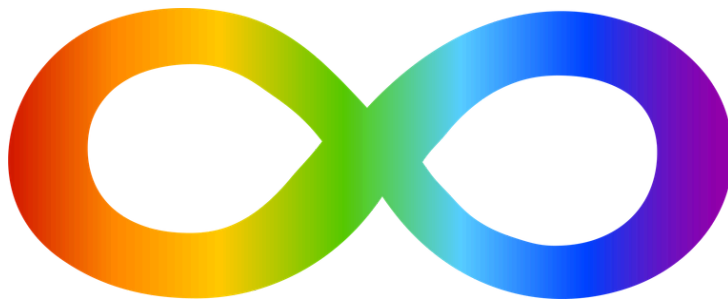


# FORMANDO JUNTOS

Boletín para la Comunidad Ursulina



## AUTISMO, NEURODIVERSIDAD Y HUMANIDAD: HACIA UNA NUEVA COMPRENSIÓN

Psicología

El 2 de abril se conmemora el Día Mundial de la Concienciación sobre el Autismo, instaurado por la ONU en 2007 con el propósito de visibilizar y promover la inclusión de las personas dentro del espectro autista (TEA). En los últimos años, este enfoque ha evolucionado desde la concienciación hacia la aceptación de la neurodiversidad, reconociendo múltiples formas legítimas de percibir y relacionarse con el mundo.

Bajo el lema "Autismo y humanidad: toda vida tiene valor", la conmemoración 2026 enfatiza la dignidad y los derechos de las personas autistas, especialmente frente a discursos desinformados.

Desde una perspectiva psicosocial, el autismo no solo impacta a quien recibe el diagnóstico, sino también a su entorno, implicando una reorganización emocional y familiar donde muchas veces existen altos niveles de sobrecarga y escasos apoyos.

Por ello, la inclusión no puede centrarse únicamente en la adaptación individual, sino que requiere transformar los contextos para acoger la diferencia sin patologizarla.

A este cambio se suman avances en neurociencia, como estudios de la Universidad de Stanford que sugieren que la neurodiversidad podría estar vinculada a los mismos procesos evolutivos que dieron origen a las capacidades cognitivas humanas. Así, el autismo deja de entenderse solo como un déficit, para ser concebido también como parte de la variabilidad del cerebro humano. Según el neurocientífico Alexander Starr, "algunos de los mismos cambios genéticos que hacen que el cerebro humano sea único también han hecho que los humanos sean más neurodiversos". Este planteamiento introduce una noción clave: **la neurodiversidad no sería un error del sistema, sino una consecuencia inherente de la evolución del cerebro humano**. De hecho, los investigadores proponen que la alta prevalencia de rasgos autistas podría estar asociada a procesos de selección natural que favorecieron el desarrollo del pensamiento complejo, el lenguaje y otras habilidades cognitivas avanzadas.

Sin embargo, estas mismas adaptaciones habrían incrementado la sensibilidad de ciertos sistemas neuronales, dando lugar a una mayor variabilidad en el funcionamiento cerebral. Desde esta perspectiva, el autismo deja de entenderse exclusivamente como un déficit, para ser concebido también como parte de la diversidad que caracteriza a nuestra especie. Este giro no implica desconocer los desafíos reales que muchas personas enfrentan, sino situarlos dentro de un marco más amplio, donde las diferencias no sean automáticamente traducidas en carencias. En última instancia, hablar de autismo es también hablar de humanidad. Reconocer la neurodiversidad como parte constitutiva de lo humano nos invita a construir comunidades más empáticas, flexibles y justas, donde cada persona pueda participar plenamente sin renunciar a su singularidad.



### Aspectos destacados del boletín

Autismo, Neurodiversidad y Humanidad: Hacia una nueva comprensión.

¿Cómo educar hijas que incluyan activamente a otros?

Cómo construir equilibrio en una familia neurodivergente

Charla de expertos



## ¿CÓMO EDUCAR HIJAS QUE INCLUYAN ACTIVAMENTE A OTROS?

La importancia del enfoque de la inclusión radica en que los entornos escolares suelen ser los primeros espacios sociales formales que enfrentan los niños neurodivergentes. No se trata de cambiar a las personas, sino de fortalecer los espacios donde se desarrollan. “Queremos cambiar la forma en que se acompaña a las familias. No se trata de ‘tratar’ a los niños, sino de fortalecer los entornos donde crecen para que puedan desarrollarse sin límites”, menciona Tatiana Luis (Autismo en Positivo). La inclusión debe ser construida, a partir de una cultura que considere la diversidad como un valor, y todos los participantes como fundamentales para su bienestar y desarrollo.

