siguientes páginas, te daremos algunas sugerencias sobre cómo hablar de la condición de tu hijo, en todos los ambientes con los que tiene contacto.

## Sus Maestros

- Habla con los maestros sobre las dificultades de comunicación, conducta, sociales y sensoriales que puede llegar a tener tu hijo, pero resalta también las fortalezas y habilidades que seguramente tiene.
- Pídeles que se refieran a él por su nombre, y que no digan “es autista”, sino “tiene autismo”.
- Explícales que tu hijo necesita que su ambiente sea ordenado y estructurado.
- También explícales que a tu hijo le gustan las rutinas. Si va a haber cambio en ellas, responderá mejor si se le explica y anticipa.
- Pídeles que le hablen en un lenguaje claro y conciso.

**Pepe** es bueno para:

- Rombecabezas
- Dibujar
- Jugar a la pelota

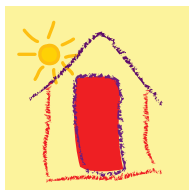


A **Pepe** le cuesta:

- Esperar su turno
- Hablar
- Seguir instrucciones

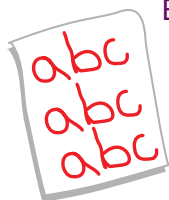
## Sus Maestros

- Es mejor que las instrucciones verbales, vayan acompañadas de apoyos visuales (fotografías, dibujos, etc.) para que tu hijo las entienda mejor y pueda ejecutarlas.



- Coméntales que sus períodos de atención suelen ser cortos. Por esto es mejor involucrarlo en actividades cortas, y procurar darle un pequeño “respiro” entre una y otra.
- Mantén la comunicación con los maestros y pregunta de qué manera puedes apoyar en casa el trabajo que están haciendo con tu hijo.
- Tu hijo llevará su propio ritmo de aprendizaje.

Es importante evitar las comparaciones con el resto de sus compañeros.



## Sus Familiares y Amigos

- Diles el diagnóstico de inmediato y hazles notar cuáles son las áreas de dificultad de tu hijo, pero no olvides mencionar sus fortalezas también.
- Pídeles que te ayuden a investigar sobre el tema, y que se informen sobre qué es el autismo y qué se puede hacer.
- Abre la puerta para que tu familia y tus amigos se sientan cómodos en compartir sus sentimientos y preguntar sus dudas.
- Pide que les permitan a ustedes como papás tomar las decisiones sobre la educación y los servicios del niño sin juzgar.



## Sus Familiares y Amigos

- Coméntales que toda recomendación es bienvenida, pero que no se ofendan si no la siguen. Explícales que te están asesorando especialistas.
- Enséñales los aspectos básicos para que te puedan ayudar a cuidarlo cuando no estés.
- Mencíñales que la mejor forma de apoyarlos es estando con ustedes en las mismas actividades que siempre han estado y ser flexibles para hacer cambios que faciliten la participación de tu hijo con autismo.
- No tengas pena en pedirle ayuda a algún familiar o amigo de confianza para que cuide a tu hijo un rato en lo que tú tomas un respiro.
- Es importante que tengas tiempo para ti, para tu pareja y para tus otros hijos.



## Sus Hermanos

- Es importante que conozcan la condición de su hermano(a); pero evita dar demasiada información. Tienes toda una vida para seguir explicando.
- Cuando notes que tus otros hijos te cambian el tema, o te preguntan si has terminado, son señales de que ya cuentan con la información suficiente por el momento.
- Explícales de acuerdo a su edad: a los niños pequeños lo importante es explicarles que a su hermano le cuesta más trabajo hacer ciertas cosas, aquí es importante que menciones cuáles, por ejemplo hablar, esperar su turno, seguir instrucciones.
- Conforme vayan creciendo, dile a tus hijos que lo que su hermano tiene se llama autismo, que es una condición con la que vive, que no se contagia, que no es culpa de nadie y que, con los apoyos adecuados, puede hacer muchas cosas.



*Es común que le cueste interactuar con otras personas, o que se mantenga aislado.*

## Sus Hermanos

- Equilibra las actividades. Si uno de tus otros hijos tiene una actividad en la escuela y será difícil que tu hijo con autismo tenga un comportamiento apropiado, no lo lles y disfruta el espacio con tu otro hijo.
- Busquen actividades donde puedan compartir y convivir con su hermano y que todos lo disfruten.
- También es importante encontrar actividades y espacios donde puedan convivir padres e hijos sin su hermano.
- Recuérdales que su hermano es capaz de hacer muchas cosas pero puede que le tome más tiempo que a ellos. Que aprendan a ser pacientes.
- Diles que pueden hablar de la condición de su hermano sin sentir vergüenza.
- Mientras más y con mayor naturalidad hablen de ello, se sentirán más tranquilos y la gente tendrá una mejor respuesta.



