



## CASD CHAT en Español

### Hablando Con Su Hijo/a Sobre Su Diagnóstico De Autismo

Es una de las preguntas más comunes que recibimos cuando hablamos con padres de un niño/a recientemente diagnosticado- Le digo a mi hijo/a que es autista? La respuesta- casi siempre- es SI. Ahora, en terapia hablamos mucho sobre como 'siempre' no ayuda todas las veces. La razón es porque no se puede generalizar. Puede haber situaciones únicas donde el consejo general no aplica y finalmente usted decidirá lo que es correcto para su familia. Si embargo la meta de este artículo es ayudar a entender por qué nosotros en Children's casi siempre recomendamos hablar con si hijo/a sobre el diagnóstico de autismo, y como hacerlo.

**Razón #1: Niños son inteligentes.** La mayoría del tiempo, niños saben cuándo algo de ellos es diferente a los otros niños. Y niños están es una época de desarrollo donde están tratando de entenderse a sí mismos, su mundo, y el enlace entre estos dos. Intencionalmente o no, niños están siempre tratando de entender el mundo y su lugar en el, y contándose historias sobre porque las cosas son en la forma que son. Desafortunadamente, lo que sabemos por investigación en el desarrollo de auto estima en gente joven con autismo es que sin una explicación por que las cosas son difíciles para ellos (que son fáciles para otros), la historias que autistas se dicen a ellos mismos no son muy positivos. Las cosas que los niños de dicen pueden ser "yo no soy inteligente," "yo no pertenezco a esta familia," o "nunca será bueno para nada." Nosotros queremos darles el lenguaje y el conocimiento sobre autismo para que las historias que ellos se digas suenen algo como, "yo necesito ayuda para cambios de actividades, pero se está haciendo más fácil," "mi cerebro trabaja diferente, pero le gente que me ama, ama eso de mí," y "autismo hace que algunas cosas sean difíciles, pero también significa que soy muy bueno para otras cosas."

**Razón #2: Les da acceso a nuevas comunidades, amistades, y fuentes de alegría.** La investigación sugiere que una de las cosas que más protege a la

salud mental de niños autistas es involucrarlos en sus intereses especiales y conectarlos con otros que compartan sus pasiones. Conectándolos con otros niños autistas les da la oportunidad de compartir con otros que ven el mundo de una forma similar a como ellos lo ven. Esto puede llevarlos a una mayor inclusión, mas sentimiento de pertenencia, y una auto estima mas fuerte.

Puedes pensar- que bueno, Ashley, pero usted habla sobre estas cosas todo el tiempo, entonces sabe exactamente que decir- como manejar esta conversación como un padre? Primero que todo, para asegurarle, ¡estas conversaciones son difíciles para profesionales también! Esto es porque cada niño es diferente, tiene sus propias necesidades, y diferentes niveles de información que ya han recibido. Cuando estoy entrenando nuevos (y muchas veces muy nerviosos) terapistas, les digo que hay muy pocos errores que no se pueden arreglar. Lo mismo se aplica para esta conversación- padres hacen errores, y los niños se adaptan. Aunque la conversación no sea tan buena como usted espera, usualmente hay algo positivo que se gane. Dicho esto, nosotros tenemos algunos consejos para ayudarle hablar con confianza a su niño autista sobre el autismo:

**1. No es solamente una conversación, sino muchas conversaciones.**

Autismo es una identidad de toda la vida y la forma en la que le hable a su niño de 5 años sobre el autismo es diferente como le va hablar cuando tenga 15 años y diferente nuevamente cuando tenga 25. No hay necesidad de poner toda la presión en una sola conversación, aunque sea la primera vez que su hijo está aprendiendo que es autista.

Solamente está empezando una conversación que va a tener por el resto de la vida de su hijo y van haber muchas oportunidades para que ustedes sigan aprendiendo y creciendo juntos.

**2. Enfatiza fortalezas.** Autismo es una parte de la identidad de su hijo/a que viene con muchas fortalezas muchas de estas fortalezas son imposible de separarlas de su identidad autista. Unos ejemplos comunes de las fortalezas de niños autísticas son: apasionados por sus intereses, enfoque intenso, atención a detalles, memoria, curiosidad, integridad, justicia, sinceridad, lealtad, servicial. Muchas veces cuando hablo con niños sobre el autismo, les pregunto cuales piensan ellos que con sus fortalezas.

