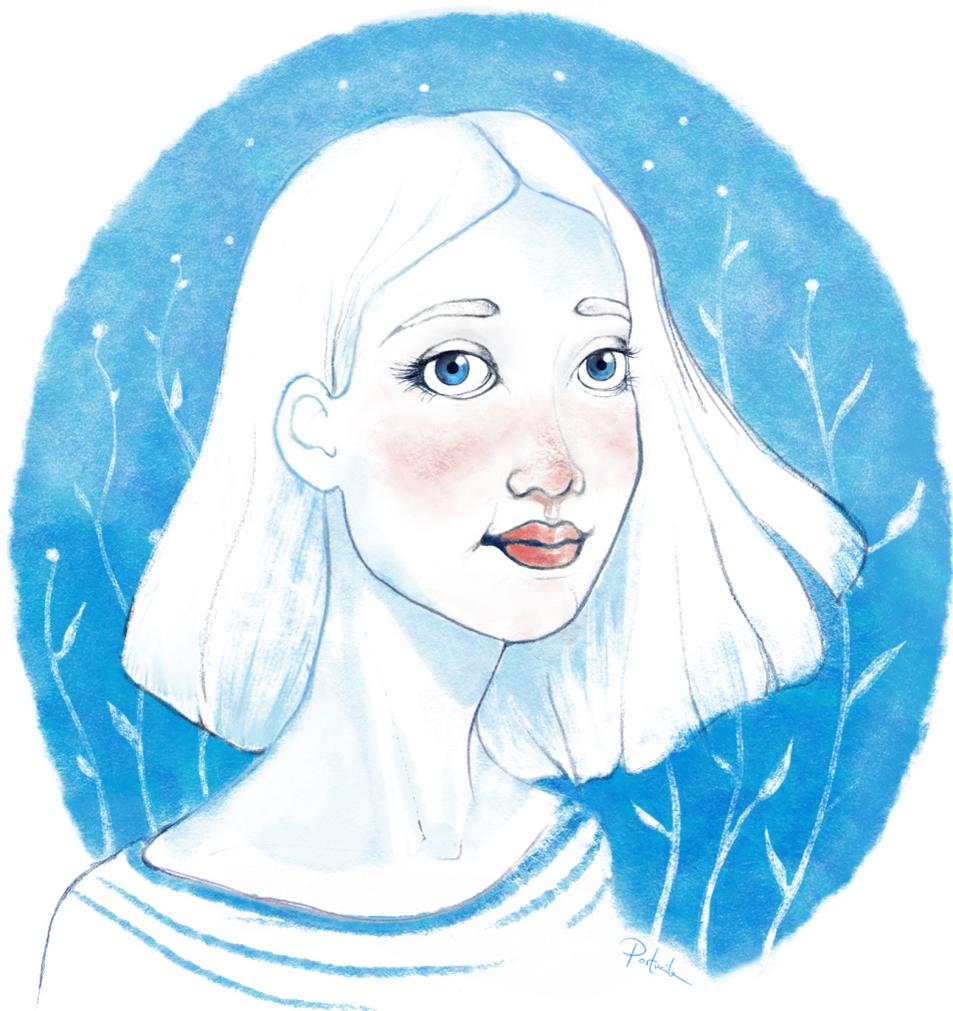


Mujeres con autismo

Historias de Vida

“UNA **MOTIVACIÓN** FUNDAMENTAL ES PODER ESTUDIAR
LO QUE SIEMPRE ME HA GUSTADO”



Autismo España es una confederación de ámbito estatal que agrupa entidades del tercer sector de acción social promovidas por familiares de personas con trastorno del espectro del autismo (TEA) que facilitan apoyos y servicios específicos y especializados a las personas con este tipo de trastornos y sus familias.

Nuestra misión es apoyar a las personas con TEA y sus familias promoviendo la reivindicación y el ejercicio efectivo de sus derechos, con el propósito de favorecer su calidad de vida y conseguir la igualdad de oportunidades.

Ruth Vidriales Fernández · Cristina Hernández Layna · Marta Plaza Sanz

Ilustración y diseño: María López-Gallego (Portucila)

[Marzo 2021] - Prohibida la Reproducción



Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons Atribución-NoComercialSin-Derivadas 4.0 Internacional.
creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0

Ésta es la historia de vida de una mujer con autismo. Es un relato autobiográfico que destaca los acontecimientos más relevantes de su vida y la valoración personal que hace de ellos.

Forma parte de la colección "**Mujeres con autismo. Historias de vida**", que **Autismo España** ha elaborado en el marco del proyecto "**Niñas y mujeres en el espectro del autismo. Rostros invisibles**". Esta iniciativa se dirige a impulsar la investigación sobre las prioridades de las niñas y mujeres en el espectro del autismo y a promover sus derechos fundamentales.

