

RECOMENDACIONES PARA PROFESIONALES DE LA SALUD QUE ATIENDAN A PERSONAS CON TRASTORNO DEL ESPECTRO DEL AUTISMO DURANTE LA PANDEMIA DE COVID-19 EN ESPAÑA.

El trastorno del espectro del autismo (en adelante, TEA) es un conjunto de condiciones que afectan a cómo se desarrolla y funciona el sistema nervioso. Tiene un origen neurobiológico y acompaña a la persona durante toda la vida. Incluye, principalmente, en dos áreas del desarrollo de la persona que lo presenta:

- la comunicación e interacción social,
- la flexibilidad del pensamiento y del comportamiento.

La comprensión social puede resultar difícil para estas personas. Muchas veces tienen problemas para comprender y compartir las emociones de los demás, y también para la autoexpresión y autorregulación de sus propias emociones.

Las personas con TEA pueden presentar cualquier problema de salud, al igual que el resto de la población, y sus dificultades tienen implicaciones importantes en el contexto sanitario.

¿Cómo afecta la cuarentena a las personas con TEA?

Las personas con TEA son más vulnerables, en comparación con las personas “neurotípicas” (término que a veces se utiliza para hacer referencia a las personas que no presentan un trastorno del neurodesarrollo), a experimentar dificultades que afectan a su bienestar emocional y que pueden provocar trastornos de salud mental.

Por eso, una situación de crisis global como la actual pandemia del COVID-19, puede desencadenar en estas personas reacciones como:

- Altos niveles de estrés y ansiedad ante la posibilidad de enfermar, de que sus seres queridos enfermen o por la situación de cuarentena que probablemente están viviendo.
- Aparición o incremento de conductas negativistas y desafiantes, que lleven a contravenir las medidas establecidas (por ejemplo, insistir en salir de casa para acudir con normalidad a su centro educativo o servicio de atención diurna aunque sepan que está cerrado).
- Dificultades significativas de auto-regulación, que provoquen la aparición o incremento o intensificación de autolesiones y/o agresiones a familiares o figuras principales de apoyo.
- Agravamiento de condiciones comórbidas de salud mental (ansiedad, depresión, pensamientos suicidas...), que puedan poner en riesgo la integridad física de las

personas, especialmente de aquellas que vivan solas o tengan un círculo de apoyo reducido.

¿Qué puede hacer el personal sanitario que atiende a personas con TEA estos días?

La exploración médica y la atención sanitaria a personas del colectivo, por razón de las características centrales del trastorno, requiere de ciertas medidas y precauciones a tener en cuenta.

Algunas consideraciones para velar por el bienestar de las personas con TEA en contextos sanitarios son:

1. Procura, en la medida de lo posible, atender a la persona en **entornos tranquilos**, sin exceso de ruidos, luces artificiales o distractores.
2. **Dirígete principalmente a la persona** a la que estás atendiendo, incluso si es menor de edad, e incluye de manera adecuada a sus acompañantes.
3. **Anticipa** con claridad y especificidad los procedimientos, tratamientos e instrumentos que se van a emplear. Si es posible, indica cuánto tiempo van a durar estos.
4. **Avisa** a la persona antes de tocarla.
5. Haz uso de un **lenguaje adaptado** a las necesidades comunicativas de la persona TEA y trata de vincular los contenidos de la sesión a sus gustos e intereses particulares.
 - Háblale con naturalidad y simpleza, con una correcta pronunciación y usando gestos naturales que complementen a las palabras.
 - Evita bromas, ironías o dobles sentidos.
 - Evita el uso de preguntas abiertas, mejor buscar respuestas de sí o no.
 - Muestra una actitud calmada y receptiva.
6. **Proporciona el tiempo necesario** para que la persona con TEA pueda procesar la información, responder y realizar preguntas si lo necesita.
7. **Comprueba** periódicamente **su nivel de ansiedad** y asegúrate de que está comprendiendo correctamente lo que se le transmite.
8. **Asegúrate de preguntar** a la persona y sus familiares o acompañantes si necesita algo: más información, ayudas para comprender algo, orientación sanitaria sobre otra cuestión, etc.
9. Es útil aplicar **apoyos visuales concretos** como el uso de imágenes, listas, símbolos o dibujos para transmitir la información y aumentar la comprensión. Por ejemplo: <https://drive.google.com/open?id=1hS4DRio1UEE0iVkJEnsRpY8i72cvSXTkJ> (material elaborado por la Federación Autismo Castilla y León).

10. **Tranquilízala con datos objetivos y mensajes en positivo**, tanto si está enferma como si no. Esta situación tiene un punto final, que puede estar cerca o lejos, pero existe una certeza de que terminará.
11. **Si tienes dudas** o crees que necesitas orientaciones específicas, **pide ayuda o recurre a profesionales** con experiencia en atención a personas con TEA que estén en tu entorno próximo. Estos días, muchos/as profesionales ofrecen su ayuda a través de internet y redes sociales.
12. Ante todo, **no olvides el valor de tu labor profesional estos días**. Es por el trabajo de personas como tú y tus colegas que superaremos con éxito esta situación excepcional. ¡Gracias por no perder la sonrisa!