**3. Pero no tenga miedo de reconocer las dificultades.** Hablamos mucho en Children's sobre proveer cuidados y servicios para niños que afirmen a la neurodiversidad o que reconozcan el autismo como una parte de la identidad de alguien. Pero no significa que no podemos reconocer que las cosas relacionadas con el autismo son difíciles. Muchos niños autistas tienen dificultad para comunicarse, para manejar sus sentimientos y comportamientos, y para sentirse aceptados en el mundo

que es creado para gente neurotípica. Las personas neurotípicas generalmente tienen dificultades reconociendo la perspectiva de individuales neurodiversos y como apoyarlos. Usted debería reconocer y empatizar con cosas que son difíciles y explicarles que hay una razón por la que estas cosas son difíciles y no tiene nada que ver con ser inteligente, amable, o bueno. ¡Es porque es autista y la mayoría de los otros no- y eso puede ser muy difícil!

Muchas veces ayuda tener un ejemplo sólido. Abajo hay un ejemplo de una conversación con una niña de colegio elemental con buenas habilidades verbales.

### Ejemplo:

Papá: “Emma, sabes que fuimos al doctor, y te hicieron hacer unos rompecabezas y hablaste con el doctor sobre tus sentimientos y amigos?”

Emma: “No.”

Papá: Escogiste un juguete para llevar a casa al final, ¿te acuerdas?”

Emma: “O sí! Lo puse en algún lugar. ¿Sabes en donde lo puse?”

Papá: “Quiero hablar contigo sobre algo- “

Emma: “¿Puedes ayudarme a encontrar el juguete?”

Papá: “Sí. Ok. Hagamos un plan. Primero hablamos, y después te ayudo a buscar el juguete. ¿Te parece bien?”

Emma: “Ok.”

Papá: “Toma- haz una actividad conmigo. Voy a doblar unos papeles en la mitad y cada uno de nosotros va a escribir unas cosas que son fáciles en un lado, y algunas cosas que son difíciles en el otro lado. Te puedo ayudar si no puedes pensar en algo.”

[Ellos completan la actividad. El papá le ayuda cuando ella necesita ayuda. Y al final cada uno tiene una lista de 3-4 cosas de cada lado del papel].

Papá: “Wow, mira esto. Ambos tenemos cosas que son difíciles para nosotros, y algunas cosas que son fáciles. Todos tienes cosas que son

difíciles para ellos y cosas que son fáciles y algunas de estas listas tienen nombres. Tu lista se llama autismo. Tu eres autista y esa significa que algunas cosas que son difíciles para ti, y eres muy buena para otras cosas. Sabes cómo tu solamente tomas tu malteada con un popote morado? ¿Pero ves como a tu hermano menor no le importa que color usa?”

Emma: “Aja”

Papá: “Pues, muchas personas autistas les gusta hacer las cosas de la misma forma cada vez que las hacen porque es cómodo y seguro.”

Emma: “Aiden no tiene autismo?”

Papá: “No, Aiden no es autista. La mayoría de las personas no son autistas- tu cerebro es especial y único. Algunas veces eso será interesante, y otras veces será difícil.”

Emma: “Sera difícil? Por qué va ser difícil?”

Papá: “Por ejemplo con la malteada- como te sientes cuando no puedes encontrar un popote morado?”

Emma: “NO bien. Porque yo realmente quiero mi malteada.”

Papá: “Exactamente- entonces algunas veces yo te voy a ayudar a encontrar formas de hacer las cosas diferentes para que tu puedas todavía tener las cosas que quieres.

Emma: “Pero también va a ser interesante?”

Papá: “Por supuesto. Sabes cómo tú sabes todo acerca de Pokémon? Muchas veces personas autistas son muy buenas recordando información sobre las cosas que les interesan.

Emma: “Sera que siendo autista significa que yo voy a poder recordar los nombre de todas las 1025 Pokémon?”

Papá: “De pronto! Pero lo importante es que- “

Emma: “Ya se los 151 originales.”

Papá: “Que bueno! Entiendes lo que estoy diciendo?”

Emma: “Creo que sí. ¿Puedo ir a ver Bluey ahora?”

Papá: "Si"

Esta conversación no fue perfecta. Emma claramente prefirió continuar con su día en vez de tener la conversación, y su interés en la conversación variaba. ¡Su papá no habla sobre la parte social del autismo- que es una parte grande de su diagnóstico! Pero el punto es- esta conversación abrió la puerta. Va haber más tiempo para estas conversaciones sobre como Emma navega el mundo social, auto abogacía, y flexibilidad per por ahora, ella sabe que el Papá quiere ayudarla con las cosas que son difíciles para ella y ve las fortalezas que son parte de quien es. Si eso es le único que le puedes comunicar a su hijo/a antes que se vaya a ver Bluey, usted va bien.



