



Conocer para comprender

18 de febrero

**Día Internacional
Síndrome de
Asperger**

**"Lo menos que
podemos hacer,
en servicio de
algo, es
comprenderlo"**

José Ortega y Gasset



¿Qué es el Síndrome de Asperger?

Forma parte del trastorno del espectro del autismo

- Es un trastorno del neurodesarrollo que provoca que el cerebro funcione de manera diferente, especialmente en la comunicación e interacción social y en la en la flexibilidad de pensamiento y comportamiento.
- Comparte las características nucleares del autismo. Tiene dificultades en la comunicación social. Sin embargo, tiene un lenguaje fluido y una capacidad intelectual media e incluso superior a la media.

¿Cómo se comunica una persona con Síndrome Asperger?



- Tiene dificultad para entender la comunicación no verbal.
- Puede hablar mucho tiempo de sus temas de interés y tiene dificultad para saber cuándo terminar.
- Le cuesta elegir temas de los que “hablar por hablar”.
- Es muy literal; comprende el lenguaje según el significado exacto de las palabras y no entiende las bromas, los chistes, las metáforas o los sarcasmos.
- Su expresión verbal es correcta. A veces, utiliza un lenguaje muy formal resultando demasiado preciso, técnico e incluso pedante.



¿Cómo se relaciona una persona con Síndrome Asperger?

- Le resulta difícil comprender las reglas sociales “no escritas”. A veces, puede comportarse inadecuadamente sin querer.
- Quiere relacionarse, pero no sabe cómo hacerlo. A veces, se encuentra solo.
- Le cuesta interactuar con muchas personas a la vez.
- Parece que no expresa sus emociones ni tiene en cuenta las de los demás. En realidad, le resulta complejo interpretar los sentimientos de otras personas.
- Encuentra difícil expresar sus emociones de forma convencional por lo que puede parecer que reacciona desproporcionadamente o “fuera de lugar”.

¿Cómo piensa y se comporta una persona con Síndrome Asperger?



- Su forma de pensar es rígida y concreta, lo que le ayuda en actividades que requieren atención a detalles y repetición de patrones.
- Es fiel a las rutinas que, en ocasiones, sigue de manera rígida y repetitiva.
- Las rutinas le proporcionan seguridad y pautas concretas de actuación pero le limita la adaptación a los cambios, situaciones novedosas o poco previsibles.
- Tiene intereses muy concretos sobre los que acumula mucha información y dedica mucho tiempo, convirtiéndose, en ocasiones, en fuente principal de conversación.
- Puede ser extremadamente sensible a algunos estímulos del ambiente, resultándole molestos o dolorosos (ruidos, luces, olores, sabores, etc.).



¿Cómo puedes ayudar a una persona con Síndrome Asperger?

- Reflexiona sobre los desafíos sociales que afrontas cada día e intenta ponerte en el lugar de una persona que genuinamente no los comprende ni sabe cómo afrontarlos.
- Empatiza con su experiencia, aunque sea distinta a lo “convencional”.
- Interésate por conocer sus gustos e intereses, sus puntos fuertes y débiles y las cosas que son importantes para él/ella.
- Haz explícitos algunos conceptos que para la mayor parte de las personas son obvios, especialmente los relativos a las relaciones sociales.



¿Cómo puedes ayudar a una persona con Síndrome Asperger?

- Utiliza un lenguaje directo y concreto, sin ambigüedades o dobles sentidos.
- Comprende que sus comportamientos no son caprichosos o intencionados. Reflejan una manera distinta de comprender y desenvolverse en el mundo.
- Entiende la importancia de sus rutinas y “rigideces”. Son elementos que le proporcionan seguridad. Puedes ayudar a flexibilizarlas sin imponer tu manera de ver las cosas.
- Pregúntale cuál es la mejor manera de apoyarle. Él o ella te sabrá explicar cómo prefiere que le ayudes.