



**Mujeres dentro del espectro autista: dificultades en el diagnóstico y su relación con su sí mismo.**

Women in the autistic spectrum: difficulties in diagnosis and their relationship with their self.

UNIVERSIDAD ACADEMIA DE HUMANISMO CRISTIANO  
ESCUELA DE PSICOLOGÍA

**Por Dominique Saintmarie Buré Aravena.**

Nombres de profesores guía: Mauricio Rodríguez y  
Gabriel Traverso.

Artículo para Optar al Grado de Psicóloga

Santiago, 2020

## **RESUMEN**

En la presente investigación se pretendió comprender los sentimientos de las mujeres que pertenecen al espectro autista que han sido mal diagnosticadas a causa de una desinformación de sus particularidades. Esto se llevó a cabo mediante un análisis de discursos, desde una mirada del enfoque Análisis existencial, cuyos hallazgos fueron diversos, entre ellos el arma de doble filo que significó y significa el masking en su diario vivir para la conformación de su sí mismo, las comorbilidades más comunes dentro del espectro, las dificultades en el diagnóstico, entre muchos otros.

**Palabras clave:** Autismo, Síndrome de Asperger, Mujeres, TEA, Análisis Existencial, neurodivergente, neurodiversidad.

## **ABSTRACT**

In the present research, the aim was to understand the feelings of women belonging to the autistic spectrum who have been misdiagnosed due to misinformation about their particularities. To this end, a discourse analysis was conducted, from an existential analysis approach. The findings were diverse, and highlight the double-edged sword effect of masking, which has been and continues to be a hindrance in women's daily life for the conformation of their self, the most common comorbidities within the spectrum, the difficulties in the diagnosis, among many others.

**Keywords:** Autism, Asperger Syndrome, Women, TEA, Existential Analysis, neurodivergent, neurodiversity.

## INTRODUCCIÓN.

Se habla de trastorno del espectro autista (TEA)<sup>1</sup> para hablar de un grupo de trastornos que poseen una serie de características similares. Las personas que se consideran dentro del espectro autista son diversas, por lo que podemos encontrar las más variadas características y rasgos de personalidad entre sus miembros, sin dejar de pertenecer al mismo. Según el autor Baron-Cohen (2018) se pueden identificar “disfunciones” en dos campos en la población perteneciente al espectro, los cuales son claves a la hora de diagnosticar: el campo de la comunicación social, y el de los intereses obsesivos con actitudes repetitivas. Esto se puede presentar en millones de formas -unas más aceptadas socialmente que otras- y también se presenta en diferentes niveles de intensidad.

Para diferenciar las formas de autismo, Baron-Cohen (2018) nos presenta 5 subgrupos (tabla 1), los cuales se diferencian por dos grandes características: el coeficiente intelectual y la edad en la que se adquieren habilidades de comprensión lingüística; considerando que existe retraso en esta última cuando el niño o niña no dice ninguna palabra a los 2 años, o no habla formando frases a los 3. Los 5 subgrupos son los siguientes, siendo los primeros 3 los más comunes en la población:

<i>Síndrome de Asperger:</i>	IQ por encima de 85 puntos, sin retraso en la adquisición del lenguaje.
<i>Autismo de alto funcionamiento:</i>	IQ por encima de 85 puntos, con retraso en la adquisición del habla.
<i>Autismo de funcionamiento medio:</i>	IQ por debajo de 70 puntos, con o sin retraso en la adquisición del habla.
<i>Autismo Atípico:</i>	Porque se ha manifestado tarde o porque sólo se da uno de los dos grandes rasgos típicos.
<i>Trastorno generalizado del desarrollo no especificado:</i>	síntomas muy leves para dar un diagnóstico.

Tabla 1. Clasificación de los 5 subgrupos del TEA según el autor Simon Baron-Cohen (2018) y su diferenciación en 2 factores.

<sup>1</sup> Más adelante en la investigación, hablaremos de “espectro autista (EA)”, ya que entendemos al autismo como una neurodiversidad, no como un trastorno. El uso de la palabra “trastorno” en esta investigación tiene su justificación en la referencia a antecedentes del autismo de autores, investigaciones y en referencia al dsm-v.

A pesar de ser un tema relativamente nuevo, más o menos desde la mitad del siglo XX cuando fueron publicados los primeros trabajos sobre trastornos generalizados del desarrollo (Cererols, 2011), hoy en día no es raro que nos enfrentemos a estos términos en el diario vivir, ya que son bastante conocidos entre la población. Esto lo podemos explicar gracias a diversas razones, entre las que se encuentra el gran aumento de casos diagnosticados en la población, el cual sigue en rápido y sostenido aumento según datos entregados por la CDC (Centre for Disease Control and Prevention: centro para el control de enfermedades y su prevención). Según podemos ver en la tabla 2 entre el año 2000 y el 2016 los casos han crecido a más del doble en la población, lo que significa en porcentaje un aumento de 154.2% en sólo 16 años.

<b>Año de encuesta</b>	<b>Prevalencia de 1 niño/a con diagnóstico TEA en X personas.</b>
2000	1 en 150
2002	1 en 150
2004	1 en 125
2006	1 en 110
2008	1 en 88
2010	1 en 68
2012	1 en 68
2014	1 en 59
2016	1 en 54

Tabla 2. Aumento en la prevalencia de niños con diagnóstico TEA desde el año 2000 al 2016 de acuerdo con los datos entregados por el CDC (Centre for Disease Control and Prevention).

¿A qué se debe este incremento? Hasta el día de hoy no hay una respuesta certera a ésta pregunta, y en base a la misma se han construido muchas hipótesis, entre las que se encuentra "el emparejamiento selectivo" de Baron-Cohen, la cual es defendida gracias a dos razones: la primera es que el TEA pareciera estar ligado a determinados genes que mutan y que se transmiten de manera hereditaria, y la segunda, que gracias al gran aumento de facilidades en las comunicaciones sociales, para las personas con rasgos autistas es más fácil que en otros tiempos encontrar y emparejarse con personas que compartan sus mismos rasgos TEA (Cererols, 2011). Esta hipótesis en su momento -alrededor del año 2011- tuvo varios simpatizantes y se llevaron a cabo diversos

estudios, pero hasta el día de hoy no se han demostrado datos concluyentes, por lo que varios autores dicen que es preferible asumir que el aumento de casos diagnosticados tiene directa relación con la ampliación de la categoría -incluyendo al síndrome de Asperger, por ejemplo- y la gran mejora de los procesos de diagnóstico, la detección temprana y la utilización de métodos estandarizados como el ADI-R o el ADOS-2.

Otra razón, especialmente relevante en nuestra época y que tiene directa relación con el aumento de diagnósticos en la población son los contenidos multimedia y las redes sociales. Hoy en día se hace cada vez más importante la utilización de contenidos multimedia para la instrucción de trastornos y neurodiversidades como el autismo en la población más joven. Respecto a esto podemos mencionar como ejemplo películas tales como *Rain Man (1988)* o series de los últimos años como *Atypical (2017)* y *The Good Doctor (2017)*, donde sus protagonistas son hombres y adolescentes que pertenecen al espectro autista, los cuales han tenido gran importancia en la difusión de manera rápida de la existencia y de algunas de las características más conocidas de este espectro. Sin embargo, como mencionamos anteriormente, por lo general los protagonistas de este tipo de contenido son hombres, por lo que estas características típicas que se conocen comúnmente son aquellos rasgos que se observan por lo general en hombres autistas, y que como veremos más adelante, se suelen diferenciar de los rasgos presentados por la población femenina perteneciente al espectro. Ésta decisión de usar personajes masculinos a la hora de hablar del espectro en una serie o una película actual puede explicarse y defenderse desde el punto de vista de una gran cantidad de investigaciones que se han realizado alrededor del espectro, las cuales sostienen que existe una mayor prevalencia de autismo en la población masculina, y una menor en la femenina; y por otro lado, que el enfoque que se ha puesto en los hombres en éste tipo de investigaciones ha causado un desconocimiento de los rasgos que se pueden encontrar en la población femenina, lo que dificulta la creación de un personaje femenino que pertenezca al espectro autista.

Carpenter, Happé y Egerton (2019) sostienen en su libro "*Girls and Autism. Educational, Family and Personal Perspectives*" que los varones predominaron en las primeras descripciones de autismo realizadas por Leo Kenner y Hans Asperger en los años 40; y hasta hace muy poco los investigadores estimaban que había aproximadamente cinco veces más varones que mujeres, y que cuando éstas eran autistas, se veían más gravemente afectadas que los varones. Este número, además, aumentaba cuando hablábamos de Síndrome de Asperger, ya que la proporción estimada entre hombres y mujeres era de aproximadamente 10 a 1. Según datos publicados por la CDC el año 2016, la ratio de hombres y mujeres que se consideran dentro del espectro autista es de 4 niños por 1 niña, lo cual se manifiesta en 1 caso de cada 54 estudiados en el caso de los niños, y 1 caso entre 252 en las niñas.

Las conclusiones que hablaban de que el autismo era mucho más común en los niños que en las niñas y que afectaba más gravemente a las niñas cuando estaba presente, fueron ampliamente aceptadas y se tomaron como pistas importantes sobre la base biológica del autismo, permitiendo la realización de investigaciones genéticas que sostenían que existen diferencias genéticas en los hombres y en las mujeres pertenecientes al espectro. Esto generó, entre otras cosas, que autores como Simon Baron-Cohen hipotetizaran al respecto con teorías tales como "el cerebro hipermasculino", la cual dirá que el autismo incrementa las características "sistematizadoras", las cuales son habitualmente más potenciadas en los hombres y al mismo tiempo disminuye las "empatizadoras", las cuales serían presentadas en las mujeres con más intensidad. (Baron-Cohen, 2002)

Carpenter, Happé y Egerton comentan en su texto (2019), que recientemente Loomes volvió a examinar todos los estudios publicados sobre la proporción entre los sexos en el autismo, realizando un metaanálisis en el que se consideró la calidad de las pruebas de los diferentes métodos de estudio. Los autores comentan que Loomes llegó a la conclusión de que la mejor estimación actual de la proporción que existe entre hombre-mujer EA no es 10 a 1, ni 5 a 1, sino que 3 a 1; demostrando que las diferencias entre estas ratios simbolizaban a mujeres que no habían sido diagnosticadas, o que las habían mal diagnosticado.

A pesar de la cantidad de investigaciones alrededor del autismo, las cuales han ayudado a la divulgación de los trastornos y también a la preparación de profesionales a la mejora del diagnóstico, lo cual ha significado una mejora sustancial de la calidad de vida de las personas autistas, es importante reconocer que en parte porque durante mucho tiempo hemos pensado que los hombres autistas superan ampliamente a las mujeres, las mujeres y las niñas han estado poco representadas en la investigación, los medios de comunicación y las concepciones populares del autismo. Esto ha provocado que sistemáticamente se invisibiliza a las mujeres pertenecientes al espectro, ya que históricamente se ha puesto un foco en los varones para la realización de tales investigaciones y de métodos estandarizados como el ADOS; los cuales han sido de gran importancia a la hora de presentar un diagnóstico temprano, lo que ha significado que hoy en día el diagnóstico en niños autistas es fiable desde los 18 meses de edad (Baron-Cohen, 2018), mientras que en el caso de las mujeres depende de diversos factores, entre ellos el coeficiente intelectual, las preconcepciones del evaluador y de la observación de padres y maestros. En síntesis, el diagnóstico en mujeres autistas suele ser bastante tardío debido principalmente, al desconocimiento de las diferencias entre hombres y mujeres pertenecientes al espectro.

Carpenter, Happé y Egerton (2019) indican que comúnmente se suelen elegir varones en la realización de investigaciones sobre trastorno del espectro autista, basándose en parte en un estudio que arroja que recientemente se calcularon los

resultados publicados de estudios sobre imágenes cerebrales de personas autistas, cuyos resultados fueron que los participantes varones superan a las participantes mujeres en una proporción de 8 a 1. Los autores sostienen que estos resultados significaron que lo que creemos saber sobre el autismo es en realidad, sólo lo que sabemos sobre el autismo masculino.

Otra razón que explica que el diagnóstico en niñas sea más tardío, es que existen diferencias sustanciales entre las capacidades de relación social entre mujeres y hombres EA, ya que las mujeres y niñas han demostrado desarrollar estrategias más eficaces a la hora de participar recíprocamente en conversaciones e intercambios de intereses (Vidriales, Hernández y Plaza, 2017), lo que explica que haya una gran diferencia entre la prevalencia de mujeres EA con bajo funcionamiento, -las cuales suelen tener más casos y la diferencia entre hombres y mujeres con iguales capacidades intelectuales se disminuye-, y las mujeres EA con alto funcionamiento, donde la brecha se abre considerablemente, sobre todo si va acompañado con un buen desarrollo del lenguaje, que suele ser el caso del Síndrome de Asperger. Esto provoca que las características del autismo pasen desapercibidas, ya que consiguen una adecuada adaptación al ámbito social y sus intereses y conductas repetitivas suelen mostrarse de una manera más funcional que en el caso de los niños (Montagut, Romero, Fernández y Pastor, 2018).

Entonces, ¿Cuáles son las características de las mujeres autistas? A diferencia de los hombres, las mujeres pertenecientes al espectro tienen mejores habilidades sociales, lo cual hace que pasen desapercibidas entre sus pares, esto gracias al camuflaje o *masking*, lo que significa que las mujeres autistas tienen la capacidad de observar las reacciones y comportamientos de sus pares e imitarlos, lo que causa que no tengan dificultades al mirar a los ojos a otra persona por ejemplo (rasgo estereotipo de autismo) y así pasar bajo el radar de personas neurotípicas, lo que causa que no haya ninguna alarma de parte de profesores/as ni de la familia. A esto se suma el estereotipo de conducta esperado en niños vs niñas; por ejemplo, es común que se espere que los niños tengan un tipo de juego de grupos más grandes de personas, por lo que cuando un niño es más retraído o tiene problemas para interactuar con los compañeros suele causar una alerta en las personas que lo observan. Sin embargo, ya que se espera que las niñas sean más *recatadas* que los niños, si las niñas son más retraídas se considera que son "tímidas" o que es parte de su personalidad, sobre todo si esto va acompañado de que la niña no muestra grandes problemas con relacionarse, gracias en su mayor medida al uso de *masking*.

Hasta ahora, podríamos decir que el uso de *masking* es una herramienta fundamental de las niñas y con la cual pueden relacionarse de una manera muy "normal" con personas neurotípicas. Sin embargo, ésta puede ser un arma de doble filo. Las relaciones sociales suelen ser más difíciles entre niñas, por lo que a medida que van

creciendo se suelen necesitar herramientas más específicas a la hora del contacto social y de la mantención de relaciones, lo que causa con gran frecuencia que las niñas EA suelen sufrir bullying en el colegio o aislamiento social, lo cual pasa desapercibido a la vista de profesores/as y apoderados/as ya que el uso de masking hace que a la hora de una evaluación, los profesionales no consideren que entran en el espectro, esto a pesar de que tengan muchos rasgos bastante parecidos a los niños autistas con un mismo coeficiente intelectual pero sin la capacidad de usar masking.

Estas dificultades en las relaciones sociales sumado a la falta de diagnóstico pueden causar que las niñas pertenecientes al espectro al llegar a la adolescencia hayan pasado toda su vida con un sentimiento de rareza, o de no pertenencia al resto de la sociedad, puede causar que las niñas se sientan solas e incomprendidas y que, al mismo tiempo, sientan que ellas no comprenden el mundo como las demás personas. Esto puede llevar a una serie de comorbilidades que son muy comunes dentro del espectro autista, como lo son la depresión, la bipolaridad, la ansiedad, los problemas alimentarios y una serie de problemas del sueño, lo que causa que millones de mujeres sean mal diagnosticadas por años e incluso para toda la vida, gracias a la poca investigación existente en mujeres EA.

El presente trabajo se vio motivado por la existencia de un video en una red social muy popular en la actualidad. En este video (Layle, 2020) se ve una niña autista, más específicamente síndrome de Asperger, la que explica las diferencias que existen entre los hombres y mujeres autistas. En este video ella explicaba que la habían mal diagnosticado por mucho tiempo con depresión y ansiedad, hasta que a los 15 años la diagnosticaron con Síndrome de Asperger, lo cual comenta: es una edad en la que se considera un diagnóstico temprano en mujeres. Al indagar más en los videos de su autoría se encontró uno en el cual decía que el hecho de hacer masking todo el tiempo le significaba un agotamiento increíble y que al mismo tiempo, ella después de cuatro años de su diagnóstico aún no sabía "quién era", no sabía qué era lo que realmente sentía o lo que realmente le gustaba (Layle, 2020). Esto fue la motivación principal para la realización de una serie de preguntas al respecto y fuente de inspiración para la investigación del tema en mayor profundidad.

### **Una mirada desde el análisis existencial**

El análisis existencial es una psicoterapia fenomenológica, fundada por Alfred R. D. Laing a partir de la logoterapia, desarrollada por Viktor Frankl. Ésta busca sensibilizar la esencia del sujeto, reforzar y ayudar a la realización de ésta, teniendo como objetivo la vivencia en coherencia interna.

Para comprender de una manera más consciente qué significa esto y qué importancia tiene en la presente investigación, se irá hilando poco a poco el vocabulario

utilizado, su origen, qué es lo que postula, y los lineamientos que se dan respecto a los autores que llevaron a su configuración como una forma de analizar y comprender al ser humano desde este enfoque.

El concepto "existencial" tiene su origen en el existencialismo, enfoque en el que se comprende a la persona como un *ser* distinto de cualquier otro, un ser que es capaz de vivenciar su experiencia como íntima, como única. Esta capacidad de la persona de verse dentro de un grupo humano y distinguirse de ella, de cuestionarse sobre su propia existencia, de preguntar "¿Quién soy?", es la razón por la que el autor Martin Heidegger "dirá que lo peculiar de la existencia del hombre es que esta existencia no se le da ya hecha, sino que es el hombre quien debe ir construyéndola" (Caprio, 2005, p. 4).

Heidegger entiende como *Dasein* al humano que es caracterizado por un *estar-en-el-mundo*, no referido a una posición espacial, sino a un *estar* con los demás entes y personas. Pero este *estar-en-el-mundo* no es constitutivo único del *Dasein*, sino que va acompañado del sentir humano de estar en el mundo sin haberlo elegido y con sentires existenciales (*la angustia, la muerte, la temporalidad y la historicidad*) que le hacen sentir su finitud. (Caprio, 2005)

La *angustia* es imprescindible a la hora de alcanzar la existencia auténtica. Ésta, a diferencia del miedo, el cual tiene un elemento que lo provoca, es causada por la nada. Es la sensación de encontrarse a sí mismo frente al vacío absoluto. La *muerte*, no es entendida por el existencialismo como el hecho de que la vida termine, sino que *tenga* un término, la prevalencia que tiene la idea de la muerte en la vida de la persona, lo que constituye un límite de la existencia y el factor que determina la *temporalidad y la historicidad*. Las últimas dos tienen que ver con el tiempo, pero no como un tiempo lineal ni cíclico, sino como un presente que está fundado en pasado en el que el *Dasein* se encuentra como un proyecto-de-ser, en una situación que es única e irrepetible, *historicidad* porque la persona, al verse finita, se compromete a su momento histórico y basa su existencia en la idea de trascendencia, y *temporalidad* como la sensación de ser constituido por el presente.

Viktor Frankl se apoya en las concepciones del existencialismo para conformar la teoría del Análisis Existencial y de crear un método; la logoterapia, tratamiento psicoterapéutico que se concentra en torno a la búsqueda de sentido, motivación fundamental de la existencia humana según el autor.

El *sentido* en este enfoque es visto como algo personal y concreto, es el sentido de vida de cada ser humano, el cual no puede prescribirse, sino que es encontrado, descubierto por el propio ser humano. La logoterapia es el método en el cual el hombre se enfrenta a la búsqueda de sentido; motivación mayor y más profunda de la existencia humana.

Alfried Längle, quien sigue desarrollando las ideas en torno a este enfoque, concibe al Análisis Existencial como una psicología fenomenológica que moviliza al ser humano a decidir. Ésta sensibiliza la esencia del sujeto, refuerza y ayuda a su realización, a encontrarse a sí mismo a través del diálogo. Para el autor, el Análisis Existencial se orienta a lograr una existencia libre, tanto anímica como emocionalmente, a una toma de posición auténtica, a un trato responsable con la propia vida y con el mundo. (Längle, 2009)

Längle gracias a su trabajo fenomenológico, logra reunir "todo aquello que los pacientes consideraban fundamental para la existencia: el ser yo, la relación con la vida, el ser sí-mismo" (Längle, 2009). El autor reúne sus hallazgos con la búsqueda de sentido propuesta por Frankl y desarrolla su teoría de las cuatro motivaciones fundamentales de la existencia (4MFE), las cuales en su conjunto brindan estabilidad a la persona, y la llevan a una existencia plena.

### **Las cuatro motivaciones fundamentales de la existencia.**

Längle (2009) menciona que considerar la existencia de estas cuatro motivaciones nos lleva a la pregunta de ¿qué es una vida plena? la que es respondida por él mismo diciendo que una vida plena se inicia cuando hay aprobación de la persona. Si como sujeto vivo de una manera en la que cada acción conlleve un rotundo sí de mi interior, no solo mentalmente sino un sí sentido en el plano de las emociones, de los afectos, entonces estoy viviendo una vida plena. En este sentido la *decisión* es fundamental, ya que implica una toma de posición en la vida.

Éste rotundo *sí* tiene que estar presente en 4 ámbitos que el ser humano no puede eludir y los cuales debe enfrentar toda su vida: el mundo, la propia vida, el ser persona y el futuro. Las cuales son las cuatro categorías fundamentales de la existencia.

La primera motivación fundamental se refiere al hecho de que efectivamente estamos en el mundo. Este "estar en el mundo" implica que existan condiciones, tanto en el mundo como en la persona, las cuales conllevan a que ésta sienta confianza; en que se puede sostener en este mundo, y que este mundo puede sostenerla.

Desde aquí se entiende que la persona *es*, que *está en el mundo*, pero "cuando reflexionamos sobre este hecho vemos que esto de estar aquí se transforma en un hecho difícil y confuso" (Längle, 2009). **Yo soy, pero... ¿puedo ser?** yo soy, pero al mismo tiempo estoy en un constante peligro de no ser, la persona se enfrenta al sentimiento de que puede dejar de ser, de que no hay garantías de su existencia, y por lo tanto la idea de permanecer como un yo se convierte en una tarea. ¿Pero qué es lo que necesita la persona para continuar siendo? Para poder ser son necesarias tres condiciones: *sostén, protección y espacio*. Si éstas están, la persona confía en sí misma y en el mundo, de lo contrario se provoca *intranquilidad, inseguridad y angustia*.