**Si usted tiene comentarios o sugerencias, por favor escanee el QR o seleccione aquí para completar una encuesta. Gracias**

*Este artículo fue creado por Ashley Muskett, Ph.D con la asistencia de Andrea Lopez, B.S., CASD coordinadora de investigación, y Laura Campos, B.A., CASD coordinadora de investigación.*

## Celebrando Neurodiversidad

### Devin O' Connell

Creciendo con autismo, Devin O'Connell tuvo dificultad socializando, haciendo amigos, y fue víctima de bullying a una edad temprana.

Afortunadamente, él siguió su

pasión para ser un piloto de carreras. El empezó a hacer carreras a los nueve años. El ambiente de la pista de carreras fue en gran lugar para que Devin pudiera socializar con otros niños que también amaban hablar solamente sobre carreras y carros. Devin usa lo que ha aprendido para empoderar a otros y usar su regalo de hablar en público para hablar en colegios y otros grupos sobre el autismo y como ha hecho que su discapacidad sea otra forma de habilidad.



[Devin O'Connell Racing \(devinoconnellracing.com\)](http://devinoconnellracing.com)

**Participar en Investigaciones**

## **Unstuck & On Target High School Project**

Hay un nuevo proyecto de investigación de Children's National Hospital y queremos trabajar con colegios de secundaria en el área metropolitana de DC.

Expertos de autismo en Children's National Hospital, en conjunto con educadores, jóvenes autistas, y sus familias, han desarrollado una extensión del currículo académico Unstuck and On Target! para estudiantes de secundario que buscan un diploma estándar, y necesitan apoyo con funciones ejecutivas o apoyo social y emocional. Este currículo está diseñado para ser enseñado en el colegio y se enfoca en habilidades necesarias para la transición como pedir ayuda, ser flexible, manejo de tiempo, establecer metas personales y planear.

Hemos recibido fondos del National Institutes of Mental Health para evaluar el currículo (gratis) en una escala más grande, y estamos buscando colegios que quieran ser parte de este estudio. Una vez recibamos la aprobación del distrito escolar, nosotros proveeremos a los colegios con entrenamientos gratis, materiales, y apoyo continuado para personal del colegio para enseñarles Unstuck.



Si usted es un profesor o padre y está interesado en escuchar más sobre como traer Unstuck a su colegio de secundaria o al distrito, por favor contacte a Julianna McKenna, [jmmckenna@childrensnational.org](mailto:jmmckenna@childrensnational.org)

**Recursos de Unstuck & On Target**

### Un recurso para **PADRES**

- Apoyos gratuitos en línea para padres de niños con dificultades para manejar las emociones, concentrarse, hacer planes y más

Creado por  
padres,  
educadores y  
expertos.

**Haga  
clic  
aquí**

- 5 videos de 3-5 minutos en español
- Hojas de consejos

"Los videos me hicieron sentir menos solo... y con la esperanza de que hay más cosas que puedo intentar para ayudar [a mi hijo]."

El equipo de autores de Unstuck ha creado videos cortos para ayudar a los padres de niños con dificultades en funcionamiento ejecutivo. Por favor seleccione de la lista para ver los videos en español. **Adicionamos nuevos videos para responder a las sugerencias de los padres. Por favor seleccione de la lista para ver una nueva serie de tres videos sobre como solucionar problemas.**

## Recursos Adicionales en Español

- [Organization for Autism Research \(OAR\)](#)
- [Pathfinders for Autism](#)
- [Autistic Self Advocacy Network](#)
- [xMinds- Partnership for Extraordinary Minds](#)
- [Parent Child Journey](#)
- [Child Mind Institute](#)
- [Recursos TEA](#)
- [Padres Sin Límites](#)
- [Autismo Diario](#)
- [National Institute of Mental Health- Trastornos del espectro autista](#)
- [Children's National Hospital En Español](#)
- **Libro: Autismo: Guía para Padres y Profesionales by Matías Cadaveira and Claudio Waisburg**

- **Libro: Diez cosas que todo niño con autismo desearía que supieras**  
by Ellen Nothbom
- 

Children's National Hospital, Center for Autism Spectrum Disorders | 15245 Shady Grove Road,  
Suite 350, Rockville, MD 20850

[Unsubscribe autism@childrensnational.org](mailto:autism@childrensnational.org)

[Update Profile](#) | [Constant Contact Data Notice](#)

Sent by [autism@childrensnational.org](mailto:autism@childrensnational.org) powered by



Try email marketing for free today!