

AUTISMO Y DIFICULTADES DE CONDUCTA

El autismo es un trastorno neurológico en el que se presentan dificultades en la comunicación y el lenguaje (tanto en el lenguaje verbal como no verbal), en la interacción social y de comportamientos restrictivos y repetitivos.



Además cada persona tiene un grado diferente de afectación y algunos pueden tener asociados otras alteraciones como en la alimentación, el sueño, hipersensibilidad, discapacidad cognitiva o epilepsia. La complejidad de este trastorno es lo que nos hace hablar de espectro, y por lo tanto, cada caso habrá que analizarlo individualmente. No obstante, las dificultades en el lenguaje y en las relaciones sociales son inherentes en todos ellos y es por esto por lo que se asocia a dificultades comportamentales y en la conducta.

Pero antes de adentrarnos en las dificultades de conducta es importante tener en cuenta algunos conceptos.

El primero de todo es la **comunicación**, y cómo aprendemos las personas a comunicarnos. El ser humano, de forma espontánea tiende a comunicarse con los demás, y aprende a hacerlo a través de la observación y de la imitación. Empezamos a establecer relaciones causa-efecto. Pero sobre todo nos comunicamos porque tenemos necesidades, emociones, intereses y motivaciones que queremos compartir con el otro.

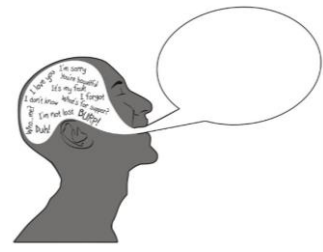


Durante el proceso comunicativo en el que utilizamos el lenguaje oral, primero debemos comprender el significado de las palabras que se estén usando, además de usar la memoria para retener lo que nos dicen, pero también intervienen otros procesos, como el tono de voz, la expresión facial y corporal... y todo este conjunto hace que nuestro interlocutor pueda entender lo que decimos.

Todo ello se hace de manera simultánea en nuestro cerebro casi de forma instantánea a través de unos complejos procesamientos que hace nuestro cerebro, de tal manera que nos facilita el acceso cognitivo y nos ayuda a entender el mundo. Pero este acto tan complejo es una capacidad innata en la mayoría de nosotros. Sin embargo ¿qué sucede si esta manera natural de aprender “no existe”? ¿Si no soy capaz de aprender por imitación? ¿Si no entiendo por qué mamá está contenta cuando me como toda la comida y enfadada cuando rompo un juguete? Una persona con TEA tiene dificultades en todas estas situaciones. Cuando nos comunicamos con una persona con TEA estas condiciones innatas a las que hemos hecho referencia están alteradas, o incluso no cuentan con ellas, por lo que entender qué sucede o cómo comportarse le supone el doble de trabajo (o quizás más). Así pues su comprensión del mundo no va a ser como la de las personas sin este trastorno.

Pero la comunicación es un proceso bidireccional, no es sólo entender a los demás, también expresarse uno mismo. Expresar un sentimiento, necesidad o cualquier cosa que se nos ocurra, también pasa por un procesamiento complejo.

Detecto lo que quiero, lo proceso, planifico y después lo manifiesto con los patrones de comunicación establecidos que hemos ido aprendiendo desde la infancia (señalamos, tomamos al adulto y le mostramos lo que queremos, lo pedimos de manera verbal...). Pero estos procesos también están dañados.



Así que ¿qué sucederá si quiero algo y no sé cómo decírtelo? ¿Qué ocurre cuando oigo un sonido que para mí es tan desagradable que no puedo soportarlo? ¿Qué puedo hacer para que entiendas que me duele algo? Todos nos hemos encontrado en alguna situación comunicativa en la que no hemos sido capaces de hacernos entender, y el otro, no nos comprende por mucho que sigamos intentándolo y el nivel de frustración aumenta en cada nuevo intento. Así que sólo nos cabe imaginar cómo podrá sentirse una persona con TEA que en cada situación comunicativa a la que se enfrenta, de cada día, de todos los días, existe esa frustración.

El siguiente aspecto a tratar son las **habilidades sociales**, estrechamente ligadas a la comunicación. Las habilidades sociales son un campo tan extenso que podríamos decir que implica todo lo que hacemos.



Con todas y cada una de las personas con las que interactuamos, debemos ajustar nuestro lenguaje, nuestra expresión corporal y además tener en cuenta el contexto en el que se está produciendo. Si lo pensamos detenidamente, cada acto social supone una gran cantidad de posibles variaciones, situaciones y reacciones, moviéndonos en un principio de incertidumbre que vamos comprendiendo y reajustándonos sobre la marcha.

Además, cada situación social en la que nos encontramos requiere el uso de las funciones ejecutivas. Estas son las capacidades que utilizamos para controlar y autorregular nuestras conductas, a través de la planificación, la memoria de trabajo, la flexibilidad, la inhibición de comportamientos irrelevantes, razonamiento, toma de decisiones... de tal manera que podamos adaptarnos de manera eficaz con el entorno y así poder alcanzar las metas.

