

## Estrategias para apoyar la función ejecutiva en estudiantes autistas: flexibilidad



En los EE. UU., aproximadamente el 2 % de los jóvenes tienen un trastorno del espectro autista (TEA). Los problemas de la salud mental, incluidos los relacionados con el funcionamiento ejecutivo, son más comunes entre los jóvenes autistas. Esta infografía se enfoca en estrategias para apoyar la flexibilidad, que es un componente de la función ejecutiva, para promover amistades, independencia y bienestar.

**Al apoyar a los estudiantes autistas con desafíos de funciones ejecutivas, es importante enseñar nuevas habilidades y al mismo tiempo crear un entorno que apoye los estilos de aprendizaje neurodiversos. <sup>1</sup>**

La flexibilidad es la capacidad de cambiar la atención, las ideas y las opiniones para adaptarse a lo que sucede en el entorno. Apoyar la flexibilidad significa enseñar a los estudiantes cómo navegar situaciones que difieren de sus expectativas. <sup>2,3</sup>

Esto puede incluir la enseñanza de conceptos como:

### **Plan A y Plan B:**

Ayude a los estudiantes a practicar cómo hacer planes alternativos en caso de que no sea posible hacer lo que habían pensado.

### **Equilibrio:**

Haga que los estudiantes practiquen cómo encontrar un punto medio entre situaciones o creencias que son menos importantes para el estudiante, así como situaciones que tienen más peso.

### **Esperar lo inesperado:**

Haga que los estudiantes aporten ideas de situaciones inesperadas comunes y en formas en que pueden afrontarlas cuando estas situaciones interrumpen sus planes o rutinas. <sup>4</sup>

## Estrategias para apoyar la función ejecutiva en estudiantes autistas: flexibilidad

Al enseñar la flexibilidad, es importante sopesar entre ayudar a los estudiantes a reconocer dónde puede ser necesaria la flexibilidad para lograr una meta y cuándo es importante aferrarse a creencias firmes. Por ejemplo, es importante considerar lo siguiente:



¿Cuándo ser flexible es *demasiado* flexible? Al alentar a los estudiantes a ser demasiado flexibles, podemos ponerlos en riesgo de que otros se aprovechen de ellos.



Cuando pedimos a los estudiantes que practiquen el compromiso, no les pedimos que cambien sus creencias. En lugar de ello, les pedimos que consideren perspectivas alternativas.



No todas las situaciones requieren compromiso. También es importante que los estudiantes puedan defenderse a sí mismos y defender su posición.



Los entornos escolares suelen ser rígidos. Por tanto, es importante considerar formas de hacer que el entorno escolar sea más flexible para satisfacer las necesidades de los estudiantes autistas.

Ver el webinar del Southeast MHTTC "*Evidence-based approaches to support the executive functioning of autistic students*" [aquí: bit.ly/3pLI6lw](https://bit.ly/3pLI6lw)

Ver el reporte del Southeast MHTTC "*Using Cognitive Behavioral Therapy (CBT) to Support the Mental Health of Autistic Students: An Overview*" [aquí: bit.ly/44zuGgR](https://bit.ly/44zuGgR)

Ver la serie de infográficos del Southeast MHTTC "*Strategies to Support Executive Function in Autistic Students*" [aquí: bit.ly/43FUUNr](https://bit.ly/43FUUNr)

### Referencias

1. Bottema-Beutel, K., Kapp, S. K., Lester, J. N., Sasson, N. J., & Hand, B. N. (2021). Avoiding ableist language: Suggestions for autism researchers. *Autism in Adulthood*, 3(1), 18-29.
2. Pellicano, E. (2012). The development of executive function in autism. *Autism Research and Treatment*, 2012.
3. Craig, F., Margari, F., Legrottaglie, A. R., Palumbi, R., De Giambattista, C., & Margari, L. (2016). A review of executive function deficits in autism spectrum disorder and attention-deficit/hyperactivity disorder. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 12, 1191.
4. Cannon, L., Kenworthy, L., Alexander, K.C., Weners, M.A., Anthony, L.G. (2021). *Unstuck and On Target! An Executive Function Curriculum to Improve Flexibility, Planning, and Organization* Second Edition; Paul Brookes Publishing Co, Baltimore
5. Pugliese, C. E., Anthony, L. G., Strang, J. F., Dudley, K., Wallace, G. L., Naiman, D. Q., & Kenworthy, L. (2016). Longitudinal examination of adaptive behavior in autism spectrum disorders: Influence of executive function. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 46, 467-477.