



Una guía para padres

Para cuando su hijo acaba de recibir un diagnóstico de autismo, o cuando cree que podría ser autista. Léala a su ritmo. No hay prisa, y no está solo.

Cinco cosas que conviene saber primero

1. **Su hijo sigue siendo el mismo.** Un diagnóstico no cambia quién es. Le da un mapa mejor para comprenderlo.
2. **El autismo es una diferencia, no una enfermedad.** Dura toda la vida y no lo causan la crianza, la alimentación ni las vacunas.
3. **Cada persona autista es diferente.** Las fortalezas y necesidades varían y pueden cambiar de un día a otro.
4. **El apoyo puede empezar ya.** No necesita esperar un diagnóstico para adaptar su casa o pedir ayuda al colegio.
5. **Desconfíe de las "curas".** El autismo no tiene cura, y algunos productos que se venden como cura son peligrosos. Consulte cualquier terapia con un profesional sanitario de confianza.

Cosas que puede notar

Cada niño es diferente, pero los padres suelen notar algunas de estas:

- Empezar a hablar más tarde, o comunicarse de otras formas
- Menos contacto visual, o no responder a su nombre
- Reacciones fuertes a sonidos, luces, texturas u olores
- Intereses profundos y muy concentrados
- Necesitar rutinas y que los cambios le cuesten
- Movimientos repetitivos, como aletear con las manos o balancearse (stimming)
- Encontrar confusos el juego o las amistades con otros

Por dónde empezar

- **¿Sospecha autismo?** Anote lo que observa y hable con su médico de familia o pediatra para pedir una derivación a una evaluación de autismo.
- **¿Diagnóstico reciente?** Pida el informe escrito completo, léalo y compártalo con el colegio y con quienes apoyan a su hijo.
- **¿En espera?** Pregunte cuánto durará la espera y qué apoyo hay mientras tanto.

Pida ayuda de inmediato si

su hijo pierde habilidades que tenía (como palabras o juego), deja de comer o beber, se hace daño, o le preocupa su seguridad. Contacte con su médico, o con emergencias si es urgente.



Su lista de primeros pasos

Marque cada paso cuando esté listo.

- ☐ **Respire hondo.** Es normal sentir alivio, preocupación, tristeza, o todo a la vez.
- ☐ **Anote lo que observa** en casa y en el colegio (la página 4 ayuda).
- ☐ **Pida una derivación** para una evaluación de autismo, y cuánto durará la espera.
- ☐ **Empiece a ayudar ya:** espacios tranquilos, rutinas claras, horarios visuales.
- ☐ **Pida el informe escrito** tras la evaluación y guarde copias.
- ☐ **Reúnase con el colegio** y acuerden juntos un plan de apoyo.
- ☐ **Infórmese sobre sus derechos** a apoyo educativo y ayudas económicas donde vive (página 3).
- ☐ **Aprenda de las personas autistas:** libros, vídeos y blogs de adultos autistas.
- ☐ **Busque apoyo local:** una asociación de autismo o un grupo de padres cerca de usted.
- ☐ **Cuídese también.** Acepte ayuda, descanse y hable con otros padres.

Preguntas para las citas

- ¿Qué encontró la evaluación y cuáles son las fortalezas de mi hijo?
- ¿Qué apoyo recomienda en casa y en el colegio?
- ¿Debería mi hijo hacer evaluaciones de logopedia, terapia ocupacional o sensoriales?
- ¿Quién es mi contacto principal y cómo lo localizo?
- ¿Cuánto duran las listas de espera y qué podemos hacer mientras esperamos?
- ¿Recomienda cursos para padres o grupos de apoyo?
- ¿Qué debo hacer si las cosas se complican?

Lleve consigo

- Sus notas y esta guía
- Informes de la guardería o del colegio
- Vídeos cortos de conductas que le preocupan (ayudan a los profesionales a ver lo que usted ve)
- El objeto de apego o un tentempié de su hijo, para esperas largas



Apoyo y sus derechos

Las normas varían en cada país y cambian con el tiempo. Son puntos de partida. Consulte siempre la información más reciente donde vive.

