

AUTISMO.
COMPRENSIÓN Y APOYO PARA LA PREVENCIÓN DE
CONDUCTAS PROBLEMÁTICAS Y MEJORAR EL
BIENESTAR EMOCIONAL

IDEAS
GENERALES



MARLENE HORNA CASTIÑEIRAS
Ponferrada, 24 y 25 de noviembre de 2024

**“SERES HUMANOS ÚNICOS”,
PERO SERES HUMANOS
NO TODO ES AUTISMO**

**EL DERECHO A EQUIVOCARME, A
COMETER ERRORES O, SIMPLEMENTE,
A OPINAR Y ELEGIR DIFERENTE A LO
QUE A TI TE GUSTARÍA**

Marlene Horna

Edward G. Carr y otros
Intervención comunicativa
sobre los problemas
de comportamiento



Edward G. Carr

“Es importante recordar que las personas sin discapacidad también responden en ocasiones con mal humor cuando se enfrentan a las demandas de la vida cotidiana. Por tanto, no debemos tener un nivel de exigencia especialmente alto para las personas con discapacidad, porque están autorizadas igual que nosotros a desahogarse un poco de vez en cuando en respuesta a una exigencia inoportuna”

(Carr, 1996)

Marlene Horna

Un aspecto importante en la vida diaria de las personas autistas y otras condiciones del Neurodesarrollo es la **gran dificultad para separar su propio estado emocional del de las otras personas**

*“ Sin embargo, somos muy receptivas a las emociones. **El problema, si acaso, es el exceso de empatía. Sentimos vuestra rabia, vuestro dolor, vuestra tristeza. Y entonces nos sobrecargamos y no sabemos cómo manejarlo**” (Poe, C. 2021)*

Los estados
emocionales
se contagian

Marlene Horna

➡ **EL CEREBRO NO PUEDE “NO PENSAR”
EN ALGO**

➡ **EL CEREBRO NO PUEDE ATENDER A DOS
COSAS A LA VEZ ***Salvo...**

Marlene Horna

**TRASTORNO DEL ESPECTRO
AUTISTA (TEA)**

- » A) Deficiencias persistentes en la comunicación social y en la interacción social en diversos contextos (reciprocidad sociemocional, comunicación no verbal, comprensión de las relaciones).
- » B) Patrones restrictivos de comportamiento, intereses o actividades (2 o más: estereotipias, inflexibilidad de rutinas o patrones, intereses restringidos, hiper- o hiporreactividad a los estímulos sensoriales).

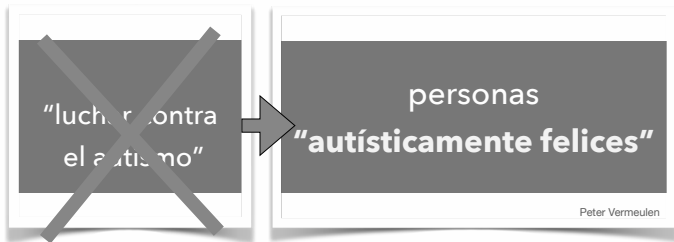


El diagnóstico se complementa especificando algunas características de la presentación clínica (severidad, competencias verbales,...) y características asociadas (presencia de trastornos genéticos asociados, discapacidad intelectual, epilepsia). GRADO 1, GRADO 2, GRADO 3.

Youtube:
“La fiesta
de
cumpleaños”

Marlene Horna

¿Cuál debería ser el objetivo?



Será precisamente en el momento en que la persona logre experimentar sentimientos positivos y consiga un estado de seguridad y bienestar emocional, cuando disminuirán muchas de las características que nos preocupan del autismo (y no al revés): **incrementará su flexibilidad, adaptabilidad, colaboración, mejorará su salud física y mental, sus relaciones personales, etc.**

Marlene Horna

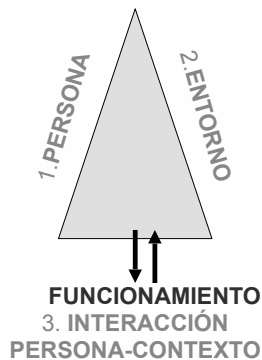
APOYARLES EN SU AUTOCONOCIMIENTO Y ACEPTACIÓN PONIENDO EN VALOR SUS CAPACIDADES.