A continuación entregamos consejos sobre como trabajarlo en familia:

- Hablar de la diversidad de forma natural: Explicar que todas las personas piensan y sienten diferente. Evitar frases como “es raro” o “pobrecito”. Usar ejemplos simples: “Hay niños que necesitan más silencio, otros más movimiento”. Clave: lo que no se nombra, se transforma en prejuicio.
- Enseñar empatía concreta (no solo teoría): Hacer preguntas como: “¿Cómo crees que se sintió?”, “¿Qué podrías hacer para ayudar?”, Usar situaciones reales (colegio, plaza, familia). La empatía se entrena, no aparece sola.
- Normalizar los apoyos: Explicar por qué algunos niños usan: audífonos, pictogramas, evaluación diferenciada, tiempos diferentes. Clave: “Equidad no es dar lo mismo, es dar lo que cada uno necesita.”
- Modelar con el ejemplo: Evitar comentarios prejuiciosos en casa. Mostrar respeto en la vida diaria. Incluir diversidad en conversaciones y decisiones. Los niños aprenden más de lo que ven que de lo que se les dice.
- Exponer a la diversidad desde pequeños: Libros, películas, juegos con personajes diversos. Actividades con distintos grupos. Conversaciones abiertas sobre diferencias. La cercanía reduce el miedo y aumenta la comprensión.
- Enseñar justicia y no solo “bondad”: Explicar que excluir está mal, aunque “nadie diga nada”. Validar cuando intervienen: “Hiciste algo importante al incluirlo”. Incluir también implica tomar postura.
- Validar emociones (propias y ajenas): Si un niño se siente incómodo frente a la diferencia, no retarlo sino acompañar: “Es nuevo para ti, pero podemos aprender juntos”

**RECUERDA:** La inclusión no se enseña como contenido, se vive como experiencia.

## CÓMO CONSTRUIR EQUILIBRIO EN UNA FAMILIA NEURODIVERGENTE

La neuróloga Melissa Álvarez Majmut, directora del Centro Neuro Estímulo, señala que recibir un diagnóstico suele generar un fuerte impacto en las familias. Este proceso implica una reorganización de expectativas y proyectos, que en algunos casos puede vivirse como una forma de duelo. No obstante, desde su perspectiva, no se trata de una experiencia negativa en sí misma, sino de una instancia que también puede aportar claridad y comprensión. Aun así, constituye un cambio profundo que requiere tiempo, apoyo y contención emocional.

A pesar de las dificultades que pueden surgir, la especialista destaca que es posible avanzar hacia un equilibrio familiar. Si bien no existen fórmulas universales, sí hay estrategias que favorecen el bienestar. En este sentido, subraya la importancia de comprender que el proceso no involucra únicamente al niño o niña, sino a todo el sistema familiar, donde tanto padres como hermanos también necesitan acompañamiento. Entre sus principales recomendaciones, enfatiza:

- Terapia y acompañamiento psicológico: “Muchas veces el hijo o hija está en psicoterapia, pero la que tiene ansiedad y expectativas es la madre o el padre. Reconocerlo permite acompañar de manera más eficaz.”
- Compartir responsabilidades: “No puede recaer en una sola persona. El cuidado debe ser compartido entre ambos padres y, cuando sea posible, con la familia extendida.”
- Validar las emociones de todos: “Cada integrante vive este proceso de manera distinta. Lo importante es que todos se sientan escuchados y acompañados.”
- Cuidar al cuidador principal: “Si la madre o el padre no se cuidan, el desgaste es tal que repercute en todo el sistema familiar. El autocuidado no es un lujo, es una necesidad.”
- Promover la inclusión en lo cotidiano: “El objetivo no es que la vida gire solo en torno a las terapias, sino que la familia pueda sostener sus rutinas, disfrutar de espacios compartidos y crecer unida.”

Finalmente, la especialista subraya la importancia de ampliar la mirada social hacia todo el núcleo familiar: “Es urgente que como sociedad entendamos que la neurodivergencia no se vive de manera aislada. Necesitamos más redes de apoyo, más educación y más espacios de contención. Una familia contenida es clave para que el niño o niña neurodivergente pueda desarrollarse plenamente”. El bienestar de la familia completa es la base para que cada niño o niña pueda desarrollar al máximo su potencial y de una manera respetuosa y cariñosa cuidar su salud mental”.

