

**DESREGULACIÓN**

Cuando una persona autista presenta una desregulación, sobrecarga o colapso se puede ver como:

**Mutismo**, es decir no podemos hablar.

**Interacción**, podemos parecer ausentes, pero no es así, nos es complicado interactuar

**Ansiedad**, todas las personas sentimos ansiedad, sin embargo las personas autistas lo tenemos más latente debido a nuestro procesamiento sensorial.

**Autolesiones**, en episodios llamados "meltdown" a veces podemos rasguñarnos, rascarnos, pegar, aventar cosas.

**¿CÓMO PUEDO APOYAR?**

Preguntale y no des por hecho

No satures más a la persona y trata de **reducir los estímulos** que existan.

Permite que la persona este sola en un lugar cómodo, dale espacio.

**NO TODO ES AUTISMO**

Se puede ser autista y presentar (o no) una o mas coocurrencias.

TDAH, Epilpsia, Discapacidad Intelectual, Altas Capacidades, Discapacidad Motriz, praxias, etc

**INTERVENCIÓN**

El autismo no se trata, se apoya porque **no es una enfermedad**. Se nace y se muere autista. No lo provocan las vacunas o un proceso durante el embarazo. Los apoyos e intervenciones deben ir enfocados en apoyar y no en curar, reducir o eliminar el autismo, eso no se puede.

**NUESTRO SÍMBOLO**

Anteriormente diversas asociaciones pupularizaron el puzzle azul para representar el autismo. Hoy las personas autistas rechazamos ese simbolo por su carga estigmatizante y preferimos usar un infinito de colores y/o dorado representando la diversidad de personas autistas. El infinito es un símbolo creado y aceptado por autistas.

**SOMOS LA PRIMERA Y ÚNICA A.C. EN MÉXICO FUNDADA ÚNICAMENTE POR AUTISTAS.**

Nuestra misión es visibilizar el autismo desde las voces autistas,

concientizando respecto a lo que realmente es el autismo, derribando mitos estigmatizantes que limitan nuestras oportunidades y nuestros derechos

**TRABAJAMOS DESDE EL PARADIGMA DE LA NEURODIVERSIDAD**

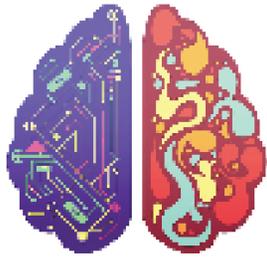
Este paradigma propone que las diferencias neurológicas deben ser aceptadas y valoradas como una parte intrínseca y natural de la diversidad humana, en lugar de ser consideradas como desviaciones de la norma.

**¿QUÉ ES EL AUTISMO?**

FUNDACIÓN  
**COMUNIDAD AUTISTA**



fundacioncomunidadautista.org  
hola@comunidadautista.org  
55 7226 2354 y 55 1687 9075



# RASGOS AUTISTAS

## COMUNICACION E INTERACI3N

Nuestra comunicaci3n es directa y honesta, la mayoria de las veces esto ocasiona que las personas piensen que somos personas groseras, toscas, rudas o sin modales y eso puede crear barreras en la comunicaci3n e interacci3n social.

Nuestra manera de comunicar es diferente, a veces no sabemos como iniciar o seguir una conversaci3n. Mirar a los ojos nos resulta cansado, incomodo o innecesario, nos concentramos mucho mejor si no lo hacemos.

Algunas personas autistas son "no hablantes" sin embargo en la actualidad existen sistemas de comunicaci3n (SCAA) que les permiten comunicarse.

## ANTICIPACI3N Y RUTINAS

La **rutina** es algo indispensable en nuestro d'a a d'a, el saber qu3, c3mo, cu3ndo y d3nde haremos lo que haremos nos da seguridad y contenci3n.

Tambi3n nos gusta y disfrutamos observar patrones, ordenar, agrupar, apilar, repetir una canci3n una y otra vez

## INTERESES

Cuando una persona autista descubre un tema de inter3s se convierte en algo extraordinario que nos puede pasar.

Lo disfrutamos tanto que entramos en hiperfoco, es decir una concentraci3n tan grande que se nos va el tiempo sin llegar percibir hambre, sed o ganas de ir al ba'no. Cuando tenemos un inter3s profundo solo queremos hablar de eso. Es por eso que antes se le llamaban "obsesiones"

Sin embargo un inter3s profundo, puede convertirse en un 3rea de especializaci3n convirtiendonos en expertos del tema y destacar a nivel escolar o laboral.

Un inter3s no se debe eliminar, al contrario puede funcionar como un puente de aprendizaje, comunicaci3n y conexi3n con una persona autista.



## DIFERENCIAS SENSORIALES

Muchas personas autistas somos **hipersensibles** a algunos est'imos, como a sonidos, luces, colores, olores, sabores, eso hace que nos alejemos de ciertos ambientes, cierto tipo de telas al vestir, que seamos muy selectivos al comer. Sin embargo tambi3n podemos ser **hiposensibles**, es decir buscadores de est'imos, como ir a conciertos para poder escuchar la m'usica muy fuerte, deportes o actividades que implican mucho contacto f'isico.

El autismo es un **neurotipo**, es decir, un tipo de cerebro que diverge de lo t'ipico.

Existen varios neurotipos: Autismo, TDHA, Bipolaridad, S'ndrome de Down, dislexia, dispraxia, etc.

Las personas autistas tenemos procesos cognitivos y sensoriales diferentes a los t'ipicos y eso no nos hace peores o mejores, simplemente nos hace parte de la neurodiversidad humana.



Anteriormente se usaban palabras como "s'ntomas" sin embargo, el autismo al no ser una enfermedad, no presenta sintomas, son **rasgos o caracter'sticas autistas**.

### NO SOMOS IGUALES

Aunque compartimos rasgos, ninguna persona autista es igual a otra.