- Honestidad
- Fidelidad, nobleza
- Curiosidad "científica"
- Centrados en los detalles
- Sentido del humor
- Sinceridad
- Perseverancia y tenacidad
- Sensibilidad
- Originalidad
- Objetividad
- Memoria y gran capacidad para almacenar datos de su interés
- Aceptación de los otros
- Altruismo
- Fuerte sentido de la justicia
- DARLES LA OPORTUNIDAD A BRILLAR EN ALGO

Marlene Horna

LA INFLUENCIA VITAL DEL ENTORNO: "YO SOY YO Y MI CIRCUNSTANCIA"

Modelo social de la discapacidad:



Los propios entornos pueden resultar "discapacitantes", independientemente de las características de la persona.

LAS OTRAS PERSONAS COMO DESENCADENANTES DE LAS CRISIS

Marlene Horna

"No existe el comportamiento autista. Todos son comportamientos humanos y respuestas humanas basados en la experiencia de la persona"

Barry Prizant, 2018

CAMUFLAJE SOCIAL

El camuflaje es el conjunto de estrategias que (consciente o inconscientemente) la persona en el espectro pone en marcha al enfrentarse a una situación social para compensar o esconder características propias del autismo con el objetivo de "encajar" o, al menos, no ser rechazado: fuerza el contacto ocular, trata de evitar las estereotipias, participa en conversaciones superficiales...

*Necesidad de contar con descansos del camuflaje social

*Las niñas y mujeres a menudo pasan más desapercibidas.

Marlene Horna

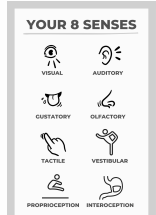
LOS 8 SISTEMAS SENSORIALES

¹³ que calman
*Más reacción hacia lo de fuera

- **Auditivo**
- **Visual**
- **Táctil**
- **Olfativo**
- **Gustativo**



- **Vestibular**, relacionado con el **equilibrio** y el sentido del movimiento de nuestro cuerpo en el espacio.
- **Propiocepción**, sentido que informa al organismo de la **posición** de los músculos, ligamentos y articulaciones.
- **Interocepción**, nos informa sobre lo que sucede dentro de nuestro propio cuerpo.



Marlene Horna

“A veces cuando los niños me hablaban, yo apenas oía. Otras veces sus voces sobaban como balas”

(White y White, 1987, citado en Bogdashina, 2007)

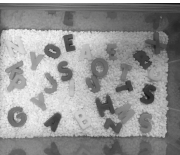
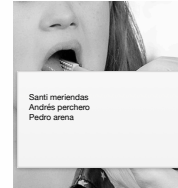
Marlene Horna

Centrados en la persona y/o en el entorno sensorial

Proporcionar mayor o menor estimulación sensorial



Habitación o desensibilización



Integración sensorial



MEJORAR LA
CONCIENCIA
INTEROCEPTIVA

Marlene Horna

ALTERACIONES EN EL PROCESAMIENTO SENSORIAL: SOBRECARGA SENSORIAL



Tratar de no crear un entorno sensorial visualmente/ auditivamente/... insoportable o abrumador para la persona o que compita por tu atención.