La persona en este momento tiene la tarea de aceptar lo positivo y soportar lo negativo, tiene que ser capaz de recurrir a la *protección*, a la seguridad y también soportar lo difícil. El mundo en el que estamos tiene sus propias reglas: leyes físicas, químicas, sociales, económicas, etc. Estas leyes son difíciles y nos hacen someternos de cierta forma, pero también nos entregan *sostén*, éstas nos sostienen y nos protegen, ya que evitan que nos enfrentemos a un posible descontrol. *Aceptar* significa poder ser unos a los otros, el poder ser de las leyes pero que ellas no le quiten espacio a la persona para poder *ser*, poder ser libres aún mientras nos sometemos. Es un balance entre lo que la persona puede aceptar y lo que puede soportar, dejándole espacio para poder *ser*. Lo importante en éste sentido es que la persona pueda tener el espacio suficiente para poder *ser*, pero no en demasía, ya que podría sentirse desprotegida, es como la relación con las figuras parentales, éstas deben sostener al niño, darle sostén, protección, apoyo, pero también darle espacio para poder ser el mismo, para descubrir lo que le gusta y lo que desea, para separarse del resto y reconocerse a sí mismo, pero teniendo en cuenta de que no está solo, de que hay *algo o alguien* que le entrega soporte, que lo sujeta.

La segunda motivación fundamental tiene relación con que *ser* no es suficiente para la existencia, no es suficiente estar en el mundo, sino la calidad de vida que vivenciamos estando en el mundo. Längle en uno de sus seminarios (2000), nos dice que los pacientes hoy en día no se quejan de lo que tienen, no sienten que su existencia se encuentra amenazada, desde el punto de vista lógico no hay motivos para quejarse, pero desde el punto de vista de los sentimientos no se sienten bien. Les falta alegría, les falta el gusto por vivir. En la segunda motivación, entonces, nos enfrentamos a la siguiente pregunta: **yo vivo, pero... ¿me gusta vivir?** ¿Qué es para mí vivir? ¿El vivir aquí, con esta alegría, con este dolor? ¿me gusta ser? Es una pregunta que reclama una respuesta personal, no puede ser respondida por nadie más que la persona a la que se le pregunta, y esta respuesta obliga a la toma de posición, por lo que, como nos dice el autor, "nos damos cuenta de que a veces nos falta el valor para responder". (Längle, 2000).

Para amar la vida nuevamente, Längle nos menciona que hacen falta tres cosas: *relaciones, tiempo y cercanía*, que de estar significaría para la persona vivir entrelazada con el mundo y consigo misma, donde se hace perceptible la profundidad de la vida. De lo contrario, la persona se enfrenta a la *nostalgia, a la frialdad y a la depresión*.

La tercera motivación tiene que ver con el plano de lo ético, somos individuos, pero ¿me es permitido ser como soy? ¿es que quizás debo acomodarme a lo que los demás quieren que sea? Esta motivación fundamental se trata de tomarse en serio a uno mismo, de tomar en serio nuestra propia individualidad, de tomar en serio el carácter intransferible de nuestra existencia. La pregunta es cómo es posible para la persona realizar esa individualidad. **Yo soy yo, pero... ¿me es lícito ser como yo soy?** ¿me

permiso ser como soy? ¿puedo ser yo mismo? Para Frankl la respuesta era clara, ya que se basa en el hecho de que cada persona es desde su nacimiento única e irrepetible. Pero Längle sostiene que la verdad es que las personas no se comportan de esa manera, siendo únicos.

Para permitirse ser uno mismo, Längle nos dice que son necesarias tres condiciones básicas: *consideración, justificación y aprecio*. Además de un necesario "sí a mí". Si éstas están presentes en la vida de la persona, ésta se encuentra a sí misma, encuentra autenticidad, consuelo y autorespeto. Pero de lo contrario, si faltan, la persona se encuentra en soledad, vergüenza e histeria.

La persona es un alguien, y este alguien es llamado a cuidar de sí mismo, dispone de sí y es responsable de sí. Tiene que ver con aceptar lo que el otro dice, pero también todo lo que proviene de sí mismo.

En este momento se hace importante la *intimidad*, como un lugar de encuentro consigo mismo, donde se ve el encuentro como algo dinámico, la persona es vista como una relación vivida. La *autenticidad*, como una actitud de apertura hacia sí mismo tal y como está. La persona se acepta tal como es y en la medida justa, teniendo una constante consideración a sí misma y a los demás. La persona puede ser una misma y vivir según lo que tiene (en el interior) y lo que puede sostener (exterior), esto es lo que la hace ser una persona auténtica.

Como mencionamos anteriormente es necesario un "sí a mí", aquí el límite y el encuentro son los medios en los que se puede vivir sin aislarse. Se sale al encuentro con los otros, se observa y se deslinda de ellos para encontrar lo que es realmente suyo. El encuentro con los otros son los puentes de los límites que tenemos con las personas. Esto hace que la persona se pueda reencontrar en otra persona, es donde se encuentra el *yo* en el *tú*.

En este artículo estuvimos trabajando principalmente con esta motivación fundamental, la de *permitirse ser uno mismo*, ya que la hipótesis principal de esta investigación es que las mujeres autistas, específicamente las mujeres con alto funcionamiento, gracias al uso de *masking* durante toda su vida, y sumado al hecho de obtener un diagnóstico tardío, es posible que tengan dificultades en ésta motivación, es posible que no estén seguras de quién son ni que les gusta a ellas como individuales, significando que el *masking* sólo les hace más difícil separarse de los demás y de las emociones que proyectan como propias.

Para terminar, la última motivación tiene que ver con lo que Frankl llamaba "la búsqueda de sentido". Aquí la persona se enfrenta a la siguiente pregunta: **yo estoy aquí, pero... ¿Para qué es bueno que yo esté aquí?** ¿Qué puede cambiar en el mundo por mí? El mundo me llama, "soy llamado por una necesidad práctica, concreta y adecuada en el contexto donde esa acción que haga implique un cambio. Una carencia, un espacio vacío que el contexto me llama a llenar. Entonces yo *debo* hacerlo. Es un

llamado *imperativo*, que siempre va a tener incluidos el poder, el gustar y el permitir para que sea *sentido*" (Längle, 2000). Esto es vivir existencialmente, es "sentirse preguntado, vivir interrogado y dar respuesta, marcar presencia y ponerme en un horizonte más grande (el mundo)" (Längle, 2000).

Las condiciones existenciales para vivir una vida con sentido son tres: *un campo de actividad, una vinculación a un contexto mayor y valor en el futuro*. Gracias a la existencia de estas tres la persona es capaz de entrega y de acción, pero de lo contrario, si no están, la persona vive vacío, frustración, desesperación e incluso alguna adicción.

## Reacciones de coping

Mas adelante, con tal de entender mejor los discursos de las participantes de la investigación hablaremos de *reacciones de coping*. Las reacciones de coping son reacciones psicodinámicas que surgen como respuesta a la angustia, estos son mecanismos de protección que genera la psiquis de forma automática, cuando no se puede procesar una situación por la gran cantidad de angustia que le genera a la persona, estas son generadas por la psicodinámica como una forma de resguardo, de protección. (Längle, 1998)

La psique, como guardiana del sentimiento vital básico y del bienestar de la persona está pronta a reaccionar protegiendo al sujeto, generando reacciones de coping, las cuales tienen como finalidad el poder escapar lo más rápido posible de una situación de peligro y así asegurar la sobrevivencia física y psíquica del sujeto. (Längle, 1998)

Hay 4 tipos de reacción, es decir, 4 niveles de intensidad en cada categoría de las motivaciones fundamentales, y ellas se separan de la siguiente manera:

- 1: movimiento de evitación
- 2: intento de dominio de la situación
- 3: defensa al no poder escapar
- 4: ponerse en situación de muerto

Y la forma en la cual se manifiestan en cada motivación fundamental es la siguiente:

Motivación fundamental	MOVIMIENTO BASAL: EVITATIVO	Movimiento paradójico: activismo, dominio	Dinámica defensiva	Vivencia de estar dominado (reflejo de posición de muerto)
1MF	Huída	Lucha	Agresión: odio	Parálisis
2MF	Retirarse	Esforzarse en rendir para tapar	Agresión: rabia	Resignación, agotamiento
3MF	Tomar distancia	Sobreactuar, dar la razón	Ira o fastidio	Disociación

<b>Motivación fundamental</b>	MOVIMIENTO BASAL: EVITATIVO	Movimiento paradójico: activismo, dominio	Dinámica defensiva	Vivencia de estar dominado (reflejo de posición de muerto)
4MF	Relaciones provisionarias	Fanatismo, idealización	Vandalismo, cinismo, sarcasmo	Desesperación, apatía, nihilismo

Tabla 3. Formas de las reacciones de coping sistematizadas por los temas de las motivaciones fundamentales. (Längle, 1998)

### **Pregunta de investigación.**

Gracias a todo lo anteriormente dicho, en este artículo nos enfrentamos a la siguiente pregunta: ¿Cómo afecta, desde una mirada desde el análisis existencial, a las mujeres EA la identificación de su sí mismo, la autenticidad y la autoestima? ¿Es posible que el hecho de ser diagnosticadas a una edad tardía afecte de manera negativa su proceso de identificación?

### **Objetivos.**

El objetivo general propuesto del presente artículo es: analizar cómo afecta a las mujeres del espectro autista ser diagnosticadas a una edad tardía, y ver cuál es la relación de este diagnóstico con la relación que construyen con su sí mismo, desde una mirada del análisis existencial.

En segundo lugar, se propone una serie de objetivos específicos para acompañar el primero; a) Comparar discursos entre las participantes, reconociendo las experiencias similares entre ellas y relacionándolas con el autismo y el análisis existencial; b) Identificar las posibles dificultades que se pueden presentar con el constante uso de *masking* en situaciones sociales; c) Analizar estas dificultades y asociarlas con el enfoque análisis existencial; d) Identificar posibles dificultades a causa del diagnóstico tardío que pudieron obtener.

### **Marco metodológico.**

#### **Enfoque metodológico.**

El enfoque metodológico que fue escogido para guiar el presente artículo es la investigación con enfoque cualitativo, ya que lo que se buscó con la misma fue comprender los fenómenos y sentires que rodean a la comunidad autista y profundizar en los saberes que se tienen de la misma, desde la subjetividad de sus experiencias, perspectivas y opiniones.

Un aspecto que resultó fundamental en su elección es que los métodos cualitativos pueden usarse para explorar áreas sustantivas sobre las cuales se conoce poco o mucho, pero teniendo como objetivo obtener un conocimiento nuevo (Glaser y Strauss, 1967). Una de las motivaciones del presente trabajo se basó en la poca información existente sobre el tema, y se enfocó a la producción de conocimiento, o mejor dicho, a la divulgación del conocimiento que se extrajo de los discursos de las mujeres objeto de esta investigación.

### **Tipo de investigación.**

Esta investigación se caracteriza por ser cualitativa de tipo exploratorio-descriptivo. De tipo exploratorio ya que las investigaciones que se enmarcan alrededor de las mujeres dentro del espectro son escasas o se construyen en base a mitos que están siendo desmentidos en la actualidad, lo que conlleva que al día de hoy no existan muchos estudios referentes a las mujeres autistas y la diferenciación que existe entre ellas y los hombres o niños en el espectro.

Los estudios de tipo exploratorio normalmente se efectúan cuando el objetivo es examinar un tema o problema de investigación que ha sido poco estudiado, del cual se tienen muchas dudas o no se ha abordado antes (Hernández, Fernández, Baptista, 2003)

Y es de tipo descriptivo ya que develó y describió relatos de mujeres pertenecientes al espectro autista, permitiéndonos un acercamiento hacia la comprensión de sus vivencias.

#### **a) Diseño metodológico**

El diseño de investigación utilizado es de tipo no-experimental, ya que no se manipularon deliberadamente las variables de forma intencional. El presente trabajo pretendió indagar en el fenómeno a estudiar tal y como es en su contexto natural, para luego ser analizado con un enfoque analítico existencial.

#### **b) Población y muestra**

La población objeto de la presente investigación fueron mujeres de todas las edades pertenecientes al espectro del trastorno autista.

El tipo de muestreo fue de tipo no-aleatorio, por conveniencia, ya que al tratarse de una población de estudio difícil de cuantificar (hasta el día de hoy no se tiene un censo que permita registrar el número de personas autistas), no tenemos una cantidad específica de personas pertenecientes al universo de la investigación. A esto se sumó la dificultad en el acceso a personas que cumplen con los criterios de la investigación, por lo que la muestra estuvo compuesta por entrevistas a 20 mujeres autistas que se ofrecieron libremente a participar de la misma.

Esto conlleva a que los resultados de esta investigación no pueden ser utilizados para generalizar los sentires de las mujeres que participen de ella a todas las mujeres de la población autista. Lo que se buscó con esta investigación fue comprender y visibilizar las experiencias de estas mujeres, las cuales pueden (o no) ser iguales o parecidas a las vivenciadas por la mayoría de las mujeres pertenecientes a este espectro.

La forma en la que hizo contacto con las participantes fue por convocatoria por redes sociales, se hizo una publicación en un grupo de mujeres autistas en Facebook, en la que se pidió voluntarias para participar de la investigación. Gracias a esta publicación, tuvimos más de 100 personas interesadas. Las participantes de esta investigación son las primeras 20 personas que se comunicaron conmigo.

### **Participantes.**

En esta investigación participaron 20 mujeres de diferentes nacionalidades (12 Chilenas, 4 Mexicanas, 3 Argentinas y 1 Paraguaya) y de diversas edades (entre los 17 y los 45 años). Se les reconocerá dentro de la presente investigación por un nombre de pila, el cual será inventado con el objetivo de resguardar la identidad de las participantes, y será cambiado el nombre de las mismas en la transcripción de las entrevistas, al igual que el de sus familiares y/o amigos. Sin embargo, sus edades actuales y de diagnóstico, al igual que el país al que pertenecen serán datos reales.

NOMBRE	EDAD ACTUAL	EDAD DE DIAGNÓSTICO	PAÍS DE RESIDENCIA
Cecilia	38	38	México
Juana	40	40	Chile
Camila	30	25	Chile
Sol	35	35	México
Francisca	33	28	México
Claudia	27	4	Chile
Ana	18	18	Chile
Aurora	17	15	Chile
Catalina	44	44	Chile
Maria	34	33	Argentina
Carolina	42	40	Chile
Victoria	35	35	Chile

Alison	36	36	Chile
Barbara	26	26	Chile
Julia	45	38	Chile
Becca	37	37	Paraguay
Patricia	32	28	México
Elena	24	24	Argentina
Rubí	36	35	Argentina

Dentro de las personas que han sido entrevistadas para esta investigación se han presentado voluntarias que tienen múltiples y diversas ocupaciones y carreras formadas, dentro de ellas hay muchas que se relacionan con el mundo del autismo más allá de su propio diagnóstico y sus familias, son activistas y profesionales de la salud. Dentro de esta investigación no se indagó en las intervenciones que tienen estas mujeres en el mundo del autismo, exceptuando la siguiente persona.

Lisa	33	27	Chile	Psicóloga
------	----	----	-------	-----------

Lisa, 33 años, Chilena, Psicóloga. Edad en la que conoce su diagnóstico: 27 años. Actualmente se dedica al diagnóstico de mujeres autistas. Nuestra entrevista con ella, además de indagar de sus sentires y experiencias como mujer autista, se centró en cómo es su trabajo diariamente, cómo son los procesos de diagnóstico desde dentro, qué piensa y cómo llegó a dedicarse a esto.

Las implicancias en el tema son muchas, pero principalmente el poder conocer para las autistas diagnosticadas cómo son los procesos y pensamientos que tienen los evaluadores en el proceso de diagnóstico. Por falta de espacio no se usarán muchas citas sobre ninguna entrevista en particular, pero las transcripciones de todas las entrevistas estarán en los anexos, para ser revisadas por los lectores.

### **Técnicas de recolección de información.**

El presente trabajo se enfoca en un tipo de investigación cualitativa, para la cual utilizamos dos técnicas de recolección de datos. La primera fue el uso de *análisis documental*, y la segunda la realización de *entrevistas individuales semi-estructuradas*.

En primer lugar, hay que mencionar que "Un documento es un material informativo sobre un determinado fenómeno social que existe con independencia del

investigador” (Corbetta, 2007, p.376). Respecto a esto podemos entender que un documento pueden ser textos, como también videos informativos. En la presente investigación se utilizó la clasificación de *documentos personales*, por el motivo de que esta juega un papel decisivo en la investigación social, ya que éste tipo de documentos permiten conocer y comprender cuales son las motivaciones o formas de pensar de las personas que los crearon, sobre todo aún si no se puede o es muy difícil acceder a su discurso de manera directa, ya sea porque fallecieron o porque viven en el otro lado del mundo, el cual fue nuestro caso en varias ocasiones.

El análisis documental constituye un punto de entrada a la investigación. De acuerdo con Quintana (2006), en ocasiones, este análisis es el origen del tema o del problema de investigación, que como mencionamos anteriormente, es el caso del presente artículo, ya que se vio inspirado en el discurso personal de una mujer autista publicado en redes sociales. Fue posible, a través del análisis de estos discursos, el poder obtener información valiosa con la que logramos obtener un encuadre, el que incluye básicamente describir los acontecimientos rutinarios, así como los problemas y reacciones más usuales de las personas o cultura objeto de análisis. Revelar los intereses y las perspectivas de comprensión de la realidad, que caracterizan a quienes han creado los documentos, en este caso, mujeres pertenecientes al espectro autista. Si resumimos esto, el estudio de documentos personales nos permitió tener una visión general e íntima de los discursos de las mujeres participantes, ofreciéndonos la posibilidad de conocer detalles únicos y privados sobre aspectos de la vivencia personal y de sus sentires.

Por otro lado, se realizaron entrevistas personales, semi-estructuradas, a mujeres autistas que les fue posible y estuvieron dispuestas a participar de la presente investigación. En estas entrevistas se utilizó un guion que contenía los tópicos a tratar durante la entrevista, lo que significó el poder disponer del orden de los temas, secuencia y forma de realizar las preguntas, lo cual se fue decidiendo en el momento de la aplicación, dependiendo de las respuestas obtenidas. Las preguntas que se realizaron fueron en su mayoría preguntas abiertas y espontáneas.

#### **Guion de la entrevista: tópicos.**

1. Cómo ha sido el proceso del diagnóstico.
2. En qué influye el ser mujer (apuntando hacia alguna diferencia que puedan sentir en cuanto a sexos).
3. Cómo es ser mujer autista.
4. Impresiones de terceros. (Comentarios que alguna vez les hayan hecho respecto a su diagnóstico)
5. Definición y relación con su sí mismo.

## **Plan de análisis de la información.**

El "proceso cualitativo de análisis de los datos e interpretación de los resultados, constituye uno de los momentos más relevantes, por no decir "el más importante" del proceso de investigación" (Mayz, 2009, p. 57).

En el análisis de los datos se realizaron 4 procesos básicos: categorización, codificación, teorización y triangulación; los cuales se explicarán a continuación.

"La categorización hace posible clasificar conceptualmente las unidades que son cubiertas por un mismo tópico" (Osses, Sánchez e Ibáñez, 2006, p.123). En otras palabras, como investigadora debí categorizar los datos, identificando, clasificando y organizando conceptualmente los mismos, con la finalidad de poder delimitar partes, para posteriormente conocer las interrelaciones que pudieran existir entre aquellas partes y el fenómeno estudiado. El fin de este proceso fue lograr la máxima comprensión de la realidad estudiada.

En el caso de esta investigación se utilizó el criterio inductivo-deductivo, ya que con esta metodología tuvimos una combinación entre lo inductivo, lo que permitió el planteamiento de categorías generales provenientes del marco teórico; y lo deductivo, ya que posteriormente indagamos en categorías más específicas que provinieron de la información recolectada, utilizando así tanto categorías a priori, como también emergentes.

La idea de un análisis por categorías fue rescatar temáticas, ideas y sentires provenientes de las narrativas de las participantes, yendo en el proceso desde lo concreto a lo abstracto, desde las citas hacia la interpretación.

Luego de que pudimos realizar la categorización, procedimos a realizar un proceso en el cual asignamos un signo, una marca o un símbolo a cada categoría que se había establecido, con el fin de identificar cada categoría. Osses, Sánchez e Ibáñez (2006) consideran a la codificación como una operación concreta en la que se asigna a cada unidad un indicativo (código) propio de la categoría en la que se encuentra incluida. Estas marcas que añadimos para indicar a qué categoría pertenecen pueden ser de carácter numérico o visual -como la utilización de colores-, pero es más común que se utilicen palabras o abreviaturas, en lo particular de esta investigación se utilizaron nombres de categorías y colores para cada una de ellas con el fin de que fuera fácil de identificar al leer las transcripciones completas una vez finalizado el proceso.

Estos dos procesos fueron de gran importancia en el análisis de datos, ya que nos permitió tener los datos que recolectamos de una forma ordenada, clasificada y lista para ser estudiada.

El proceso de teorización es el análisis como tal de los datos recolectados, y como esta investigación es de tipo cualitativa, no empleamos esquemas rígidos, sino que fuimos adaptando las fases a medida que fuimos profundizando en los datos. En esta fase, utilizamos una base teórica -análisis existencial- para analizar los discursos de las

participantes de la investigación y fuimos trazando los caminos hacia una comprensión y teorización de sus sentires, de una forma que pudieran ser entendidos por los lectores de esta. Este paso sin duda fue el más importante y significativo, y en el cual esperábamos obtener resultados en los objetivos y respuesta a la pregunta de investigación. En este sentido usamos categorías a priori, ya que buscábamos conocer y describir ciertos elementos específicos de los discursos dentro del problema, sin embargo, también se utilizaron categorías emergentes, para los discursos y temáticas que no clasificaron dentro de las categorías que ya estaban predefinidas, éstas se fueron construyendo con el análisis mismo.

Para finalizar, el proceso de triangulación es entendido "como un proceso complementario del proceso de categorización y constituye un modo de yuxtaponer los diferentes puntos de vista que cada actor o sujeto percibe del fenómeno en estudio, así como cualquier información que se obtenga por diferentes medios" (Mayz, 2009, p. 61). En este sentido, esta técnica nos permitió comprobar la validez y confiabilidad de la investigación, ya que se evidencian las tendencias observadas de los datos recolectados, manteniendo el mismo sentido, a pesar de utilizar diferentes fuentes de información, instrumentos o técnicas.

Para un mejor entendimiento del análisis de categorías que utilizamos, se expondrá el paso a paso de este:

1. Generación de categorías a priori.
2. Transcripción de las entrevistas.
3. Lectura de las entrevistas una a una y escribir ideas, sugerencias, intuiciones y preguntas que surjan de su lectura.
4. Rescate de citas y clasificación de estas en las categorías existentes.
5. Agrupación de citas, dentro de las categorías, en torno a ideas comunes (construcción de tópicos).
6. Nominación de los tópicos y generación de la descripción de los mismos.
7. Integración de las categorías con tal de obtener una mirada de un todo.
8. Creación de las categorías emergentes: esto se realizó de la siguiente manera: Las citas atingentes, es decir, aquellas que no cabían dentro de las categorías ya creadas se agruparon por temática o ideas comunes, desde ahí se crearon los tópicos con sus respectivas descripciones y éstas se agruparon a su vez en categorías nuevas, las cuales se nombraron y se integraron con las demás categorías en una interpretación final. Es importante también mencionar que todas las subdivisiones de las categorías son emergentes, ya que se fue viendo en el proceso del análisis de discursos que esas categorías emergentes podían desprenderse de otras categorías ya formadas, tanto a priori como emergentes.
9. Agrupación e interpretación final.

