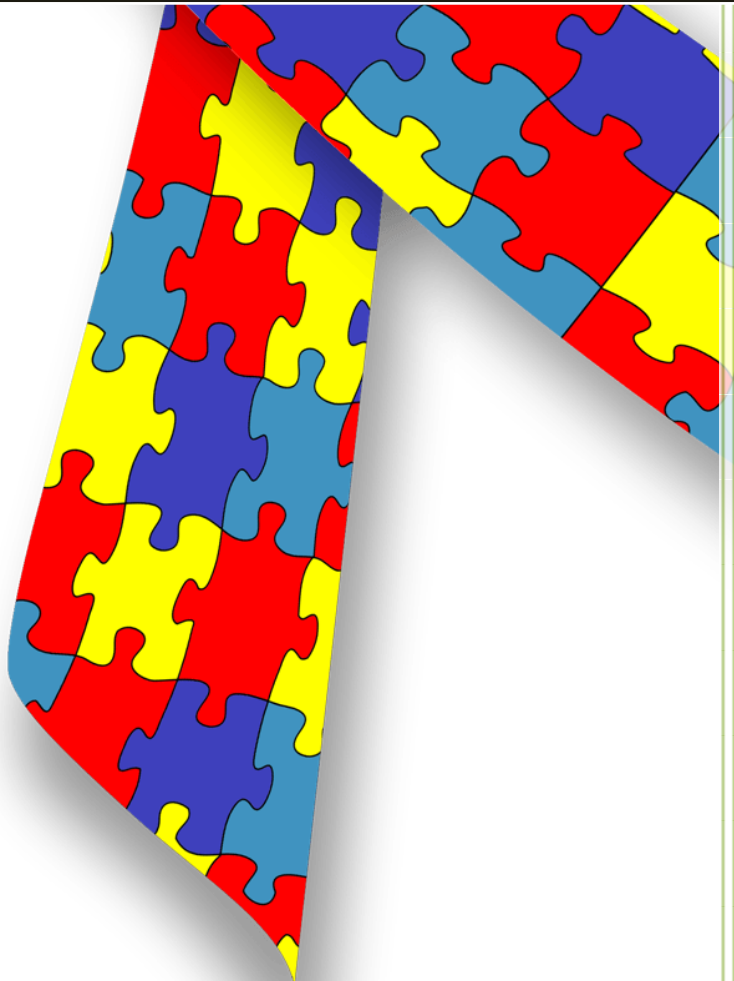


Deputación
DA CORUÑA

Guía para a accesibilidade das persoas con TEA nos centros culturais e educativos



Marcos Pinaque Varela

Deputación da Coruña

03/09/2017

ÍNDICE

| | |
|--|----|
| 1. Presentación | 3 |
| 2. ¿Que é o TEA? | 4 |
| 3. O concepto de espectro autista | 5 |
| 4. Características das persoas con TEA | 6 |
| 5. Inclusión e accesibilidade universal | 9 |
| 6. Medidas de accesibilidade | 10 |
| a. Sensibilización | 10 |
| b. Formación de profesionais | 12 |
| c. Adaptación dos espazos | 14 |
| d. Disposición e optimización dos materiais | 17 |
| e. Accesibilidade de trato | 18 |
| f. Estruturación e anticipación | 24 |
| 7. Conclusión | 25 |
| Referencias bibliográficas | 26 |

1. Presentación

A guía que se presenta a continuación nace do proxecto CULTURIZATEA, un proxecto financiado pola Deputación da Coruña con dous obxectivos fundamentais. Por un lado responder á pregunta “¿Que saben os profesionais dos centros público culturais da provincia da Coruña sobre o autismo?”(os resultados da mesma pódense consultar na páxina web www.culturizatea.es) e por outro ofrecer posibilidades de formación a través de varias accións:

1. Creación da páxina web anteriormente mencionada
2. Elaboración dunha guía de accesibilidade
3. Organización dunha xornada formativa
4. Organización dun curso gratuíto online

A presente guía nace, por tanto, do interese de transmitir a todas as persoas que o desexen información (e formación) básica en temas relacionados co Trastorno do Espectro Autista co fin de lograr unha sociedade máis inclusiva onde todos colaboremos para lograr que ninguén sexa excluído.

Pese a comezar cunha aproximación teórica a aspectos ineludibles sobre o TEA, a pretensión da guía non é profundar en contidos teóricos sobre o TEA senón aportar recursos, ideas, estratexias e técnicas que favorezan o desenvolvemento de accións dende os centro públicos educativos e culturais que contribúan a facer destes centros lugares accesibles para as persoas con TEA.

2. ¿Que é o TEA?

DEFINICIÓN

O Trastorno do Espectro Autista (TEA) é unha alteración do desenvolvemento neurolóxico que afecta ás competencias comunicativas e sociais así como ás habilidades de simbolización e flexibilización.

Ao falaren de TEA faise referencia a un continuo, é dicir, a un conxunto de síntomas altamente heteroxéneos que implica que individuos cunha mesma diagnose poidan variar enormemente nas súas características (dependendo do nivel de afectación nos compoñentes do desenvolvemento social, comunicativo-lingüístico, da flexibilidade e a simbolización, da presenza e grao de discapacidade cognitiva, etc.) (Fespau, 2013), acompañándose nun 75% de discapacidade intelectual (Wing, e Gould, 1979).

A persoa con TEA, por norma xeral, non presenta ningún trazo físico característico, polo que, pese a sintomatoloxía anteriormente mencionada, resulta complexa a comprensión dos esforzos cos que se enfrontan no seu entorno. Sen embargo, as características das persoas con TEA, como mencionamos con anterioridade, implican dificultades para o desenvolvemento das capacidades comunicativas e sociais, polo que a súa inclusión social dependerá do grao de adecuación do contexto ás súas necesidades.