Necesidad de vigilar y supervisar el entorno sensorial, así como proporcionar DESCANSOS SENSORIALES

Marlene Horna

No es suficiente con aprender estrategias, hay que empezar comprendiendo las situaciones

Ni la experiencia es necesariamente suficiente

Marlene Horna

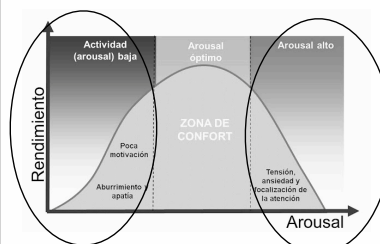
El principio de todo: CREACIÓN DE RELACIONES SEGURAS Y POSITIVAS

*“Ayuda a las personas a sentirse **“seguras y aceptadas”** y se sentirán atraídas hacia ti; ayúdalas a sentirse **“competentes”** y seguirán tu guía”.*

Nason

Marlene Horna

CONOCER Y GESTIONAR LOS NIVELES DE ACTIVACIÓN DE LA PERSONA



*Carls CentroD
Chico TF
Dieg
Sara padre
Rosa Video
Tatuaje PZ

El concepto de “excitación” o “activación” se refiere a la preparación fisiológica para percibir los estímulos del entorno y reaccionar ante ellos. El nivel de excitación se reflejará en la conducta de la persona.

“La dificultad para mantenerse bien regulado fisiológica y emocionalmente debería considerarse la característica principal que define al autismo” Prizant (2018, p.29)

Marlene Horna

Actividades generales activadoras

- Masaje energético
- Cosquillas
- Chicle, comida textura
- Actividades de empujar/tirar, correr, saltar, saltar a la cuerda, actividades de levantar peso.
- Movimientos rápidos (balancearse, trampolín, bola de terapia).
- Patear, rebotar o lanzar un balón
- Olores y sabores fuertes (menta, perfumes)
- Luces brillantes
- Música alta o animada
- Jugar con agua fría
- Juguetes fidget
- Bebidas con gas
- Sentarse en un taburete o cojín de aire
- Ejercicio físico
- Bailar

Marlene Horna

Actividades generales calmantes

- Masajes tacto profundo
- Sentarse en cojines o almohadas de habas
- "Sandwich" con almohadas
- Almohadillas en el regazo
- Presión profunda o chalecos de peso
- Abrazos grandes y envolventes
- Balanceo suave
- Frotar con lociones
- Luz tenue
- Música suave y tranquila
- Comprensión en las articulaciones (muñecas, codos, cadera, rodilla, tobillo, brazos y piernas)
- Estiramientos
- Chicle
- Succionar
- Juguetes fidget
- Patrones de movimiento rítmicos y calmados
- Ejercicios físicos de relajación

Marlene Horna

¡Bienvenidos los intereses y entusiasmos!

"obsesiones"

Cumplen una variedad de funciones importantes para las personas:

- Ofrecen **seguridad** en un mundo difícil de entender
- Aportar **orden**
- **Ocio y disfrute** (compartidos o no).
- Fortaleza que promueve el **aprendizaje y desarrollo de ideas** que podría como **ocupación o profesión**.
- Hacen sentir a la persona **competente** ("conocimientos estáticos").
- Al preocuparse en entender por qué las cosas funcionan pueden **mejorarlas**.
- **Vía de escape** ante la sobrecarga sensorial, al sentirse inseguros en las relaciones sociales y ante el estrés y la ansiedad
- Muchos intereses basados en lo sensorial ayudan a **calmar y organizar el sistema nervioso**.
- Pueden servir de vehículo para **interaccionar con otras personas** (mejorar habilidades conversacionales).

APROVECHAR y PROMOVER

- Incentivo en actividades
- Premio final
- Bienestar emocional
- Promoción de

Marlene Horna

Negociando: técnica de Premack

Negociación: Primer lo que gusta menos para luego lo más agradable

First



Then

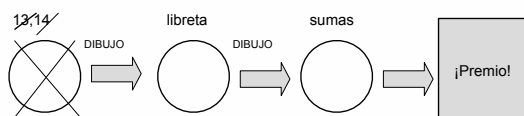


First bathroom, then legos

22

Marlene Horna

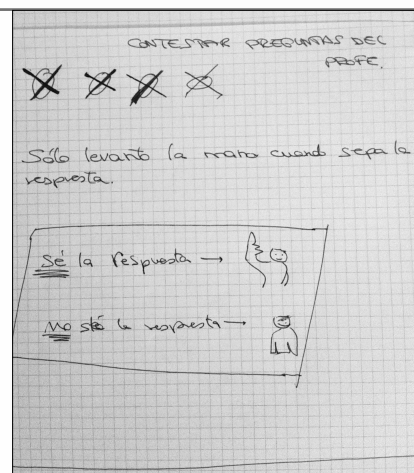
MI TRABAJO



Marlene Horna

EXPLICACIONES VISUALES Y CONCRETAS PARA PODER COMPRENDER

*levantar la mano



Marlene Horna

*“Si hago algo que tú no entiendes,
tienes que preguntarme sin cesar “¿por
qué, por qué, por qué”?”*

Ros Blackburn



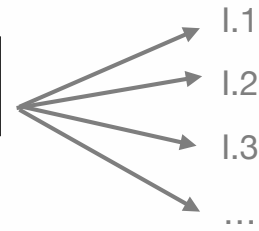
**Escucha, pero no sólo con los
oídos, sino también con los ojos**

Marlene Horna



“Hechos vs. interpretaciones”

Hecho



OJO: ¿Es un hecho o estamos ya directamente interpretando?

Marlene Horna

Control/ Gestión/
Acompañamiento en las
crisis



ENFOQUE REACTIVO

Intervención sobre
Las conductas
problemáticas



**ENFOQUE
PROACTIVO**

- PREVENCIÓN
- ENSEÑANZA DE NUEVAS HABILIDADES
- MODIFICACIONES EN EL ENTORNO (físico, sensorial, social, programático)

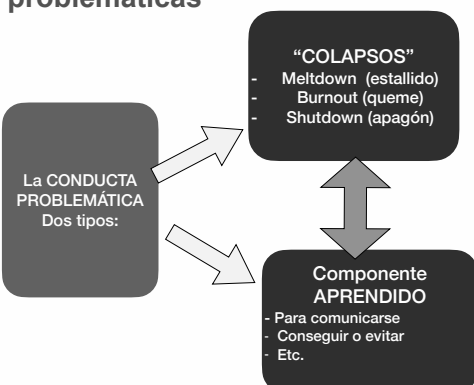
Marlene Horna

*“El mejor momento para tratar los
problemas de conducta es cuando estos no se
están produciendo”*

Edward G. Carr

Marlene Horna

Dos grandes tipos de conductas problemáticas



Marlene Horna

FACTORES ESTRESANTES

Bo Hejlskov Elvén (2010)

Vidas ricas

FACTORES DE ESTRÉS DE BASE

- pobre coherencia central
- dificultades de función ejecutiva
- pobre estructura
- trastornos del sueño
- sobrecarga sensorial
- día caracterizado por muchas demandas o de muy alto nivel
- problemas relacionados con la familia
- adolescencia
- soledad
- sentirse diferente
- emociones fuerte de gente de alrededor
- Diciembre
- importantes eventos vitales
- alergia al polen
- dolor
- problemas amor romántico

FACTORES DE ESTRÉS SITUACIONALES

- demandas
- conflictos
- incomprensión de los otros
- achaques y dolores
- ruidos súbitos
- personal sustituto
- disgusto por personal u otro usuario
- cambios inesperados
- no ser capaz de hacer algo
- comida
- injusticia
- fiestas
- restricciones físicas

Marlene Horna

CAUSAS COMUNES DE LOS MELTDOWNS (ESTALLIDOS)