## 10. Categorías a priori.

### 1. Dificultades en el diagnóstico.

En esta categoría se agruparon todos aquellos discursos que tuvieron relación con alguna dificultad en el diagnóstico que habían sufrido y de cómo fue el proceso, ya sea la edad en la que lo obtuvieron. De la misma categoría se desprenden dos más:

#### a. Factores económicos.

En esta categoría se agruparon los discursos que tenían relación con la importancia del dinero a la hora de la obtención de un diagnóstico.

#### b. Frente a la posibilidad de haber recibido el diagnóstico antes.

Aquí se agrupan los discursos de las participantes ante la hipotética posibilidad de haber recibido un diagnóstico temprano.

### 2. Uso de *masking*.

En esta categoría se agruparon los discursos y sentires que tuvieron relación con el uso de *masking*, el cómo es y el cómo se vive, al igual que las posibles dificultades que habrían podido sufrir con el mismo.

### 3. Identificación de su sí mismo.

En esta categoría se agruparon los discursos y sentires que se relacionaron con la idea de su personalidad o su esencia personal, sus gustos y disgustos, sus pensamientos, como también las posibles dificultades de identificación personal. De esta categoría se decide abrir 4 subcategorías:

#### a. Antes del diagnóstico

O sea, cómo era su relación consigo misma antes de obtener su diagnóstico.

#### b. Después del diagnóstico

Cómo fue su relación consigo misma después de obtener su diagnóstico.

#### c. Ante la posibilidad de no haber obtenido nunca el diagnóstico

Discursos que provienen de la posibilidad hipotética de nunca haber recibido su diagnóstico.

#### d. Dificultades

En esta categoría se agrupan las dificultades que tienen como única razón el ser autistas y mujeres.

### 4. Diferencias con hombres autistas.

En esta última categoría a priori se buscó agrupar las posibles diferencias que pudieran percibir las entrevistadas frente a hombres autistas, ya sea por alguien que conocieron alguna vez, por las experiencias con sus hijos, por su profesión, o incluso en base a lo que han podido leer.

## **Categorías emergentes.**

### 1. Importancia del apoyo familiar.

En esta categoría se agrupan los discursos que tengan que ver con la importancia del apoyo familiar, ya hablen de haberlo recibido o no.

### 2. Violencia en la pareja.

En esta categoría se agrupan los discursos que hablen sobre la violencia de género que las participantes vivieron.

### 3. Conductas características.

Aquí se agrupan todos los discursos que tengan relación con características propias de su personalidad.

### 4. Desconocimiento.

En esta categoría se habla del desconocimiento del autismo en mujeres y sobre sus diversas características, e incluso sobre el autismo en general cuando hablamos de la siguiente categoría, la cual se desprende de esta:

#### a. Estigmas sociales.

Se hizo esta categoría con tal de agrupar discursos o comentarios que recibieron o pudieron observar las participantes, que son en base al desconocimiento pero que llegan al punto en el que se convierte en un estigma social.

### 5. Comorbilidades.

Aquí se agrupan las diferentes comorbilidades, en su totalidad psicológicas, comunes entre todas las participantes.

### 6. Impresiones del entorno (la cual está en directa relación con la categoría "identificación de su sí mismo").

Esta categoría habla sobre las impresiones que las participantes recibieron del entorno y la razón por la que tiene directa relación con la categoría "identificación de su sí mismo" es por el hecho de que el discurso de los otros afecta el cómo la persona se crea una imagen de sí misma. Esta se divide en las impresiones que recibieron sobre su personalidad antes de conocer el diagnóstico, y las reacciones que las personas tuvieron al saber que ellas eran autistas.

#### a. Antes de su diagnóstico.

#### b. Reacciones al conocer el diagnóstico.

### 7. Infancia y adolescencia.

En esta categoría se incluyen los discursos procedentes de lo que fue la infancia, adolescencia y época escolar de las participantes, de la cual se desprende la siguiente categoría, en la cual van agrupados los discursos de las participantes víctimas de bullying:

#### a. Bullying y aislamiento.

### 8. Diferencias vs. personas neurotípicas.

Esta categoría se decidió abrir, ya que se evidenció en varias ocasiones en las entrevistas, que las participantes podían reconocer y diferenciarse de ciertas características que ellas observan en la población neurotípica.

#### 9. Mensajes a los lectores.

Esta última categoría se crea no con el objetivo de analizar estos discursos, sino de ofrecerles a las participantes un espacio en el cual decir algún comentario antes de terminar la entrevista, espacio que fue utilizado por algunas de ellas para decir ciertas cosas que ellas consideran importantes y que deberían darse a conocer.

### **Aspectos éticos de la investigación.**

Dentro del resguardo ético de la investigación, podemos decir que se tomaron las medidas necesarias para que se garantizara la participación voluntaria de las participantes y el resguardo de sus identidades. Para esto se entregó un consentimiento informado a las participantes, el cual firmaron voluntariamente con su nombre y número de documento, momento en el cual se hizo entrega de una copia de este, en la cual estaban presentes los objetivos de la investigación. Además, respecto al resguardo de identidades, en la investigación se decidió señalar sólo las edades actuales de las participantes, la edad de su diagnóstico y el país al que pertenecen. Se utilizará un nombre de pila falso para cada una de ellas, con tal de facilitar la lectura de la investigación al tiempo que se pretende resguardar la identidad de las participantes.

### **RESULTADOS DEL ESTUDIO.**

De aquí en adelante los resultados del estudio se organizarán de la siguiente manera: tenemos una serie de categorías, tanto a priori como emergentes, luego de la exposición de las citas más importantes y representativas de estas categorías se presentará un análisis de cada segmento, seguido por un análisis completo de todos los segmentos al finalizar ambas categorías, donde se agruparán los análisis hechos de cada una de las categorías y se relacionarán con la teoría del análisis existencial.

No está demás señalar a los y las lectoras de la presente investigación que todas las transcripciones de las entrevistas, el modelo del consentimiento informado y las categorías completas estarán presentes en los anexos del documento.

## **Categorías.**

### **A priori.**

#### **1. Dificultades en el diagnóstico.**

*"Pero pucha habemos mujeres que claramente no se nos nota, porque las niñas tienen que ser bien portaditas, como bien este, pero no por eso no hay algo más, porque imagínate, que a mí en cuarto medio recién, cuando ya iba a salir de cuarto medio mi profesora de matemáticas me dijo "pucha me da miedo lo que va a pasar contigo ahora que vas a salir al mundo", entonces eso es complicado." -Julia, 45 años.*

*"no encontraba ningún centro integral con varios especialistas, no encontré nada en la zona donde yo vivo, empecé desde la zona donde vivo que sabía que no iba a encontrar y empecé a ampliar y ampliar hasta que encontré a PANACEA pero no me satisfacía al costo de la evaluación" -Rubí, 36 años.*

*"yo he estado buscando un psiquiatra o un neurólogo que vea autismo pero todos son infantiles, he llamado por ejemplo a la clínica Dávila, a la integra médica y me dicen "pucha... tendrían que elegir un neurólogo o un psicólogo así al azar y ver qué pasa". Entonces no hay solución, ¿Por qué? Porque la psiquiatra que ve autismo es psiquiatra infantil, entonces igual dejan afuera a los adultos." -Claudia, 27 años.*

*"con el tema el diagnóstico, los primeros indicadores fueron cuando evaluaron a mi hijo mayor que tiene 12 años, a los 2 años y medio, le hicieron la primera pesquisa con derivación a neurólogo y después la evaluación multi. De ahí fue la entrevista con la psicóloga, para mí todos los indicadores eran normales, porque yo tenía las mismas características de mi hijo, por así decirlo, a diferencia de que no tenía alteraciones en la comunicación, la psicóloga me dijo -esto fue a los 27 años- y me dijo deberías evaluarte porque igual estás dentro de un margen (...) Ahí me hicieron los test, me hicieron otro test psiquiátrico y una entrevista profunda y se llegó a la conclusión que estaba dentro del espectro autista." -Victoria, 35 años.*

### **1.a) Factores económicos.**

*"me cobro como 200 lucas por las pruebas y me hizo el test de rorschach, me hizo como 4 test y que después que me los hizo me dijo "sabes qué ninguno de estos es para detectar autismo, pero yo creo que no eres autista porque eres mujer" -Carolina, 42 años.*

*"igual hay que invertir y si el asperger que tienen las mujeres tienen más comorbilidades como las mías o más fuertes, es más el gasto, porque yo me las pude arreglar gracias a Dios, yo me las pude arreglar, pero no todos han podido y tampoco van a poder, tengo un trabajo que me lo permite, claro ando con el cinturón súper apretado tampoco gano los millones, pero he podido salir adelante, he podido seguir con mi tratamiento, también he podido seguir con mi terapia, pero no todas van a poder, entonces muchos yo creo que quedan en el camino y no terminan su terapia porque no les da el bolsillo económicamente" -Catalina, 44 años.*

### **1.b) frente a la posibilidad de haber recibido el diagnóstico antes.**

*"hubiese sido distinto porque yo siempre me cuestionaba por qué a mí no me interesaba eso, por qué a mí no, por qué yo no puedo encajar, por qué no puedo ser amiga, por qué. Eran siempre tantas preguntas, y si hubiese entendido a lo mejor no hubiese vivido ese tiempo de tantos por qué." -Julia, 45 años.*

*"si hubiese sabido antes me hubiesen cerrado puertas que como persona normal no me hubiesen cerrado" -Patricia, 32 años.*

*"Nosotras como mujeres hemos sido super vulneradas, en la salud, en la educación, en todo sentido, en el trabajo, y como que somos bueno, siempre me dicen "como que tu atraes que se burlen de ti, que atraes que se aprovechen, que hagan sus cosas", eh, claro, no es que yo lo atrajera, si no que debido a mi diagnóstico yo no lograba entender, y estaban pasando otras cosas. Entonces si yo hubiese tenido las herramientas, que por ejemplo tiene mi hijo mayor y que tiene mi hijo menor, no me hubiese pasado." -Julia, 45 años.*

## **Análisis categoría “dificultades en el diagnóstico”.**

Gracias a esta categoría y a sus subdivisiones pudimos ver algo que ya habíamos podido vislumbrar en la primera parte de la investigación donde reunimos datos estadísticos de diversos estudios, que es difícil el diagnóstico en mujeres, y es que partimos el análisis con el hecho de que solo una de las participantes de la investigación tuvo su diagnóstico en la infancia (Claudia, 27 años), lo que ya es un punto de análisis de por sí. Sin embargo gracias a los discursos de las diversas participantes hemos podido ver que el solo entrar en el proceso de tener un diagnóstico es un hecho complicado, por la búsqueda de un profesional que tenga conocimientos sobre autismo en mujeres, y más difícil aún: en mujeres adultas; por la información que necesitan los profesionales, ya que como pudimos ver con el discurso de Cecilia (38 años) si sus padres no hubieran estado vivos para participar del proceso de diagnóstico con ella, existe la posibilidad que el diagnóstico no se hubiera podido llevar a cabo, o que en el mejor de los casos hubiera demorado mucho más de lo que de por sí había demorado. El proceso de diagnóstico de una mujer autista adulta puede llegar a durar varios meses y varias evaluaciones, entre pruebas y entrevistas, lo que conlleva un costo muy elevado que no cualquier persona puede costear, por lo que el factor económico es una de las cosas que más toma relevancia en el momento de entrar a un proceso de diagnóstico.

Es común que en mujeres autistas se llegue al diagnóstico a través de sus hijos varones, como mencionamos al principio de la investigación, el diagnóstico en varones es confiable desde los 18 meses de edad, por lo que no es raro que en muchas oportunidades una mujer autista sin diagnóstico tenga un hijo varón autista que sí es diagnosticado y que en base a ese diagnóstico se piensa en la posibilidad de que la madre también lo sea por el factor genético que conlleva, lo que se traduce en que estas mujeres fueron diagnosticadas por casualidad. ¿Qué hubiera pasado si es que nunca hubieran tenido hijos? ¿Qué hubiera pasado si es que en vez de un varón tenían una hija? Quizas nunca hubieran podido conocer su diagnóstico.

Ante la situación hipotética de la posibilidad de haber obtenido el diagnóstico en la infancia, es común que se expresen las ganas de que esto hubiera pasado, sobre todo por las dificultades que pudieron vivir dentro de su vida. Depresión, ansiedad, bullying, diversas situaciones en las que sintieron que fallaron en las relaciones interpersonales, muchos momentos en los que se sintieron fuera del mundo, raras, extrañas. Sienten que estas cosas podrían haberse evitado de cierta manera, o que podrían haberlas tomado desde otro punto de vista, podrían haber tenido herramientas que ahora tienen, hubieran entendido, se hubieran conocido. Por otro lado, también se presentan discursos de algunas participantes que piensan que el hecho de conocer su diagnóstico de forma

tardía fue algo beneficioso, pero esto está directamente relacionado con la época en la que ellas se encontraban viviendo su infancia y adolescencia, ya que el poco conocimiento del autismo en la época, alrededor de los años 80, podría haber causado que sufrieran más bullying, más aislamiento, que las hubieran patologizado más y que hubieran sufrido las consecuencias de la poca información y los estigmas sociales que rodeaban al autismo en esas épocas. En definitiva, teniendo la información adecuada, no solo como individuos sino también como sociedad, ellas podrían haber tenido la oportunidad de conocerse a ellas mismas y entender muchas situaciones que vivieron mucho antes de lo que lo pudieron hacer, y hubieran tenido, a su vez, muchas más herramientas a lo largo de su vida, tal vez incluso apoyo familiar y profesional, como lo podemos ver con frecuencia en el caso de los autistas hombres diagnosticados en la infancia. Sería importante que como lectores pudieran hacer una comparación de los discursos de esta categoría, junto con la categoría "identificación con su sí mismo", sobre todo en las diferencias entre sus sentires antes y después del diagnóstico, y también sobre la posibilidad de no haber sido diagnosticadas nunca.

La verdad es que la poca información que tenemos al respecto como sociedad, y el sistema de salud en el que nos encontramos no favorece que estas mujeres tengan un diagnóstico temprano, y por lo mismo, que no puedan conectar de manera adecuada con su sí mismo. ¿Estas mujeres sienten que pueden ser en este mundo? ¿mundo que las hace sentir diferentes, extrañas, enfermas? Este mundo niega la existencia de las mujeres autistas, ya que luego de enfrentarse al proceso largo y costoso, que no cualquier persona se puede permitir, se siguen enfrentando a profesionales de la salud que les dice que no es así, que no son autistas, se siguen enfrentando a la poca información y a los estigmas sociales que rodean al autismo, se siguen enfrentando a que su neurodiversidad sea tratada como trastorno, y se siguen enfrentando a las miradas extrañas y al tener que dar cátedra de lo que es el autismo en mujeres cuando se atreven a contárselo a alguien. Estas mujeres buscan por mucho tiempo, en ellas mismas, el poder ser en este mundo. Sin embargo, se muestra como una tarea muy difícil, ya que todo lo que debería entregarles espacio, protección y sostén no lo hace, por lo que se les sigue negando su poder ser en el mundo.

## **2. Uso de masking.**

*"Cuando no eras consciente de ella sí, porque antes yo lo usaba, pero no era consciente, entonces te puedes llegar a perder en eso, en el que yo sentía que antes no tenía una identidad, no tenía una personalidad, era como que la máscara era más yo que yo, ahora ya sé qué soy yo y qué es la máscara, ya puedo identificar" -Patricia, 32 años.*

*"uno se pierde en quien es, uno intenta como encajar tanto que finalmente uno deja de mirarse a uno mismo, entonces como ya, yo sé que me gusta, ya si ok, dibujar, leer y todo, pero ¿quién soy yo en verdad? ¿cómo actúo yo en verdad? Porque, o sea, todos somos de diferentes formas con quien esté delante nuestro, entonces como ya "cómo soy yo en verdad, si actuó contigo, con mi mamá, con un amigo sin intentar copiar a otro de forma inconsciente". -Aurora, 17 años.*

*"yo le digo a mi jefa "yo me levanto y yo me pongo mi disfraz de neurotípico antes de vestirme" y después me meto a la ducha, me arreglo y salgo a la calle y voy a trabajar. Y cuando llego en la noche y me voy a quedar dormida, ahí recién yo me saco el traje, porque yo sigo actuando en mi casa, porque tengo que estar atenta no contestar mal, no levantar la voz o si muy bajo o hablo muy fuerte estar atenta a lo que me dicen los demás si lo que quieren decirme es realmente así o no y un montón de cosas, entonces son muchas cosas las que yo tengo que estar todo el día con ese disfraz, entonces el único momento que yo tengo para mí es cuando me pongo los audífonos, me pongo a escuchar música y hasta el otro día." -Catalina, 44 años.*

*"ahí me di cuenta que todo el camuflaje que yo venía haciendo, hizo que yo me llevara bien con tantas personas, pero no me llevé bien conmigo misma... que yo no me conozca, porque yo me regulaba mis emociones de acuerdo al contexto, de acuerdo a la persona, de acuerdo a un montón de cosas. Y tuve que hacer el proceso de encontrarme, de buscarme, de encontrarme y después de aceptarme..." -Becca, 37 años.*

### **Análisis categoría "uso de masking".**

Uno de los objetivos de la presente investigación fue cómo el tener que fingir y el tener que encajar en un mundo que no entienden y que no las hace sentir cómodas puede provocar que estas mujeres pasen por periodos en los que no se sienten seguras de sí mismas, periodos de agotamiento y frustración por no tener la energía para cumplir con todo lo que la sociedad espera de ellas. Más adelante vemos que esto causa una reacción en la imagen que tienen de sí mismas. Pudimos ver con muchas de las participantes que esta herramienta (masking) les permitía encajar y pasar desapercibidas ante los ojos de los profesionales y padres, incluso entre sus pares. Pero llega un punto en el que el poder relacionarse no implica que se involucren realmente con sus compañeros o amigos, o como nos cuenta Sol (35 años), que lo hagan, pero "de una manera muy falsa", ¿cuál es la consecuencia de esto en la relación que tienen consigo mismas?

Podemos ver con el discurso de Catalina (44 años) que el enmascarar se siente como un trabajo constante y demandante, que dura todo el día, ¿a qué reacción de coping podríamos relacionar esta conducta?

Huida: Reacción de coping de la primera motivación. Podríamos considerar que se presenta huída, ya que al actuar en base a lo que los demás quieren que sea, huyo de lo que realmente soy, al mismo tiempo que huyo de pelear por lo que soy, por lo que es propiamente mío, huyo del enfrentar al otro en lo que quiere que yo sea.

Lucha: Primera motivación. Lucha interna, consigo mismas, ya que al no pertenecer al patrón de mujer neurotípica, se apagan y se aplastan a sí mismas al fondo de su mente, dejando espacio para ellas sólo en la privacidad de sus habitaciones, estando solas. Mientras que el resto del tiempo usan masking, a pesar del esfuerzo constante que significa, ya que el enfrentar a la sociedad y a lo que son, sin saber quienes son y qué es lo que es realmente propio, se muestra como una tarea irrealizable.

Resignación o agotamiento: Segunda motivación. Lo vemos presente en cada momento, en el que se resignan a lo que la sociedad espera de ellas, actuando acorde a eso, a pesar de ser un esfuerzo interminable. Y agotamiento al cumplir con estas expectativas, ya que nunca es una tarea fácil ser como no eres y verte obligada a fingir constantemente para los demás.

Tomar distancia: Tercera motivación. Es decir "me aparto, quédense sin mí", inconscientemente se dice "les entrego lo que tanto quieren que sea, y lo que realmente soy me lo guardo para mí misma".

Dar la razón: Tercera motivación. Ésta reacción es una maniobra en la que la víctima sabiendo que el agresor no tiene la razón, se la da igual con tal de defenderse. Y ¿qué es el masking, sino un mecanismo de protección ante la constante amenaza del ambiente hacia mí?, un mecanismo que protege su individualidad, su intimidad, lo que realmente son. Es necesario, ya que sólo así pueden vivir en este mundo. Sin saber su diagnóstico, es imposible que se aprendan a conocer a si mismas, y aprendan a deslindarse de este mecanismo de protección que si bien las protege de los intensos ataques del mundo hacia lo que son, las hace al mismo tiempo perderse a si mismas, e incluso atacarse a sí mismas por lo que son.

### **3. Identificación de su sí mismo.**

#### **3.a) antes del diagnóstico**

*"me diagnosticaron TEA hace poquito, llevo como dos meses con mi diagnostico... y nunca entendí cuando chica qué era lo que me pasaba... que por qué no encajaba... que por qué no me sentía cómoda... siempre fué como una constante batalla conmigo misma de que "es tu culpa el porqué no encajas", y en verdad nunca fué mi culpa, yo era así y yo veía las cosas de otra manera" -Ana, 18 años.*

*"pierdes calidad de vida y te vas enfermado, siempre estaba enferma, siempre estaba achacosa, tenía que estar al pie del cañón, pero estaba enferma, no disfrutaba nada, bueno ahora tampoco pero sé que no me molesta no disfrutar ciertas cosas, antes decía pucha ¿por qué no me gusta esto?, ¿por qué a las personas les gusta esto y a mí no me gusta?, ¿seré rara? y ahí entra lo esquizofrénica, siempre pensé que era esquizofrénica, porque eran dos personas a la vez, claro, era mi verdadero yo que trataba de salir constante y más la persona que formaba para la sociedad y eso igual es complicado, te puede llegar a matar" -Victoria, 35 años.*

*"Antes era caótica, era desesperada, era de incompreensión interna y externa. O sea, era todo un montón de cosas que no entendía, pero que trataba de manejar y de dar vuelta y no entender" -Becca, 37 años.*

#### **3.b) después del diagnóstico**

*"Mucho mejor, hay un entendimiento mucho más grande conmigo misma, como que recobraron sentido muchas cosas, ahora como que me siento más libre de hablar, de decir lo que me gusta, de hacer lo que me gusta". -Camila, 30 años*

*"Pues si ha sido bien difícil, es que fue mucho tiempo, o sea ese tiempo en el que yo estaba... "dije ya ok, si lo tengo, vamos a buscar el diagnóstico", pero en ese tiempo en el que yo supe... esos dos años si fueron muy duros, muy duros, porque sí fue como regresar, que pasó atrás, "ah... ahora entiendo porque tales personas me dejaron de hablar", o "aquí yo la regué", o porque pasó eso en los trabajos... y poder como visibilizar eso fue muy fuerte, muy difícil, y después darme cuenta que todavía seguía como cumpliendo ciertas expectativas que no eran lo que yo quería, porque en ese momento yo estaba en una maestría de administración y en el trabajo que te dije... entonces fue un no, no, o sea, como que todo se juntó". -Cecilia, 38 años.*

"en algún punto eso de sentirme rara en mi propia cabeza, y bueno el diagnóstico me hizo entender porqué esa cosa rara estaba ahí. Me hizo sentir un poco enojada, me hizo sentir un poco triste, me hizo preguntarme "¿porqué yo? ¿Por qué yo tenía que ser así? ¿Por qué no podía ser alguien más normal o que encajara bien? ¿Por qué me había tocado, no?". -Francisca, 33 años.

"Creo que, a partir del diagnóstico revelador, que era lo que necesitaba para crear cultivo de mi identidad y empezar a vivir mi vida. Antes de eso yo no vivía, era sobrevivir, ahora ya la vives y a veces piensas: "28 años desperdiciados..." y no son desperdiciados. Antes de todo esto le decía a mi mama que es vida de otra persona, pero de todo vas aprendiendo" -Patricia, 32 años.

"vi por primera vez en mi vida, en mis 36 años y quizás desde que vengo desde los 14 años buscando terapia para estar bien, en estos meses y en plena cuarentena en un mundo caótico es como que "mira esto, era esto lo que necesitaba, saber mi diagnóstico" -Rubí, 36 años.

### **3.c) ante la posibilidad de no haber obtenido nunca el diagnóstico**

"si yo hubiera seguido como estaba, yo creo que ahorita tendría... para empezar tendría una relación amorosa mala, porque también eso es algo que cambié en ese entonces, tendría muchos problemas, mucha inestabilidad en lo laboral y lo escolar. Hubiera tenido muchos problemas también con la familia, porque el seguir siendo tan cerrada, y el seguir estando tan aislada, sola conmigo y enojada conmigo misma, porque el no entenderme me llevaba a enojarme y el enojarme me llevaba a no entenderme, entonces era como un círculo vicioso, entonces seguiría estando ahí, a veces todavía me tropiezo y vuelvo, pero ya sé cómo salir; sin tener esa salida yo creo que estaría muy muy mal comparada con lo que soy ahora." -Francisca, 33 años.

"¿sí no me hubieran dicho? guau... no se... guau... no se no quiero pensar en eso... (comienza a llorar)... sería horrible... (...) (Sigue llorando)... yo siento que... (le cuesta mucho hablar)... no sé... que me da mucha culpa porque... sinceramente hay... cuando pienso en ese tiempo hay momentos en el que sí... como que... (...) siento que si hubiese pasado más tiempo, no sé, sinceramente siento que no estaría acá o no sé, es muy duro." -Patricia, 32 años.

### **3.d) dificultades**

*"Yo te comento como me pasa a mi por ejemplo, yo tengo que ir a hacer un trámite como pagar una cuenta. El hecho de salir a pagar una cuenta, que para ti puede ser fácil, yo tengo que hablar con el de la caja, tengo que hablar con el del kiosko, tengo que hablar con el de la puerta, tengo que hablar con el de la fila y para todo eso yo tengo hiperfocalizar la conversación, entenderlo, decodificarlo, esperar, etc. (...) Puedo resolverlo, lo hago. Pero cuando llego a mi casa estoy 4 horas encerrada en mi pieza a oscuras porque me colapsa tanto la cabeza que siento un colapso, un desgaste mental muy grande, lo que confunden lo psiquiatras con la depresión. Pero no es depresión, es tantos impulsos sensoriales, tanto que tienes que enmascarar escuchando, decodificando, observando, percibiendo, tratando de entender y comportarte bien. Anticiparte, porque nosotros para hacer algo nos tenemos que anticipar y cuando vuelves a casa parece que hiciste 4 km corriendo descalzo, es un cansancio impresionante." -Maria, 34 años.*

*"por lo menos acá en Chile no puedes decir las cosas como son, no puedes ser una persona directa siempre tienes que andar diciéndolo suavemente, muy indirecto, no puedes ser tú, siempre hay que fingir ser una persona en el trabajo, entonces yo creo que ese tema igual es complicado para la persona que es autista, porque hay días que no tengo ganas de estar sonriendo ni nada eso, pero lo tengo que hacer porque trabajo en una tienda donde trabajan personas y clientes, entonces uno no puede ser siempre como uno quiere" -Claudia, 27 años.*

#### **Análisis categoría "identificación con su sí mismo".**

Gracias a esta categoría pudimos descubrir algunas cosas, pudimos develar el cómo se sentían estas mujeres y la importancia que tuvo el tener un diagnóstico para ellas. Hay que mencionar que el 100% de las mujeres participantes de esta investigación vio una diferencia entre el cómo se sentían y se veían a sí mismas antes y después del diagnóstico, y no solo eso: sino que esta diferencia iba siempre para mejor.

Antes se sentían solas, raras, tontas e incluso feas, el hecho de no poder conocerse y de sentirse tan apartadas del mundo provocó en ellas un rechazo y un odio tremendo hacia sí mismas, y también provocó la constante duda de ¿Por qué soy así? ¿Por qué no soy "normal"?

Este proceso de autoconocimiento no es en todos sus momentos algo fácil de llevar, aunque sí es algo que provoca una sensación de liberación de principio a fin.

Gracias al análisis de estos discursos hemos podido vislumbrar la utilización de reacciones de coping. Podríamos asimilar esta etapa de "duelo" del recibimiento del diagnóstico al *fastidio*, mecanismo de protección en la línea del autocastigo, un sentimiento para uno mismo por no haber entendido antes eso que me hirió en su momento y quizás por mucho tiempo. Muchas de las participantes admitieron que este no fue un proceso para nada fácil, y de pasar a no entender por qué eran tan diferentes, pasaron a entenderlo y encajar las piezas, pero no siempre aceptarlo desde el comienzo, por lo que la pregunta se convirtió en ¿Por qué me tenía que tocar a mí? ¿Por qué no puedo ser como todos los demás? Sumado al acto de la conexión de hechos y razones; las participantes no entendían el porqué de muchas situaciones que vivieron y también el porqué de cómo son, y describen este proceso de autoconocimiento como un momento en el que todas las piezas encajan, como si fueran un puzzle, lo que significa que muchas veces comienzan a conectar situaciones terribles que vivieron en algún momento (violencia de género, bullying escolar, problemáticas en el área social, laboral, etc) con el hecho de ser autistas, el volver y ver todo esto y comenzar a sus 20, 30 o 40 años a ver lo que realmente había pasado, además de ver que sus vidas se fueron limitando e influyendo por lo que querían los demás, el darse cuenta de que siguen cumpliendo o tratando de cumplir expectativas de otras personas se describe como una situación "muy dura".

Hay otra reacción de coping que podemos ver presente en los discursos de las participantes, el aislamiento y la disociación. Las mujeres de esta investigación comentan la sensación de que hay dos partes de su personalidad, dos partes que están en constante batalla, la parte que se esfuerza por ser neurotípica, haciendo masking diariamente con tal de encajar socialmente y funcionar en este mundo, y la parte que no entiende cómo funciona el mundo ni la gente, que no entiende códigos sociales, que no le hacen sentido ciertas cosas de la sociedad. Esta sensación de ser dos personas es tan fuerte, que en algunos casos llega a los extremos del pensar fuertemente en la posibilidad de tener esquizofrenia como nos comentaba Victoria (35 años) "siempre pensé que era esquizofrénica, porque eran dos personas a la vez, claro, era mi verdadero yo que trataba de salir constante y más la persona que formaba para la sociedad". Y aquí es donde podemos ver fuertemente el cansancio mental que significa para estas mujeres funcionar en este mundo, y lo agotadas que llegan a sus casas luego de un largo día siendo neurotípicas, esto fácilmente puede conducir hacia una disociación, ya que pueden no sentirse parte de esos momentos, como nos comentaba Patricia (32 años) "le decía a mi mamá que es vida de otra persona, pero de todo vas aprendiendo", o hacia un aislamiento, algo así como "ya que siento que no pertenezco, y tengo que fingir para pertenecer, lo hago solo cuando es necesario y el resto del tiempo quédense sin mí", un tomar distancia desde el análisis existencial.

Frente a la posibilidad hipotética en la que se ven en la situación de nunca haber recibido el diagnóstico sólo se recibió esta respuesta y similares: estaría muy mal. Las participantes, como respuesta general responden que su vida hubiera continuado siendo muy difícil, que no habrían podido conocerse ni contactar consigo mismas, que no hubiera existido la posibilidad de reconciliarse con su sí mismo, que aún seguirían estando encasilladas y cumpliendo con las expectativas de otros, algunas incluso dicen que estarían aún sumidas en una relación muy tóxica, en una depresión o con una ansiedad inmanejable. Una de las participantes (Patricia, 32 años) incluso mencionó que ella creía que, de no haber obtenido el diagnóstico a tiempo, hoy estaría muerta. Dentro de la introducción de la investigación vimos que las comorbilidades que se ven comúnmente en las mujeres autistas, y más adelante vemos que las participantes de esta investigación confirman, son la depresión, ansiedad generalizada, ansiedad o fobia social, los trastornos alimentarios, los trastornos del sueño, la despersonalización, la desrealización y la ideación suicida. Gracias a la presente categoría pudimos ver que el hecho de ser diagnosticadas forma una parte importante de la vida de las participantes y abre muchas puertas hacia su propio entendimiento y el de los demás. Pueden verse por primera vez a sí mismas, no como bichos raros sino como personas diferentes a lo que el mundo espera de ellas, pueden formarse una opinión de sí mismas que no tiene que ver con el desprecio ni la culpa. Sin embargo, si bien el diagnóstico se muestra como la mejor noticia que han recibido, también le da una respuesta afirmativa a lo que se estuvieron preguntando por tanto tiempo, de que "sí, son diferentes". Lo cual también las enfrenta a posibles situaciones en las que tengan que lidiar con discriminación y estigmas sociales. Esto lo interpretamos, desde el análisis existencial, en que siguen sin poder ser, ya que muchas se muestran con miedo ante la situación de contar quienes son por los supuestos y estigmas alrededor del autismo, pueden sentir rabia o simplemente cansancio de que cada vez que nombren el tema tendrán que dar cátedra de lo que significa ser autista, explicar sensaciones y negar supuestos. Aquí vemos la reacción de coping de ira, ya que en muchas ocasiones prefieren no decir su diagnóstico, ponen un límite entre ellas y el otro que las invade.

Como vemos en el último punto, existen diversas dificultades que se presentan con el hecho de ser autistas, dificultades que las participantes dan cuenta de que pueden mitigar una vez que las conocen y obtienen las herramientas para el manejo de estas. Como hemos visto, estas mujeres no imaginan un futuro bueno ante la posibilidad de no haber sido diagnosticadas, esto a pesar de que el hecho de saberlo y encajar todas las piezas sueltas de su cabeza no siempre es un proceso fácil. Esto nos lleva a preguntarnos ¿Qué pasa con las mujeres que están dispersas por el mundo que aún no han recibido un diagnóstico? ¿Las cuales reciben diagnósticos erróneos o en base a las comorbilidades? ¿Esas mujeres que están sumidas en una depresión, en una ansiedad

generalizada, en un pensamiento suicida? El discurso de Patricia (32 años) nos lleva a pensar ¿Cuántas mujeres habrán muerto sin saber que eran autistas y que esa era la razón de que no se sintieran parte del mundo?

#### **4. Diferencias de género (características vs hombres)**

“socialmente quieres ser agradable a los demás, porque sabes que no lo vas hacer si te portas tal cual, la gente te va a rechazar, entonces a lo mejor las mujeres tenemos más pendiente agradar que los hombres, en el sentido de autismo, porque ellos no... la diferencia de ellos es que no te hablan y no te hablan, y ahí se quedan, y la mujer quiere agradar a los demás para no sentirse rechazada, quiere encajar, entonces encajas pero de una manera muy falsa la verdad.” -Sol, 35 años.

“esa es la gran diferencia, lo social, porque podemos tener mentes muy cerradas, la inflexibilidad, los estereotipos, las rutinas similares, pero el hombre a lo que yo he conocido, el hombre no puede fingir, no puede fingir estar bien en una situación que no le agrada” -Sol, 35 años.

“Mi hija hace talleres de habilidades sociales, como es adolescente la quiero ayudar a que se comprenda a ella misma y hace esto con chicos de su edad 14-15 años y ella misma se da cuenta de que son más tontos, ingenuos, monótonos, cerrados, y se les nota mucho el autismo, es como que tienen menos capacidades compensatorias que las mujeres.” -Maria, 34 años.

“y si no quieres que alguien te toque dilo, o sea, tener el mismo derecho si no quiero mirar a alguien a los ojos ¿por qué lo tengo que mirar? porque al hombre si se les permite ¿por qué las mujeres no? entonces a nosotras como que desde chicas nos ponen como muchas reglas sociales que a los hombres se les permite, entonces ellos tienen más libertad de mostrarse y nosotras no” -Catalina, 44 años.

#### **Análisis categoría “diferencias de género”.**

Esta categoría nace con el fin de poder detectar algunas diferencias de género que las participantes hayan podido notar en base a sus experiencias con hombres autistas, ya sea porque han conocido a algunos, porque tienen hijos varones que son

autistas, por la profesión que pueden ejercer (como psicólogas o educadoras de párvulo), o incluso en base a los textos o información que hayan podido leer. De esta categoría y en base a los discursos de las mujeres participantes de esta investigación podemos destacar un punto que es el que más se repite, la interacción social, las participantes no saben por qué, si será por falta de interés, por falta de habilidades, pero saben que esa es una característica muy notoria que por lo general marca la diferencia entre ellos.

También pudimos rescatar del discurso de madres con hijos varones, que las diferencias en la infancia no son tan notorias, sino que se van ampliando con el paso del tiempo, sobre todo en la época escolar, lo que hace sentido con el momento en el que se hace muy importante el hecho de la interacción entre pares.

Entonces, ¿Cuál es la será la verdadera diferencia entre hombres y mujeres pertenecientes al espectro?

Como hemos mencionado a lo largo de esta investigación, son infinitamente relevantes las diferencias existentes de los roles de género dentro del autismo, a las mujeres se les exige tener más habilidades sociales y emocionales desde pequeñas, lo cual hace que a cierta edad deban rendir diferente que los varones, y se expresen de manera "adecuada" a su rol social. Es aquí donde entra en juego el masking, esta herramienta que les permite a las mujeres autistas pasar desapercibidas, pero que al mismo tiempo las drena de energía y las hace perderse a ellas mismas, este "rendir para tapar" lo podríamos asociar al *activismo*, reacción de coping de la segunda motivación, se trata del buscar sentirse bien, de cubrir el no gusto con la actividad. Al enfrentarnos a esta motivación, se hace relevante la pregunta que se hace en ella: "yo vivo, pero ¿me gusta vivir?" Y nos preguntamos, ¿les gustará vivir en esta sociedad que las hace tener que presionarse para tapar sus particularidades, solo por ser mujeres?

## **Emergentes.**

### **1. Importancia del apoyo familiar.**

*"yo sé que yo soy la que apoya a mi hijo... y que gracias a que yo lo tengo, pues lo comprendo, lo entiendo, y nunca lo he sometido a algo donde yo no lo vea bien, o sea yo sé que otros papás los dejan en las terapias ahí llorando... y que a fuerzas los quieren*

*cambiar, o que hagan ciertas cosas, y yo no, yo donde no veo a mi hijo bien, no. O sea, mi hijo tiene que estar bien para poder avanzar, entonces digo bueno o sea finalmente eso lo ha ayudado mucho a él, o sea, tenga o no tenga diagnóstico siempre supe cómo tratar a mi hijo, o sea de hecho cuando me dieron el diagnóstico, la psicóloga me dijo "tú ya lo tratabas como se debe de tratar, tu siempre trataste de ayudarlo a que no tenga crisis sensoriales..." pero yo no... no sabía que eran crisis sensoriales, o sea, simplemente decía "pues le molesta esto, vamos a quitarlo". -Cecilia, 38 años.*

"ellos saben que no me pueden hablar todos al mismo tiempo, porque me bloqueo, entonces aquí en mi casa yo me siento en mi área de confort, me siento segura porque todos me entienden, todos me comprenden" -Camila, 30 años

"por suerte, como que agradezco al mundo tener la familia que tengo porque es como super apoyadora en todo esto hasta ahora como que siempre caminan al lado mío, si me caigo me esperan a que me pare o me ayudan a pararme como que no me dejan sola, siempre están allí atrás como dándome ánimos." -Aurora, 17 años.

"viví toda una vida bastante estructurada, uhm... básicamente anclada a la regulación que me hacía mi mamá, yo creo que ella también lo tenía por sus características, ella fue mi traductora social y ya, fue mi soporte (...) ella nunca descanso para ayudarme y yo creo que lo logró porque básicamente tengo una vida medianamente normal." -Becca, 37 años.

### **Análisis categoría "apoyo familiar".**

Si hablamos sobre apoyo familiar, podemos llegar al acuerdo de que es algo tremendamente importante en el recibimiento del diagnóstico, pero no solo en ese momento, sino también en el antes. Hemos visto con las participantes que el no tener apoyo familiar y que estés constantemente juzgada por ellos, además del resto de la gente, provoca que tu visión de ti misma empeore. Y por el contrario si es que estás apoyada y sientes que tienes una zona de confort todo se hace mucho más agradable y el camino al entendimiento de ti misma se vuelve más fácil.

Pudimos ver que habían diferencias significativas entre las mujeres que tuvieron un buen sostén en su infancia y a lo largo de sus vidas, con las que no lo obtuvieron. Evidenciando personalidades y facilidades en su vida adulta, lo cual significó un gran apoyo, una gran ventaja.

A las mujeres autistas se les dificulta mucho más el *poder ser* que a una persona neurotípica, pero hemos podido ver con los discursos de las participantes, que muchas

cuentan con personas significativas que las ayudan a entender el mundo, que cumplen el rol de "traductores sociales", estas personas les entregan espacio y protección, condiciones básicas para el poder ser en el mundo.

Por otro lado, respecto a los puntos más importantes a destacar, pudimos ver que las mamás autistas, al ver a sus hijos en diversas situaciones que ellas pueden identificar en sí mismas (por ejemplo, en la hipersensibilidad sensorial, ya sea con comidas, ropas, zapatos, etc) aún sin saber cómo se llama eso ni lo que es realmente, tienen una manera de apoyar a su hijo desde el entendimiento mutuo, a pesar de no tener diagnóstico. Esto crea las condiciones perfectas para que esos hijos puedan ser, y hace que estas madres sean madres comprensivas y hagan de sostén a sus hijos, como les hubiera gustado a ellas tener.

## **2. Violencia en la pareja.**

*"Muy abusiva, era una relación... siempre tuve muchos problemas de autoestima por lo mismo, porque no encajaba, entonces deje que esta persona se aprovechara de eso, él me controlaba mucho, era muy manipulador en ese aspecto, siempre se aprovechaba de que me sentía así, siempre me decía que nadie me iba a querer, porque yo era muy rara porque él era el único que me quería y era el único que estaba ahí para mi, y que si yo lo dejaba yo iba a volver a ser como esa bolsa de basura tirada que él recogió en la calle alguna vez" -Francisca, 33 años.*

*"sufrí abuso y tuve también a mi hijo, entonces esto fue muy complicado y después cuando yo tuve... tuve que decir todo, tuve que hacer la denuncia me decían: "¿cómo no dijiste nada?, ¿cómo no entendiste que si te decían eso no tienes que ir para allá?, que no tienes que hacer eso", pero yo no entendía bien a qué se refería la gente, entonces yo como tonta y muy inocente, sufrí este abuso, de parte de mi tío y tuve a mi hijo; eso fue lo más complicado porque además tuve que seguir estudiando y también tuve que ir a trabajar, pero pienso que sin ese proceso que fue tan complicado, yo nunca me hubiera podido adaptar a la sociedad." -Barbara, 26 años.*

*"yo mi primera relación viví violencia intrafamiliar severa, psicológica, física y sexual" -Victoria, 35 años.*

### **Análisis categoría "violencia en la pareja".**

Esta categoría se incluye al análisis de las entrevistas y al conjunto de la investigación como un punto muy importante a tratar, debido a la gravedad del asunto y debido también a que con todas las mujeres con las que se llegó a tocar el tema de las relaciones amorosas, todas habían sufrido algún tipo de abuso desde sus parejas amorosas y sexuales. Además, la gran mayoría mencionó la importancia del diagnóstico en cuanto a este tema, ya que el conocer esto y el comenzar el proceso de autoconocimiento que lo acompaña derivó en que estas mujeres dejaran a estos hombres abusivos y que en este momento estén con una pareja que no las maltrata. Este no es un punto que se vaya a desarrollar ampliamente en la presente investigación, debido a que es un tema de mucha profundidad que merece una investigación completa en base a él, sin embargo, se deja presente como un tema que surge desde el discurso de estas mujeres, como algo que debería ser estudiado en otro momento o por otros profesionales. Se deja presente la gravedad de que muchas de estas mujeres no creen que hubieran podido terminar con estas relaciones de no haber sido por el diagnóstico que recibieron.

Esta situación nos lleva a tomar la responsabilidad como sociedad de resguardar aún más a las mujeres pertenecientes al espectro, a generar espacios de empoderamiento y de reconocimiento de situaciones de riesgo en la pareja.

### **3. Conductas características.**

*"para mí es súper complicado también, porque tengo que andar todos los días con los oídos tapados, porque todo ruido me molesta, entonces de repente me hablan y no escucho..." -Camila, 30 años*

*"no me gustan las telas sintéticas, la mayoría de la ropa que uso es de algodón o que sean telas suaves, detesto las telas sintéticas... Me dan... Me pican, además de qué me pongo nerviosa y empiezo a sudar y ahí ya al empezar a sudar me quiero bañar, me quiero cambiar de ropa. Yo me puedo bañar en verano cinco veces al día, y te digo que puede ser poco a veces. Yo tengo claro que mi toc está ahí en el tema de la higiene"*  
*-Juana, 40 años.*

*"Yo no he tenido problemas para dialogar con la gente, si puedo ser muy social y contradictoriamente dicen que el autismo no lo es, yo puedo ser muy social, pero una cosa es ser social y la otra es vincularse realmente con la gente, yo no me vinculo con la gente."* -Sol, 35 años.

*"No me gusta mucho que toquen mis cosas, me gusta ponerlas en un lugar y encontrarlas en ese mismo lugar donde yo las dejé. Me gusta comer mi comida en cierto orden, primero la sopa, luego el plato fuerte y luego si quiero una tortilla y hasta al final tomo agua. Pero todo el mundo come todo muy revuelto, entonces a veces es raro y no me gusta escucharlos comer porque hacen mucho ruido, entonces (risas) siempre estoy como muy alejada" -Francisca, 33 años.*

*"yo soy super plana, soy súper plana, excepto cuando estoy como con gente que me cae muy bien y allí las emociones como que se descontrolan completamente y yo este volumen de voz, no es mi volumen real, este es mi volumen modulado así como para la terapia y para la gente normal, mi volumen de voz es altísimo y luego cuando me emociono mi volumen de voz es más alto que no hablo, yo vocífero ¿cachai? Eso, por ejemplo, es un problema de lenguaje." -Lisa, 33 años.*

### **Análisis categoría "conductas características".**

Dentro de esta categoría se agrupan todos los discursos de la forma de ser y de desenvolverse de las participantes, en las que hemos podido notar que las más relevantes y repetitivas son:

Control: sobre sí mismas y sobre el ambiente. Hemos visto que muchas de las participantes muestran en su discurso que el control de las cosas a su alrededor es muy importante para ellas, eso refiere a cosas que tienen que mantenerse en un mismo lugar, o incluso sobre sí mismas a la hora de aplacar pensamientos, por ejemplo, cuando Francisca (33 años) nos comenta que el trabajar en equipo le provoca que sus pensamientos sean muy difíciles de aplacar, por la cantidad de estímulos que recibe del resto. Esto lo podríamos relacionar con la reacción de coping "lucha". Ya que al generarse el sentimiento de no poder ser, se lucha contra la sensación de pérdida de control.

Estructura: muy relacionado con el anterior, muchas participantes comentan la necesidad de que sus vidas y sus mentes mantengan cierta estructura, y que cualquier cambio en estas les provoca mucho estrés y frustración. Es algo así como que les sacaran la alfombra bajo sus pies, y esto se traduce en todo tipo de cosas, momentos y/o relaciones. Hemos podido ver que afecta en el trabajo, ya que por lo general nos cuentan que la vida y las relaciones laborales son muy difíciles para ellas, pero también las relaciones personales, empujándolas a mantener una relación con alguien, a pesar de

que ya no sientan nada por ese alguien, con tal de mantener los planes y las estructuras. Esto también las lleva a tener rutinas, por ejemplo, en el seguir un cierto orden para comer, para asearse o asear la casa, en el trabajo, etc.

Literalidad: muchas mujeres nos cuentan que son muy literales, y que eso les trae dificultades en muchas situaciones, pero no solo eso sino que esto también tiene relación con la honestidad: muchas de ellas nos contaban de que son muy honestas, tan honestas que en ciertos momentos les causa problemáticas a nivel relacional hacia otras pero también hacia sí mismas, ya que no entienden las razones que llevan a "la gente común" o neurotípica a mentir, o a ser sarcásticos, lo que muchas veces las pone en una situación de ingenuidad y al mismo tiempo en una situación vulnerable frente a otras.

Sensibilidad sensorial: esto lo hemos podido ver en todo orden de cosas: con la ropa, los zapatos o accesorios, con la comida y bebidas, con los ruidos tanto muy fuertes, o al contrario muy bajos y constantes (por ejemplo el escuchar masticar o la respiración de otras personas), sin embargo no todo sonido fuerte o suave es irritante o estresante para ellas, por ejemplo, la música de su gusto suele ser muy bien recibida, a pesar de estar en un volumen muy alto, por lo que la selección de ruidos o sonidos no sigue una regla general para todas. La sobre exposición a un estímulo sensorial estresante puede llevar a una crisis sensorial que puede ser vista como una crisis de ansiedad sin motivo aparente, ya que muchas veces el estímulo que las lleva a ese punto es difícil de identificar por las mujeres autistas sin tener un diagnóstico.

Reglas sociales: Hemos podido ver que las participantes tienen ciertas dificultades para entender reglas o protocolos de interacción social, lo que las puede llevar a una situación desagradable, por lo que suelen aprender ciertos patrones que usan como regla general para poder relacionarse de una manera más natural: un ejemplo claro es el hecho del saludo cotidiano: "Hola, ¿Cómo estás?", la respuesta común de esta pregunta es "bien, ¿y tú?", pero Francisca (33 años) nos cuenta de que es algo que no podía entender, pero que ahora entiende que la respuesta a esa pregunta es la misma siempre "bien ¿y tú?" a pesar de que eso no sea verdad y que otra respuesta esté dando vuelta en su cabeza. Esto ocurre también con las mentiras, como mencionamos anteriormente, con los gestos faciales y lenguaje no verbal y también con los tonos de voz utilizados. Lo que hace ver todo lo relacionado con las relaciones sociales como un entrenamiento.

Todo lo anteriormente mencionado, como actitudes características de estas mujeres, podemos ver que se relacionan de manera directa con la tercera motivación, ya que a ellas no se les permite, y por lo tanto ellas aprenden a no permitirse, ser ellas mismas. Muchas actitudes o formas que la sociedad tiene para relacionarse a ellas no les

hace sentido y les es sumamente dificultoso el tomar en serio su propia individualidad sin un diagnóstico, ya que no se pueden conocer a sí mismas aún. Cuando se genera el descubrimiento de su propio ser que viene acompañado del conocimiento de su diagnóstico, es donde se pueden dar cuenta de que muchas de sus conductas son adaptativas, es donde pueden comenzar a ver el masking que han venido haciendo toda su vida y entender lo que esto es y lo que significa. Al hacer masking en el día a día sufren de desgaste emocional, por el hecho de tener que complacer a los demás para poder defender su propio ser, podríamos asimilar esto al *dar la razón*, dicen algo pero piensan otra cosa, hacen algo pero realmente quieren hacer otra, son mecanismos de defensa destinados a proteger su individualidad, sé que el otro no tiene la razón, pero se la doy igual con tal de defenderme. Esto nos demuestra de cierta manera que para ellas no es lícito ser como son en este mundo neurotípico, y lo recuerdan todos los días, en cada interacción. El masking puede hacer que lleguen a perderse por mucho tiempo, y solo sabiendo su diagnóstico les es posible separarse de esto y poder empezar a verse a ellas mismas.

#### **4. Desconocimiento.**

*"por ejemplo una tía abuela a mi me dice "¿y cómo va la enfermedad del Víctor?". Ella tiene casi 80 años, creo que tiene más de 80, entonces por más que yo le explique a ella que no es una enfermedad, ella lo ve así." -Juana, 40 años.*

*"Realmente seamos sinceros, si yo hubiera tenido las herramientas o el conocimiento o los contactos que tengo ahora, hubiera sido mucho más sencillo detectarme a mí, pero no hay mucha investigación, siempre dicen que son más los niños que las niñas, entonces siempre buscan más autistas niños y nadie voltea a ver a las niñas aunque seamos tan evidentes como lo somos, porque siendo muy honesta yo soy muy evidente"*  
*-Francisca, 33 años.*

*"Entonces eso es lo que me tiene también acá como luchando por que exista una detección temprana, que hayan diagnósticos tempranos, que existan terapias para todos los chicos, que existan terapias para, y que se haga visible, que se conozca y que no sea una cosa que oh!, que es lo que me pasó a mi, cuando a mi hijo mayor lo diagnosticaron a él, cuando me dijeron que tu hijo tiene asperger fue como "ok", y me mandaron a la neuróloga, dije "acá la neuróloga me va a dar un tableta y a mi hijo se le va a quitar todo", o sea así de ignorante." -Julia, 45 años.*

*"yo llevé una vez a mi hijo al pediatra y caminaba en puntitas ellos dijeron: "mmmm... el camina en puntitas" y les pareció extraño (...) a diferencia cuando lleve a la niña que tuvimos que criar un tiempo que también era autista, también dijeron que era importante el tema de que caminara en puntitas, cuando yo caminaba en puntitas de chica, me dijeron que quería ser bailarina de ballet." -Barbara, 26 años.*

*"fui a un neurólogo porque todos me decían que era de un neurólogo y él me dijo "señora yo no tengo idea de autismo, pero la voy a mandar a un neuropsicólogo". El neuropsicólogo no fue tan sincero, fue bastante deshonesto me dijo "si, te vamos a hacer pruebas" y me citó, me cobro como 200 lucas por las pruebas y me hizo el test de rorschach, me hizo como 4 test y que después que me los hizo me dijo "sabes qué ninguno de estos es para detectar autismo, pero yo creo que no eres autista porque eres mujer" -Carolina, 42 años.*

*"autismo en mujeres es muy poco lo que se sabe, de hecho, mi psiquiatra dice que yo soy la primera adulta que él trata, imagínate po, terriblemente atrasado y el tipo es seco" -Alison, 36 años.*

#### **4.a) Estigmas sociales.**

*"Se conocía como el cliché del autismo: El típico niño que no habla, que no mira, que no levanta la cabeza." -Camila, 30 años*

***"¿Qué es lo que te complica?** El saber que no lo puedo decir, porque como hay mucha ignorancia sobre el tema... si yo digo "soy autista" yo sé que la gente a mi alrededor va a decir "esta está loca" o "hay que tratarla raro" o la gente simplemente se empieza apartar de ti o empieza a tomar actitudes pues un poco a la defensiva o te rechaza... y siento yo que es más complicado manejarlo cuando hay mucha ignorancia, eso me ha costado." -Sol, 35 años.*

*"Es lo que yo les suelo decir a los padres cuando entrego el diagnóstico y veo esa cara de marrano muerto que ponen cuando le digo que tiene TEA. Yo le digo que no hay nada de malo, porque si bien es difícil, si se hacen bien las cosas, nadie se muere." -Becca, 37 años.*

## **Análisis categoría “desconocimiento”.**

Uno de los puntos que se consideran de mayor importancia en la presente investigación es la falta de conocimiento sobre el autismo en mujeres, y esto lo podemos ver en un sin fin de cosas, en el trato con las personas en el día a día, en el trato con la familia e incluso en el trato con profesionales. Las participantes de la investigación mencionan las dificultades a las que tuvieron que enfrentarse en el simple hecho de poder encontrar un profesional que tuviera algún conocimiento sobre autismo en mujeres, y más difícil aún, autismo en mujeres adultas. Esto provoca no solo que muchas mujeres sean diagnosticadas de pura casualidad o suerte, sino que en el momento de haber recibido por fin su diagnóstico, después de todas las dificultades, el esfuerzo mental y económico que significó, después de todo el tiempo invertido, se enfrenten a otros profesionales que les digan “no, tú no eres autista”.

El desconocimiento es muy grande y esto solo provoca que estas mujeres se sientan aún más raras y solas de lo que se sienten día a día. Sin mencionar el hecho de que millones de mujeres no sean diagnosticadas por la falta de formación en el tema. Estas mujeres crecen sabiendo que “hay algo malo en ellas”, que son extrañas, lo cual hace que el poder ser para ellas sea muy difícil, buscan respuestas en el mundo, en profesores, en profesionales de la salud y no llegan a encontrar las respuestas que necesitan por la falta de conocimiento sobre el tema, lo cual hace que sientan rechazo del mundo hacia su propio ser, sumado a que cuando por fin encuentran su diagnóstico, otros profesionales que no tienen formación sobre autismo en mujeres las invaliden. Podemos ver grandes dificultades en la primera y tercera motivación aquí, en el poder ser, y en el ser licito ser como son.

## **5. Comorbilidades.**

*“Mi hermana la más grande se olvida de comer, por eso ella ha pasado por anorexia, que en realidad no era anorexia porque ella solo se olvidaba comer.” -Maria, 34 años.*

*“yo ya había ido con otra psicóloga, y esa psicóloga ya me había dicho “no, por estrés, por esto, por eso y por esto, tiene ansiedad, tiene esto, tiene fatiga, dolor de cabeza, mareos, vértigo, dolores de estómago”, o sea una lista así... interminable. Me siento como en el capítulo de Los Simpsons, en el que mandan a diagnosticar al Mr. Burns y le dicen que tiene tantas enfermedades que no presenta ninguna porque se tapan. Tenía*

*tantos síntomas que estaban, así como en medio, como sentía todo al mismo tiempo, entonces no expresaba nada, porque ya era tanto... que ya" -Patricia, 32 años.*

*"las mujeres somos muy subdiagnosticadas, sobre todo nos dan diagnósticos de depresión, ansiedad, pánico, pánico social, trastornos alimenticios, bulimia, anorexia, porque también tenemos problemas con la hiperselectividad de la comida, etc. Básicamente nos medican con cualquier cosa y terminamos peor, porque en definitiva no es eso. Y cuando ya encuentras un profesional, cumpliste 30 años." -Maria, 34 años.*

*"ella con 52 años se enteró recién que es autista, así que imagínate, y toda esa medicación que le han dado... (...) mi hermana ha sido diagnosticada tantas veces con tantas cosas que le han dado mucho clonazepam. Y ella tiene 22 años tomando esa medicación, la han vuelto adicta. Entonces para ella poder tomar una medicación acorde a su condición tiene que hacer una desintoxicación, es muy grave, porque esto es mala praxis, y esto trae consecuencias a nivel neurológico. Y ella con 22 años tomando clonazepam, ya no puede hacer una vida normal. (...) Ella para cambiarle su medicación a una medicación específica para nuestra condición, tiene que hacer todo un proceso de desintoxicación, que le va a llevar por ejemplo, si tiene 22 años de adicción, le lleva casi lo mismo más o menos porque es muy difícil, es muy difícil. Así que le han arruinado la vida. Por tanto subdiagnóstico, le han arruinado la vida porque ella es dependiente de esa droga." -Maria, 34 años.*

*"Mira yo creo que el caso más horrible con el que me he topado fue con el de una chica -suspira- que llegó conmigo a los 23 años y ya venía arrastrando un historial de salud mental super bizarro, no hay otra forma de describirlo, bizarro, desde más o menos los 14 años, dentro todos los diagnósticos bizarros que traía porque son diagnósticos que no existen, el más llamativo era "pre-esquizofrenia", un psiquiatra le puso "pre-esquizofrenia" en su expediente.*

*Era super heavy, por ejemplo, ella tenía muchas dificultades sensoriales, como a través del procesamiento auditivo y mucha dificultad como para poder distinguir sonidos y en la noche era terrible porque ella escuchaba perros que ladraban, no se po, a 10 cuerdas de su casa y eso para los doctores era un claro síntoma de pre-psicosis.*

*Era super, super heavy y de hecho la enviaron a una evaluación completa por trastorno a la personalidad, cualquiera, cualquiera les servía: así como que probablemente no es un trastorno de la personalidad y la persona que la evaluó era colega mía y nos pusimos a conversar, y yo le dije: "oye están super perdidos, tu cachai que esa cuestión a todas luces es autismo, por donde lo mire", tiene ecolalia que más encima es inmediata, ni siquiera es diferida como para decir "uy que raro que repita cosas" ¿cachai?, sino que es*

*inmediata, tiene dificultad del lenguaje desde chica, tiene dificultad en el área social y además de eso tiene sensibilidad sensoriales, iio sea, hello!!, ella me dijo que nunca había escuchado esto del autismo.” -Lisa, 33 años.*

### **Análisis categoría “comorbilidades”.**

Cuando hablamos sobre autismo en mujeres no es raro que tengamos que hablar al mismo tiempo sobre comorbilidades, en su mayoría psicológicas. Como mencionamos anteriormente, las comorbilidades más comunes que afectan a mujeres autistas son la depresión, la ansiedad generalizada, la ansiedad o fobia social, los trastornos alimenticios, de ánimo y de sueño, al igual que la ideación suicida y la desrealización y despersonalización. Muchas mujeres, como hemos visto a lo largo de esta investigación, han sido mal diagnosticadas por mucho tiempo, o diagnosticadas simplemente con su comorbilidad. Esto provoca que los esfuerzos y los recursos de estas mujeres y de los profesionales se centren en estos diagnósticos, pero no en la causa principal de estos. Sin saber que lo que realmente causó esa depresión o esa ansiedad, ¿Cómo tratar adecuadamente a estas mujeres?

Podríamos ir desenredando los principales trastornos ligados al autismo para poder ir entendiendo mejor algunas razones de por qué se dan y cuales son sus posibles relaciones. En primer lugar tenemos los trastornos alimenticios, los cuales por lo general tienen su justificación en la hiperselectividad de la comida. La hiperselectividad en los alimentos se puede dar en forma de rechazo absoluto a probar nuevos alimentos, obsesión por comer siempre lo mismo, incluso siguiendo cierto orden, teniendo fijación o rechazando alimentos por ciertas texturas, sabores, olores, temperaturas, etc; todo esto, sin un diagnóstico previo puede llevar a un profesional a pensar en un posible trastorno alimenticio.

La depresión la podemos ver con mucha frecuencia en el autismo en femenino, y podríamos definirla según el análisis existencial como un déficit en la relación con la vida, posicionándose así en la segunda motivación. A simple vista podríamos asociar la depresión con el hecho del no conocerse a si mismas y el sentirse rechazadas por la sociedad constantemente, el sentir que son extrañas todo el tiempo y que no encajan en la sociedad como ven que todos lo hacen puede desencadenar sentimientos de tristeza, ira, pérdida, o frustración que interfieran con la vida diaria. La ansiedad podría venir de el hecho de sobrepensar tanto las situaciones a las que se ven o se podrían ver enfrentadas. Muchas de las participantes de esta investigación hablaron sobre el hecho de anteponerse a las situaciones y de planificar cada encuentro y de lo agotador que eso

puede ser. Podríamos asociar esta reacción a una respuesta adaptativa frente a los constantes estímulos en el ambiente cada vez que se ven enfrentadas a una interacción social. A causa de la hipersensibilidad sensorial, se podría desencadenar una crisis de ansiedad sin motivo aparente en un espacio conglomerado de personas, debido a la respuesta ante estímulos visuales, como las luces del supermercado y auditivos, por la música en adición a todas las voces, y por lo tanto niveles de sonidos provenientes de las personas asistentes al lugar.

La disociación, la despersonalización y la desrealización vienen de la misma raíz, del hecho de ser dos personas distintas en sus cabezas, la persona que moldean para la sociedad y la persona que realmente son y que es constantemente aplacada para poder encajar en los estándares sociales.

Las comorbilidades del autismo en mujeres son numerosas, y la mejor manera de ayudar a estas mujeres a poder entenderse y poder obtener el diagnóstico adecuado para su situación es información, es conocimiento, es dando a conocer a las demás personas lo que sabemos y seguir estudiando, para poder estar al día con los nuevos hallazgos e investigaciones científicas.

## **6. Impresiones del entorno. (en directa relación con la categoría "Identificación de su sí mismo)**

### **6.a) antes de su diagnóstico.**

*"ahí una compañera dijo "tú eras super rara en el colegio" y yo como que me reí y le dije "sí, eso tiene un motivo"."* -Alison, 36 años.

### **6.b) reacciones al conocer el diagnóstico.**

*"sobretudo mi ex pareja, él me dice "ah... Con razón te molestaban los ruidos y la gente y por eso no podíamos salir tranquilos, y te molestabas cuando estabas con mucha gente" y como que todo ya para ellos empezó a cobrar sentido."* -Camila, 30 años

*"Esa reacción es típica, yo cuando digo "soy autista" todos se sorprenden y quedan como callados y es como que sienten que me tienen que tratar diferente, me empiezan a observar, empiezan a indagar, dicen que no se me nota, que por qué hablo y bueno me*

*tengo que poner a dar cátedra diciendo que no todos los autistas somos iguales.” -Maria, 34 años.*

*“hay autistas que logran trabajar super bien, y salen esos “ay pero cómo si tu tienes un trabajo... te sabes vestir bien, hablas bien...” cachai? como que te cuestionan.” -Alison, 36 años.*

*“les conté que soy asperger y quedaron todos callados, así como que dije tengo sarna, no sé, tengo clamidia porque quedaron así como... y el silencio absoluto y dije “ya si no es tan grave”. (...) Pero quedaron para la embarrada, como que hubiera dicho algo terrible.” -Alison, 36 años.*

### **Análisis categoría “impresiones del entorno”.**

En esta categoría se agruparon diversos comentarios que las participantes recibieron sobre sí mismas, o sea, el cómo eran vistas desde afuera. Los comentarios que más se repitieron en los discursos de las participantes fueron que eran “raras”, “extrañas”, “excéntricas”, e incluso “ingenuas”. La razón de que esta categoría esté en relación directa con la categoría “identificación con su sí mismo” no es al azar. La identificación de su sí mismo también tiene que ver en una parte muy importante en el cómo las ven desde afuera, y el sentirse raras en el mundo en el que viven, como si no pertenecieran o como si no supieran cómo pertenecer, provoca que poco a poco la visión que tienen de sí mismas se vaya debilitando, provocando que en la adolescencia y adultez estas mujeres se vean a sí mismas con rechazo y odio, ya que no pueden entender por qué son tan diferentes. Es importante también que las mujeres, al tratar de encajar en este mundo que no entienden todo el tiempo, se pierdan a sí mismas; muchas veces están tan concentradas cumpliendo con las expectativas de otras personas que no saben qué es lo que realmente les gusta a ellas y cómo es que quieren vivir sus vidas. Es aquí donde el hecho de ser diagnosticadas, tal como decíamos anteriormente, cobra especial relevancia, ya que es el momento en el que comienzan a entender que muchas veces han vivido por y para otras personas, y no para ellas mismas. Es el momento en el que sueltan los comentarios de la gente y empiezan a recorrer un camino de autodescubrimiento y de autoaceptación, donde pueden sentirse libres por primera vez en mucho tiempo.

La sensación de sentirse libres y avaladas en las decisiones que toman con respecto a sus vidas podríamos ligarla a la segunda motivación fundamental, ellas están sintiendo, algunas por primera vez, el gustar de la vida. Gracias al diagnóstico empiezan

a disfrutar la vida, sienten que les gusta la vida, con audífonos, con cierta ropa, sin zapatos, se sienten avaladas y entendidas en todas las decisiones que toman, llegando al punto de comenzar a conocerse y de darle sentido a sus sentires. Desde la primera motivación podemos contemplar cómo surge la autoconfianza, ya que "son las experiencias positivas las que me dan confianza en mí mismo. Así la autoconfianza surge y se consolida en la medida en que puedo encontrar estructuras firmes en mí que se mantienen y en las que me puedo apoyar. Es la experiencia de mi propio poder. Cuando tengo la experiencia repetida de este poder hacer surge la seguridad en mí mismo" (Längle, A. 2000)

## **7. Infancia y adolescencia.**

*"los marginados eran mi círculo de amigos, los niños esos raros, los que hacen voces, los que nadie quiere porque caminan raro, porque están gorditos o qué sé yo, yo con ellos me juntaba porqué me sentía cómoda, era como que lo raro en mí, que tal vez no se podía ver, se combinaba con lo raro en ellos" -Francisca, 33 años.*

*"siempre he sido como muy rara, entonces no encajaba cuando las niñas querían jugar o cuando las niñas querían hablar o escuchar música, y yo me cansaba, si lo intenté pero me cansaba mucho, el tener que fingir que me gustaban las cosas que a ellas les gustaban" -Francisca, 33 años.*

*"El varón -bueno te lo digo porque estamos en privado-, es más tonto (risas), es más básico. Te juega a la pelota. Te juega a las bolitas, te juega con las cartas y ya está.*

*Las mujeres te miran la ropa, cuestionan tu comportamiento, si estás a la moda, etc. Entonces yo me empecé a enfocar en juegos más de varones, yo jugaba más a la pelota, a las bolitas, a las cartas. Era como un varoncito más porque yo me sentía más a gusto con ellos porque había menos prejuicios, las mujeres neurotípicas son muy prejuiciosas." -Maria, 34 años.*

*"Siempre estuve muy sola no tuve amigos, tenía una que otra amiga, yo era como muy atrasada, era como una niña pequeña, en general, jugaba como en paralelo con los otros niños y yo ahora que soy educadora lo veo así, los niños podían estar al lado mío y yo estaba haciendo otra cosa en paralelo a ellos, pero no interactuaba con ellos, pero cognitivamente era muy avanzada" -Carolina, 42 años.*

*"cuando era más pequeña, bueno ahí es cuando digamos no estaba como en un buen periodo de mi vida, me enfermaba cada 20 días, pasaba 20 días enferma, me recuperaba 10 y me volvía a enfermar y así pasé como un año más o menos en el colegio y claro fue porque en verdad la situación social, colegio, cualquier cosa, todo lo grande y lo pequeño me afectaba, como que no podía estar bien yo sola, ni con mis papás, ni con nadie."* -Aurora, 17 años.

*"desde niña tenía amigos imaginarios, jugaba sola, tenía mi propio mundo"* -Catalina, 44 años.

### **7.a) Bullying y aislamiento**

*"yo recién cuando salí del colegio empecé como a analizar ciertas actitudes, (...) Y claro, ahí me di cuenta de que efectivamente algunas bromas no eran tan bromas sino que eran comentarios super ofensivos"* -Camila, 30 años

*"sufrí mucho bullying, eh, se burlaban mucho de mí, y caí en las trampas que me ponían, caí en ser el chiste de, (...) se rió todo el curso, fue un chiste que duro mucho, como que siempre después tiraban como cosas así y yo no lograba entender"* -Julia, 45 años.

*"No, no entendía y me sentía pésimo po, me sentía súper mal y era como yo no les he hecho nada y me molestaban, me dejan sola, me daba mucha pena, hasta el día de hoy me da pena no tener amigos porque yo te puedo decir que a mis 18 años yo tengo 1 amiga y 0 conocidos, ha sido una vida bastante solitaria la verdad, de hecho me paso algo como super F, para mi cumpleaños número 17 invité como a 20 personas y no vino nadie, solo mi pololo de ese entonces."* -Ana, 18 años.

### **Análisis categoría "infancia y adolescencia".**

En esta categoría lo que se hace presente son las dificultades que las participantes vivieron cuando eran pequeñas, porque lamentablemente no vemos comentarios buenos acerca de su experiencia en el colegio, ni en el momento de autodescubrimiento que se da en la adolescencia. Uno de los temas más relevantes acerca de este punto es el hecho de haber sufrido bullying en su época escolar, y como sabemos y hemos mencionado en otras categorías, el contacto con las otras personas se hace muy importante para un niño que está en constante formación de su sí mismo. Por

lo que este puede ser un momento clave en lo que sentirá esa adulta con respecto a sí misma y hacia los demás.

Si lo vemos desde la primera motivación fundamental, el hecho de sufrir bullying y todo lo que soportan en la infancia en respuesta a sus particularidades es evidencia de que el mundo les dice que no pueden ser, esto lo experimentan desde muy pequeñas, y se dan cuenta de que no es una sensación momentánea, sino que perdura en el tiempo, lo que provoca que el ser se les presente como una tarea, la de mantenerse en el ser, recurriendo en su mayor medida al uso de masking, lo que desencadena que la relación consigo mismas sea de confusión interna, llegando a los extremos en los que el sentimiento de odio se apodera de la relación que tienen con sí mismas y con los demás.

### **8. Diferencias vs. personas neurotípicas.**

"Si porque los demás hacen sus cosas, y tienen problemas, y tienen estrés y todo, pero no se tienen que estar preguntando quienes son, porque siento esto, qué sigue, o cosas así. Lo que ya está para ellos así marcado, yo lo tengo que construir... no sé cómo puedo decirlo... creo que así... sí estoy sintiendo algo y me siento rara, "¿y qué sientes?", "no sé, me siento rara" y tengo que analizar que hice ayer y hoy, quizás estoy estresada y tengo que hacer algo, pinto, escucho música, no sé... es como que nosotros estamos en manual y los neurotípicos en automático, nosotros tenemos que estar mirando, adaptando, modificando todo el tiempo porque cambia, ellos están en automático y además se actualizan constantemente solitos. Nosotros somos la versión de celular que tienes que estar metiendo los comandos y además actualizando manualmente..."  
-Patricia, 32 años.

"hay una tendencia a normalizarnos, cosa que no es correcta y nosotros primero que nada por lo menos los autistas que tenemos funcionalidad en términos técnicos, no creemos ser normales, porque nuestra normalidad es esta, no existe una normalidad distinta. Es más, como el neurotípico nos ve a nosotros raros, nosotros a ustedes los vemos más raros aún. Porque la falta de frontalidad, la hipocresía, la mentira, el lenguaje siempre con doble sentido, las vueltas que tienen como entenderles los gestos o situaciones no muy directas, nosotros los vemos a ustedes, pensamos que ustedes son unos extraterrestres." -Maria, 34 años.

"¿por qué mienten? ¿No es más fácil decir la verdad?" -Elena, 24 años.

“las claves sociales no son inmediatamente aparentes po. Entonces la mayoría de la gente aprende a hacer ese tipo de contacto, no porque sea... “evolutivamente llegamos a esto y todos nos dimos cuenta de que era mejor”, no necesariamente, sino, que tiene que ver con que uno aprende porque lo ve en el otro, porque lo ven en otro, entonces las personas que están dentro del espectro no están viendo el otro, están viendo un montón de cosas separadas que no logran hacer como un todo (...) Entonces no necesariamente se están fijando, “ah, él habla en que va en sincronía con la mirada, en sincronía del cómo muevo mi cuerpo, que va en sincronía si es que te estoy mirando o si te estoy tocando”, sino que son cosas separadas.

Me pasa mucho con los niños más chicos que veo, tengo un adolescente que me encanta, que lo adoro, pero él cuando me habla como que de repente tiene sus chispazos en los que se acuerda que me tiene que mirar o se tiene que dar vuelta porque lo que los papás le dicen, entonces él le habla a la pared, le habla a la ventana, a los juguetes, se habla así mismo, se mira, se toca (...) Entonces eso pasa po, está completamente dessincronizado porque la forma natural no es la sincronía para la persona autista porque nunca lo han visto, realmente visto, observado profundamente. (...) para las personas autistas, no está el cerebro absorbiendo la información de esa manera, eso normalmente se absorben por pedazos, por detalles, no se unen todos y una vez que tienen todos todos los detalles, pero, así como hasta el más mínimo detalle, la gente dice: “ahhhh esto era a lo que quería llegar”, la mayoría de la gente parte desde aquí, esto es y se descompone en todo esto.

Entonces tú entiendes a dónde va todo, ¿cachai?, cómo formar el todo, pero la otra persona, autista, usualmente parte desde los detalles, entonces usualmente llegan hasta aquí, pero no tiene sentido, les falta toda esta parte de la pirámide, y dicen: “aaaah ya, voy a investigar”, y se pasan a otro tema y que queda ahí po.” -Lisa, 33 años.

### **Análisis categoría “diferencias vs. personas neurotípicas.**

Dentro de los hallazgos que pudimos detectar gracias a esta categoría es que para les autistas es imposible no hacer esta diferenciación, considerando que se pasan la vida comparándose constantemente con el neurotípico. Esto les afecta enormemente en el momento de la conformación del yo, debido a que se dan cuenta incesantemente que no entienden cómo funciona el mundo y las personas. Los códigos sociales son ajenos para ellas generando una desconexión constante con el mundo y consigo mismas, ya que al no saber el porqué de su sentir, se esfuerzan a reprimir sus pensamientos y sentires, generando en ellas el constante sentimiento de no poder ser.

Esto nos hace reflexionar sobre el alivio que dicen estas mujeres sentir al encontrarle sentido a su sentir y ver que no son las únicas que se sienten así, sino que hay una comunidad gigante de mujeres que se sienten y se han sentido de la misma manera durante toda su vida.

## **9. Mensajes a los lectores.**

*"es difícil darte cuenta de que no solo las mujeres, sino muchas personas que están en busca de eso aun no lo encuentran, me he dado cuenta de eso, quizás no lo encuentran, y me he dado cuenta porque he estado leyendo blogs, en hombres el diagnóstico no significa un gran cambio, y en la mujer es todo, lo es todo. El simple hecho de que se enteren 20, 30 o 40 años después, es un cambio porque tienen tiempo de vida para poder disfrutar otra vez su vida, su hijo, su pareja, su perro, o lo que sea que quieran disfrutar. Cuando me dijiste qué hubiese sido de ti si no tuvieras el diagnóstico, yo me pongo a pensar que antes no disfrutaba nada, no había eso, así que es importante, super mega importante, que a las mujeres no se les haga de atrás en el diagnóstico y que si se les oiga de verdad, por eso creo que tiene mucho poder los blogs de personas escritos en primera persona, porque las personas neurotípicas siempre quieren poner su idea y su opinión porque ellos saben más, para ellos, saben más. Y si, quizás tú puedas saber más así escrito porque lo estás viendo a tu lado, pero tú no sientes lo que yo siento todos los días, tu no pasas por todos los procesos que yo paso todos los días, es que los sonidos a ti no te molestan, pero a muchas cosas que a nosotros no solo nos abruma, literalmente nos causan dolor, estás haciendo tus cosas o haciendo tu vida con dolor, y son niveles de dolor que no se pueden explicar porque no hay palabras en el vocabulario o no encontramos la forma para expresarlo porque nos cuesta expresarlo, pero entre nosotros nos entendemos, entonces como que esa cuestión es lo que creo que hace mucho ruido que las personas neurotípicas se creen con el poder que pueden hablar por nosotros. Para mí es muy importante este tipo de estudios y todo (...) Porque puede ser que sea, como dicen, es solo una tesis, no un artículo que se publique o algo así, pero va a ser una base para otras personas que van a seguir trabajando, y como son personas adultas que ya tuvieron el diagnóstico y ya trabajaron y estuvieron en el proceso, eso va a servir de background terriblemente -para bien-, para niñas o adolescentes que tengan las mismas incertidumbres, puedan leer o buscar referencias o puedan acercarse a alguien." -Patricia, 32 años.*

*"esa cuestión de que la competencia, que las notas y todo, pucha que es penca po, y esto no tiene que ver con que uno tenga un diagnóstico o no, si no es reconocer al ser y eso es importante." -Julia, 45 años.*

*"y coincido algo en muchas mujeres, queremos que nos digan autistas, es lo que somos (...) asperger es un apellido, es del tipo que bautizó y lo puso ahí, pero yo soy autista, así que qué le voy a hacer, no soy otra cosa, mi nombre es Catalina (apellido) y soy autista, punto. (...) Yo soy autista, mi cerebro es distinto, el cerebro funciona diferente, percibo, siento, veo las cosas desde un punto de vista totalmente distinto, pero no soy menos persona" -Catalina, 44 años.*

## **Conclusiones.**

Un hecho importante del conocer el diagnóstico a una edad tardía es el no poder conocerse a sí mismas durante toda su vida o hasta el momento del diagnóstico, donde se convierte en una tarea importante el poder auto conocerse, redescubrirse y poder llegar a una aceptación y a una reconciliación con su sí mismo. Además de esto, hay que mencionar que el 100% de las mujeres entrevistadas consideran que es muy difícil ser como son en el mundo en el que viven, de personas neurotípicas, sin un diagnóstico, ya que la necesidad de adaptarse al mundo y a las expectativas de los demás hace que se sientan raras, incómodas, aparte del mundo y que se pierdan a sí mismas. Es aquí donde cobra relevancia lo que en el análisis existencial se conoce como la tercera motivación fundamental, esta trata de el acto de tomarse en serio a uno mismo, de tomar en serio nuestra propia individualidad, de que tomemos en serio el carácter intransferible de nuestra existencia. Por lo que la pregunta que se hace en esta motivación es si es lícito para las personas ser como son, en el mundo en el que vivimos. Hemos visto, a lo largo de esta investigación, que las mujeres autistas tienen serias dificultades a la hora de verse a sí mismas, que básicamente lo logran en el momento del diagnóstico, y de ahí en adelante se encuentran en el camino para poder auto conocerse, aceptarse, perdonarse y validarse a sí mismas. Estas mujeres pasan por muchos momentos a lo largo de sus vidas que les van coartando la visión que pueden tener de sí mismas, empañando su yo hasta que no lo pueden ver. La infancia, la adolescencia, el pasar por el maltrato psicológico que significa el bullying, el recibir comentarios toda su vida de lo que deberían ser y de lo raras que son. Que vivan su adultez sintiendo muchas veces que no pertenecen a este mundo, que no pueden entender por qué son tan diferentes a los demás; para estas mujeres no es lícito ser como son, luego de una vida de sentirse raras no se permiten ser como son, y llegan al punto en el que reciben su diagnóstico a una edad en la que ya han construido una serie de supuestos en base a su personalidad

y su sí mismo, y en ese momento, a sus 20, 30 o 40 años se comienzan a redescubrir y a entender que nunca fueron raras, sino que solo diferentes. Llega el momento en el que se preparan para ser ellas mismas.

Es por esta razón que muchas mujeres al plantearse la posibilidad de haber tenido un diagnóstico temprano (con esto nos referimos a la edad estándar de diagnóstico masculino, alrededor de los 2 años) se inclinan hacia esa opción, ya que eso podría significar el haber tenido más oportunidades, el haber cometido menos errores, el no haber sido tan juzgadas, el haberse conocido a sí mismas, el no dejarse de lado por cumplir expectativas de otras personas, entre muchas cosas más.

Sin embargo, también existe otro punto de vista, ya que a pesar de que sí, el 100% de las entrevistadas creen que podrían haberse conocido mucho mejor de haber existido esta posibilidad, pero algunas mujeres debido al hecho de que sean adultas y el haber vivido en la época en la que vivieron su infancia (alrededor de los años 80), consideran que el desconocimiento del autismo, y los estigmas sociales que existen en base a este hubieran provocado que sus vidas fueran aún más difíciles, ya que no habrían podido pasar desapercibidas, ni frente a sus pares, ni en el ámbito familiar ni escolar, lo que podría haber significado que además de ser etiquetadas de "raras" lo hubieran sido de "enfermas".

Se nos presenta como una cuestión tremendamente importante el conocer. Que exista la información suficiente sobre neurodiversidad, con tal de llegar a un momento en el que ninguna mujer tenga que recibir palabras de odio por ser diferentes. Que no tengan que pasar por la situación en la que otro profesional que no tiene formación sobre autismo en mujeres les diga que están equivocadas, que todo el proceso de diagnóstico costoso, que en ocasiones dura meses fue en vano. Que puedan conocer quiénes son antes de haber vivido la mitad de sus vidas siendo alguien que no eran y que no entendían. Muchas mujeres describieron el momento de haber recibido el diagnóstico como una puerta que se abría, como una oscuridad que se iluminaba, como si se desbloqueara una parte de su cerebro, o como si alguien les entregara las piezas del puzzle que faltaban para poder encajar todo, como si no supieran que necesitaban lentes hasta que alguien se los entregó y se dieron cuenta de todo lo que no estaban pudiendo ver.

Gracias al desarrollo de las entrevistas, gracias a la participación de estas mujeres, hemos podido ver que el aspecto que más se ve vulnerado de la existencia de estas mujeres autistas es el proceso de la conformación del yo, porque no es hasta el momento de su diagnóstico que se logran reconciliar con su existencia, con su entorno y

con sus particularidades. Estas mujeres viven un proceso muy difícil, en el que tienen que volver a mirarse, en el que tienen que destruir el castillo a medias que era su concepción de sí mismas, y lograr desde ahí conocerse realmente y conformar su verdadero yo. El fastidio es una reacción de coping de la tercera motivación, es un sentimiento hacia uno mismo, y es algo que podemos ver claramente en lo que sienten estas mujeres consigo mismas al saber su diagnóstico, ya que el poder mirar hacia atrás y poder juntar las piezas no es un trabajo fácil, se siente como una especie de duelo. Fastidio por no haber previsto antes eso que me hiere, y que me hirió por tanto tiempo. Pero ¿cómo elaborar ésta reacción de coping sin saber su diagnóstico? ¿Cómo es posible tomar distancia sin saber? ¿Cómo es posible para estas mujeres entregarse al encuentro sin que pueda existir consideración hacia sí mismas, sin que exista aprecio, sin que exista justicia? La verdad es que sin tener un diagnóstico se hace imposible contar con las condiciones básicas para encontrarse, y por lo tanto, para poder sentir el valor de sí mismas, para tener autoestima. Si lo que veo de les demás es rechazo hacia lo que yo soy, y además debido a la falta de diagnóstico no sé lo que soy, solo sé lo que no soy, lo cual es un recuerdo constante de la sociedad hacia mí. Si no sé lo que es propiamente mio, ¿Cómo es posible que tome conciencia de mí y que preste reconocimiento a lo que yo soy?

Es por toda la relevancia que tiene este proceso que estas mujeres ante la posibilidad de no haber recibido el diagnóstico creen que sus vidas hubieran continuado de una manera muy negativa y destructiva. Una de las cosas más importantes cuando hablamos de permitirse ser uno mismo es la autenticidad, como una actitud de apertura hacia sí mismo, tal y como está. En este momento la persona se acepta tal como es y en la medida justa, teniendo una constante consideración a sí misma y a los demás. Sin embargo, vemos que estas mujeres sólo pudieron lograr hacer esto después de haber vivido el proceso del conocimiento del diagnóstico, ya que antes de esto se encontraban en un desequilibrio gigante al considerar sólo a los demás y vivir por ellos, dejándose de lado y aplastando a su yo constantemente contra la pared. Aquí se hace presente otra motivación fundamental, la primera, la de poder ser. ¿Estas mujeres tienen el sentimiento de que pueden ser, en este mundo neurotípico, sin un diagnóstico? El análisis existencial ve que el proceso del aceptar todo eso que trae el mundo que amenaza mi ser, solo es posible cuando la persona se vuelve sobre uno mismo, cuando se apoya en sí mismo, "sólo así es posible esta actividad que me deja en tal estado de paz y tranquilidad de que puedo ser incluso viendo aquello que está frente a mí y que en su momento experimenté como una amenaza para mi ser. Para la psicoterapia existencial este paso es muy importante, se trata de un paso fundamental previo a toda valoración" (Längle, 2000). ¿Es posible para estas mujeres apoyarse en sí mismas cuando ni siquiera saben quienes son? Para poder elaborar esta motivación son

necesarias tres condiciones, protección, espacio y sostén. Protección se siente al ser aceptado por otros. Espacio físico y psíquico en el cual puedo ser, siendo mi propio cuerpo mi primer lugar de existencia, ¿lleno mi cuerpo? ¿o es más grande que yo? para el análisis existencial el cuerpo está atravesado por el espíritu, es expresión del mismo, entonces ¿cómo es posible llenar mi cuerpo cuando no soy consciente de quién soy? ¿cuándo tengo esta sensación de ser pequeña en mi propio cuerpo?

Para permitirse ser uno mismo es necesario que exista un constante "sí a mí", en el que el límite y el encuentro son los medios en los que se puede vivir sin aislarse. Se sale al encuentro con los otros, se observa y se deslinda de ellos para encontrar lo que es realmente suyo, algo que por lo general no llevan a cabo estas mujeres, ya que se pierden en el límite que existe entre los demás y su yo. El masking en este punto se muestra como un arma de doble filo, donde el tratar de encajar y camuflarse hace que muchas veces no puedan deslindarse de ellos. Se confunden entre lo que es de otros y lo que les pertenece a ellas. ¿Cómo podría ser lícito para ellas vivir así? ¿En un mundo donde les recuerdan constantemente que son diferentes? ¿Que no deberían ser así y que las exigencias y las expectativas son tan grandes?

Podemos ver en el discurso de las mujeres de esta investigación que el enmascarar se siente como un trabajo constante y demandante, que dura todo el día, es algo que han aprendido a sobrellevar en la infancia, e incluso se siente como algo que traen desde el nacimiento, como una característica propia del autismo, pero es realmente así? pensemos en el caso del autismo masculino, como vimos anteriormente en la categoría "diferencias de género" muchas de las mujeres madres de sus hijos diagnosticados nos cuentan que ellas nunca vieron las características de sus hijos como extrañas, ya que ellas han tenido las mismas características toda la vida, entonces donde se comienzan a ver las diferencias?

¿El masking será realmente algo innato del autismo en mujeres? O ¿Será que la razón de que las mujeres tengan esta herramienta es por algún tipo de respuesta adaptativa? O sea, ¿Será que la verdadera razón de que las mujeres autistas muestran "más habilidades sociales" el hecho de que la sociedad las empuja a eso? Sabemos ampliamente que las mujeres han tenido menos libertades que los hombres a lo largo de la historia, y eso provoca que ellas tengan que cumplir con muchas más expectativas, ¿Será que esa es la razón de esta diferencia tan grande? ¿Y que por lo mismo no se detecta en mujeres en la infancia, aunque sea igual de evidente que en niños?

Tenemos la teoría de que al parecer, el masking efectivamente podría venir de los roles sociales de hombres vs. mujeres, las mujeres tienen que portarse como

señoritas, tienen que complacer y tienen que sonreír, tienen que mirar a los ojos y tienen que encajar para ser aceptadas por sus pares y por los ojos de los adultos que las ven diariamente y las encaminan y orientan, a modo de consejos, sobre cómo debería portarse una mujer. Por lo que aprenden desde pequeñas cómo comportarse en esta sociedad para pasar desapercibidas, para encajar, para complacer a la sociedad, incluso cuando ellas no lo sienten así. Aprenden a decir lo que deben decir, a mirar como deben mirar y a comportarse como deben hacerlo, lo cual resulta al final del día, muy agotador, ya que es un constante trabajo, y al mismo tiempo, por cumplirlo pueden llegar a tener batallas y luchas internas consigo mismas desde que llegan a la adolescencia y por toda su vida. Esto trae muchas repercusiones, ya que al no sentirse plenas y cómodas en el papel que la sociedad les ha hecho cumplir, se sienten desorientadas y extrañas en su propia piel, esto puede causar un montón de trastornos, como las principales comorbilidades del autismo en mujeres. Llama la atención el porqué estas son presentadas en la población femenina y disidencias, pero por lo general no en la masculina.

Sin un diagnóstico temprano, estas niñas y mujeres no pueden saber ni comprender nunca su verdadera personalidad ni el por qué de que no encajen en los roles que la sociedad ha puesto para ellas, en las personalidades que se supone que deben tener, en las actitudes, en las formas de moverse, y en las formas de relacionarse; incluso, en la forma de sentir. Sin un diagnóstico se hace imposible que estas mujeres vivan una vida plena, que vivan aprobando la vida, que sientan que pueden ser, que les gusta vivir, que pueden ser ellas mismas. El control que les entrega saber quienes son les permite tomar mejores decisiones, teniendo en cuenta sus propias emociones y las de los demás, y al mismo tiempo mejorar sus relaciones.

Aquí dejamos abiertas las siguientes preguntas: ¿Sería posible que muchas más mujeres pudieran conocerse a sí mismas, sin la necesidad de perderse por tanto tiempo? ¿Sin llegar a hacerlo por simple casualidad o suerte? ¿Qué podemos hacer nosotros para ayudar a que esto sea real? ¿A que la barrera entre hombres y mujeres y sus propios procesos de diagnóstico sean lo más equitativos posibles y así contribuir al camino de liberación y de autoconocimiento que necesitan para vivir una existencia lo más lícita posible?

