

Sistema integral de apoyos para el fortalecimiento de organizaciones – IRPF 2022

EVALUACIÓN DE ESTRESORES EN PERSONAS CON AUTISMO

POSIBLES ESTRESORES	SI	NO
<p>1. PROBLEMAS FÍSICOS: La presencia de algún tipo de molestia física, unido a la dificultad de pedir ayuda para poder paliarlo, supone una fuente de estrés importante en muchas personas con TEA.</p>		
EJEMPLOS:		
<p>1. SOBRECARGA SENSORIAL: Muchas personas con TEA, se pueden sentir abrumados ante la percepción de estímulos sonoros, visuales, táctiles, etc., que a otras personas no les importunan en absoluto. Esto puede generar niveles altos de estrés por no saber cómo regular su respuesta o evitar la exposición al estímulo.</p>		
EJEMPLOS:		
<p>2. Pérdida de información crítica: En la mayoría de centros en los que se trabaja para personas con TEA, se suelen emplear sistemas de apoyos visuales para proporcionar información por adelantado. A pesar de ello, en muchos casos la información es muy genérica e igual para todas las personas con TEA. En ocasiones la información estándar puede no ser suficiente para algunas personas y pueden necesitar otro tipo de información adicional que prevenga la aparición de estrés. A muchas personas con TEA le puede producir estrés determinadas situaciones que son idiosincrásicas, es decir, solo en su caso. Esto hace que sea necesario analizar cuidadosamente qué información y en qué circunstancias la persona puede sentir estrés.</p>		
EJEMPLOS:		
<p>3. Las personas: Para muchos niños y adolescentes con TEA, las personas, por su conducta cambiante y, en ocasiones, difícil de predecir, pueden suponer una fuente de estrés importante. Los requerimientos típicos de las relaciones sociales pueden ser tan complicados de entender que lleguen a interpretarse como amenazas, aunque no lo sean en absoluto.</p>		

Sistema integral de apoyos para el fortalecimiento de organizaciones – IRPF 2022

Acercamientos no comprendidos, situaciones ambiguas, nuevas o cambiantes, etc., puede generar estrés a la persona con TEA.		
EJEMPLOS:		
4. Demandas excesivas: Una fuente de estrés importante para muchas personas es solicitarle algo que no sabe o no puede hacer, como una determinada tarea, una instrucción o actividad, etc.		
EJEMPLOS:		
5. Cambios: Aunque esto es algo muy nombrado en personas con TEA, nunca un mismo cambio provoca las mismas reacciones en todas ellas. Hay personas que pueden ser muy sensibles a cambios de rutas en los desplazamientos, otras a cambios inesperados de personas de apoyo, otras a cambios de actividades, otras a la disposición de objetos en el ambiente, etc. Por ello, la reacción ante los cambios, si bien está presente en casi todas las personas con TEA, adquiere características particulares en cada una. Esto puede ser similar a la falta de información crítica		
EJEMPLOS:		
6. Interrupciones y transiciones: Esto es algo muy comentado en personas con TEA. Las transiciones de un espacio o de una actividad a otra pueden ser en sí mismo fuente de estrés para personas con TEA. En la misma línea que en puntos anteriores, esto es particular de cada persona. NO sucede en todas las personas con TEA en la misma medida, ni sucede en los mismos tipos de transiciones. En unas personas puede ser unas y en otras personas otros completamente diferentes.		
EJEMPLOS:		
7. Esperas: Es ampliamente conocido lo críticos que pueden ser los momentos de espera para muchas personas con TEA, pero sería relevante tomar conciencia de que más que la espera en sí, lo que realmente produce estrés en muchos casos es la inactividad. Y más aún, la inactividad en un lugar extraño donde la persona no puede moverse y tiene que comportarse de una forma que no entiende.		
EJEMPLOS:		

Sistema integral de apoyos para el fortalecimiento de organizaciones – IRPF 2022

8. La novedad: Las situaciones nuevas a la que la persona no se ha enfrentado en ninguna ocasión, ya sean actividades, personas, espacios, etc., pueden ser una fuente de estrés para algunas personas con TEA. De nuevo esto es particular de cada persona, ya que no toda novedad genera por definición estrés. Esto es algo similar a lo que se produce ante los cambios y otros aspectos.		
EJEMPLOS:		
9. Aburrimiento y falta de estimulación: El exceso de tiempo en el que la persona con TEA no cuente con indicaciones o apoyo para realizar actividades que sean mínimamente de su agrado, que sean comprensibles y que tengan un sentido para ellos, son potenciales generadores de estrés.		
EJEMPLOS:		
10. Situaciones confusas: Las dificultades de comprensión de los mensajes que otras personas les dirigen o del funcionamiento y de los hechos que ocurren en el mundo, pueden generar estrés y ansiedad por resultar impredecibles y, en algunos casos, amenazantes. A diferencia de la pérdida de información crítica, en que la persona no tiene información, en este caso sí la puede tener, pero no es capaz de entenderla.		
EJEMPLOS:		
11. Imposibilidad de consumir acciones repetitivas: Muchas personas con TEA tienen una fuerte tendencia a engancharse en secuencias de acción con un mismo principio y final. Por ejemplo, formulan una pregunta ante la que quieren oír una misma respuesta y en caso de no escuchar lo que quieren, van incrementando su estrés y ansiedad. También son frecuentes las situaciones en las que presentan un fuerte e incontrolado impulso de realizar ciertas acciones sobre ciertos estímulos. Por ejemplo, tocar un timbre, apretar un botón, repetir una escena de una película, etc. Si se impide a la persona con TEA ejercer esa acción, suele desencadenar un alto nivel de ansiedad que suele provocar crisis de conducta, en ocasiones muy fuertes.		
EJEMPLOS:		

Sistema integral de apoyos para el fortalecimiento de organizaciones – IRPF 2022