

GUÍA PARA PADRES QUE ACABAN DE RECIBIR EL DIAGNÓSTICO

Si te sientes sobrecargada con el diagnóstico y no sabes por dónde empezar, estás en el lugar correcto. En esta edición aprenderás qué debes hacer para **navegar el diagnóstico paso a paso**.

PASO 1: la aceptación como punto de partida

La aceptación es siempre el primer paso. Suele ser un paso difícil porque el diagnóstico suele romper las expectativas y abrir paso a la incertidumbre. Te invito a que abras a la incertidumbre y a que descubras a tu pequeño tal y como es.

¿En qué necesitas trabajar para llegar a la **aceptación incondicional** de tu hijo?

PASO 2: busca refugio en tu red de apoyo

Este es un buen momento para identificar a otros miembros de la familia que estén dispuestos a escucharte y a colaborarte en la crianza, especialmente cuando necesites tiempo para ti.

Identifica **5 personas en tu red de apoyo** y cómo podrían colaborarte:

1.

2.

3.

4.

5.

PASO 3: cambia tu forma de pensar

En mi práctica profesional he descubierto que no hay nada que haga más daño a madres y niños que la idea de la “normalidad”. Ésta idea no sólo es incongruente con la neurodiversidad, plantearse la meta de que sea “normal” pone mucha presión en ti como madre y sobretodo en tu hijo. No lo compares con los demás, él es único; tu rol es ofrecerle a tu hijo tantas oportunidades de aprendizaje

como sea posible, los resultados dependen de muchas variables, enfócate en las que tienes bajo tu control.

¿Qué **ideas** necesitas cambiar y por cuáles las reemplazarías?

PASO 4: reconéctate con tus valores como mamá y adopta una postura de comprensión y apoyo hacia ti y tu hijo

Permite que tus valores como madre guíen la forma en la que crías a tu hijo.

Escribe tus **3 principales valores** como madre:

PASO 5: acércate a la entidad prestadora de servicios de salud de tu hijo

Los **pasos para obtener ayudas del estado** dependen de donde vives. En algunos países, el gobierno ofrece financiamiento para las terapias y otras ayudas monetarias. Identifica cuáles son los pasos a seguir para obtener éstas ayudas en donde vives:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____

PASO 6: confirma o descarta el diagnóstico

Dependiendo de donde vives, tanto un psicólogo clínico como un pediatra podrían confirmar o descartar el diagnóstico. Confirmar el diagnóstico es importante porque en algunos países, el

diagnóstico le permitirá tu hijo tener acceso a las ayudas del estado. Dependiendo del país, obtener el diagnóstico a través de un psicólogo privado es recomendable para evitar perder el tiempo en listas de espera interminables del gobierno para obtener el diagnóstico de forma gratuita. Confirma si tu hijo necesita tener el diagnóstico para obtener ayudas gubernamentales. No permitas que tu miedo al diagnóstico demore el acceso a la intervención de tu hijo. Tristemente muchos padres esperan el diagnóstico y pierden años importantes de intervención temprana.

Escribe una lista de **5 profesionales certificados** que pueden evaluar a tu hijo en donde vives:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

También es importante saber en qué nivel de apoyo ha sido clasificado tu hijo, escríbelo a continuación:

Nivel _____

El nivel de apoyo es importante porque te permitirá comprender el nivel de complejidad de su caso y las ayudas que serán necesarias.

PASO 7: cómo y dónde obtener ayudas

La siguiente etapa después de tener financiamiento para la terapia es encontrar profesionales certificados. Los 3 tipos de terapia principales son:

ACA (análisis conductual aplicado o ABA en inglés): puede ayudar a un niño recién diagnosticado al ofrecer una intervención estructurada, individualizada y basada en evidencia que se enfoca en desarrollar habilidades fundamentales como la comunicación funcional, la regulación emocional, el juego y la autonomía. A través de la evaluación del perfil único del niño —sus fortalezas, intereses y necesidades— el equipo terapéutico diseña objetivos claros y medibles que permiten avanzar paso a paso, reduciendo conductas desafiantes al enseñar habilidades alternativas más efectivas. Además, la participación activa de los padres en el proceso les brinda herramientas prácticas para continuar el aprendizaje en casa, creando consistencia, claridad y una base sólida para el desarrollo temprano.

Escribe una **lista de 5 proveedores** de ABA en tu área:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Terapia de lenguaje: puede ser fundamental para un niño recién diagnosticado, especialmente cuando existen dificultades en la comunicación. Un terapeuta de lenguaje evalúa cómo el niño

comprende y expresa el lenguaje —ya sea verbal o no verbal— y diseña un plan individualizado para fortalecer la comunicación funcional, la comprensión, la intención comunicativa y las habilidades sociales. Al enseñar al niño a pedir, comentar, señalar o usar sistemas alternativos si es necesario, se reducen frustraciones y conductas desafiantes asociadas a la falta de comunicación. Además, la terapia incluye la guía a los padres para que integren estrategias en la vida diaria, promoviendo avances consistentes y significativos desde casa.

Escribe una **lista de 5 proveedores** de terapia de lenguaje en tu área:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Terapia ocupacional: puede ser clave para un niño recién diagnosticado, ya que se enfoca en desarrollar las habilidades necesarias para participar de manera funcional en su vida diaria. Una terapeuta ocupacional evalúa áreas como la regulación sensorial, la motricidad fina y gruesa, la autonomía en actividades cotidianas (vestirse, comer, ir al baño) y la capacidad de mantener la atención y participar en el juego. A través de estrategias personalizadas y actividades significativas, la terapia ayuda al niño a regular su cuerpo, mejorar su coordinación y ganar independencia, lo que a su vez reduce frustraciones y facilita el aprendizaje en otros entornos como el hogar y la escuela. Además, los padres reciben orientación práctica para apoyar estas habilidades en la rutina diaria, promoviendo avances consistentes y sostenibles.

Escribe una **lista de 5 proveedores** de terapia de lenguaje en tu área:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Estos 3 tipos de terapia tienen la mayor solidez científica, existen terapias complementarias como la terapia asistida con animales, la cuál en algunos casos puede ser de ayuda para niños con dificultades de regulación emocional, ten en cuenta que esta terapia no substituye a intervenciones basadas en la evidencia científica.

Recuerda que el autismo no tiene cura porque **no es una enfermedad!**



Reto de la semana

Compártenos cómo fue el proceso para obtener fondos del gobierno en tu país, en nuestra comunidad de Facebook: AOI Escuela de Padres TEA, para que otras madres no tengan que descifrarlo por sí mismas

[Síguenos en Facebook:](#)

[AOI Escuela de Padres TEA](#)



[Envíanos un mensaje](#)



www.aoiescueladepadres.com

info@aoiescueladepadres.com