

Trastorno del Espectro Autista (TEA): comprender para incluir

Qué es, qué procesos están involucrados y por qué la inclusión es una responsabilidad de todos

Hablar de Trastorno del Espectro Autista (TEA) no es solo hablar de un diagnóstico. Es hablar de personas, de formas diversas de percibir el mundo, de relacionarse, de aprender y de sentir. Comprender el TEA en profundidad es el primer paso para construir una sociedad más justa, empática e inclusiva, donde cada niño y niña pueda desarrollarse respetando su singularidad.

Desde la psicología y la neuropsicología, hoy sabemos que el TEA no es una enfermedad ni una falla, sino una **condición del neurodesarrollo**, presente desde los primeros años de vida, que acompaña a la persona a lo largo de su ciclo vital.

1. ¿Qué es el Trastorno del Espectro Autista (TEA)?

El Trastorno del Espectro Autista es una condición del neurodesarrollo caracterizada por un **perfil particular de comunicación social**, junto con **patrones de comportamiento, intereses o actividades restringidos y repetitivos**, y frecuentemente por **procesamientos sensoriales atípicos** (American Psychiatric Association, 2022).

Se utiliza el término *espectro* porque **no existe una única forma de ser autista**. Cada persona presenta una combinación única de fortalezas, desafíos y necesidades de apoyo. Algunas personas requieren apoyos significativos en su vida diaria, mientras que otras pueden desenvolverse con mayor autonomía, aunque igualmente enfrentan barreras sociales invisibles.

Un punto clave es entender que el TEA **no se define por una conducta aislada**, sino por un patrón persistente de funcionamiento que impacta la manera en que la persona:

- Se comunica y vincula con otros
- Comprende y responde a las normas sociales implícitas
- Regula su conducta, atención y emociones
- Procesa la información sensorial del entorno

2. Procesos neuropsicológicos involucrados en el TEA

Desde una mirada neuropsicológica, el TEA implica diferencias en varios sistemas del desarrollo. No se trata de déficits absolutos, sino de **formas distintas de organizar la experiencia**.

2.1 Comunicación social: más allá del lenguaje hablado

En el TEA, la principal dificultad no siempre está en el vocabulario o en la pronunciación, sino en la **comunicación social-pragmática**:

- Uso del lenguaje para iniciar, mantener y cerrar interacciones
- Comprensión de ironías, dobles sentidos o normas sociales implícitas
- Lectura de gestos, miradas y estados emocionales de otros

Muchas personas autistas **quieren comunicarse**, pero encuentran complejo interpretar un sistema social que para otros es intuitivo.

2.2 Funciones ejecutivas: rigidez, planificación y flexibilidad

Las funciones ejecutivas son habilidades cognitivas que nos permiten:

- Planificar
- Cambiar de estrategia
- Tolerar la frustración
- Regular impulsos

En el TEA, es frecuente observar dificultades en la **flexibilidad cognitiva**, lo que explica:

- Malestar frente a cambios inesperados
- Necesidad de rutinas predecibles
- Conductas repetitivas que cumplen una función reguladora

Cuando el entorno no se adapta, el sistema nervioso entra en sobrecarga, y la conducta que aparece no es “desafiante”, sino **una respuesta al estrés**.

2.3 Procesamiento sensorial: cuando el mundo se vive con más intensidad

Una característica central del TEA es la forma particular de procesar los estímulos sensoriales:

- Sonidos, luces, texturas, movimientos o incluso el contacto físico

- Hipersensibilidad (todo se siente “demasiado”) o hiposensibilidad (búsqueda intensa de estímulos)

Estas diferencias sensoriales influyen directamente en la conducta, la atención, el juego y la regulación emocional. Comprender esto cambia radicalmente la mirada: **no es mala conducta, es neurobiología.**

2.4 Regulación emocional y desarrollo socioemocional

Muchos niños y niñas con TEA presentan desafíos para:

- Identificar sus emociones
- Expresarlas de manera socialmente comprensible
- Regular estados de ansiedad o frustración

Esto hace que el acompañamiento adulto, la co-regulación y los entornos seguros sean fundamentales para su bienestar.

3. TEA e inclusión: una deuda social pendiente

Hablar de inclusión no es solo permitir el acceso físico a una sala de clases. La inclusión real implica **adaptar el entorno**, no exigir que el niño o la niña se adapte a un sistema que no fue diseñado para su forma de funcionar.

3.1 Barreras invisibles

Muchas personas autistas enfrentan:

- Exclusión social
- Juicios erróneos (“es malcriado”, “no quiere saludar”)
- Falta de comprensión de sus tiempos, silencios o formas de jugar

Estas barreras generan aislamiento, ansiedad y, en el largo plazo, daño emocional.

3.2 La inclusión comienza con la comprensión

Una sociedad inclusiva:

- Valida la diversidad neurológica
- Ofrece apoyos sin etiquetar ni estigmatizar

- Comprende que la diferencia no es un problema, sino una condición humana

La evidencia muestra que **los entornos comprensivos mejoran significativamente el desarrollo, la participación y la salud mental** de las personas con TEA.

4. El rol del juego y los entornos inclusivos

El juego es una vía privilegiada de aprendizaje y vínculo. Para niños con TEA, el juego:

- Facilita la comunicación sin presión verbal
- Favorece la regulación emocional
- Permite el aprendizaje social desde la experiencia concreta

Materiales como **Jolly Heap**, por su carácter abierto, sensorial, corporal y cooperativo, pueden transformarse en **puentes de inclusión**, ya que:

- No exigen una única forma de jugar
- Permiten explorar, construir, derribar y volver a intentar
- Favorecen el trabajo conjunto entre niños con distintos perfiles

La inclusión no ocurre cuando todos hacen lo mismo, sino cuando **todos pueden participar desde su propia forma de ser**.

5. Una invitación a la sociedad

Incluir no es un acto de buena voluntad: es una responsabilidad ética y social. Comprender el TEA nos desafía a:

- Escuchar más y juzgar menos
- Adaptar los entornos educativos, familiares y comunitarios
- Reconocer que la diversidad enriquece

Cada niño y niña merece crecer en un mundo donde no tenga que esconder quién es para ser aceptado.

Referencias (norma APA)

American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed., text rev.; DSM-5-TR). APA Publishing.

Centers for Disease Control and Prevention. (2023). *Autism spectrum disorder (ASD): Diagnostic criteria*. <https://www.cdc.gov/autism>

National Institute for Health and Care Excellence. (2013). *Autism spectrum disorder in under 19s: Support and management (CG170)*. <https://www.nice.org.uk>

Schreibman, L., et al. (2015). Naturalistic developmental behavioral interventions: Empirically validated treatments for autism spectrum disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 45(8), 2411–2428.

World Health Organization. (2023). *Autism spectrum disorders*. <https://www.who.int>