PREVALENCIA

Os estudos que analizan a prevalencia dos TEA amosan resultados dispares variando considerablemente dependendo do país ou incluso nas distintas zonas do propio país analizadas. Segundo datos do CDC (Centers for Disease Control and Prevention) a prevalencia do autismo sitúase ao redor de 1/80 a 1/225 nos EE.UU en función dunhas zonas e outras do país. Concretamente un estudo de Christensen D.L. (2012) desenvolto en EEUU no ano 2012 sitúa a prevalencia, á idade de 8 anos, nun de cada 68 rapaces e rapazas. Segundo datos da Confederación Autismo España (2015) hai no territorio español máis de

450.000 persoas con TEA. Como vemos, a prevalencia é variable segundo os estudos, sen embargo a análise de diferentes investigacións parece demostrar que nos últimos anos triplicase e incluso se cuadriplica polo que, a percepción inicial de que o TEA se trataba dun “problema” menor era unha concepción errónea (magister, s/n).

CAUSAS

Na actualidade a evidencia científica formula unha visión multifactorial por interacción de diversos factores xenéticos e ambientais sen que aínda non se coñezan especificamente estes elementos e a súa posible conexión. Recórrese a múltiples teorías que explican as causas do autismo, atopándonos aínda fronte a unha síndrome de causa descoñecida (Bristol & Spinella, 1999).

3. O concepto de espectro autista

O termo “espectro” débese a un termo físico/matemático que expresa a infinita cantidade de casos que comparten máis ou menos síntomas dentro dos seus límites. Considerar o autismo como un espectro, máis que coma unha categoría que defina un modelo de ser, axuda a comprender que, a pesar das importantes diferenzas entre as persoas con autismo, todos/as presentan alteracións en maior ou menor grao dunha serie de aspectos ou dimensións.

Outro dos autores que comparte esta visión, Angel Rivière (1997), desenvolve con maior profundidade o concepto de espectro autista. A consideración do autismo como un continuo de diferentes dimensións e non coma unha categoría única permite, na súa opinión, recoñecer á vez o que hai de común entre as persoas con autismo e o que hai de diferente nelas. A través de ditas dimensións o autor reflexa a variabilidade de características que poden diferenciar ás persoas dentro do espectro do autismo.

4. Características das persoas con TEA

Antes de comezar a enumerar os trazos característicos das persoas con TEA é necesario reiterar unha idea que xa se explicou noutros apartados da presente guía. Pese a indicar a continuación unha serie de ítems característicos das persoas con TEA, cada persoa posúe características diferentes. Dito isto, débese entender que non existen dúas persoas con TEA que sexan iguais, de feito unha frase moi coñecida que exemplifica o anterior é que existen tantos Trastornos do Espectro Autista como persoas que o presentan.

Ademais é importante facer fincapé en que o desenvolvemento individual e as respostas de cada persoa ás distintas situacións, está condicionada polas experiencias vividas, a estimulación/intervención psicoeducativa e social na que participou, o entorno sociofamiliar, etc.

Os TEA caracterízanse polos seguintes criterios¹:

1. Déficits persistentes de comunicación social e interacción social en múltiples contextos, como:
 - Déficits na reciprocidade socio-emocional: que vai, por exemplo, dende un achegamento social infrecuente e un fracaso na reciprocidade das conversacións a unha capacidade reducida de compartir intereses, emocións ou afecto ou a un fracaso no momento de iniciar interaccións ou responder ás mesmas.
 - Déficits nas condutas de comunicación non verbal: que van por exemplo dende unha integración escasa entre a comunicación verbal e non verbal ata un contacto ocular escaso, presentando dificultades para manter a mirada ou unha linguaxe corporal anómalo. Así mesmo, presentan déficits na comprensión e o uso de xestos e poden chegar a unha carencia total de expresividade facial e comunicación non verbal.

¹ 1. Tradución do DSM-V ao galego.

- Déficits no desenvolvemento, mantemento e comprensión das relacións, que van, por exemplo, desde dificultades para axustar a conduta aos diversos contextos sociais ata problemas para participar en xogos que impliquen imaxinación ou para iniciar amizades. Poden chegar a unha ausencia de interese nas persoas do seu grupo ou idade.

2. Presentan patróns de comportamento, intereses ou actividades restrinxidas e repetitivas:

- Movementos motores recorrentes, facer filas de obxectos, linguaxe estereotipada ou repetitiva (ecolalia), axitar os brazos, balanceos.
- Adherencia a rutinas de xeito que mostran malestar ante cambios. Insisten en facer sempre as mesmas actividades ou rituais, como por exemplo seguir sempre a mesma ruta para ir ao colexio ou comer sempre os mesmos alimentos.
- Intereses altamente restrinxidos: tenden a mostrar unha infrecuente fascinación por temas concretos, apego excesivo ou preocupación excesiva con obxectos infrecuente.
- Hiper ou hipo-reactividade sensorial: intereses insólitos por os aspectos sensoriais do entorno, aparente indiferenza ao calor ou ao frío, resposta adversa a determinados sons e texturas, sentido do olfacto ou do tacto exacerbados e fascinación por as luces ou obxectos que rodan.

Hai varios aspectos esenciais sobre as características anteriormente mencionadas que é necesario comprender. Por un lado debemos entender que son dúas as características xenéricas que caracterizan as persoas con TEA: déficits persistentes de comunicación social e interacción social en múltiples contextos e patróns de comportamento, intereses ou actividades restrinxidas e repetitivas.