A todo lo dicho hasta el momento también debemos añadir la aparición de **conductas restrictivas y repetitivas**. Estas conductas estereotipadas no tienen sentido, ni propósito, ni una finalidad concreta. Cada persona con TEA manifiesta las suyas propias. Estas conductas repetitivas actúan como un imán para ellos, haciendo que en ocasiones se quede “enganchados” en ellas y sea más difícil que conecte con la realidad que le rodea. No obstante, a pesar de no tener un propósito para muchas personas con TEA estas estereotipias les ayudan a controlar su nivel de frustración, controlando su equilibrio interno, a pesar de no ser una conducta apropiada de expresión. Y aunque no debemos dejar que las estereotipias se prolonguen en el tiempo, primero habrá que analizar qué factores hacen que aparezcan e intentar sustituirlas por otras más apropiadas o incluso que desaparezcan.

Con toda la información tratada hasta el momento, por fin llegamos al tema en cuestión: las dificultades en la conducta.



Lo primero es saber qué significa esto, para ello tomaremos la descripción de Emerson en su trabajo *“Challenging behaviour: analysis and intervention with people with learning difficulties – 1995”*, se refieren a: “conducta o conductas de una intensidad tal que salen del contexto cultural, que tienen una frecuencia o duración que puede afectar a la seguridad física de la persona o de quienes la rodean, o que es probable que limite el uso de las oportunidades normales que ofrece la comunidad, o incluso se le niegue el acceso a esas oportunidades”.

Analizando esta definición observamos tres grandes bloques:

El primero lo que consideramos como conducta “normal” o “anormal” que está estrechamente ligado al contexto cultural en el que nos criamos. Mientras que en algunos países se saluda dando la mano, en otros se hace besándose, y en algunos no hay ningún contacto físico, se saludan inclinándose hacia delante. Podríamos poner otros ejemplos como comer con la mano, o escupir en la calle, que en nuestra cultura podríamos tacharlos de “mala educación” mientras que en otros está totalmente “normalizado”.

El segundo es que pueda afectar a su seguridad física o a la de los demás. Esto no hace referencia sólo a lesiones, golpes o conductas físicas peligrosas, comer cosas no comestibles o asomarse por una ventana sin tener conciencia del peligro también hay que evitarlas. Pero no sólo debemos poner el foco en lo que no debe hacer, sino trabajar sobre conductas positivas que queremos que se repitan. Algunas de estas conductas que si tienen una intención comunicativa (me golpeo para que me hagas caso) habrá que sustituirlas por otras más apropiadas (le doy en el hombro suavemente a la persona que quiero que me haga caso) lo que supone una intervención comunicativa de manera coordinada en los diferentes contextos en los que convive la persona con TEA.

Y por último la limitación de oportunidades. Este aspecto va directamente ligado a la parte educativa. Qué le dejamos hacer a la persona con TEA, que a otros no por el hecho de serlo, porque está más tranquilo o trabaja. Si por ejemplo la persona con TEA trabaja solo en una mesa, porque cuando está con un compañero hace más ruido, no se concentra, se levanta... esto supondrá que limitaremos sus oportunidades cuando vayamos a hacer otras

actividades en las que tenga que estar sentado al lado de un compañero, como ir a una obra de teatro.

Las conductas desafiantes no son un “síntoma” de las personas con TEA, pero atendiendo a las características de su trastorno pueden aparecer algunas que si lo parezcan. Estas conductas desajustadas suelen tener una clara intención comunicativa, que no siempre es entendida adecuadamente. Generando tensión y frustración tanto en la persona con TEA como a la persona que ésta con él. Por lo tanto, será necesario saber qué es lo que quiere expresar con esa conducta y darle alternativas para que manifieste esos deseos y necesidades de una forma más ajustada que por sí mismo no es capaz de hacer.

Si durante unas horas no fuéramos capaces de entender lo que nos dicen, o sólo comprender unas pocas cosas, no comprendemos lo que sucede alrededor, nos “obligasen” a hacer cosas sin anticipárnoslas y sin saber por qué y para qué las tenemos que hacer. Si durante ese tiempo quiero expresarme a través de palabras, ruidos y gestos para decir lo que me pasa y no me comprenden. Incluso cuando necesito que se atiendan mis necesidades básicas como comer o ir al baño y no me dejan hacerlo porque no me entienden, generándome así un alto nivel de frustración. Si además hay estímulos sensoriales (ruidos, luces, olores...) que me resultan MUY desagradables que me generan irritabilidad y estrés... ¿al final cómo actuaríamos? ¿Estaríamos tranquilos y relajados? ¿O quizás acabaríamos manifestando una “conducta desajustada”?

Después de estas reflexiones, se me antoja coherente mirar las “dificultades de conducta” de las personas con TEA con otros ojos. Por lo menos intentando ponerme en su lugar, porque aunque ellos no puedan ponerse en el mío, yo sí puedo intentar ponerme en el suyo. No interpretar esas conductas solamente como desafiantes, aunque algunas si lo serán, pero entender que la mayoría cumplen un propósito comunicativo, aunque a veces no sea capaz de saber cuál es. Saber que no son “mal educados”, ni “caprichosos”, ni “consentidos”, sólo que a veces no tienen otra forma de expresarse. Y teniendo claro que, desde el sitio en que me encuentre, tendré que intervenir, para anticiparme a que aparezcan ofreciéndoles modelos ajustados a sus capacidades para poder expresarse. En definitiva ayudarles.

