

Cómo utilizar el tratamiento de la salud conductual para ayudar a su hijo con autismo

EXENCIÓN DE RESPONSABILIDAD: este resumen ofrece estrategias generales que puede utilizar para ayudar a su hijo. Para obtener más detalles, puede ser útil leer el manual Tratamiento de la salud conductual y comunicarse con el médico de su hijo para hablar de sus inquietudes.

¿Quién se beneficiaría de la hoja de consejos para el tratamiento de la salud conductual?

Los niños con cualquiera de las siguientes conductas podrían necesitar tratamiento de la salud conductual si estas conductas afectan su calidad de vida: los que tienen retrasos de desarrollo/cognitivos, dificultades de habilidades sociales, acciones o conductas repetitivas, incumplimiento, o que se hacen daño a sí mismos o a otros.

¿Cómo puede ayudar el tratamiento de la salud conductual?

Los especialistas en salud conductual observarán a su hijo jugar e intentar tareas para entender los motivos de la conducta de su hijo. A continuación, pueden crear un plan de tratamiento para mejorar la conducta y enseñar nuevas habilidades.

Los proveedores también dedicarán tiempo a enseñarle estrategias para mejorar la conducta y las habilidades de su hijo.

¿Qué pueden hacer los padres para apoyar el tratamiento conductual?

- Sea específico sobre las conductas desafiantes de su hijo y sobre cuándo ocurren. Escríbalo y compártalo con su terapeuta o profesor.
- Participe en la terapia y practique las técnicas para disminuir las conductas desafiantes y fomentar las conductas positivas.
- Enseñe a los demás (familia, amigos y profesionales) a aplicar el plan conductual de su hijo. Comparta lo que funciona.
- Mantenga las líneas de comunicación abiertas al compartir información con los terapeutas, los profesores y los proveedores de servicios médicos. Los padres pueden autorizar a los proveedores a hablar entre ellos para coordinar la atención de su hijo.



Cómo utilizar el tratamiento de la salud conductual para ayudar a su hijo con autismo



Cómo ayudar a aumentar la conducta adecuada:

- Refuerce la buena conducta con algo que le guste a su hijo, y será más probable que vuelva a hacerlo!
- Dígale a su hijo lo que quiere que haga con claridad, de forma que lo entienda, y qué refuerzo (recompensa) recibirá por hacer lo que le pide.
- Recuerde: los refuerzos no tienen por qué ser juguetes o iPads; los elogios verbales pueden ser un refuerzo poderoso.
- Divida las tareas en pequeños pasos o pida a su hijo que haga solo una parte de la tarea (por ejemplo, pídale que recoja un bloque, en lugar de todos los bloques).

Cómo ayudar a disminuir las conductas desafiantes:

- Defina cuál es la conducta desafiante y averigüe por qué la hace su hijo (por ejemplo, para conseguir algo que quiere, para librarse de algo que no quiere hacer, etc.).
- Busque formas de cambiar el entorno en el que suelen tener lugar las conductas desafiantes (por ejemplo, dar descansos programados durante las tareas difíciles).
- Durante las conductas desafiantes, debe mantener la calma y recordarle al niño lo que puede hacer en lugar de ese comportamiento (por ejemplo, "Puedes usar tus palabras para pedir un descanso").
- Una vez que la conducta desafiante cese, elogie inmediatamente cualquier buena conducta que muestre su hijo.