Para que a primeira característica se cumpra (déficits persistentes de comunicación social en múltiple contextos) deben existir déficits en tres ámbitos: na reciprocidade socio-emocional,

nas condutas de comunicación non verbal, e no desenvolvemento, mantemento e comprensión das relacións.

Os aspectos que no texto do DSM-V se explican a continuación dos tres ámbitos mencionados son exemplos de características que poden ou non ser definitorias de dito ámbito. É dicir, tomando como exemplo os déficits nas condutas de comunicación non verbal, unha persoa con TEA pode ter dificultade para mirar á cara nunha conversación (entre outras) mentres que outra pode sufrir ansiedade ante un achegamento físico excesivo, pero, sexa cal sexa a característica definitoria, sempre ten que existir un déficit nas condutas de comunicación non verbal. Este exemplo pretende ilustrar a presenza nas persoas con TEA de características particulares a cada persoa, e tamén a existencia dun patrón de condutas común nelas.

Con respecto á segunda característica “patróns de comportamento, intereses ou actividades restrinxidas e repetitivas”, para que esta se cumpra só é necesario que a persoa con TEA presente como mínimo dúas das catro condutas que se mostran e ao igual que no primeiro caso as características de cada conduta poden ser variables.

Como vemos, as características de cada persoa con TEA son diferentes, pero todas comparten un patrón común de comportamentos que se poden manifestar en distintos niveis de intensidade. A continuación expónse a táboa do DSM-V na que se recollen os comportamentos que se poden manifestar en cada característica segundo o nivel de severidade de TEA que se presente:

| Niveis de severidade para o trastorno do espectro do autismo | | |
|--|---|--|
| | Comunicación social | Intereses restrinxidos e condutas repetitivas |
| Nivel 3: require apoio moi substancial | Severos déficits en habilidades de comunicación social verbal e non verbal que causan severas discapacidades de funcionamento. Iniciación de interaccións sociais moi limitada e mínima resposta ás aproximacións sociais de outros. | Preocupacións, rituais fixos e/ou condutas repetitivas que interfieren marcadamente co funcionamento en todas as esferas. Marcado malestar cando os rituais ou rutinas son interrompidos; resulta moi difícil afastalo do interese fixo ou retorna a el rapidamente. |
| Nivel 2: require apoio substancial | Marcados déficits en habilidades de comunicación social verbal e non verbal; aparentes discapacidades sociais incluso recibindo apoio; limitada iniciación de interaccións sociais e reducida ou anormal resposta ás aproximacións sociais doutros. | Rituais e condutas repetitivas, preocupacións ou intereses fixos que aparecen con suficiente frecuencia como para ser obvios ao observador casual e interfieren no funcionamento en contextos variados. Evidenciase malestar ou frustración cando se interrompen rituais e condutas repetitivas. |
| Nivel 1: require apoio | Sen recibir apoio, os déficits na comunicación social causan discapacidades observables. Ten dificultade ao iniciar interaccións sociais e demostra claros exemplos de respostas atípicas ou non airosas ás aproximacións sociais doutros. Pode aparentar unha diminución no interese de interactuar socialmente. | Rituais e condutas repetitivas que causan interferencias significativas co funcionamento nun ou máis contextos. Resiste intentos doutros para interromper os rituais e condutas repetitivas ao ser afastado dun interese fixo. |

Figura 1: Niveis de severidade para o TEA.²

5. Inclusión e accesibilidade universal

Sen lugar a dúbidas o camiño percorrido para a redución da brecha xerada pola exclusión das persoas con discapacidade foi longo e dificultoso. A inclusión emerxe co fin de revisar a práctica e a teoría da integración promovendo unha renovación dos seus principios buscando alcanzar a igualdade de trato para todas as persoas.

² Tradución ao galego do DSM-V

Pese a que ambos son conceptos extremadamente amplos, tendo en conta que esta guía ten un carácter máis práctico que teórico, simplemente realizaremos un achegamento a ambos conceptos para con posterioridade expoñer unha serie de medidas de accesibilidade que nos permiten estar máis preto da inclusión social das persoas con TEA.

Enténdese a formulación da inclusión como aquel que asume un modelo social que permite ofertar servizos de calidade para todas as persoas independentemente das súas circunstancias sociais, culturais, de xénero, físicas ou cognitivas.

Enténdese por accesibilidade un extenso conxunto de medidas moi diversas que deben ser tidas en conta na elaboración de estratexias políticas ou sociais, de modo que un entorno non limite nin dificulte a realización das súas actividades por calquera persoa de xeito autónomo.

6. Medidas de accesibilidade

Tendo en conta os conceptos anteriormente definidos, neste apartado faise un achegamento a unha serie de pautas, medidas e actuacións de accesibilidade que sería convido levar a cabo nos distintos centros públicos para lograr aproximarnos cada vez máis a unha inclusión real das persoas con TEA:

a. Sensibilización

A inclusión é unha labor de todos e todas. Por iso as actuacións que se deberían levar a cabo nos centros públicos deberían ir máis alá da actuación directa coas persoas con Trastorno do Espectro Autista. Neste sentido sería importante que nos centros culturais e educativos se desenvolvesen actuacións que promovan o coñecemento social da existencia deste trastorno.

