CLÍNICA VIVALDI · FICHA GRATUITA · NEURODESARROLLO

Trastorno del espectro autista (TEA)

Diferencias persistentes en la comunicación y la interacción social, junto con intereses intensos, conductas repetitivas o sensibilidad sensorial. Es un espectro: cada persona necesita apoyos distintos, y muchos adultos reciben el diagnóstico tarde.

SEÑALES FRECUENTES

- Dificultad para interpretar señales sociales implícitas
- Necesidad de rutina e intereses muy intensos
- Hipersensibilidad o hiposensibilidad a ruidos, luces o texturas

PAUTAS PARA TI

1. Una evaluación especializada ayuda a entenderte y a pedir adaptaciones
2. Respeta y planifica tus tiempos de descanso sensorial
3. Usa agendas visuales y anticipa los cambios

PARA LA FAMILIA Y EL ENTORNO

1. Respeta sus tiempos de descanso y su necesidad de rutina
2. Comunica de forma clara y directa, sin dobles sentidos

CUÁNDO PEDIR AYUDA

1. Si el agotamiento social le lleva a aislarse
2. Si aparecen ansiedad o depresión

PARA OBSERVAR Y ANOTAR

☐ Me cuesta entender lo que otros quieren decir sin decirlo

☐ Prefiero hacer las cosas siempre de la misma manera

☐ Los cambios inesperados me alteran mucho

☐ Tengo intereses muy intensos en temas concretos

☐ Los ruidos, luces o texturas me molestan más que a otros

☐ Las situaciones sociales me agotan

☐ Me cuesta mantener conversaciones informales

☐ Siento que tengo que imitar a otros para encajar

RECURSOS GRATUITOS

- Test online y pautas: clinicavivaldi.com/trastorno/trastorno-del-espectro-autista-tea
- Artículo completo: Autismo en adultos: clinicavivaldi.com/trastorno-autismo-adultos
- Autismo España: https://autismo.org.es/
- Línea 024 (conducta suicida, 24 h) · Emergencias 112