Todos los relatos se han construido en base a los testimonios de adolescentes y mujeres adultas en el espectro del autismo, contando, en algunos casos, con el apoyo de personas cercanas y significativas para ellas.

Autismo España agradece enormemente la generosidad de todas las mujeres que han compartido sus trayectorias de vida y han hecho posible esta iniciativa.

“Una motivación fundamental es poder estudiar lo que siempre me ha gustado”



Tiene 20 años. Vive con su padre, su madre y su hermano, que es 6 años más pequeño que ella. Estudió un módulo de locución de radio enfocado al periodismo *“estoy haciendo algo que me gusta, puedo ser yo misma y puedo expresarme”*. Después cursó un año de formación profesional superior relacionado con el ámbito sociocultural. Actualmente, prepara por su cuenta la selectividad para poder estudiar periodismo en la universidad.

Desde que nació tiene problemas del sueño (insomnio severo), le han hecho muchas pruebas. Esta falta de sueño le ha causado otros problemas de salud como migrañas, dificultades de autorregulación, cansancio y falta de vitaminas, entre otros. Y han repercutido en su vida diaria.

Sin embargo, algo positivo que destaca es que **gracias a no dormir descubrió la radio, su pasión.**

“Un día desde mi habitación escuché, desde la habitación de mis padres, una radio. Concretamente, estaba sonando Onda Cero. Y desde los 9 años, me la pusieron y bueno, por lo menos, si no dormía porque también me ayudaba a estar acompañada al dormir... Pero si no dormía porque a veces la escuchaba y seguía sin dormir, me aprendía de memoria os locutores, los programas, las secciones, los horarios de cada tal. Bueno, es una cosa y claro, pues a partir de ahí, que no hay mal que por bien no venga, se convirtió en mi pasión”.

De pequeña **recuerda que era una niña muy sensible a los ruidos**. La asustaban y le daban miedo algunas cosas como los camiones de bomberos, la policía y las ambulancias, tanto por el ruido como por las luces que se encendían.

Cuando empezó a ir al colegio le costaba mucho dejar su casa, también estar rodeada de gente nueva, así como que le mandasen tareas que a veces no entendía. Le resultaba especialmente complicado entender las explicaciones que le daba la profesora, lo que provocaba en ella ansiedad e incluso rabietas. Recuerda que, a pesar de esto, en el fondo estaba a gusto en el colegio y se sentía querida por su profesora de educación infantil.

Cuando terminaban las clases, se iba con las amigas y sus respectivas madres a una pradera cercana. Si el juego de las demás niñas no le gustaba (solían jugar al pilla-pilla, o con palos representando que fueran espadas), ella se iba a jugar sola a otra parte. Se imaginaba que era un superhéroe: un cocodrilo con aspecto de persona que se llamaba Bicho, y su traje era como el de Superman *"todavía me acuerdo de lo bien que lo pasaba yo sola y a mi alrededor podía imaginar completamente a los enemigos"*. **Todo lo que surgía en su imaginación, para ella existía de verdad. Considera que, de no haber tenido esta gran capacidad para imaginar, su infancia hubiera sido más negativa.**

En primaria, a partir de 5º y 6º, empezó a sentir que no recibía mucho apoyo por parte del profesorado, especialmente, porque otras niñas y niños se metían con ella en el recreo. **Los maltratos se repetían con frecuencia sin que el colegio hiciera nada. Se sintió aislada,** porque incluso la relación con sus amigas se enfrió. También señala que tuvo problemas con las monitoras encargadas de la ruta del autobús. Fue una etapa en la que lo pasó muy mal y recuerda que tenía pesadillas por las noches. **Su principal apoyo en estos momentos fue su familia.** En cuanto a su relación familiar, **su referente siempre ha sido su madre.** De su padre, dice, que era su héroe de pequeña y que era el mejor del mundo, aunque no lo veía tanto como le hubiese gustado porque debido a su trabajo, su padre pasaba temporadas fuera de casa.

Afrontó con cierto miedo el cambio de etapa a la educación secundaria, a pesar de que permaneció en el mismo colegio. No obstante, le preocupaba el cambio de edificio, de profesorado... No obstante, **destaca que la secundaria fue el mejor período escolar, porque conoció a profesores que la ayudaron y motivaron mucho.** En concreto, menciona que la relación fue especialmente buena con uno de ellos, porque en ciertos aspectos le recordaba un poco a ella.

Hasta la etapa de bachillerato siempre había sacado muy buenas notas, pero en este momento algunas asignaturas empezaron a resultarle especialmente difíciles. A veces se bloqueaba en los exámenes, sobre todo cuando le había pasado algo a nivel personal. Esto le impedía hacerlos bien y suspendía, aunque luego solía aprobar en los exámenes de recuperación. **Al final, aprobó también el bachillerato.**

No es muy común en ella que la atraiga o le guste alguien. **La primera vez que le gustó un chico fue a los 12 años.** A los 13 años sintió su *"primer amor platónico profundo"* por un chico. Esto le despertó mucha curiosidad y sentimientos románticos reales, aunque *"ya hubiese sentido algo de atracción por algunos chavales de mi edad poco antes, pero de forma muy puntual e irrelevante"*. **A los 16 años tuvo su primer novio.** La relación duró pocos meses y guarda ese recuerdo como una novedad en su adolescencia.