Entre algunhas das actividades de sensibilización interesantes que se poden levar a cabo atópanse as seguintes:

1. Organización de exposicións, proxeccións, representacións... sobre obras cuxa temática sexa o TEA: Son moitas as obras artísticas que teñen como temática central o autismo. A continuación sinálanse algunhas como exemplo:

➤ Na literatura:

- ✓ “El curioso incidente del perro a medianoche”. Mark Haddon
- ✓ “Lucas tiene superpoderes”. Ana Luengo e Marisol Díaz
- ✓ “El diario de Leo”. Krusttyh Benyh
- ✓ “María y yo”. María Gallardo e Miguel Gallardo

➤ No cine:

- ✓ “Mary & Max”. Adam Elliot
- ✓ “Mozart y la ballena”. Peter Naess
- ✓ “Temple Grandin”. Mick Jackson
- ✓ “Paxaros de Algodón”. Xosé Manuel Felpeto e Roberto Rego
- ✓ “Hay alguien allí”. Eduardo Vilorio Daboín
- ✓ “Academia de especialistas”. Miguel Gallardo para Fundación Orange

➤ Na fotografía

- ✓ “La mirada del autismo”. Kate Miller-Wilson
- ✓ “Echolilia”. Timothy Archibald
- ✓ “Autismo”. Maya Goded

➤ Na pintura

- ✓ “Ciudad de México”. Stephen Wiltshire
- ✓ Iris Grace

➤ Na escultura

- ✓ “Estabat Mater”. Tess Dumon

Tamén é interesante facer exposicións de obras realizadas polas propias persoas con autismo que participen en talleres ou actividades que se leven a cabo no centro.

2. Invitar a autores/as de obras artísticas (libros, películas, cadros...) con temáticas relacionadas co TEA.
3. Dar a coñecer os autores/as de obras relacionadas con esta temática. Por exemplo, ofrecer no centro un recuncho de recomendacións de obras (xa sexan libros, cadros, esculturas...) e incluír algunha que trate a temática do autismo.
4. Organizar un libro ou vídeo-fórum de obras diversas coa temática do autismo.
5. Organizar charlas de persoas con coñecementos no tema
6. Realizar algunha actividade especial o día 2 de abril (Día Mundial de Concienciación sobre o autismo). A cor azul cobra especial sentido este día polo que por qué non tinguir de luz azul unha das salas do noso centro (con papel machè é moi doado).
7. Establecer contactos con asociacións ou entidades sen ánimo de lucro para organizar conxuntamente no centro actividades de sensibilización.
8. Utilizar as redes sociais e as tecnoloxías para facer chegar a máis xente as actividades de sensibilización que se leven a cabo no centro.

b. Formación de profesionais

Como se ven dicindo ao longo da presente guía as persoas con TEA comparten uns trazos de comportamento moi específicos e variables. Ser consciente da multiplicidade de características que poden presentar, as posibilidades de adaptación do contexto a estas necesidades, a aplicación de materiais e recursos... é fundamental para ser capaces de desenvolver estratexias que favorezan a súa inclusión social no centro.

Ser capaz de construír un ambiente inclusivo no centro precisa de profesionais dotados, por un lado, de coñecementos e, por outro, de certas habilidades sociais e empáticas.

Cada vez son máis as actividades formativas e informativas tanto gratuítas como de pago, así como os espazos web onde poder formarse en relación co TEA:

1. Realización de cursos online: Por exemplo o ofertado na páxina web www.culturizatea.es (de carácter gratuíto)
2. Participación en xornadas formativas, congresos e/ou charlas: as distintas asociacións como BATA (Vilagarcía de Arousa), Autismo Galicia e Aspanaes entre outras moitas organizan xornadas, cursos e charlas.

Dentro do proxecto que permitiu o desenvolvemento da presente guía tamén se enmarca a organización dunha xornada formativa de carácter gratuíta. Debido ao éxito da I Xornada, esta terá continuidade anualmente mentres sexa posible (para consultar máis información sobre estas xornadas na páxina web www.culturizatea.es)

3. Descargar e consultar guías de carácter técnico e pedagóxico sobre o autismo. Na páxina web da “Asociación Padres Autismo Comunidad Valenciana” recóllense numerosas guías realizadas ao longo do territorio nacional, as cales se poden consultar no seguinte enlace: <http://apacv.org/recursos-guias/>

Entre estas guías, e tendo en conta a temática que se está a tratar no presente documento, recoméndase a guía elaborada por Autismo Galicia “Comprendo o meu entorno”, especialmente o apartado referido ao desenvolvemento de boas prácticas para eliminar as barreiras de comunicación.

Ademais, en especial para centros educativos, recoméndase consultar o protocolo de Tratamento Educativo do alumnado con Trastorno do Espectro do Autismo elaborado pola Xunta de Galicia.

4. Organizar charlas para os profesionais do centro convidando a persoas con experiencia ou coñecementos na temática.

5. Establecer contacto con profesionais especializados na temática como por exemplo educadores sociais e mediadores comunicativos
6. Seguir a través das redes sociais a profesionais ou entidades que falen do autismo en relación co ámbito que interesa: a páxina de facebook “el sonido de la hierba al crecer” aporta numerosos recursos educativos. En relación coas bibliotecas, Susana Peix (en twitter @suspeix) expón información variada sobre a creación de bibliotecas inclusivas.
7. Consultar periodicamente páxinas web e revistas especializadas na temática ou que desenvolvan iniciativas interesantes: A modo de exemplo, a páxina web <http://www.autismoyarte.com/> mostra numerosas iniciativas e formas de promover a inclusión social das persoas con autismo dende o arte. Revistas como Maremagnum e as páxinas web de entidades como Autismo Galicia ou Aetapi son tamén moi interesantes.
8. Seguir a traxectoria de artistas que realicen obras relacionadas coa temática do autismo (consultar a lista de obras e autores nomeada con anterioridade).
9. Establecer contacto e coordinarse coas entidades e asociacións relacionadas co TEA.
10. Elaborar un protocolo a nivel de centro para determinar as actuacións máis axeitadas para a atención das persoas con TEA.

c. Adaptación dos espazos

Para que unha persoa con TEA poida desenvolverse con autonomía no centro é importante que o espazo conte con sinalización e a estruturación espacial adecuada.

