Publicado en *Familia y Salud* (https://www.familiaysalud.es)

El adolescente Asperger

¿Cómo es un adolescente con síndrome de Asperger?

Suelen adaptarse mal a los cambios que suceden entre los 12 y los 18 años.

Sus características:

- Mayor tendencia a estar solos. Son más conscientes de que son diferentes.

- Son "más infantiles “en sus intereses que sus compañeros.

- Son sencillos e ingenuos. No tienen malicia ni dobleces. No entienden los dobles sentidos, el por qué de las reglas sociales ni la nueva forma de actuar de sus compañeros. Por ejemplo: mientras otros hablan de novias o de saltarse normas, ellos quieren sólo un amigo y tienen fuertes valores morales.

- Quieren formar parte de un grupo social, pero no saben cómo.

- Son más sensibles a las críticas y burlas de otros jóvenes.

- Están poco interesados en la higiene y el cuidado personal. No están pendientes de las modas (ropa, calzado, pelo...).

- Toleran mal los cambios en su rutina.

- Les cuesta organizar sus tareas escolares, hacer resúmenes, coger apuntes, sacar conclusiones de cada tema de estudio. Sin apoyos, tienden al fracaso escolar.

- En la relación con el otro sexo, no entienden el coqueteo, lo sutil. Son bruscos o abruman. Suelen ser rechazados.

- Sufren más ansiedad, tristeza, bajo estado de ánimo, obsesiones...

¿Cómo podemos ayudarles en la familia?

- Tratar de que se unan a grupos. Es mejor que tengan algún interés común (ajedrez, pesca, ordenadores...).

- Mantener las rutinas, horarios y hábitos en el hogar. Esto les ayudará a aprender y a mejorar su autoestima.

- Poner rutinas de higiene personal. Se puede incluso hacer a través de un sistema de premios.

- Dejarles a mano la ropa que creemos que se deben poner. Corregir, si hace falta, su aspecto antes de salir de

casa.

- Explicarles de forma clara y sencilla como deben actuar en cada situación. Trabajar las habilidades sociales: con el otro sexo, ir a fiestas, devolver llamadas, mandar mensajes, iniciar conversaciones, pedir aclaraciones o ayuda si hay algo que no entiende, a escuchar a los otros…. Buscar apoyo de profesionales si es necesario.

- Hablarles de lo que está bien y mal (drogas, comportamientos...). Si actúan mal, decirles de forma tranquila lo que han hecho mal y cuáles son los comportamientos que se espera de ellos. Si persisten en el comportamiento, mantener la calma y ofrecerles alternativas. Se pueden poner ejemplos sencillos o usar historietas.

- Cuidar su estado de ánimo. Reconocer sus puntos fuertes y sus habilidades.

- Si tu hijo se vuelve agresivo, está triste o se vuelve más maniático, consulta con tu Pediatra.

¿Cómo pueden ayudarles en el centro escolar?

- Antes del inicio del curso, es bueno ponerles en contacto con el centro, la clase, los profesores y el tutor.

- Si tienen amigos, interesa que alguno esté en su clase.

- Siempre es mejor que estén en una clase con pocos alumnos, con un tutor que conozca a los adolescentes (sus puntos fuertes y débiles).

- Poner las normas de clase en frases sencillas, y a la vista. Animar a preguntar lo que no se entiende.

- Es bueno enseñarles a usar una agenda para organizar su trabajo. Dividir el trabajo total en partes pequeñas, de logro fácil. Usar apoyos con dibujos, horarios...

- Interesa que los adolescentes cuenten con una persona y/o lugar dónde acudir dentro del centro en caso de tener problemas o cuando necesiten hablar.

- Hay que asegurarse de que entienden lo que leen, de que saben hacer esquemas, sintetizar...

- Hay que evitar que estén solos, que sean el blanco de burlas o que les "utilicen" sus compañeros. Promover la tolerancia y el respeto en la clase.

- Es muy importante cuidar su autonomía y potenciar sus capacidades.

¿Cómo serán de adultos?

La evolución en la edad adulta depende de la inteligencia, de la capacidad de adaptarse y superar las dificultades y de los apoyos que reciban. Pueden llegar a ser personas expertas en matemáticas, ordenadores, animales... Prefieren trabajos muy rutinarios, sin contacto directo con gente.

Fecha de publicación: 28-03-2016

Autor/es:

- Leonor Liquete Arauzo. Pediatra. Centro de Salud “La Palomera”. León
- Enrique Pérez Ruiz. Psiquiatra. Unidad de Salud Mental-Centro de Salud “La Victoria”. Valladolid

CC BY NC ND