

Eficacia de un programa de intervención basado en Mindfulness para personas con Trastorno del Espectro del Autismo y Discapacidad Intelectual: Un estudio piloto.



Gandía-Abellán, H., Nieto, C., García-Rubio, C.



LA NECESIDAD

- Las personas con Trastornos del Espectro del Autismo (TEA) pueden presentar conductas que pueden resultar disruptivas o potencialmente peligrosas. La presencia de este tipo de conductas tiene un impacto en su calidad de vida y la de sus familias.
- Los programas de Intervención Basados en Mindfulness han mostrado tener efectos beneficiosos en múltiples aspectos cuando participan en ellos personas con TEA. Entre estos efectos, se ha observado la reducción de la presencia de problemas de conducta.
- Sin embargo, estos programas han sido implementados con personas con TEA que no presentan necesidades de apoyo significativas. No existen, para nuestro conocimiento, intervenciones basadas en Mindfulness que hayan sido diseñadas específicamente para personas con TEA con necesidades de apoyo significativas.

EL PROGRAMA

DISEÑADO POR

Especialistas en el apoyo a personas con TEA e instructores acreditados en Mindfulness.



OBJETIVO

Ayudar a las personas con TEA a mejorar su atención y conciencia hacia estímulos internos y externos, incrementando su tolerancia hacia ellos y reduciendo la reactividad emocional y conductual cuando estos aparezcan.



ESTRUCTURA Y CONTENIDO

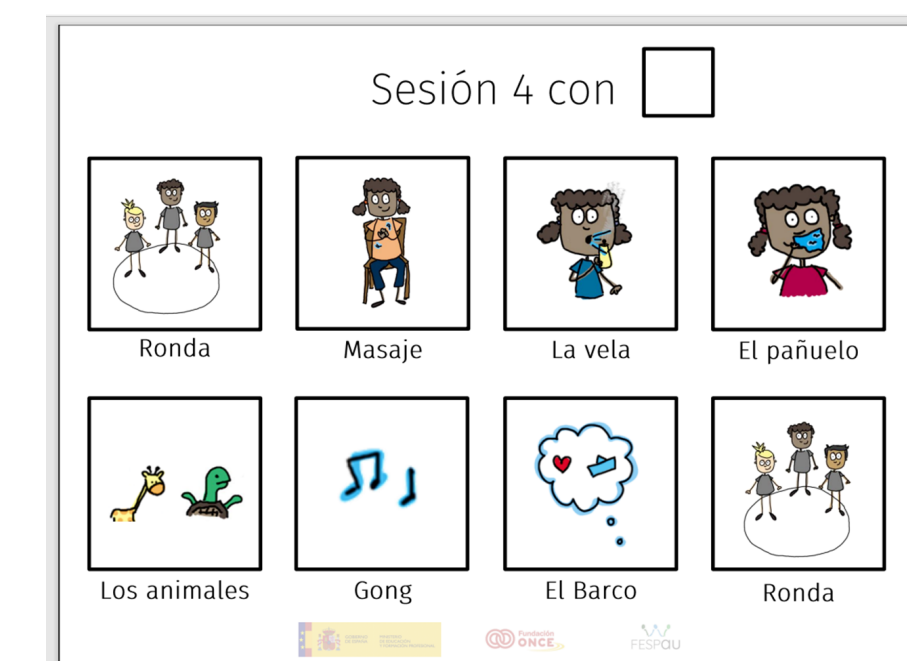
8 sesiones. Una sesión semanal. Prácticas divididas en 3 grupos de Atención y Conciencia a:

- 1 La respiración
- 2 Estímulos externos
- 3 Otros estímulos propioceptivos



METODOLOGÍA

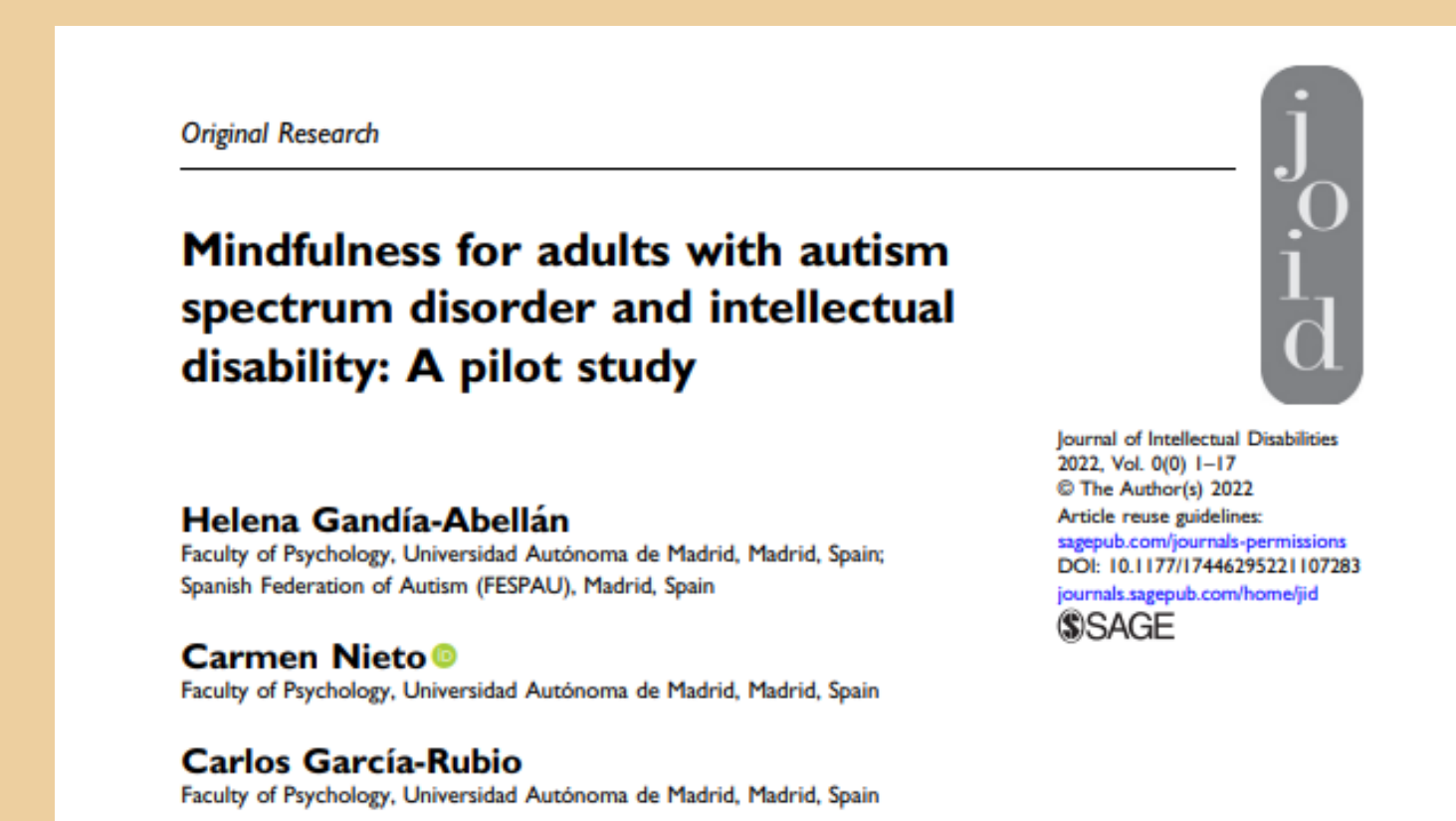
- Contemplando elementos relativos a:
- Anticipación y organización de las actividades
 - Adaptaciones en el lenguaje oral
 - Aspectos cognitivos y metacognitivos
 - Atipicidades en el lenguaje



ESTUDIO PILOTO

- 14 personas con TEA (13 hombres, 1 mujer)
Media edad: 24.21 años. Rango 18-44 años
Con Discapacidad Intelectual asociada
Con alta severidad del TEA
Con problemas de conducta clínicamente significativos

- Behaviour Problems Inventory-Short Form BPI-SBPI-S (Rojahn et al., 2012).
- Diseño de medidas repetidas intra-sujeto
- Prueba de Rangos de Wilcoxon



RESULTADOS

Tras la aplicación del programa *MindfulTEA*:

- ✓ Reducción estadísticamente significativa en las conductas autolesivas en aquellas personas con puntuaciones previas clínicamente significativas
- ✓ Reducción con tendencia a la significatividad estadística en las conductas agresivas/destructivas en aquellas personas con puntuaciones previas clínicamente significativas

Comparación de las puntuaciones Pre-test y Post-test en la escala BPI-S para las personas con puntuaciones previas clínicamente significativas. Prueba de rangos de Wilcoxon.

	Pre- I			Post- I				
	n	M	SD	M	SD	Z	p	r
C. Autolesiva	10	8.4	6.91	4.8	3.22	-1.97*	0.04	-0.44
C. Agresiva/Destructiva	9	18.33	15.39	10.56	11.66	-1.89	0.05	-0.44
C. Estereotipada	12	19.75	7.21	17.58	10.69	-1.10	0.27	-0.22

Pre-I Pre-Intervención, Post-I Post- Intervención, C. Conducta, M Media del grupo clínico, DT Desviación Típica, Z Estadístico de la prueba de rangos de Wilcoxon, r Rosenthal estadístico para el tamaño del efecto. * Significativo al $p < .05$

CONCLUSIONES

- *MindfulTEA* es, para nuestro conocimiento, la única intervención basada en Mindfulness diseñada específicamente para ser **accesible para personas con TEA y necesidades de apoyo significativas**, siendo este el único estudio que encuentra **resultados positivos** en la **reducción de los problemas de conducta** en esta población con esta tipología de programas.
- El diseño y aplicación de intervenciones basadas en Mindfulness en la población de **personas con TEA con necesidades de apoyo significativas** implica **adaptar** de manera significativa tanto el **contenido** del programa como el formato de la **práctica**. Esto permite ahondar en los mecanismos de acción profundos de las intervenciones basadas en Mindfulness.
- Diseñar y poner en marcha intervenciones basadas en Mindfulness con personas con TEA con necesidades de apoyo significativas supone un **cambio cualitativo** en la forma de **abordar los problemas de conducta** en esta población.



h.gandia@fespau.es

1.Federación Autismo FESPAU; 2. Universidad Autónoma de Madrid

Desarrollado por:



Con la colaboración de:



Con financiación de:



POR SOLIDARIDAD
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL