

# Experiencia piloto de un grupo post-diagnóstico TEA en personas mayores de 35 años

Jorge Lugo Marín<sup>1</sup>, Laura Gisbert Gustemps<sup>1</sup>, Imanol Setien Ramos<sup>1</sup>, Josep Antoni Ramos-Quiroga<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Hospital Universitari Vall d'Hebron, Barcelona

## INTRODUCCIÓN

El trastorno del espectro autista (TEA) es un trastorno del neurodesarrollo de detección y diagnóstico habituales en los primeros años de vida, prolongándose las dificultades en el funcionamiento adaptativo a lo largo de todo el ciclo vital. Si bien el autismo se incluyó en las clasificaciones diagnósticas hace ya varias décadas, no fue hasta hace poco que se ha empezado a identificar aquellas formas más leves del trastorno. Es por esta razón que muchas personas con TEA nivel 1 no han sido diagnosticadas durante los primeros años de vida, a pesar de haber mantenido contacto de manera continuada con servicios de salud mental debido a la presencia de patología psiquiátrica concomitante. De este modo, el diagnóstico tardío ofrece, por un lado, una respuesta a todas aquellas preguntas que no habían sido respondidas desde el entorno clínico, pero también un escenario de incertidumbre sobre el manejo del diagnóstico y las dificultades asociadas al mismo.

## OBJETIVOS

El grupo de apoyo para adultos con TEA tiene por objetivo proporcionar apoyo psicoterapéutico a aquellas personas que tras recibir el diagnóstico en la edad adulta, se encuentran en un momento del ciclo vital en el que continúan presentando dificultades, especialmente a nivel de autoconcepto/autoestima y del manejo de la ansiedad.

## MÉTODO

### PARTICIPANTES

Los participantes son 8 adultos (5 varones y 3 mujeres, edad media 52.3, dt 9.2) con diagnóstico reciente de TEA nivel 1. Todos los participantes presentan un CI total en rango normativo o superior.

### INSTRUMENTOS

Se administraron los siguientes instrumentos de evaluación:

- Escala de Estrés Percibido (Cohen et al., 1983; Remor, 2006).
- Escala de autoestima de Rosenberg (Rosenberg, 1965; Vázquez-Morejón Jiménez, 2004).
- Encuesta de satisfacción (elaboración propia).

PRE-EVALUACIÓN	POST-EVALUACIÓN
Escala de autoestima	Encuesta de satisfacción
Escala de estrés percibido	Escala de autoestima
	Escala de estrés percibido

### PROCEDIMIENTO

El programa grupal consta de 8 sesiones de una hora de duración y frecuencia semanal. Los temas que conforman el contenido de las sesiones abordan aspectos relacionados con el diagnóstico, características del TEA, manejo del estrés, la prevención de patologías concomitantes, búsqueda de apoyo social y desarrollo de estrategias de autocuidado (Tabla 1).

Tabla 1. Programa de sesiones del grupo post-diagnóstico TEA para adultos mayores de 35 años

1	Bienvenida: ¿Qué es el Trastorno del Espectro Autista?	6 junio
2	¿Por qué me siento diferente al resto de personas? Diferencias entre hombres y mujeres con TEA	13 junio
3	¿Por qué me cuesta relacionarme? Pareja, familia y amigos	20 junio
4	¿Por qué me pongo nervios@? Ansiedad	27 junio
5	¿Por qué me cuesta adaptarme a los cambios? Flexibilidad	4 julio
6	Ocio y tiempo libre	11 julio
7	Trabajo	18 julio
8	Cierre: ¿Y ahora qué?	25 julio

## RESULTADOS

Todos los participantes fueron incluidos en el análisis de las variables evaluadas. La media de sesiones a las que acudieron los participantes fue de 6 sesiones.

	PRE-EVALUACIÓN	POST-EVALUACIÓN	Prueba t muestras relacionadas (p)
Autoestima	25,75 (3,8)	26,38 (3,4)	-,723 (.493)
Estrés percibido	34,63 (4,6)	29 (6,7)	2,81 (.026)*

\* p < .05

Satisfacción: todos los participantes valoraron positivamente su participación en el grupo. El componente de mejora que identificaron todos los participantes fue el conocer a otras personas que se encontraban en su misma situación. El componente de psicoeducación fue el peor valorado por los participantes. El formato expositivo fue valorado negativamente por los participantes, siendo preferido un formato menos estructurado y más dinámico. La totalidad de los participantes recomendarían la intervención a otras personas con diagnóstico reciente de TEA.

## CONCLUSIONES

Una intervención grupal psicoterapéutica puede mejorar el nivel de estrés percibido por las personas adultas con diagnóstico reciente de TEA. El formato preferido por los participantes incluye un menor contenido psicoeducativo y más contenido experiencial.

### Referencias

- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of health and social behavior*, 385-396.
- Remor, E. (2006). Psychometric properties of a European Spanish version of the Perceived Stress Scale (PSS). *The Spanish journal of psychology*, 9(1), 86-93.
- Rosenberg, M. (1965). Rosenberg self-esteem scale (SES). *Society and the adolescent self-image*.
- Vázquez-Morejón Jiménez, R., Jiménez García-Bóveda, R., & Vázquez Morejón, A. J. (2004). Escala de autoestima de Rosenberg: fiabilidad y validez en población clínica española. *Apuntes de Psicología*, 22 (2), 247-255.