Entre as iniciativas que podemos desenvolver para adaptar os espazos atópanse as seguintes:

1. Dotar o centro con pictogramas: Cada lugar específico debe contar con imaxes de identificación.

As persoas con TEA son, como se di en moitas ocasións, pensadores visuais, isto quere dicir que comprenden mellor a información cando esta se lles presenta de forma visual (fotografías, debuxos, pictogramas, escritura ou obxectos reais). A guía anteriormente mencionada, “comprendo o meu entorno” publicada por Autismo Galicia, sinala unha serie de consideracións que se deben ter en conta para elaborar os apoios visuais:

- O apoio visual utilizado na comunidade debe ser válido para persoas con distintas capacidades.
- Debe ser intuitivo e sinxelo de comprender de acordo á experiencia, coñecemento, habilidades lingüísticas, e á capacidade de atención do usuario.
- O deseño debe comunicar de forma eficaz a información necesaria para o usuario atendendo ás condicións ambientais ou ás capacidades sensoriais do mesmo.
- Non debe proporcionar unha información ambigua con independencia da cultura do individuo.
- Debe proporcionar unha información semellante con independencia da cultura do individuo.
- Os apoios visuais deben ser sinxelos de recordar, con vontade de permanecer no tempo sen que sufra degradación a información que contén.
- Debe ter sentido no contexto no que se sitúa. (Nieves, Carreiro, Arceo, 2012, p.13)

Un dos recursos máis utilizados para alcanzar a accesibilidade universal que permita un desenvolvemento autónomo e independente das persoas con TEA polo centro son os pictogramas.

A continuación expóñense unha serie de recursos web que permiten buscar e obter os pictogramas necesarios para transformar o centro nun lugar máis accesible ás persoas con autismo:

- www.aumentativa.net
- <http://www.pictotraductor.com/>
- <http://www.arasaac.org/index.php>
- <http://educasaac.educa.madrid.org/listado-fichas/completo>

Para optimizar ao máximo a dotación do centro con pictogramas recoméndase a lectura da guía “Comprendo o meu entorno” concretamente o apartado terceiro

“Eliminando as barreiras de comunicación: boas prácticas” onde se mostran ideas e exemplos e se dan unha serie de orientacións referidas a prácticas encamiñadas a mellorar a accesibilidade cognitiva en espazos e servizos da comunidade. A continuación expónse o enlace onde poder descargar o documento:

http://www.autismogalicia.org/index.php?option=com_content&view=article&id=440&Itemid=1&lang=es

Concretamente para ser utilizado nas bibliotecas o CEIP Condasa de Fenosa elaborou un documento con iconas que contribúen a promover a accesibilidade universal creando bibliotecas máis inclusivas.. A continuación expónse o enlace do seu blogue onde nolo permiten descargar:

<http://www.edu.xunta.gal/centros/ceipcondesafenosa/node/136>

2. Elaborar e facilitar as persoas con TEA un plano do centro
3. Contar cunha distribución dos recursos o máis estable posible evitando continuos cambios na organización dos mesmos.
4. Evitar unha sobreestimulación sensorial: Algunhas persoas con autismo poden encontrar incómodo un espazo con gran cantidade de información sensorial: exceso de luminosidade (é importante prescindir de fluorescente), cores de tonalidades intensas (as cores primaria como o vermello, azul e verde poden resultar inquietantes para as persoas con autismo), ruídos estridentes ou elevados, desarticulación e desorde, climatización extrema (algunhas persoas con TEA mostran indiferenza ante a climatización).
5. Contar con camiños delimitados e dirixidos utilizando, por exemplo, liñas de cores.
6. Dispoñer de mobiliario transparente que permita á persoa ver o que hai no seu interior.

7. Intentar non dotar con estampados os lugares onde máis tempo se atopa a persoa con TEA.

8. Dispoñer dun espazo propio con elementos personalizados (en caso de que sexa posible) no que a persoa con TEA poidan relaxarse e estar tranquila.

d. Disposición e optimización dos materiais

O uso de materiais adecuados poden contribuír a que as persoas con TEA se sintan máis cómodas nun entorno e máis motivadas a participar nas actividades que nel se levan a cabo. A continuación sinálanse unha serie de recursos materiais e estratexias de uso dos mesmos que nos permiten alcanzar ambos obxectivos:

1. Elaboración de guías visuais:

Xa vimos anteriormente que as persoas con autismo son excelentes pensadores visuais. A presentación en formato visual dos contidos que se queiran mostrar facilitará a súa comprensión. A continuación móstranse algúns exemplo de guías elaboradas por distintas institucións:

- Guía visual do Museo do Prado:
(https://content.cdnprado.net/imagenes/proyectos/personalizacion/7317a29a-d846-4c54-9034-6a114c3658fe/cms/pdf/guia_visual_museo-del-prado_fichas.pdf)
- Guía accesible en claves visuais para a exposición “El Griego de Toledo”:
http://www.fundacionorange.es/wp-content/uploads/2016/02/el_greco_toledo.pdf
- Guía accesible elaborada para a Biblioteca Pública de Zaragoza:
http://www.bibliotecaspublicas.es/bpz/imagenes/GUIA_BIBLIOTECA_PICTOGRAMAS_web1.pdf

- Guía accesible elaborada pola biblioteca pública Vélez de Málaga.