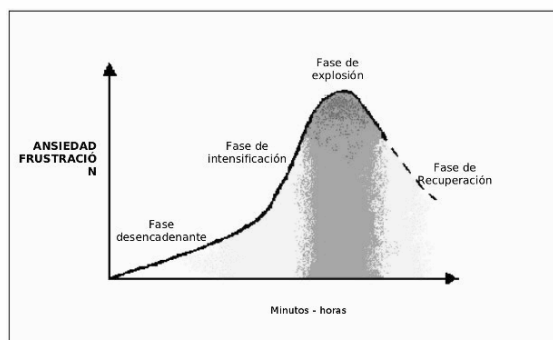
- Sobrecarga **sensorial**: mucha estimulación o muy intensa. No filtra o integra bien-sobrecarga-pánico
- Sobrecarga de **información**: mucha información o demasiado rápido. Procesamiento más lento y secuencial.
- Sobrecarga **emocional**: emociones repentinas, intensas y combinadas, propias y ajenas.
- **Demandas** en la ejecución de tareas: demasiada cantidad o demasiado difíciles. Ya ansiedad en estas situaciones-más presión-estallido
- **Cambios** súbitos o cambios de expectativas: les asustan al perder sensación de seguridad (muy dependiente de la predictibilidad).
- **Frustración** intensa: mayor rigidez conseguir algo. Puede empezar como "berrinche"- pánico-lucha huida.
- Falta de habilidades de **comunicación**. Gran frustración.
- Incapacidad para **"controlar"** lo que ocurre alrededor: miedo por incertidumbre- necesidad de mayor control- si se les presiona a seguir a otros, pánico-meltdown.



Marlene Horna

Nason

EL CICLO CONDUCTUAL DE LA CRISIS



Autismo y Conductas Desafiantes", editada por la N.A.S.(2001), Philip Whitaker & cols.

Marlene Horna

FASES	ESTRATEGIAS
Desencadenante	•Eliminación de la causa •Tratar la conducta como una forma de comunicación •Desviar la atención •Aprender a hacer frente al estrés
Intensificación	•Recordar las recompensas •Recordar las reglas •Forma de evitación 1: proporcionar oportunidades para reflejar la situación. •Forma de evitación 2: cambio de orientación. •Modificar la demanda •Tranquilizar la situación
Explosión	•Despejar la zona 1: despejar el entorno •Despejar la zona 2: proteger a otras personas •Conseguir ayuda •Dar una respuesta de baja intensidad •Intervención física
Recuperación	•Proporcionar espacio •Regresar a la normalidad •Realizar de nuevo la demanda •Charlar sobre la situación •Cuidar de uno mismo

"Autismo y Conductas Desafiantes", editada por la N.A.S.(2001), Philip Whitaker & cols.

ENFOQUE DE BAJA ACTIVACIÓN

Recomendaciones durante la fase

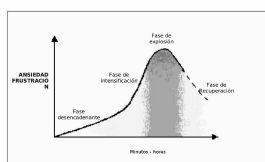
- Apartar personas u objetos para evitar daños a otros o a la propia persona
- La persona está aterrada o sobrepasada y lo primero que habrá que hacer es seguridad.
- Tratar de permanecer tranquilo y transmitir calma.
- No hablarle, o si se hace, hacerlo en voz baja y tono tranquilo utilizando frases cortas y repetitivas (p.ej. "Tranquilo, ya pasó"). Más lenguaje podría añadir simplemente "ruido" y confusión. Nunca regañarle en ese momento y menos aún gritarle o amenazarle. Recordemos que en este momento la persona no puede razonar.
- Evitar mirarle directamente a los ojos, el contacto ocular puede incrementar la emoción.
- Evitar tocarle (especialmente si la persona que trata de ayudar está tensa) y darle espacio. La mayoría no suele recibir bien el contacto físico, incluso de consuelo, en este tipo de situaciones.
- Si es preciso acercarse tratar de evitar hacerlo de frente (mejor ligeramente de lado o en diagonal), demasiado deprisa, gesticular con los brazos, permanecer de pie demasiado cerca o inclinarte hacia delante, esa comunicación no verbal puede resultar amenazante.
- En los casos extremos en los que llegara a ser necesaria una contención física debe tratarse de no hacer daño a la persona, ejercer la fuerza mínima imprescindible y tratar de ir desvaneciéndola en cuanto la persona vaya recuperando la calma. Si la necesidad de contención física se necesitara a menudo ha de ser planificada y documentada por escrito, y contar con el consentimiento familiar.

