



Asperger: cómo lograr que su hijo pueda tener amigos

► No son personas sin empatía ni se aíslan de forma voluntaria, al igual que tampoco son todos superdotados

Belén Tobalina. MADRID

Las personas con el síndrome de Asperger tienen un estilo cognitivo propio. Su forma de procesar la información no es mejor ni peor, solo difiere. Su cerebro suele priorizar ciertos estímulos, lo que puede dificultar su integración dentro de los convencionalismos. En cambio, esta particularidad puede traducirse en capacidades destacadas en ámbitos como el detalle, la lógica, el pensamiento sistemático o la memoria.

Muchos sufren un malestar significativo, sobre todo cuando se enfrentan a entornos poco com-

prensivos; algo que puede suceder cuando se tiene el diagnóstico aunque se ponga en conocimiento de los demás, pero mucho más si se oculta o no se tiene. La incompreensión social, el aislamiento, la ansiedad o la sobrecarga sensorial pueden afectarles notoriamente.

«En España se estima que la prevalencia del Trastorno del Espectro Autista se sitúa en torno al 1% de la población infantil. Dentro de ese espectro, el perfil tradicionalmente denominado asperger podría representar aproximadamente entre un 15 y un 30% de los casos, aunque estas cifras varían según los estudios», explica la doctora Gloria López Sobrino, especialista del Servicio de Neurología Infantil del Hospital Ruber Internacional. Por eso, «lo relevante, más que las cifras –prosigue–, es entender que es un perfil frecuente y que muchas veces para desapercibido, especialmente en etapas tempranas. En adultos, sucede algo similar, pero hay un alto infradiagnóstico».

Las señales de que una persona

Cambiar la forma en la que se les mira

► La doctora López Sobrino incide en que «no se trata de cambiar cómo es la persona» con el síndrome de asperger, «sino de entender cómo funciona su cerebro». Así, cuando ese cambio de mirada ocurre, la neuróloga asegura que «disminuyen los conflictos, mejora la convivencia, aumenta la autoestima y se previenen dificultades emocionales a largo plazo. El diagnóstico no es una etiqueta. Es una herramienta para comprender y acompañar mejor». Y lo cierto es que «cuando se entiende cómo funciona su cerebro, cambia la forma de acompañar. Y eso puede cambiar su vida», concluye la especialista. En definitiva, integrar a una persona con menos habilidades sociales, pero con gran interés.

tiene asperger varían, pero «se engloban en dos grandes áreas: la comunicación social y una forma de pensamiento e intereses más focalizada y menos flexible. No hablamos solo de conductas visibles, sino de una forma distinta de procesar, priorizar e interpretar la información», precisa.

Niñas y niños, dos perfiles

Así, «en los niños, según la doctora, suele observarse dificultad para captar de forma automática claves sociales que no se enseñan de manera explícita, como los turnos de conversación, la ironía o los matices del lenguaje verbal. También son frecuentes los intereses intensos, la necesidad de anticipación, la rigidez ante cambios y un estilo de comunicación más literal».

En las niñas, en cambio, «el perfil puede ser más sutil. Muchas desarrollan una mayor capacidad de observación e imitación social, lo que les permite camuflar mejor sus dificultades».

«Ese camuflaje –prosigue– puede hacer que el diagnóstico de asperger llegue más tarde, pero no evita el malestar. De hecho, en muchas niñas ese sobre esfuerzo se asocia a ansiedad, cansancio emocional y sensación de indiferencia. No se trata de falta de interés por los demás, sino de una forma distinta de procesar la información social, sensorial y contextual».

Y es que, a pesar de los avances en conocimiento, persisten numerosos mitos en torno al asperger que dificultan su inclusión. El de

que tienen falta de empatía es uno de los errores más extendidos. En ocasiones pueden tener dificultades para interpretar las emociones de forma inmediata, pero eso no quita el hecho de que sienten con gran intensidad. Es decir, una cosa es la empatía cognitiva y otra la empatía afectiva. Las personas con asperger pueden tener dificultades para saber qué está pensando otra persona, sin embargo, muestran una empatía profunda una vez lo entienden.

Otro estereotipo es asociar el asperger a talentos extraordinarios. Si bien algunas personas pueden destacar en áreas concretas, no es una característica universal.

Otro error frecuente es pensar que desean el aislamiento absoluto. No es que rechacen el contacto con los demás, sino que el cansancio de intentar comprender señales poco claras y a otras veces les aboca al aislamiento social, ya sea voluntario o involuntario.

Una de las mayores dificultades que tienen es «interpretar claves sociales no explícitas, adaptarse a los cambios, gestionar la incertidumbre, la sobrecarga sensorial y las relaciones con iguales», afirma la doctora, que incide en que «a menudo, el impacto no viene solo de las dificultades, sino de un entorno que no les entiende».

Por eso es muy importante su acompañamiento a nivel global. «Las intervenciones más eficaces incluyen: psicoeducación para el niño y la familia, intervención en habilidades sociales, ajustes en el entorno escolar y trabajo en flexibilidad cognitiva y regulación emocional. En algunos casos, es necesario también tratar comorbilidades como el Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad o la ansiedad. El objetivo no es cambiar la forma de ser de la persona, sino ayudarla a entenderse mejor y adaptar el entorno para facilitar su desarrollo», detalla la especialista.

En este sentido, con el fin de ayudar a que una persona con asperger pueda tener amigos, la doctora recuerda, antes de nada, que «el enfoque debe ser práctico y respetuoso con el ritmo de cada persona».

Pero se puede «enseñar de forma explícita las normas sociales que otros aprenden de manera intuitiva; favorecer los contextos estructurados y predecibles; utilizar sus intereses como puente para la relación; trabajar las habilidades conversacionales de forma guiada, y acompañar sin formar ni generar precisión excesiva», aconseja la doctora López Sobrino, que recuerda que «las relaciones sociales no se pueden forzar. Se construyen cuando la persona se siente segura y comprendida».



MAGNIFIC

Las personas con perfil asperger presentan un estilo cognitivo singular