http://www.bibliotecaspublicas.es/velezmalaga/imagenes/vamos_a_la_biblioteca.pdf

2. Crear materiais audiovisuais que lles permitan interactuar coas obras como por exemplo: <http://www.fundacionorange.es/aplicaciones/hablando-con-el-arte-apps/>
3. Disponibilidade e utilización de recursos TIC (ordenadores, tablets...)
4. Contar con materiais adecuados: Como dicíamos con anterioridade, as persoas con autismo son pensadores visuais, por iso é importante dispoñer no centro de libros de lectura fácil, guías pictográficas, planos de centro, trípticos con información visual, taboleiros de comunicación, libros e contos pictográficos, axendas visuais onde se estructuren temporalmente as actividades que se leven a cabo (visitas guiadas, talleres, xornadas etc.), entre outros.
5. Crear un centro de recursos no centro onde poder almacenar todos os materiais que se vaian construíndo. Este centro de recursos pode ser tanto analóxico como dixital.
6. Ofrecer alternativas ás visitas vivenciais. As visitas virtuais, os percorridos en formato vídeo ou fotografía, entre outros, permiten as persoas con autismo acceder ao centro e acostumarse ao espazo nun ámbito controlable e predicible.

e. Accesibilidade de trato

O doutor Ángel Rivière (2001 p. 40,41) expón en 20 pasos os aspectos máis esenciais que unha persoa con TEA nos pediría para axudarlle a comprender a sociedade e ser partícipe dela.

1. Axúdame a comprender. Organiza o meu mundo e facilítame que anticipe o que vai a suceder. Dáme orden, estrutura, e non caos.

A anticipación e a estruturación axudan a evitar momentos de angustia. Contar con materiais como as axendas ou planos que axuden a estruturar tempos e espazos proporciona orde e polo tanto tranquilidade.

2. Non te angusties comigo, porque me angustio. Respecta o meu ritmo. Sempre poderás relacionarte comigo se comprendes as miñas necesidades e o meu modo especial de entender a realidade. Non te deprimas.

En ocasións a música é máis importante que as palabras. Manter a calma, falar con tranquilidade, evitar un ton de voz elevado, non xesticular en exceso son algunhas claves que nos axudarán a comunicarnos cunha persoa con TEA.

3. Non me fales demasiado, nin demasiado apresuradamente. As palabras son “aire” que non pesa para ti, pero poden ser unha carga moi pesada para min. Moitas veces non son a mellor forma de relacionarte comigo.

En ocasións a comunicación a través de signos, imaxes, pictogramas e/ou escritura é máis doada de comprender que a comunicación oral. Na comunicación oral hai grande parte da información que non depende exclusivamente das palabras, a tonalidade, a xesticulación, a proxémica e o ambiente son factores que combinados implican certa complexidade. A utilización de frases curtas, claras e directas evitando os dobres sentidos e as frases feitas é esencial para que a persoa con autismo nos comprenda.

4. Como outros nenos, como outros adultos, necesito compartir o pracer e gústame facer as cousas ben, aínda que non sempre o consiga. Faime saber, dalgún modo, cando fixen as cousas ben e axúdame a facelas sen erros. Cando teño demasiados erros sucédeme o que a ti: irrítome e termino por negarme a facer as cousas.
5. Necesito máis orden do que ti precisas, máis facilidade para predicir o medio da que ti requires. Temos que negociar os meus rituais para convivir.

Como vimos con anterioridade unha das características das persoas con TEA son os patróns de comportamento, intereses ou actividades restrinxidas e repetitivas. Cando hai un desorde excesivo ou espontaneidade nas actividades algunhas persoas con TEA recorren aos seus rituais para diminuír a ansiedade que lles producen. Débense intentar reducir ao máximo eses momentos.

6. Resúltame difícil comprender o sentido de moitas das cousas que me piden que faga. Axúdame a entendelo. Trata de pedirme cousas que poida ter un sentido concreto e descifrábel para min. Non permitas que me aburra ou permaneza inactivo.

É importante que a persoa con TEA entenda o que lle estamos pedindo para que sexa partícipe da actividade xa que os momentos de inactividade son tamén angustiosos. Comunicar dun xeito claro e conciso o que se quere transmitir permite reducir os momentos de angustia e facilitar a integración nas actividades.

7. Non me invadas excesivamente. A veces, as persoas sodes demasiado imprevisibles, demasiado ruidosas, demasiado estimulantes. Respecta as distancias que necesito, pero sen deixarme solo.

Algo tan simple como darlle un abrazo inesperado ou falarlle nun ton ascendente pode alterar ás persoas con autismo.

8. O que fago non é contra ti. Cando teño un enfado ou me golpeo, se destrúo algo e me movo en exceso, cando me é difícil atender ou facer o que me pides, non estou tratando de facerte dano. Xa que teño un problema de intencións, non me atribúas malas intencións. Pelexo para entender o que está ben e o que está mal.

Cando unha situación resulta angustiosa as persoas con autismo adoitan responder de formas diversas, movementos excesivos, estereotipados. Estas actuacións son unha resposta para intentar diminuír a ansiedade, non unha conduta desafiante. Ante estas

condutas é importante manter a calma e tratar de evitar danos, e de ser posible, contar cun espazo onde a persoa se poida tranquilizar.

9. O meu desenvolvemento non é absurdo, aínda que non sexa fácil de entender. Ten a súa propia lóxica e moitas das condutas que chamades “alteradas” son formas de enfrontar o mundo desde a miña forma especial de ser e percibir. Fai un esforzo por comprenderme.

O máis importante de convivir cunha persoa con autismo é contar coas habilidades sociais que permitan comprender as diferenzas entre as persoas. O autismo debe ser comprendido como unha forma de entender a realidade. Dende este punto de partida poderemos pouco a pouco ir construíndo unha sociedade máis inclusiva.

10. As outras persoas sodes demasiado complexas. O meu mundo non é complexo e cerrado, senón simple. Aínda que pareza estraño o que che digo, o meu mundo é tan aberto, tan sen disimulos, nin mentiras, tan inxenuamente exposto aos demais, que resulta difícil penetrar nel. Non vivo nunha “fortaleza valeira”, senón nunha terra cha tan aberta que pode parecer inaccesible. Teño moitas menos complicacións que as persoas que considerades normais.