Marlene Horna

Tratar de erradicar una conducta problemática sin antes comprenderla es un error

"Consideramos los problemas de comportamiento como fuente de informaciones esenciales acerca de lo que es importante para la persona (...). La existencia de problemas de comportamiento es a veces la única pista que tenemos para ayudarnos a descubrir lo que es importante para un sujeto. Por eso nuestro primer objetivo debe ser comprender la conducta problemática y no simplemente eliminarla. Su comprensión brinda la posibilidad de elegir una conducta funcionalmente equivalente" (p.48-49).

Marlene Horna



Autismo y Conductas Desafiantes", editada por la N.A.S.(2001), Philip Whitaker & cols.

CICLO CONDUCTUAL		
ALUMNOS	INDICE DE CONDUCTA:	FECHA:
FASES	ESTRATEGIAS	
DESCACENANTE	Lenguaje corporal	
	Verbalización	
INTENSIFICACIÓN	Lenguaje corporal	
	Verbalización	
EXPLOSIÓN	Lenguaje corporal	
	Verbalización	
RECUPERACIÓN	Lenguaje corporal	
	Verbalización	

Marlene Horna

“(...) los comportamientos difíciles resultan de necesidades insatisfechas. Podría ser útil agregar la palabra necesidad a cada pregunta de por qué. Por ejemplo, en lugar de preguntar “¿Por qué ella se da una bofetada?”, pregunte “¿Por qué ella necesita darse una bofetada?” O en vez de preguntar ¿Por qué huye él?”, pregunte ¿Por qué él necesita huir?”.

David Pitonyak

Motivo o función:
¿Por qué ?

Forma:
¿Cómo lo hace?



Marlene Horna

Importante!



“Es fundamental que las y los profesionales respetemos los intentos comunicativos de la conducta, incluso cuando resulte evidente que la persona con discapacidad recurre de forma muy consciente a esta estrategia conductual para obtener lo que desea”

Centro de Documentación y Estudios SIIS, 2011

Marlene Horna

FORMULAR HIPÓTESIS.

Observaciones sistemáticas: Análisis A-B-C

- Nombre:
- Evaluador/a:
- Contexto general (comida, calle, escuela): _____
- Fecha: _____ Hora: _____

-ANTECEDENTES (qué han dicho y hecho las personas y las circunstancias ambientales).

-CONDUCTA (qué hizo, duración, forma, intensidad, etc).

-CONSECUENCIAS Reacción social, lo que hayan dicho o hecho el personal, los compañeros, etc.

Marlene Horna

¿QUÉ NOS ESTÁ DICIENDO LA PERSONA CON SU CONDUCTA?

FUNCIÓN	QUE PUEDE TRATAR DE COMUNICAR LA PERSONA
CONSEGUIR - atención - interacción o juego - objetos - actividades - comidas	- “Quisiera que me hicieras caso” - “Necesito ayuda” - “Yo también quiero eso” - “Tengo hambre/sed” - “Quiero jugar contigo” - ¿Cuándo va a ser mi turno?
EVITAR - tareas - actividades - situaciones - comidas - personas	- “No quiero seguir” - “¿Otra vez lo mismo?” - “Odio eso” - “Es demasiado para mí” - “Esa persona no me agrada” - “Eso me hace daño” - “Necesito salir de aquí”
ALTERACIONES SENSORIALES - disminuir la percepción del sensorial - incrementar la percepción el input sensorial - sobrecarga sensorial	- “Necesito mayor actividad” - “No puedo soportarlo” - Ayúdame a calmarme” - “Necesito sentir mi cuerpo”
SOBREACTIVACIÓN, EXPRESIÓN DE EMOCIONES U OTROS ESTADOS - miedo - confusión - enfado - alegría - tristeza - estrés - frustración - dolor - cansancio	- “Tengo miedo” - “No te entiendo” - “Esto me desborda” - “Necesito un descanso” - “Estoy eufórico” - “La echo de menos” - “Otra vez he vuelto a fracasar” - “Estoy enfermo” - “Me siento solo” - “No aguanto más”



FORMULAR HIPÓTESIS

Observaciones sistemáticas: Scatter Plot

Permite recoger patrones de ocurrencia (**o no**) que se asocian a diferentes momentos u horas del día.