# Cinco consejos prácticos... que puedes empezar a aplicar desde hoy...

## 1. ¡Organízate!



Consigue una carpeta donde puedas ir guardando todos los documentos de tu hijo: reportes, estudios, artículos, recomendaciones, etc.

Además de mantener un orden, esto te ayudará a ver la evolución de tu hijo y tomar decisiones en los cambios y mejoras que se puedan hacer en su tratamiento.

## 2. ¡Fíjate en lo bueno!

Es común que los padres regañemos a nuestros hijos cuando hacen algo mal, pero tendrás mucho mejor resultado en la conducta de tu hijo si te fijas más en las cosas que hizo bien y buscas la manera de hacérselo notar. Felicítalo por cada logro que tenga por más pequeño que éste sea. Esto lo motivará a seguir esforzándose.





## Cinco consejos prácticos... que puedes empezar a aplicar desde hoy...

### 3. ¡Motívalo a que hable!

Trata de promover el lenguaje en tu hijo en todas las actividades que puedas.

Por ejemplo:

**a)** Cuando esté pintando, puedes tomar los colores firmemente. Cuando intente quitártelos, le pones la muestra diciendo claramente **“DAME”**. Cuando tu hijo trate de decirlo, así sea con el menor sonido, le das los colores y lo felicitas por el esfuerzo que hizo.



**b)** Cuando esté comiendo unas papitas, puedes cerrarle la bolsa y cuando quiera comer más, le pones la muestra diciendo claramente **“MÁS”**. Cuando tu hijo trate de decirlo, así sea con un simple sonido, dale las papitas felicitándolo por lo bien que lo hizo.



### 4. ¡Se consistente!

Trata de nombrar las actividades clave del día siempre de la misma forma. Si para darle la instrucción de irse a dormir le dices a veces “a la cama”, otras veces “a dormir” y otras tantas “es hora de descansar”, puede ser muy confuso para él. Será más fácil que lo comprenda si siempre usas el mismo término.

# Cinco consejos prácticos... que puedes empezar a aplicar desde hoy...

## 5. ¡Anticípate!


Cambiar de actividad puede ser un gran reto para tu hijo. Para hacer este cambio más fácil, te puede ayudar anticiparle lo que va a pasar:

Por ejemplo:

En lugar de darle toda una explicación de porqué debe comer, o bien regañarlo y decirle algo como: “si no comes, no te doy helado”; te puede funcionar mejor si en un tono muy tranquilo y neutro le dices:

- **Primero** ensalada
- **Después** pollo
- **Al final** helado



Al empezar con la ensalada,  dale una pequeña porción para que la pueda terminar y se sienta exitoso. Cuando termine dile: **“muy bien, ensalada se acabó, ¿qué sigue?”**

Si no puede responder le recuerdas:

**“primero ensalada, después ”**

Probablemente recuerde pollo, si no dilo tú.



De igual forma, sírvele poco pollo para que lo pueda terminar. Cuando lo haga, dile: **“pollo se acabó, ¿qué sigue?”**

Si no puede responder le recuerdas:

**“primero ensalada, después pollo y al final ”** Probablemente recuerde helado, si no dilo tú.

**No estás solo...**

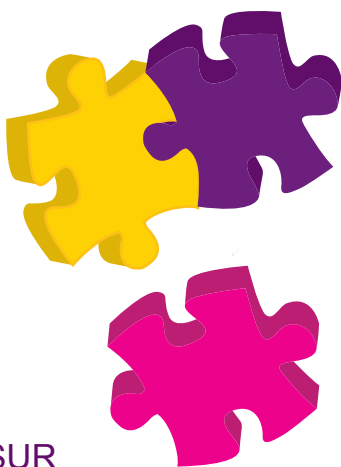
**¡CONTÁCTANOS!**

**Programa Autismo Teletón**

**5321-8600**

**autismo@teleton.org.mx**

**www.teleton.org.mx/autismo**



Edificio ITESUR

Ave. Gustavo Baz No. 219

Col. San Pedro Barrientos, C.P. 54010

Tlalnepantla, Estado de México



PROGRAMA  
**AUTISMO**  
**TELETÓN**

**Agradecemos a Beatriz Díaz Vega**

por aportar las ilustraciones que se encuentran en este manual.  
[beatrizdiaz99@yahoo.com](mailto:beatrizdiaz99@yahoo.com)