As convencións sociais, os dobres sentidos, as frases feitas, o desorde é algo cotiá nas persoas neurotípicas que resulta complexo de comprender. A literalidade, o análise racional das expresións, a franqueza, a claridade e a estruturación son simplezas que caracterizan as persoas con TEA.

11. Non me pidas sempre as mesmas cousas nin me esixas as mesmas rutinas. Non tes que facerte autista para axudarme. O autista son eu, non ti!

Aínda que a persoa con TEA se atope cómodo nas mesmas rutinas é importante ir paulatinamente impulsándoas a emprender novas experiencias. Axudalas a ir vencendo situacións angustiosas é importante para facelas partícipes das actividades

que se formulen no centro e promover a súa inclusión social. Para iso é recomendable partir de ámbitos rutineiros e ir introducindo pequenas variantes.

12. Non só son autista. Tamén son un neno/a, un/unha adolescente ou un adulto/a. Comparto moitas cousas dos nenos, adolescentes ou adultos que chamades normais. Gústame xogar e divertirme, quero aos meus pais e ás persoas próximas, síntome satisfeito cando fago as cousas ben. É máis o que compartimos ca o que nos separa. O gusto do ocio é un deses moitos puntos comúns que todas as persoas temos entre nós. Coñecer o que lle gusta facer a cada persoa favorece ser capaz de facela participe das actividades que se organicen no centro.
 13. Merece a pena vivir comigo. Podo darche tantas satisfaccións como outras persoas, aínda que non sexan as mesmas. Pode chegar un momento na túa vida en que eu, que son autista, sexa a túa mellor compañía.
 14. Non me agridas quimicamente. Se te dixeron que teño que tomar unha medicación, procura que sexa revisada periodicamente polo especialista.
 15. Nin meus pais nin eu temos a culpa do que me pasa. Tampouco a teñen os profesionais que me axudan. Non serve de nada que vos culpedes uns a outros. Ás veces as miñas reaccións e condutas poder ser difíciles de comprender ou afrontar, pero non é por culpa de ninguén. A idea de “culpa” non produce máis que un sufrimento en relación co meu problema.
 16. Non me pidas constantemente cousas por riba do que son capaz de facer. Pero pídemme o que podo facer. Dáme axuda para ser máis autónomo, para comprender mellor, pero non me des axuda de máis.
- No ámbito educativo fálase da zona de desenvolvemento próximo como ese espazo onde se deben crear os aprendizaxes ofrecendo actividades que a persoa sexa capaz de facer cun grado suficiente de esforzo, evitando aburrimiento e perda de motivación.

Isto é fundamental para que as persoas queiran participar nas actividades formuladas dende o centro. A todos nos gusta aprender, e ser capaz de facer as cousas por nós mesmos.

17. Non tes que cambiar completamente a túa vida polo feito de convivir cunha persoa autista. A min non me serve de nada que ti esteas mal, que te encerres e deprimas. Necesito estabilidade e benestar emocional ao meu redor para estar mellor.

Hai estudos que relacionan un exceso de empatía no autismo coa comunicación e a conduta. Nun deses estudos cando os nenos con autismo eran capaces de manter a atención sobre un rostro, os que mostraban enfadado xeráballes gran malestar polo que preferían evitalos. Mostrarnos tranquilos, alegres, estables a nivel emocional, empáticos e confiados axuda a que a persoa con TEA se sinta máis cómoda.

18. Axúdame con naturalidade, sen convertelo nunha obsesión. Para poder axudarme, tes que ter momentos en que repousas ou te dediques a propias actividades. Achégate a min, non te vaias, pero non te sintas como sometido a un peso insoportable. Na miña vida, tiven momentos malos, pero podo estar cada vez mellor.

O ánimo de facer as cousas ben e rápido para que a persoa con autismo se sinta a gusto no espazo que ofrecemos implica en moitos casos que se adiquen tempos e esforzos excesivos. Nalgúns casos tardarase moito en conseguir un ambiente propicio o que pode supoñer unha carga para o profesional (perda de motivación, medo, perda de confianza como profesional...). Facer do centro un espazo inclusivo é un reto en si mesmo. Intentalo xa di moito do profesional, paso a paso todo se consegue.

19. Acéptame como son. Non condicione a túa aceptación a que deixe de ser autista. Se optimista sen facerte “novelas”. A miña situación normalmente mellora, aínda que por agora non teño cura.

O autismo é unha forma de ser, unha sociedade inclusiva debe aceptalo e proporcionar os apoios necesarios para que estas persoas sexan felices sen tratar de cambiar a súa personalidade.

20. Aínda que me sexa difícil comunicarme ou non comprenda as sutilezas sociais, teño incluso algunhas vantaxes en comparación cos que vos decides normais. Cústame comunicarme pero non adoito enganar. Non comprendo as sutilezas sociais, pero tampouco participo das dobres intencións ou dos sentimentos perigosos tan frecuentes na vida social. A miña vida poder ser satisfactoria se é simple, ordenada e tranquila. Se non se me pide continuamente e soamente o que máis me custa. Ser autista é un modo de ser, aínda que non sexa o normal. A miña vida como autista pode ser tan feliz e satisfactoria como a túa “normal”. Nesas vidas podemos chegar a atoparnos e compartir moitas experiencias.

f. Estruturação e anticipación

Como xa foi dito con anterioridade a estruturação é fundamental cando traballamos cunha persoa con autismo. Recordemos que unha das características definitorias deste trastorno é a insistencia na invariancia e a resistencia ao cambio. As novidades poden producir nas persoas con TEA unha grande ansiedade. Debido a esta característica é especialmente importante promover unha rutina estruturada e, cando sexa preciso facer cambios, anticipalos ou introducilos paulatinamente.