## Referencias bibliográficas

- Baron-Cohen, S, (2002). *The extreme male brain theory of autism*. Trends in Cognitive Sciences, 6, 248-254.
- Baron-Cohen, S., (2018). *Autism and Asperger Syndrome, the facts*. Oxford University Press.
- Caprio, G. (2005). *Aproximaciones para una antropología analítico-existencial*. Centro de investigación de Antropología Analítico Existencial, Buenos Aires, Argentina.
- Carpenter, B., Happé, F., Egerton, J., (2019). *Girls and Autism. Educational, Family and Personal Perspectives*. New York, EE.UU.: Routledge.
- Cerelols, R. (2011). *Descubrir el Asperger*. Creative Commons, España. Recuperado de: <http://www.autismonavarra.com/wp-content/uploads/2016/11/Libro-autobiogr%>
- Corbetta, P. (2007). *Metodología y Técnicas de Investigación Social*. Ed. McGraw-HILL/Interamericana de España, S.A. España.
- Glaser B, Strauss A. (1967) *The discovery of Grounded theory: Strategies for qualitative research*. New York: Aldine Publishing, 1967.
- Hernández, R. Fernández, C. Baptista, P., (2003). *Metodología de la investigación*. México: Mc Graw-Hill.
- Jodra, M. (2015). *Cognición temporal en personas adultas con autismo: Un análisis experimental*. Tesis Doctoral. Facultad de Educación Universidad Complutense de Madrid. Recuperado de :<https://eprints.ucm.es/30717/1/T36153.pdf>
- Längle, A. (1998). *Comprensión y terapia de la psicodinámica en el análisis existencial*. Traducción de N.A. Espinoza del texto original: Längle A. (1998). *Verständnis und Therapie der Psychodynamik in der Existenzanalyse*. *Existenzanalyse* 15, 1/98, 16-27.
- Längle, A. (2000). *Las motivaciones fundamentales de la existencia*. Seminario en Buenos Aires. Recuperado de: <https://www.icae.cl/wp-content/uploads/2019/07/Seminario-Längle-BsAs-LAS-MOTIVACIONES-FUNDAMENTALES-DE-LA-EXISTENCIA.pdf>
- Längle, A.(2009). *Las motivaciones personales fundamentales. Piedras angulares de la existencia*. Publ. en: *Revista de Psicología de la Univ. Católica de Argentina Buenos Aires*, No. 10, Vol. 5, 2009, 7-24. recuperado de: file:///C:/Users/Marco/Documents/Motivaciones\_Fundamentales-L%C3%A4ngle.pdf
- Layle, P. [paigelayle]. (2020,03,05). *Autism in girls pt. 1* [Archivo de video]. Recuperado de <https://vm.tiktok.com/o9FkuQ/>

- Layle, P. [paigelayle]. (2020,03,05). Autism in girls pt. 2 [Archivo de video]. Recuperado de <https://vm.tiktok.com/o9jwBr/>
- Layle, P. [paigelayle]. (2020,03,05). Autism in girls pt. 3 [Archivo de video]. Recuperado de <https://vm.tiktok.com/o9kaXA/>
- Layle, P. [paigelayle]. (2020,03,05). Autism in girls pt. 4 [Archivo de video]. Recuperado de <https://vm.tiktok.com/o9eteD/>
- Maenner MJ, Shaw KA, Baio J, et al. (2020). *Prevalence of Autism Spectrum Disorder Among Children Aged 8 Years — Autism and Developmental Disabilities Monitoring Network, 11 Sites, United States, 2016*. MMWR Surveill Summ 2020;69(No. SS-4):1–12. DOI: <http://dx.doi.org/10.15585/mmwr.ss6904a1>.
- Mayz, C. (2009). ¿Cómo desarrollar, de una manera comprensiva, el análisis cualitativo de los datos? EDUCERE. Artículos arbitrados. Año 13, Nº 44, p. 55-66 [Artículo en Línea]. Disponible: <http://www.redalyc.org/pdf/356/35614571007.pdf>
- Montagut Asunción, M., Más Romero, R. M., Fernández Andrés, M. I. y Pastor Cerezuela, G. (2018). Influencia del sesgo de género en el diagnóstico de trastorno de espectro autista: una revisión. *Escritos de Psicología*, 11, 42-54.
- Osses, S., Sánchez, I., Ibañez, F. (2006). Investigación cualitativa en educación: hacia la generación de teoría a través del proceso analítico. *Estudios Pedagógicos (Valdivia)*, vol. XXXII, núm. 1, pp. 119-133. [Artículo en Línea]. Disponible: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=173514132007>
- Quintana, A. (2006). *Análisis NEO-bibliométrico de las investigaciones de Tesis en la escuela académico-profesional de psicología UNMSM*. *Revista de investigación en Psicología*. Vol. 9, No 1. Lima: Fac. de Psicología UNMSM.
- Ruggieri VL, Arberas CL, (2016) *Autismo en las mujeres: aspectos clínicos, neurobiológicos y genéticos*. *Rev Neurol* 2016; 62 (Supl 1): S21-6.
- Vidriales, R., Hernández, C., Plaza, M. (2017). *Rostros ocultos: mujeres con Trastorno del Espectro del Autismo*. Área de Investigación y Conocimiento de Autismo. España, Madrid. Recuperado de: <http://www.autismo.org.es/actualidad/articulo/rostros-ocultos-mujeres-con-trastorno-del-espectro-del-autismo>

## ANEXOS

### **Categorías completas.**

#### **A priori.**

##### **1. Dificultades en el diagnóstico.**

"la segunda consulta (por crisis) fue nuevamente porque terminé con el papá de mi hijo (...) y ahí fue el segundo diagnóstico" -Camila, 30 años

"tengo un hijo, también diagnosticado con Síndrome de Asperger" -Cecilia, 38 años.

**"¿Cómo llegaste a este diagnóstico de Asperger? Por mi hijo"** -Cecilia, 38 años.

"ya cuando nos dieron el diagnóstico (de su hijo) y el seguir investigando... no pues daba yo con todo..." -Cecilia, 38 años.

"Afortunadamente mis papás todavía viven y la psicóloga los entrevistó a ellos y la psicóloga me dijo "es que todo lo que me dijeron tus papás fue la clave para poder dar con el diagnóstico" porque pues, sí efectivamente pues tú me hablas de ahorita y demás, pero ellos dijeron muchas cosas que ni yo sabía... como era de bebé no?... entonces, sí ha sido como "wow", o sea, ni siquiera yo sabía muchas cosas, no?" -Cecilia, 38 años.

"entonces si me tardé de dos a tres años casi no? de que empecé como a sospechar, ya después que dije "no, ya, sí" ya me tardé como dos o tres años en ya encontrar como el profesional..." -Cecilia, 38 años.

"No sabría, también me lo he preguntado muchas veces que si yo no hubiera sido mamá, probablemente nunca me hubiera enterado." -Cecilia, 38 años.

"y ya después con el diagnóstico de mi hijo de plano me quedé acá, porque hay que señalar que llegue a mi diagnóstico por mi hijo." -Juana, 40 años.

"Y ahí empecé a ver que muchas cosas me tocaban a mí." -Juana, 40 años.

"empecé a ver el mundo de los autistas adultos, y ahí era mucho más patente el tema, hice unos test en línea y ahí también arrojaron que yo estaba en el espectro, pero seguía con eso de que las mamás nos identificamos mucho con los niños, así que yo decía "es eso". Pero un día su terapeuta ocupacional me dice, de forma muy coloquial: "tú cachai que tenís características TEA" y yo la miro y me encojo de hombros y ese día yo me acuerdo que llegué muy mal en la casa, porque ahí dije "otros, un tercero se dio cuenta". -Juana, 40 años.

"Me empiezo a tratar con ella y ella me corrobora que sí, que yo estoy dentro del espectro, comenzamos a trabajar varios temas y cada tanto yo le decía "pero, ¿yo soy TEA?" "sí" me decía. Y después volvía de nuevo el tema, hasta que ella me dice "hazte el ADOS, busca el ADOS y háztelo, quien te lo pueda hacer" pasaron un montón de cosas y no me lo hice hasta el año pasado en octubre" -Juana, 40 años.

"el hacerme el ADOS también iba por ahí, como te digo, tener un papel que me diga "sí, estás en el espectro" y no es otra cosa." -Juana, 40 años.

"entonces yo decía "Ok, me han tratado por depresión varios años, ¿y si es más que una depresión y esta mujer tiene razón y voy para allá? ¿soy una enferma psicótica, o tal vez esquizofrenia?" montones de cosas que empiezan a darte vuelta, entonces fue el hacerme el ADOS y tener ese papel fue tener algo de alivio y decir "OK, estás en el espectro, ya". -Juana, 40 años.

"yo tenía esa característica de niña, que era muy tranquila, entonces es probable que por eso paso inadvertido el diagnóstico para toda la gente" -Juana, 40 años.

"una psicóloga que se especializa en autismo y me hizo todas las pruebas, me hizo como 5 o 6 pruebas, entrevista clínica, observación... (...) fue un proceso como de tres meses" -Sol, 35 años.

"vi videos de mujeres dentro del espectro, que platican cómo se sienten y qué es lo que hacían y pues yo me identificaba 100% con ellas" -Sol, 35 años.

"me mandó con un psiquiatra que en este caso estaba especializado también en problemas de autismo pero en niños y yo ya estaba muy grande" -Francisca, 33 años.

"Entonces sí me costó bastante. (...) me dieron el diagnóstico a los 28, hace 4 años, entonces sí me llevó bastante tiempo investigar, leer, estar segura de qué información

es, que hay muchísimos testimonios, personas, síntomas, si es hombre o mujer, cómo se siente.” -Patricia, 32 años.

“Soy mamá de dos chicos TEA, también, somos 3 acá en la casa (risas)” -Julia, 45 años.

“a mi me diagnosticaron tarde mi TEA, super tarde” -Julia, 45 años.

“a mis hijos a ellos los diagnosticaron y fue como, yo les decía, yo le echaba la culpa “no si debe ser por parte del papá, por parte del papá, por parte del papá” y recuerdo una vez en la psicóloga, la neuropsicóloga me dijo, ¿tú no te has visto en el espejo? (...) “perdón, pero ¿qué?” “Si -me dijo-, porque yo por eso siempre pido que estén los papás para ver donde, de donde es la raíz, por donde estamos y qué es lo que empuja, y tú eres como su clon”. Y ahí me dijo otro, me dijo que “lo que se hereda no se hurta, y aquí está clarito, lo heredaron y es tuyo”. -Julia, 45 años.

### **“Y para ti viene a darte esta explicación bien tarde**

Super, pero imagínate, a los treinta y...ay, treinta y cinco, treinta y ocho años. Entonces, es toda una vida. (...)

### **Y también está la posibilidad de que no hubieras tenido hijos y que no te hubieras dado cuenta**

Nunca, no me hubiese dado cuenta nunca.” -Julia, 45 años.

“mis hijos lo aprendieron desde chiquititos, porque como el diagnóstico fue temprano con uno, y, con uno porque a (nombre hijo mayor) lo diagnosticaron y luego a (nombre hijo menor) lo diagnosticaron después cuando él estaba en primero básico. (...) Porque decían que él tenía conductas aprendidas del hermano mayor.” -Julia, 45 años.

“Pero pucha habemos mujeres que claramente no se nos nota, porque las niñas tienen que ser bien portaditas, como bien este, pero no por eso no hay algo más, porque imagínate, que a mí en cuarto medio recién, cuando ya iba a salir de cuarto medio mi profesora de matemáticas me dijo “pucha me da miedo lo que va a pasar contigo ahora que vas a salir al mundo”, entonces eso es complicado.” -Julia, 45 años.

“Yo vivo en una ciudad muy pequeña, pero sin embargo, tampoco llueven los profesionales pero justo mi psiquiatra es autista también, entonces fue justo una casualidad muy importante.” -María, 34 años.

“nos hacen un cuestionario de 250 preguntas y de esas 250 preguntas, yo creo que 240 eran yo. Me sentía identificada y no me había percatado de esas cuestiones, yo de

manera personal, te digo vivimos en una realidad que parece así normal, yo no pensaba que lo que yo hacía era anormal. Entonces me hace un click a mi, que yo me sentía más identificada con ese cuestionario que mi hijo, con la diferencia que yo no he tenido ninguna de esas actitudes que ha tenido mi hijo, eso que te cuento de no poder hablar... Al contrario, yo aprendí a leer y a escribir a los 4 años, yo me he saltado años en los colegios porque ya sabía demasiado... cosas así. -Maria, 34 años.

"Entonces yo le comento a la psicóloga que hace todo este diagnóstico, lo que yo había sentido cuando hizo ese cuestionario, entonces ella me recomienda que yo me haga una evaluación también, porque si yo me sentía así, había una gran probabilidad de que haya alguien más en la familia y que tal vez estábamos pasando por alto." -Maria, 34 años.

"ahí encuentro una persona que se dedica a adultos, que fue bastante difícil conseguirlo, encima oneroso porque acá eso se paga, no está dentro de lo que cubre la salud pública." -Maria, 34 años.

"Bueno me diagnosticaron y me derivaron a un psiquiatra especialista, que me aplicó el A-dos, el A-dir (...) después el psiquiatra me hizo otra, que es una escala australiana, y muchas otras que también son de adulto que sirven para compensar y comparar. Y bueno definitivamente me dieron los dos el mismo diagnóstico, de que sí yo era autista, y sabes que en medio de todo este diagnóstico, yo me empiezo a dar cuenta de que yo tengo cuatro hermanos, y mis cuatro hermanos son igual que yo (risas)." -Maria, 34 años.

"una de las mujeres es mucho más grande que yo, tiene 52 años, que tiene muchísimos más rasgos que yo. Y yo ahí comence a concientizar el tema y decir "si lo tengo yo, porque no mi hermana" -Maria, 34 años.

"esa psicóloga le dice que es autista, pero encima tiene un trastorno de neurodesarrollo mixto, ella tiene TEA y TDAH, por eso ella tiene más problemas en las habilidades ejecutivas." -Maria, 34 años.

"Así que ella con 52 años se enteró recién que es autista, así que imagínate" -Maria, 34 años.

"Ahi quedo mi último diagnóstico, hasta que llegué con este psiquiatra que me diagnostica bien" -Maria, 34 años.

"tengo 26 años, y me diagnosticaron Asperger hace poco, hace como 7 meses más o menos." -Barbara, 26 años.

"me dijeron que no era asperger solamente porque yo ahora era una persona funcional, pero no quiere decir que cuando era más chica, podría haber sido un mucho más alto." -Barbara, 26 años.

"nos tocó hacernos cargo de una niña, sobrina de mi pareja que tenía autismo. Entonces en ella me vi reflejada con muchas cosas. Ella tiene 4 años, entonces la llevamos a los neurólogos, la diagnosticaron y comencé a recordar, de que yo era muy similar cuando chica. (...) yo fui con el neurólogo y le pregunté si era posible que yo tuviera algún trastorno del espectro autista, y me dijo que sí, pero que eso no era bueno como saberlo a esta edad, que él no me lo recomendaría cómo saberlo a esta edad, porque como que no tenía sentido si yo ya había hecho mi vida, pero para mí era importante tener una respuesta." -Barbara, 26 años.

"Entonces luego hablé con la psicóloga y la psicóloga me dijo que sí, que el tiempo que llevamos en terapia, ella ya había visto muchos rasgos, sobre todo explicaba mucho la ansiedad que yo tenía porque soy muy ansiosa." -Barbara, 26 años.

"Y... entonces hicimos test, hicimos pruebas de cuando yo era niña, de cuando era adolescente, hasta la actualidad. Entonces yo igual me preparé en esas pruebas, en esos procesos que he tenido, porque fueron semanas de estudio y ella me dijo el diagnóstico junto al psiquiatra." -Barbara, 26 años.

"Y posiblemente también mi mamá, porque yo no me crié con ella entonces comenzamos a unir los lazos e hicimos como estas mismas pruebas, ella tiene 50 años, y ahora recién se ve como una posibilidad" -Barbara, 26 años.

"No es que uno sea hipocondríaco, por ejemplo, es que necesita saber qué es lo que está diciendo un médico para saber cómo va a actuar en relación a mi caso" -Rubí, 36 años.

"el año pasado supe que era autista, en octubre del año pasado." -Rubí, 36 años.

"Tenía 35, este año en julio cumplí los 36 y las evaluaciones me las hicieron entre marzo y mayo." -Rubí, 36 años.

"fue en Argentina y acá no hay centros complejos donde yo vivo que haya un equipo médico, así que las mías son hasta el momento solo evaluaciones de psicólogas que

después se las tengo que presentar bien a la psiquiatra o a un neurólogo, en realidad prefiero presentarselas a un neurólogo del hospital público que son los que cierran el diagnóstico más o menos acá en Argentina, pero los psicólogos pueden hacer las evaluaciones si están capacitados como para que luego el psiquiatra las mire, las chequee y diga que están bien.” -Rubí, 36 años.

“ella empezó a explicarme sobre las características del asperger y otras cosas más y yo como “a mí me pasa eso” “yo soy hipersensible”, “pero es mucha información y no voy a estar informándome de más”, “¿será cierto?”, “pero mi mamá murió hace poco, estoy pensando en mi mamá y me falta terminar este trámite y me falta resolver el tema económico y no voy a estar pensando en eso, pero que interesante el tema del asperger”, es así más o menos es mucho más veloz mis pensamientos.” -Rubí, 36 años.

“¿A quién voy? se lo digo a la psicóloga o se lo digo a la doctora, pero la doctora me dijo divergente, que yo pensaba distinto que por eso tenía varios pensamientos a la vez, ¿me va a entender la doctora o me va a entender la psicóloga? porque la psicóloga no creo que me entienda, voy a probar con la psicóloga porque si no el tema con la doctora va a ser muy complicado porque tengo que esperar, iré con la psicóloga porque puedo ir cualquier día” -Rubí, 36 años.

“fue más o menos entre diciembre y enero, antes de hablar con la psicóloga, yo ya me había informando de autismo, y son tan caóticos y tan con el pensamiento de la patología que confunden más, entonces yo me metí a grupos de mujeres” -Rubí, 36 años.

“Entonces con mi mente rápida empecé a buscar con la lupita a las integrantes de los grupos y hasta que encontré si eran de Córdoba, si eran de San Luis, si eran de la zona donde vivo para preguntarles dónde habían sido diagnosticadas” -Rubí, 36 años.

“no encontraba ningún centro integral con varios especialistas, no encontré nada en la zona donde yo vivo, empecé desde la zona donde vivo que sabía que no iba a encontrar y empecé a ampliar y ampliar hasta que encontré a PANACEA pero no me satisfacía al costo de la evaluación” -Rubí, 36 años.

“ya no encuentro un lugar con tanta gente y yo quiero psicólogo, psiquiatra y neurólogo que es lo ideal y si no encuentra lo ideal bueno tendré que buscar métodos, las formas, pero necesito estar completamente segura de esto para poder investigar de qué se trata el autismo” -Rubí, 36 años.

“me vio mis características y me dijo “si vos tenés las características, habría que ir viendo un poquito más pero sí” -Rubí, 36 años.

"y yo mientras tanto pensando en la psiquiatra y la psicóloga que me dijo que no, que la doctora que me dijo que no lo pensara y que tengo que ir a Córdoba porque va a ser necesario ir a Córdoba, que esta psicóloga me dio la advertencia, de que no atendía a adultos autistas" -Rubí, 36 años.

"Fueron como seis sesiones, muchos tests cansadores de todo tipo y en un momento ella me dice "vamos por buen camino, creo que no vamos a necesitar hacer más test, si presentas características" y yo si presento características, ¿soy o no soy? ¿Qué significa que presente características? tranquila, ya me va a decir." -Rubí, 36 años.

"Me termino los test y me dio la retroalimentación y me dijo que presentaba todas las características de asperger" -Rubí, 36 años.

"en su evaluación puso que tenía autismo de altas capacidades, algo así, y la de Córdoba cuando me mandó la evaluación me dijo "asperger" -Rubí, 36 años.

"necesitaba saber lo que opinaban los mismos autistas para poder comprender, mismos autistas que han llegado a ser neurólogos, mismos autistas que han llegado a ser psicólogos, psicopedagogos y que tienen más cancha en este sentido de entender esas cosas y que todo lo que estuvieron analizando como yo he venido analizando toda mi vida, lo explica a un lenguaje autista que otro autista lo entendemos y como que decimos "que genial me pasa esto ahora me entiendo" y entonces el camino que ellos han venido recorriendo por años uno lo puede hacer a lo mejor en un par de meses" -Rubí, 36 años.

"ya me había gastado como 300 lucas y es un viejo que se le ve lo machista porque de verdad yo no debería haber ido allí, pero la verdad es que no sabía y en Concepción no habían mas especialistas, él es el único neuropsicólogo" -Carolina, 42 años.

"tenía un problema grave del acoso laboral que tenía que dejar todo lo del diagnóstico de lado para tratar el estrés que me estaba generando y las ganas que tenía de matarme, más que de matarme era de morirme, yo medito mucho y en mis meditaciones yo lo único que pedía era que alguien me buscara y me sacara de este planeta" -Carolina, 42 años.

"Entonces no podía gastar plata en andar buscando diagnostico cuando lo que necesitaba era no querer morirme" -Carolina, 42 años.

"en estos momentos no te podría diagnosticar porque estas con pastillas, estas en una situación de estrés post traumático, entonces es difícil, entonces cuando estés de alta, puedes revisarlo pero ahora no" entonces no me dio diagnóstico y el psicólogo tampoco de hecho" -Carolina, 42 años.

"tuve que ir a Santiago, no me gusta viajar, pero me sirvió el estrés para que se dieran más cuenta de lo autista que soy" -Carolina, 42 años.

"Así que así fue como llegué al diagnóstico y fueron 3 años donde sufrí." -Carolina, 42 años.

"Y yo tampoco lo intuía hasta este año, en los últimos años pensaba "¿por qué me pasaba esto?", y ahí me puse a indagar, indagar, indagar (pausa larga) y ahí llegué." -Elena, 24 años.

"Una duda que tenía hace mucho tiempo, desde el 2018 sospechaba, así que serían... estamos en el 2020, así que 3 años." -Elena, 24 años.

"estuve buscando un diagnóstico cerca de cinco años, tal vez más" -Aurora, 17 años.

"un camino largo duro diría, (...) no me acuerdo mucho como que es un borrón en mi memoria todo el camino al diagnóstico, todas las crisis, pero es como algo racional que uno sabe que fue un momento duro y por eso no está, pero si uno lo conversa con mi mamá, con mi papá o personas que en verdad como que me conocen en ese periodo es como "si, o sea, tú estabas como drogada, andabas a veces como por las nubes" y no te acuerdas; es como impactante." -Aurora, 17 años.

"yo he estado buscando un psiquiatra o un neurólogo que vea autismo pero todos son infantiles, he llamado por ejemplo a la clínica Dávila, a la integra médica y me dicen "pucha... tendrían que elegir un neurólogo o un psicólogo así al azar y ver qué pasa". Entonces no hay solución, ¿Por qué? Porque la psiquiatra que ve autismo es psiquiatra infantil, entonces igual dejan afuera a los adultos." -Claudia, 27 años.