Datos de Identificación	
Nombre de la persona:	
Nombre del observador:	
Fecha de inicio:	
Fecha de finalización:	
Contexto observado:	
Conducta 1:	
Conducta 2:	
Conducta 3:	
Datos de Observación	
Intervalos:	L M J V S D
7:00-7:30	
7:30-8:00	
8:00-8:30	
8:30-9:00	
9:00-9:30	
9:30-10:00	
10:00-10:30	
10:30-11:00	
11:00-11:30	
11:30-12:00	
12:00-12:30	
12:30-13:00	
13:00-13:30	
13:30-14:00	
14:00-14:30	
14:30-15:00	
15:00-15:30	
15:30-16:00	
16:00-16:30	
16:30-17:00	

Datos de Identificación	
Nombre de la persona:	Jon
Observador:	Melal
Fecha de inicio:	20 de noviembre de 2008
Fecha de finalización:	25 de noviembre de 2008
Conductas Observadas:	Pagar y analizar
Datos de Observación	
Instrucciones:	☐ = 0 ☐ = <3 ☒ = ≥3
	L M J V S D
9:00-9:30	
9:30-10:00	
10:00-10:30	
10:30-11:00	
11:00-11:30	
11:30-12:00	
12:00-12:30	
12:30-13:00	
13:00-13:30	
13:30-14:00	
14:00-14:30	
14:30-15:00	
15:00-15:30	
15:30-16:00	
16:00-16:30	
16:30-17:00	

Marlene Horna

DOS TEST FUNDAMENTALES QUE TIENE QUE PASAR TODA INTERVENCIÓN QUE PLANIFIQUEMOS

“Ponte en sus zapatos”

“El test del Supermercado”

Jones (2012)

Marlene Horna

ENFOQUE PROACTIVO (prevenir)

Descubrimos cuál
es la **NECESIDAD**
que está
cubriendo esa
conducta que nos
preocupa



Enseñamos
**CONDUCTA
ALTERNATIVA**
y/o
AJUSTES
razonables en el
ENTORNO



**PRÁCTICA,
PRÁCTICA,
PRÁCTICA,**
con el **apoyo** y
durante **tiempo**
necesario



Y solo después posibles
consecuencias negativas
o “castigos”

Marlene Horna

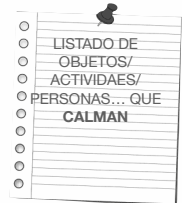
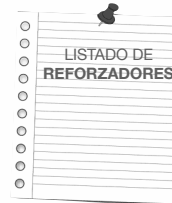
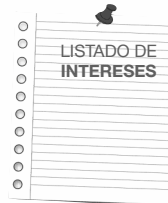
La escasa eficacia de los castigos y de las “caricias”

*¿Esto me ayuda a decirte que me
duele la barriga, que no entiendo la
tarea o que mi compañero me está
abrumando?*

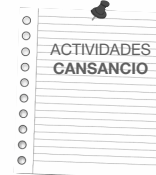
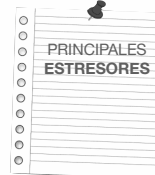
*“Pretender eliminar un comportamiento sin
entender por completo el propósito no sólo es
inútil; también es una muestra de falta de respeto
hacia la persona. Peor aún, provoca que la vida
de la persona con autismo se torne más difícil”
(Prizant, 2018).*

Marlene Horna

¡LOS IMPRESCINDIBLES!



A menudo pueden coincidir pero otras veces no



Marlene Horna



Gracias

Marlene Horna