De esa época destaca varias **relaciones de amistad.** Una de ellas es con un **grupo de chicas** de su edad, pero recuerda que de repente dejó de hablar y de relacionarse con ellas. La otra amistad más importante es con un **chico al que conoce desde que tenía 2 años.** Considera que **es como un hermano para ella.**



Actualmente tiene cuatro "mejores amigos". Cuando quedan, les gusta ir a cenar y también ir a dar una vuelta por la playa mientras escuchan música y "hacen tonterías". No les gusta ir a las discotecas. Está contenta porque son unos amigos que **se adaptan muy bien a ella y a su personalidad.**

Su pasión son los animales y a los seis años aprendió a montar a caballo. Aunque si fuera por ella practicaría la equitación con frecuencia, lo tuvo que dejar hace muy poco. También hizo natación durante un periodo de tiempo y el rugby siempre le gustó. Ahora va al gimnasio cuando puede a hacer distintos tipos de ejercicios o sale con la bici desde su casa para ir al centro de la ciudad. También suele caminar con una o dos amigas en fin de semana. Hacen rutas costeras de entre 15 y 30 km. No le gusta estar parada. **La actividad física la ayuda a despejarse y a tener mejor salud.**

Recibió el **diagnóstico de trastorno del espectro del autismo a los 17 años** recién cumplidos. Ella llevaba ya tiempo con la sensación de que no entendía mucho a la gente de su edad y sentía que había algo que no encajaba en su forma de ser. Siempre se había sentido muy desorientada y muy sola. Por eso, **vivió el diagnóstico como un alivio y algo positivo.**

Ahora entiende muchas cosas. Ya sabe por qué la trastornan completamente los cambios, aunque sean "para bien". Y sus manías, que parecen caprichos de niña consentida (se lo han dicho muchas veces), tienen una explicación, aunque ella no la pueda dar porque es difícil de explicar.

Considera que **para ella hubiera sido de ayuda saber antes que tenía un trastorno del espectro del autismo.** También cree que le hubiera venido bien conocer a alguien con el mismo diagnóstico, que la hubiera ayudado a identificar lo que estaba bien y lo que estaba mal en determinadas situaciones.

A día de hoy recibe apoyo de una entidad especializada **y se siente bien** cuando va, porque **le da herramientas para decidir qué hacer en cada caso.** **Le gustaría conocer a gente que también tenga un trastorno del espectro del autismo** ya que cree que la ayudaría hablar con ellos o ellas.

También tiene el **apoyo de una psicóloga** que la está ayudando a trabajar el **trastorno del sueño y la ansiedad.** En 2014 le hicieron una prueba del sueño que fue bastante traumática para ella, ya que el material que utilizaron en el hospital era bastante incómodo y la sensación es que las pruebas fueron desagradables. En esta prueba identificaron que dormía un 33% y le dieron como solución un tratamiento con medicamentos fuertes para regular las fases del sueño. Estos medicamentos la afectaban en los estudios y en el comportamiento. Por eso decidió dejar de ir a médicos y tratar de remediar el problema de otra manera.

En esos meses, en los que estaba bastante decaída, **se grabó su programa de radio favorito, La Brújula, en su ciudad.** Tuvo la oportunidad de charlar con Carlos Alsina, que presentaba entonces el programa, al que considera su ídolo y referente. Ese día **pudo conocer a varios periodistas que fueron para ella una inspiración** a partir de ese momento y eso **la motivó a superar esa mala época** (unida a su adolescencia).

Su sueño es trabajar como periodista. En 2019 publicó su primer libro, **"Suspiros de tinta".** Es un libro sobre poemas y relatos acerca de los valores de la sociedad muy resaltados con metáforas, y sobre sentimientos comunes en la juventud o en personas "profundas", incluyendo el amor o el insomnio severo.

En la actualidad trata de compaginar los estudios con algún trabajo que le pueda salir y hace planes de futuro.

"Me veo dispuesta a irme antes de que pase un año a la universidad a estudiar periodismo y cumplir mi sueño. Si no me es posible estudiar en mi tierra, me gustaría irme a Sevilla ya que tengo allí familia y mis raíces paternas son andaluzas por lo que tengo debilidad por el sur y su ambiente".





Confederación Autismo España

C/ Garibay 7 3º izq | 28007 Madrid | T 915913409
confederacion@autismo.org.es | www.autismo.org.es

Financiado por:

