

ASPERGER

OTRA MANERA DE SER PENSAR SENTIR Y ESTAR EN EL MUNDO



Liga Asperger 7

+54 9 11 2763 7071

www.ligaasperger7.org.ar
info@ligaasperger7.org.ar
[@liga.asperger7](https://www.facebook.com/ligaasperger7) [@LigaAsperger7](https://www.facebook.com/LigaAsperger7)
[@liga.asperger7](https://www.instagram.com/liga.asperger7) [@LigaAsperger7](https://www.instagram.com/LigaAsperger7)

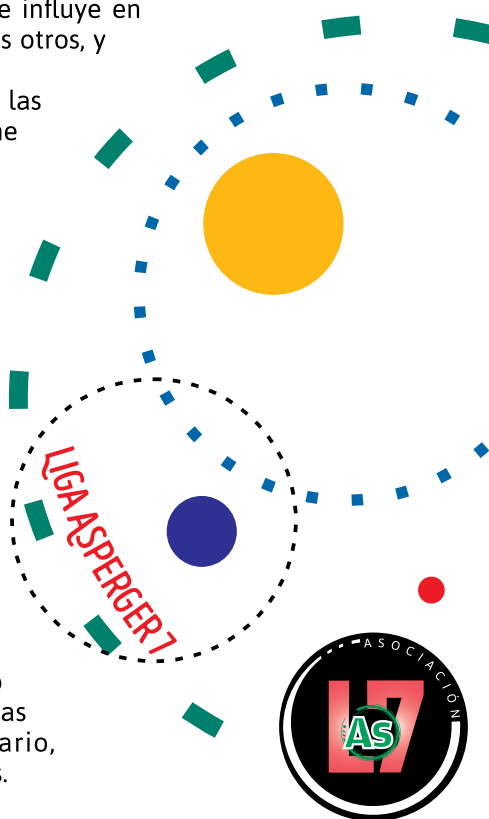
Es una condición neurobiológica que nos constituye y que influye en cómo procesamos la información, nos relacionamos con los otros, y con el mundo que nos rodea.

La comunidad científica todavía no logró acordar sobre las causas del Asperger, pero sí han consensuado que nada tiene que ver con problemas afectivos ni de crianza.

El síndrome de Asperger es incorporado dentro de lo que se conoce como Trastornos del Espectro Autista (TEA). Sin embargo, siempre está presente en nosotros la voluntad de usar el término Condición (CEA), ya que nos consideramos una variación más de la diversidad humana.

Así como en el mundo no hay dos personas iguales, tampoco hay dos personas Asperger idénticas, compartimos algunas características, otras no. En las mujeres se manifiesta de forma más sutil y encubierta, por lo que es más difícil su diagnóstico.

En una sociedad con una marcada inclinación a homogeneizar y a medir a los semejantes con los parámetros dominantes, no es de extrañar que las personas Asperger seamos consideradas raras o con conductas desadaptadas, ya que pensamos y nos relacionamos de manera diferente, y en muchos casos esto puede llevar a generar inquietud. Sin embargo, nuestras acciones no pretenden perturbar, muy por el contrario, necesitamos ser respetados, aceptados y amados como todos.



SER

Temas de Intereses:

Tendemos a apasionarnos por algún tema y de ahí surge un deseo de información hasta especializarnos en él. Le dedicamos mucho tiempo y energía. Investigamos y lo realizamos por nuestros propios medios. Muchas veces esto es inferido por otros como algo caótico, pero es parte de nuestro estilo cognitivo.

Es probable que estos intereses no estén relacionados con nuestro desarrollo profesional, ni que sean adquiridos por medios tradicionales como se imparte en las instituciones educativas.

Es importante favorecer el desarrollo de los intereses y pasiones, pues a menudo son la motivación para relacionarnos con otros, sentirnos valiosos, conseguir autonomía y buscar estrategias para sobrellevar dificultades.

Temas de Flexibilidad:

Algunos de nosotros somos estructurados y solemos tener una rutina establecida, ya que los cambios abruptos suelen generarnos mucha ansiedad. Precisamos estabilidad y poder anticipar cada situación o tener un plan alternativo por si se altera el original. Si no tenemos el plan alternativo, vamos a necesitar un tiempo prolongado para procesar ese cambio.

Podemos generar rutinas, rituales, cierto orden en nuestras cosas y para ello necesitamos que estas cuestiones sean tenidas en cuenta por los demás.

PENSAR

Contamos con mucha habilidad para el pensamiento lógico y deductivo, la memoria y el apego por los detalles. También tenemos facilidad para sistematizar información, especialmente aquella sobre nuestros temas de interés. Poseemos un tipo de “concentración túnel”, en el que estamos tan concentrados que nos es imposible registrar eventos a nuestro alrededor.

La frase “el sentido común es el menos común de los sentidos” parecería definir bien nuestra forma de pensar. Tendemos a desnaturalizar las cosas, y para ello, las pasamos por nuestro propio tamiz de pensamiento racional. Esto suele dejarnos con la conclusión de lo arbitrario de las normas sociales, y con un sentimiento de confusión e inseguridad.

SENTIR

Cuestiones Sensoriales:

Una de las dificultades más notorias son las problemáticas sensoriales y la sobrecarga de estímulos. Puede ser hipo o hipersensibilidad, lo notable es que, en ambos casos, solemos experimentarla de forma extrema. Es posible no sentir dolor o exactamente lo opuesto. Todos los sentidos pueden verse afectados por esto: el auditivo (determinados sonidos, como el ladrido de un perro, o los sonidos de la vida cotidiana que enfrentamos en la calle, pueden resultar increíblemente molestos); el visual (puede ser la sensibilidad a cierto tipo de iluminación, como la luz blanca o la molestia hacia determinados colores); el táctil (que puede llevarnos a evitar el uso de ciertas telas o que el roce de una costura o etiqueta contra el cuerpo nos cause una molestia insoportable); el olfato y ciertos olores pueden provocarnos un enorme malestar (como perfumes, desodorantes de ambientes o insecticidas); el gusto también puede producirnos cierta contrariedad en cuanto a algunos alimentos de sabor intenso o de texturas desagradables, inclusive ciertos alimentos mezclados, prefiriendo que estén por separado (roquefort, ensaladas, condimentos).

Empatía:

La empatía en nosotros puede ser distinta, eso no quiere decir que no la tengamos al mismo nivel que los demás, sino que suele estar más ligada a lo racional. Quizás nuestra forma de consolar a los demás sea diferente, quizás no sepamos exactamente qué expresión utilizar, o cómo actuar físicamente, pero deseamos tener un alto sentido de lo que es justo. Y, probablemente, nuestra manera de ayudar al otro sea intentando pensar racionalmente formas de resolverle el problema.

Interacción social:

Tenemos dificultades para percibir los aspectos no verbales del lenguaje, especialmente en sus formas corporales y gestuales, los códigos implícitos en la comunicación, la relación con el contexto, los cambios simultáneos y vertiginosos de las situaciones sociales. También somos literales, y analizamos los chistes, metáforas y expresiones comunes de manera racional. Como resultado de ello, no percibimos el sentido de la misma forma en la que lo hace el entorno, y esto nos puede causar una gran inseguridad al enfrentar el contacto con los otros.

También parecería que tenemos un menor desarrollo en nuestra capacidad para deducir los estados mentales de los demás. Esto puede llevar a que seamos mal interpretados, o que malinterpretemos al resto.

OTRA MANERA DE

ESTAR

Nuestros gustos y diversiones pueden diferir de la mayoría de las personas, siendo por ejemplo más entretenido quedarse un sábado en la comodidad del hogar con nuestro tema de interés, que ir a un boliche lleno de gente con la gran cantidad de estímulos tan intensos con los que nos encontraríamos.

O sentir tedio frente a reuniones familiares, prefiriendo no asistir o asistiendo pero participando muy poco, mientras miramos detalles y pensamos cuestiones que nos pasan por la cabeza y nada tienen que ver con lo que está pasando en la reunión. Disfrutamos más el diálogo entre dos personas que las conversaciones grupales.

Es muy probable que, quiénes somos adultos en la actualidad, hayamos pasado por una infancia sin diagnóstico (o con uno equivocado), y sin ningún tipo de apoyo correcto.

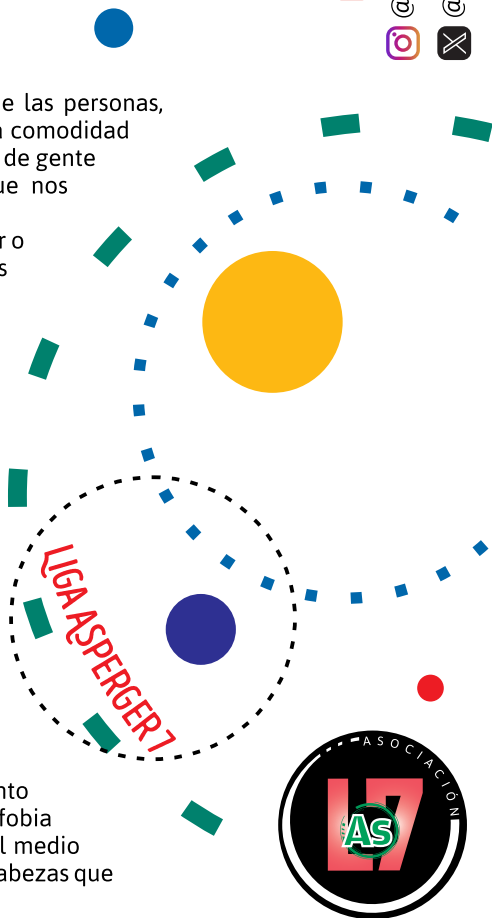
Durante la adolescencia, con las complicaciones de esa etapa de la vida, es casi seguro que los problemas hayan sido más notorios. Nuestra tendencia hacia lo rutinario, así como nuestras problemáticas sensoriales, probablemente nos hayan dejado bastante aislados de un grupo de pertenencia.

Al llegar a la adultez, aún sin diagnóstico acertado, seguramente hayamos lidiado con serios problemas para terminar estudios formales, encontrar empleo y lograr mantenerlo.

Quizás hayamos recibido algún tipo de ayuda para el tratamiento de algunas comorbilidades como la ansiedad generalizada, la fobia social y la depresión mayor, que se generan como respuesta al medio ambiente, pero nadie ha sido capaz de entender el gran rompecabezas que unifica todas las cuestiones.

www.ligaasperger7.org.ar
info@ligaasperger7.org.ar
[@liga.asperger7](https://www.instagram.com/liga.asperger7) [@ligaasperger7](https://www.facebook.com/liga.asperger7) [@LigaAsperger7](https://www.youtube.com/channel/UC...)

EN EL MUNDO



Importancia del diagnóstico

El diagnóstico nos posibilita entender nuestras características y con ellas generar estrategias y aceptación para potenciar nuestras fortalezas y modular nuestras debilidades.

Aún en la actualidad, resulta muy difícil encontrar profesionales que se especialicen en el tema y que tengan la capacidad de diagnosticar.

Por eso es importante su difusión, para que cada vez haya más información disponible, más formación académica, y así podamos tener nuestro diagnóstico lo más precozmente posible para recibir el tipo de ayuda que realmente necesitamos y así lograr la tan ansiada autonomía.

Liga Asperger 7

Somos una ONG sin fines de lucro, conformada por adultos Asperger, que comenzó a organizarse el 15 de noviembre de 2015.

Tras haber sido diagnosticados durante la edad adulta, decidimos que era necesario que existiera un espacio en el que pudiéramos compartir dudas y experiencias, y que fuera tanto para nosotros, como para todos aquellos que habían pasado gran parte de su vida sin un diagnóstico certero.

Así comenzamos a reunirnos, con el objetivo de hablar sobre nuestras dificultades, pero también sobre nuestros logros, intentando luchar contra las injusticias y la hipocresía del mundo, defendiendo la inclusión y la diversidad.

También lo hicimos para que otros pudieran encontrar un lugar de pertenencia e identificación, pudiendo comenzar un camino de comprensión y aceptación.

Otro de nuestros objetivos fundamentales como grupo es promover acciones en pos de difundir y visibilizar la importancia de conocer nuestras características entre profesionales de la salud, de la educación y la sociedad en general, para tomar conciencia de la necesidad de generar apoyos específicos para aquellos que los necesiten.

Difusión e información:

Buscamos difundir, concientizar acerca del síndrome de Asperger, brindando una mirada particular y que creemos muy necesaria: la mirada en primera persona de quién lo vive.

Participamos en charlas, congresos y jornadas. Generamos conferencias con profesionales. Investigamos. Cuestionamos. Aprendemos.

Consideramos que nuestra voz es importante y que puede llevar cierta tranquilidad a los padres de niños, adolescentes y adultos recientemente diagnosticados, quienes pueden ver en nosotros la prueba viviente de que todos podemos salir adelante generando estrategias para lograr una vida satisfactoria e independiente, y progresar, siendo libres de ser.

Reuniones de adultos:

Organizamos mensualmente, desde nuestros inicios, encuentros presenciales y virtuales, destinados a adultos Asperger, donde todos compartimos experiencias y estrategias que nos han resultado útiles para sobrellevar diversas situaciones, buscando la opinión de otros semejantes con quienes nos sentimos comprendidos y no juzgados.

Estos encuentros han dado pie para generar otras variantes de reuniones, como el "taller de juegos de mesa", un espacio más distendido y entretenido, entre otras actividades propuestas por los participantes.

Contención:

Contenemos, orientamos e informamos también a las personas que tienen sospechas de ser Asperger o han sido recientemente diagnosticadas.

Buscamos desmitificar e informar, aportando nuestras vivencias para que nadie crea ya, nunca más, que es un "bicho raro".

Reivindicamos el derecho a ser diferentes y que esto sea respetado por la sociedad.

Participamos, junto a otras organizaciones no gubernamentales y sin fines de lucro, de la Unión Federal Asperger (UFA) y Red Espectro Autista (RedEA), brindando nuestra visión en primera persona, para no olvidar el preciado lema: "Nada sobre nosotros, sin nosotros".

 +54 9 11 2763 7071

 www.ligaasperger7.org.ar

 info@ligaasperger7.org.ar

 @liga.asperger7

 @ligaasperger7

 @LigaAsperger7

 @LigaAsperger7