Previamente xa fixemos mención sobre algunhas pautas e ideas que permiten estruturar tanto o espazo como o tempo (utilización de liñas de cores para delimitar os camiños, manter estable o mobiliario do centro, uso de axendas...).

Merece mención especial neste apartado a utilización de axendas para estruturar o tempo. Este recurso permítenos o rexistro (gráfico ou escrito) de secuencias diarias de actividades facilitando a anticipación e a comprensión de situacións. Nesta secuenciación de actividades

pódense incluír as actividades a realizar, o tempo de duración, o lugar, os profesionais que o acompañará, etc. Especialmente importante e acordar unha acción que indique o final da actividade (tachar o pictograma, poñer unha sinal de cor por enriba...). Mesmo deben usarse con persoas con autismo cun nivel cognitivo relativamente baixo (cos que utilizaremos viñetas visuais como claves de organización).

A continuación sinálase o enlace dunha aplicación básica onde nos permiten elaborar axendas utilizando pictogramas: <http://www.pictoagenda.com/>

7. Conclusión

Nesta guía preténdense dar algunhas orientacións sobre algúns pasos que serían importantes dar para lograr crear centros inclusivos para as persoas con TEA. Sen dúbida non son unha solución, a vontade das persoas xunto cun pouco de coñecemento sobre a temática son os ingredientes precisos para encamiñar a sociedade cara a inclusión das persoas con TEA; como é moi complexo influír sobre a vontade das persoas esta guía pretende achegar algo dese coñecemento tan importante e dar un empuxe a todo aquel que queira comezar a levar iniciativas que persigan este obxectivo no seu centro. Pero como afirma Carolina Morillo na súa charla realizada en TED, non hai que ser expertos nin facer proezas para incluír ao outro, simplemente temos que estar preto, non mirar cara outro lado, temos que querer.

Referencias bibliográficas

- Aguirre, P. Álvarez, R. Angulo, M. C. Prieto, I. (s/n). Manual de atención al alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo derivadas de trastornos generales del desarrollo.
- Artigas-Pallaré, J. (2010) Autismo y vacunas: ¿punto final? Recuperado en 22/11/2016 en <http://www.autismo.org.es/sites/default/files/bds03s091.pdf>
- Belinchón, M. (2008). El Espectro Autista, avances en el diagnóstico- entrevista a Mercedes Belinchón. Recuperado en 25/01/2017 de http://www.infocop.es/view_article.asp?id=1871
- Bonilla Barragán , M. J.(s/d). La atención educativa al alumnado con trastorno del espectro autista. Consejería de Educación, Delegación Provincial de Sevilla. Centro del Profesorado de Alcalá de Guadaira.
- Bristol, P. M. & Spinella, G. (1999). Research on screening and diagnosis in autism: A work in progress. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 29, 435-438.
- Christensen, D. L. et.al. (2012). Prevalence and Characteristics of Autism Spectrum Disorder Among Children Aged 8 Years. *Surveillance Summaries*, 65 (3);1-23. Recuperado en 3/05/2017 de <https://www.cdc.gov/mmwr/volumes/65/ss/ss6503a1.htm>
- Cuesta, J. L. (2013): “Aplicación de la técnica Delphi en el proceso de validación de un instrumento para la evaluación de la calidad de vida en centros para personas con trastornos del espectro autista”. *Revista Qurriculum*, 26, 135-160
- Del Barrio, V. (1988) La construcción del concepto de autismo. *Revista de Historia de la Psicología*. 9(2-3), 159-172
- Erazo Santander, O. A. (2016). Elementos para la comprensión del trastorno de espectro autista. *Revista Poiésis*, 51-63.
- FESPAU (2013). Autismo-TEA. Madrid: Consultado en <http://www.fespau.es/somos-fespau.html>

- Frith, U. (2003). *Autismo. Hacia una explicación del enigma*. Madrid: Alianza editorial.
- Gillberg, C., & Billstedt, E. (2000). Autism and Asperger syndrome: coexistence with other clinical disorders. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 102, 321-330.
- Godoy, P. Aguilera, C. (2010). *Manual de apoyo a docentes. Educación de estudiantes que presentan trastornos del espectro autista*. Santiago de Chile: SDL impresores.
- Grabriela Nedelcu, D. (2010). *La población escolar gallega con trastornos del espectro del autismo: una aproximación empírica integral*. (Tesis de doctorado). Universidade de Santiago de Compostela. Santiago de Compostela
- Jaarsma, P. & Welin, S. (2011). Autism as a Natural Human Variation: Reflections on the Claims of the Neurodiversity Movement. *Health Care Anal* (2012) 20, 20–30
- Rivière, A. (1997). *Desarrollo normal y autismo: Definición, etiología, educación, familia, papel psicopedagógico en el autismo*. Curso de desarrollo normal y autismo. Santa Cruz de Tenerife, 24-27 de septiembre de 1997. Página de Autismo Española 1997.
- Rivière, A. (2001 b) *¿Qué nos pediría un autista?* En: ***Siglo Cero***. Vol. 32 (1). Nº 193. Pp. 40-41.
- Rivière, A. (2002). *IDEA: Inventario del Espectro Autista*. Buenos Aires, Argentina: FUNDEC.
- Wing, L. & Gould, J. (1979). Severe Impairments of Social Interaction and Associated Abnormalities in Children: Epidemiology and Classification. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 9 (1), 11-29.
- Yañez Téllez, M.A (2016). *Neuropsicología de los trastornos del neurodesarrollo*. México, D.F.: El Manual moderno