Reino Unido

- Pida a su médico de cabecera (GP) o health visitor una derivación para evaluación.
- Los colegios deben atender las necesidades de su hijo, con o sin diagnóstico. Pregunte al SENCo del colegio por el SEN Support.
- En Inglaterra, los niños con más necesidades pueden ser evaluados para un Education, Health and Care Plan (EHCP).
- National Autistic Society (autism.org.uk), Contact (contact.org.uk) e IPSEA (ipsea.org.uk) ofrecen asesoramiento.

Estados Unidos

- Hable con su pediatra.
- Los niños menores de 3 años pueden recibir servicios de Atención Temprana gratuitos o de bajo coste a través de su estado.
- A partir de los 3 años, pida a su distrito escolar una evaluación de educación especial.
- La Autism Society (autismsociety.org) tiene una línea de ayuda nacional.

Emiratos Árabes Unidos

- Empezar por el pediatra de su hijo para una evaluación del desarrollo.
- Se espera que los colegios incluyan a los alumnos con determinación (students of determination). En Dubái, pida al equipo de inclusión un plan educativo individual.
- El Dubai Autism Center (dubaiautismcenter.ae) ofrece evaluación, terapia y apoyo a las familias.

Brasil

- Empezar en su unidad de salud local (UBS). El SUS evalúa a los niños de 16 a 30 meses con el cuestionario M-CHAT.
- La Ley Berenice Piana (Lei 12.764/2012) protege los derechos de las personas autistas, incluida la educación inclusiva.
- El carné CIPTEA (Lei 13.977/2020) facilita el acceso a atención prioritaria.

Portugal

- Empezar por su médico de familia o pediatra en el SNS. SNS 24: 808 24 24 24.
- En el colegio, pida el equipo multidisciplinar (EMAEI) y un programa educativo individual (PEI), según el Decreto-Lei 54/2018.
- APPDA Lisboa (appda-lisboa.org.pt) apoya a las familias.

En todas partes

- Guarde copias de cada informe y carta.
- Haga por escrito las solicitudes a colegios y servicios.
- Infórmese sobre las ayudas económicas para familias de niños con discapacidad donde vive.
- Puede pedir una segunda opinión.



Sobre mi hijo

Rellénelo y compártalo con profesores, médicos y cualquier persona nueva en la vida de su hijo.

A mi hijo le encanta

Lo que ayuda a mi hijo a calmarse

Lo que puede alterarle o abrumarle

Cómo se comunica mi hijo

Lo que observo: un registro sencillo

Fecha	Qué pasó	Qué pasó antes	Qué ayudó



Contactos y cuidarse

Contactos importantes

Quién	Nombre	Teléfono / email
Médico de familia / pediatra		
Contacto en el colegio (responsable de inclusión)		
Logopeda		
Terapeuta ocupacional		
Asociación local de autismo		

Citas

Fecha	Con	Qué se acordó / siguiente paso

Cuidarse

- No tiene que aprenderlo todo de golpe. Un paso cada vez es suficiente.
- Conecte con otros padres que entienden. Los grupos locales y en línea pueden ser un gran apoyo.
- Acepte la ayuda de familiares y amigos, y pídala.
- Busque tiempo para descansar, aunque sean momentos cortos.
- Si se siente decaído o desbordado, hable con su médico. Cuidarse es parte de cuidar a su hijo.

Brick's Foundation for Autism Inclusion se creó en memoria de Lucca Lacerda Tavares, conocido como Brick. Lucca era autista, brillante, divertido, y le encantaban el ajedrez, la programación y la natación. Visite bricksfoundation.co.uk para encontrar apoyo cerca de usted, historias de familias y nuestra aplicación gratuita para familias.