"un día mi tía Flora me estaba cuidando y me llamaba y me decía que yo estaba sorda supuestamente según ella y me llevaron al fonoaudiólogo (...) ¿Entonces que paso?, que claro, el fonoaudiólogo le dijo a mi mamá que fuera al neurólogo, fue al neurólogo y ahí le dijo que si tenía TEA pero leve" -Claudia, 27 años.

**" ¿A qué edad te enteraste?**

Quando tenía como 18 años." -Claudia, 27 años.

"Yo iba convencida de que me iban a decir que era solamente crisis de pánico, por la situación que estaba viviendo, un cuadro nervioso, depresión como me había pasado antes y resulta que no, cuando me fui a tomar el test, fui dos veces, y después cuando fui el día viernes a buscar los resultados ahí me encuentro con la sorpresa de que pertenecía al espectro" -Catalina, 44 años.

"por eso te digo yo he tenido una suerte que los demás no han tenido porque he escuchado que han tenido que abandonar por dinero, porque la familia no los apoya o porque están estudiando y reciben bullying" -Catalina, 44 años.

"como que había escuchado hartito de eso y comencé a buscar información, hice unos test online y claro... apuntaba mucho al TEA, pero no a todo... porque siempre he estado con psiquiatras... he pasado por muchos psiquiatras... por muchos tratamientos con medicamentos y como que los diagnósticos siempre fueron mola po, me decían que tenía depresión, por la edad... o por cualquier cosa, y mis papás tampoco se dieron cuenta, es que no tenían por qué cachai?" -Alison, 36 años.

"aparte de que cuando estaba en el proceso de diagnóstico con el psiquiatra estaba más ansiosa de lo que he estado nunca en la vida, mi cuerpo se movía mucho más... y empecé a notar las cosas que me hacen autista, porque no son todas..." -Alison, 36 años.

"llegué al mundo del TEA con mi psiquiatra, que una vez me dijo algo así como "no has pensado en que puedes tener TEA?" y yo como "qué es eso", onda nunca lo había escuchado y yo como "¿qué es TEA?", y me dice: "autismo", y yo como "pero no soy igual que los hombres, onda, hablo mucho, no soy encerrá..." y me dice "pero es que el TEA en mujeres es distinto" y ahí yo... se me abrió un mundo completamente distinto... y cachando nada, mis papás también, así que dijimos "ya veamos... si sí eres, bien, y sino bien también" y... y nada estuvimos con la fundación, que nos atendieron super bien de primera instancia, son todas un encanto... no, super grato como el ambiente que tienen en la fundación, y estuve dos meses como con sesiones de psicóloga, fonoaudióloga y con la coordinadora la Claudia, ahí me hicieron como hartos análisis, me hicieron preguntas, cosas sobre mí, cosas sobre mi infancia, y todas esas cosas... y ahí me pudieron decir después de dos meses que coincidía como con los perfiles por así decirlo." -Ana, 18 años.

"mi psiquiatra me mandó así como archivos, documentos, unos power, así como harta información, así como "lee estas cosas y ve si te hacen sentido, si no te hacen sentido entonces no importa, pero si te hacen sentido y como que crees que encajas, tómalo en cuenta" (risas). Ehh, si, sentí que encajaba con casi todo (risas), y era como "¡esa soy yo!" -Ana, 18 años.

"tengo dos hijos con Tea, uno nivel 1 y el otro a nivel 2" -Victoria, 35 años.

"con el tema el diagnóstico, los primeros indicadores fueron cuando evaluaron a mi hijo mayor que tiene 12 años, a los 2 años y medio, le hicieron la primera pesquisa con derivación a neurólogo y después la evaluación multi. De ahí fue la entrevista con la psicóloga, para mí todos los indicadores eran normales, porque yo tenía las mismas características de mi hijo, por así decirlo, a diferencia de que no tenía alteraciones en la

comunicación, la psicóloga me dijo -esto fue a los 27 años- y me dijo deberías evaluarte porque igual estás dentro de un margen (...) Ahí me hicieron los test, me hicieron otro test psiquiátrico y una entrevista profunda y se llegó a la conclusión que estaba dentro del espectro autista." -Victoria, 35 años.

"Una de las pruebas del psicólogo fue así, como "explícame qué es lo que hay en este cuento y eran solo imágenes, una imagen plasmada y es como que veo a un dragón, un niño, una nube como que no lograba fragmentar un cuento o inventar algo, no podía." -Victoria, 35 años.

"yo digo que mi abuela tiene autismo, yo ahora analizo que mi forma de ser es como ella, yo soy muy de la forma de ser de ella" -Victoria, 35 años.

"me especialicé en autismo por él, sin saber que yo también lo tengo" -Becca, 37 años.

"fui a vivir a Suiza, que es el paraíso para los autistas. Ahí diagnosticaron a mi hijo, que tuvo rasgos desde el día 1 de nacimiento" -Becca, 37 años.

"Después del diagnóstico de mi hijo yo ya tenía la sospecha" -Becca, 37 años.

"me derivó a una evaluadora que me pasó el Ados, y... si bien yo conozco el Ados, nunca pensé que yo podría tenerlo y uhm... me lo hicieron y bueno, me diagnosticaron y acá estoy." -Becca, 37 años.

"yo tenía como una duda, allá en el fondo para decir que por más de que respeto mucho la psiquiatra que me estuvo tratando es muy buena, yo decía "naa, no va a ser está asociando porque tengo un hijo y no tiene sentido" o sea, honestamente yo llegué a pensar, cuando fui a consultar con la psiquiatra que mi diagnóstico real era un trastorno de personalidad múltiple..." -Becca, 37 años.

"Una amiga que es psicóloga, que siempre me está mirando, siempre está muy pendiente, fue como al rescate y me dijo bueno, este es el momento que tienes que irte al psiquiatra, para saber qué es lo que tienes" -Becca, 37 años.

"la psiquiatra me paso todos los test de montón de cosas y me pasó la interconsulta con la evaluadora para el test de autismo." -Becca, 37 años.

"todo lo que yo estudié y aprendí de autismo, o sea todas las herramientas que yo ya las venía aplicando súper bien a mi hijo y a mis pacientes, es como que... cuando me dieron el diagnóstico yo me di cuenta que también lo venía aplicando a mí sin darme cuenta" -Becca, 37 años.

"yo tuve el desde hace un año, no... todavía no hace un año, el diagnóstico formal, pero el diagnóstico informal o la sospecha ya me la dieron cuando mi hijo tenía dos años y

medio o sea hace 6 años atrás... Y desde ese entonces como que yo empecé a usar lo que yo estudiaba también para mí bastante" -Becca, 37 años.

"Lo que pasa es que estábamos en clase, y yo era muy particular en clases, pero ahora me doy cuenta, en ese tiempo no me daba cuenta. Y me habló del tema y yo lo mandé a la mie\*\*\*a, pero años después dije cómo: "En volá tenía razón"." -Lisa, 33 años.

"en paralelo a eso yo salí del área educacional de psicología y fue súper difícil encontrar trabajo y eventualmente caí en un centro multidisciplinario haciendo clínica y entre medio de eso estudié, hice un postítulo en clínica más específico y ahí me empecé a enchuchar, y me empezó a dar rabia, de repente niñas que yo veía que entraban, me las traían porque no se po, la neuróloga había dicho que era obsesiva compulsiva, un trastorno obsesivo compulsivo a los 9 años no es común, no es lo más común. Entonces una empieza a indagar y no hay, por ejemplo, ansiedad, no hay angustia a la hora de realizar compulsión, entonces no cumple con el criterio. (...) Entonces, ¿qué otra cosa es?, empezando a investigar me di cuenta que incluso con mis colegas no llegamos a consenso, mis colegas eran como mucho más como del autismo más clásico Kanneriano, entonces esa cuestión a mí como que me molestaba mucho, así que empecé... Ya yo sabía harto a esa altura, ya había leído todo lo que podría haber encontrado de todos lados, pero como que a esa altura me empecé a especializar, y dije: "estos hombres no saben nada de mujeres, entonces yo lo voy hacer".

Como que compre, y baje todos los libros que habían al respecto, y me leí como no sé, como 20 libros en el mes o más probablemente y un día llegué y dije "ya, esta es mi teoría y mi hipótesis y eso es" "no, es que en realidad Lisa tení que pensar que esto no se hace así" y dije "no, no te estoy conversando, yo te estoy contando lo que voy a hacer, te estoy avisando porque eres la dueña del centro, no te estoy pidiendo tu opinión, te guste o no" "iah! Ya bueno"." -Lisa, 33 años.

"Depende de la edad, pero en el caso de los adultos primero son anamnesis, después de eso entrevista con alguien que lo haya conocido en la infancia que puede ser desde un amigo hasta un pariente, muchas veces pasa que cuando son muy mayores... No están vivos nomas ¿cachai?, entonces puede ser cualquier cosa videos, fotos, no, incluso cuando no hay ni siquiera informante, videos, fotos, a mí me interesa indagar cómo era cuando eran niños para encontrar si hay o no los síntomas más básicos, de repente no están presentes, pero siempre hay alguien que dice "no, cuando era chica yo me acuerdo y tengo esta foto" "y cuando era chica yo siempre alineaba los juguetes y tengo la foto de prueba" ya, perfecto eso lo agarramos.

Entonces puede ser una entrevista o puede ser el Adi-r depende de quien sea el informante y la calidad del informante porque también de repente te pasa que llegan

papás y dicen "no, mi hijo es perfecto" y tu los miras con el brazo doblado así mal... Pero señora, (...) A su hijo se le está cayendo el brazo, "no, está bien". (...) entonces son pésimos informantes, no son malos, son pésimos informantes, ¿el niño ha tenido alguna vez problema de lenguaje? "no, nunca" y tu los escuchas hablar y balbucean, no hablan, entonces no." -Lisa, 33 años.

"Eso es una cosa, anamnesis, entrevista con alguien que los conozca de antes o al menos sobre su infancia como en mayor profundidad... eh... después de eso tiene que ser una historia educacional, de trabajo y laboral, luego de eso tenemos una entrevista semi estructural que es de ritmo que está hecha me parece en Inglaterra si mal no recuerdo y esa es específicamente para adultos y es super profunda, usualmente debería durar 45 minutos, pero yo me demoro usualmente una hora y media o dos horas porque yo pregunto por cada ítem, o sea, yo tengo que justificar cada ítem de ahí son como 110." -Lisa, 33 años.

"Después de eso usualmente acá los neurólogos te piden hacer un A2 porque es el único gold estándar que existe en la vida y aparentemente a pesar de que es un diagnóstico que se hace de lo clínico y desde la observación, sin nada no sirve, entonces yo también le pregunto a la gente, le pregunto ¿usted lo necesita para usted o para ir a mostrarlo a algún lugar? Porque si lo necesita solamente para usted no es necesario el A2 porque a lo mejor ya tenemos la información, pero si usted lo necesita como para alguien más lo vamos a tener que hacer, entonces ahí hacemos el A2. Mucha gente igual me lo pide porque ellos saben que es el gold estándar y es lo único con lo cual se van a autoconvencer y en esos casos también, por ejemplo.

### **Y ¿te funciona con mujeres autistas?**

No, no siempre, de hecho, nosotros para empezar no funciona con adultos porque no tienen el nivel de confiabilidad que tiene el otro algoritmo el módulo 4, está del módulo de Tolder que es el T 1, 2, 3 y 4 del T hasta el 3 tienen algoritmos de acuerdo al DSM-V, mientras que el módulo 4 tiene algoritmo de acuerdo al DCM-IV TR y además de eso incluso con ese algoritmo nunca tuvo buena confiabilidad. (...) entonces la tiene mucho más baja que el resto, pero hay un algoritmo que fue actualizado por Vanessa Jus, creo que se llama la persona, del año 2014, entonces nosotros lo que hacíamos es que ocupamos el paper para justificar el cambio de algoritmo, pero aparte de eso las mujeres suelen quedar cortas de puntaje, entonces ahí lo que uno hace es también ocupar crítica clínica y en el fondo el A2 se ocupa como una herramienta cualitativa para extraer síntomas que hayan quedado, a lo mejor dando... o características más que síntomas que hayan quedado dando vuelta, y a parte hay que hacer la distinción entre las personas que uno al ojo cacha que son muy inteligentes, que se ofenden, yo me ofendo

profundamente con el A2, a mi me hicieron un A2 y fue así como "llévate esta wea, chao". -Lisa, 33 años.

"Pero ¿qué pasa? cuando tienes gente muy inteligente y además de eso aprendió a enmascarar muy bien, ellos saben perfectamente de que la respuesta no es pasar por encima del otro porque en el colegio te enseñaron, porque en kinder te enseñaron porque te re machacaron en todos los lugares a los que fuiste en la vida, entonces ¿qué hacen esas personas? sin mirarte te pueden decir que "me faltan unas piezas y las tienes tú ¿me las puedes pasar por favor?", pero entonces lo que tú te fijas es la forma en que lo hacen, pero es súper sutil. (...) y no toda la gente va a considerar eso como puntuable, yo lo considero como puntuable porque la forma en que se hace muy estereotipada, pero hay gente que me va a decir "no, porque te las pidió" y aquí el manual dice que te las tiene que pedir, si y el manual también mide el nivel de lenguaje y mide la forma en la que habla ¿cachai?, entonces yo tengo que medir además de eso, debo medir cada vez que habla, si queda estereotipado o no." -Lisa, 33 años.

"cuando tú te encuentras con gente que no tiene el criterio clínico porque eso es el otro tema, yo estoy en contra de que gente que no sean psicólogos hagan la prueba A2, la pueden hacer terapeutas ocupacionales, fonoaudiólogo, educadoras diferenciales, pero son pésimos clínicos, horriblemente mal "no, este niño es como es como muy porfiado porque como que tiene un conflicto con la mamá".

Los niños son porfiados porque es parte de la niñez ¿cachai? y al revés también, o sea, hay niños que tú los miras así como "ese cabro tiene el pedazo de trauma, cacha si onda tú te mueves muy fuerte al lado de él y se pone rojo" y la gente pelota "es que parece que es como alérgico" y es como loco tú no puedes ser alérgico al movimiento de otro, eso es un trauma, el tipo está reaccionando, desde el sistema nervioso central está mandando la alerta ¿cachai? algo está pasando en la casa de este niño, hay que investigar, hay que investigar "no creo que sea necesario" son pésimos clínicos." -Lisa, 33 años.

#### **a) frente a la posibilidad de haber recibido el diagnóstico antes.**

"yo analizando hacia atrás, veo que sí me habría hecho muy bien recibir ayuda, terapia ocupacional, psicólogo, fonoaudiólogo." -Camila, 30 años

"tal vez no habría arrastrado todas las trancas que he arrastrado hasta el momento"  
-Juana, 40 años.

"Creo que si hubiera cambiado bastante haber sabido antes, y me hubiera gustado que todos lo supieran también, para que me pudieran aceptar un poco más." -Camila, 30 años

"Sí, sí. Porque mi familia se hubiera adaptado a rutinas específicas, en la escuela también lo hubieran sabido manejar mejor, bueno alomejor no lo hubieran sabido manejar los maestros (risas), pero ya hubieran sabido que había algo" -Sol, 35 años.

"Yo creo que hubiera facilitado algunas cosas, por ejemplo hubiera redireccionado cosas, tal vez en cuanto a lo académico, tal vez en cuanto al tipo de seguimiento o de herramientas, incluso en cuanto al tratamiento de la depresión, porque es algo que me sigue, no?" -Francisca, 33 años.

"si yo hubiera tenido algún tipo de seguimiento, desde ese momento hubiera tenido algún tipo de tratamiento relacionado con ese tema de la depresión, tal vez no hubiera desarrollado la ansiedad al nivel que la tengo ahora, porque es algo que a veces sí me cuesta trabajo controlar" -Francisca, 33 años.

"sí es complicado, yo creo que una de las cosas que más me hubiera gustado es eso, tener acceso a información y haber tenido acceso a un diagnóstico temprano, para no haber tenido que arrastrar tantas de las cosas, y que son tristes, que todavía tengo hasta ahora" -Francisca, 33 años.

"Si yo hubiera tenido ese acceso hace 15 años hubiera sido increíble, pero pues bueno, me demoré mucho, pero si me hubiera gustado." -Francisca, 33 años.

"si me hubiera gustado tener todo ese acceso a todas esas cosas que tengo ahora, es como desbloquear, sabes? una parte de tu cerebro." -Francisca, 33 años.

"si desde chica mi mamá hubiese sabido que su hija era así, le iban a decir pues no tiene caso que inviertas, no tiene caso que estudie, no tiene caso que... mejor que más adelante se case y ya, y que la mantenga alguien y ya estuvo." -Patricia, 32 años.

"si hubiese sabido antes me hubiesen cerrado puertas que como persona normal no me hubiesen cerrado" -Patricia, 32 años.

"si antes me hubiesen dicho: "pasa esto...", me hubiesen cerrado más puertas." -Patricia, 32 años.

“Lo que pasa es que como yo ya venia con mi hijo mayor aprendiendo con él, todo enfocado hacia a él y hacía, eh, entendía que era importante que fuera un diagnostico temprano, que era importante que tuviera las terapias y el apoyo, que fuera necesario porque si no tenía como las cosas que a mí me pasaron, decía “pucha que lata que le diagnostiquen tan tarde”, fue fuerte en ese sentido, porque uno no debe “pucha que lata porque pasó esto”, pero que da rabia porque tal vez no hubiera tenido esos problemas de depresión que yo sufría” -Julia, 45 años.

“si porque, eh, yo me sentía rara, extraña, me sentía incómoda en el colegio, si a lo mejor en el colegio hubiesen sabido cómo llevar la situación, como plantearla, no hubiese vivido tan, eh, tan mal mi relación con mis compañeras.” -Julia, 45 años.

“hubiese sido distinto porque yo siempre me cuestionaba por qué a mí no me interesaba eso, por qué a mí no, por qué yo no puedo encajar, por qué no puedo ser amiga, por qué. Eran siempre tantas preguntas, y si hubiese entendido a lo mejor no hubiese vivido ese tiempo de tantos por qué.” -Julia, 45 años.

“Nosotras como mujeres hemos sido super vulneradas, en la salud, en la educación, en todo sentido, en el trabajo, y como que somos bueno, siempre me dicen “como que tu atraes que se burlen de ti, que atraes que se aprovechen, que hagan sus cosas”, eh, claro, no es que yo lo atrajera, si no que debido a mi diagnóstico yo no lograba entender, y estaban pasando otras cosas. Entonces si yo hubiese tenido las herramientas, que por ejemplo tiene mi hijo mayor y que tiene mi hijo menor, no me hubiese pasado.” -Julia, 45 años.

“y mi adultez hubiese sido más tranquila” -Julia, 45 años.

“habría cosas que no hubiera hecho, de partida no hubiese dejado nunca el hotel, jamás. Porque no viví feliz después, me metí en un lugar donde yo no quería estar” -Julia, 45 años.

“imagínate a mí, si me hubiesen dicho de chica “sabes que, tu no comprendes esto, pero no porque algo malo está en ti, si no que es que tu comprendes el mundo de esa forma y está bien”. Uno piensa que hay algo malo que uno tiene.” -Julia, 45 años.

“creo que lo que me ha dado la fortaleza es reunirme entre todos los neurotipicos como una neurotipica más, eso me ha convertido y me ha sacado de mi autismo a acercarme más al neurotípico. Si me hubieran agarrado como rara quizás me habrían excluido de

muchas situaciones que tuve que pasar que han sido necesarias para aprenderlas.”  
-Maria, 34 años.

“Haberlo ignorado me ayudó mucho más, porque no es la misma generación mía que la generación de mis hijos.” -Maria, 34 años.

“Capaz que me hubieran dado más herramientas pero por suerte no tengo problemas cognitivos o de aprendizaje, entonces compensé mi habilidad.” -Maria, 34 años.

“Porque para nosotros los autistas la inteligencia se mide en las relaciones sociales, así de simple y creo que si me hubieran tratado como autista, llevándome a psicólogos, no hubiera aprendido tantas habilidades sociales porque en el choque con la experiencia, yo he podido decodificar más que lo que un terapeuta puede demorar con un niño.”  
-Maria, 34 años.

“Quizás más fácil, pero no me haría la persona que soy ahora. Y sí, quizás hubiese sido mucho más fácil para mí, pero porque no hubiera tenido mucho de las vivencias que tuve, pero en realidad no hubiera sido lo mismo, pienso que no me hubiera podido integrar.” -Barbara, 26 años.

“Obtuve sus pros y sus contras porque mi padre no lo hubiese entendido y capaz que hubiese patologizado esto y hace 30 años atrás no se entendía el autismo como se entiende ahora” -Rubí, 36 años.

“entonces hace 30 años atrás por ahí hubiera hecho que a lo mejor mi madre sobreprotectora, que también era un poco descuidada en algunos aspectos, me hubiese sobreprotegido más, (...) a lo mejor hubiese estado con más medicamentos” -Rubí, 36 años.

“yo creo que muchos de nosotros que pasamos por situaciones similares no estamos pensando que a lo mejor hubiese sido bueno el diagnóstico antes porque ya es algo que en esa época era muy desconocido.” -Rubí, 36 años.

“yo diría que el diagnostico no debería ser cuando uno es tan chica porque de repente genera que tus papás tengan ese duelo y de sobreprotegerte” -Carolina, 42 años.

“si mi mamá hubiese sabido mi diagnóstico ella hubiera sentido pena o lástima de mí, me hubiera hecho mal.” -Carolina, 42 años.

"entonces yo creo que si hubiera tenido mi diagnóstico de niña habría dejado de hacer muchas cosas, avalándome de mi diagnóstico y yo misma me hubiera puesto obstáculos, pero eso igual hubiese sido derivado del dolor de mi mamá y eso va naciendo de eso."  
-Carolina, 42 años.

"Sí, de chica, porque hubiese sido más fácil porque hubiese tenido más cosas, hubiese tenido más, como más herramientas" -Elena, 24 años.

"porque digamos recibir un diagnóstico ahora, digamos a los 24 años, es como decir "Bueno, y ahora qué hago con esto" ¿viste? ¿Por qué no lo recibí antes? ¿porque nadie pensó que tal vez..." -Elena, 24 años.

"Yo creo que sí, explicaría y advertiría muchas cosas de las que sucedieron y que posiblemente van a suceder, pero yo creo que seguiré haciendo la Aurora que soy ahora porque, o sea, si bien me llegó un poco tarde, se sobrellevo bien, hubieron detalles que tal vez se podrían haber evitado, tal vez no, pero creo que la finalidad si hubieran llegado al diagnóstico antes, hubiera terminado donde mismo: en la aceptación y en decir "me da lo mismo lo que tú pienses, yo soy así" y en superar algunas barreras."  
-Aurora, 17 años.

"yo misma digo "ojalá este diagnóstico lo hubiera recibido donde era niña, mi vida habría sido muy distinta" -Catalina, 44 años.

"yo hubiera preferido saber antes porque hubiera podido poner atajo a tantas cosas"  
-Catalina, 44 años.

"pero si a mí me dijeran como tú me preguntas en delante ¿habría sido mejor que te diagnosticaran de niña? Sí, mi vida habría sido mucho mejor, quizás hubiera tenido otras oportunidades, se me habrían abierto más puertas, mi vida habría sido un poco más fácil" -Catalina, 44 años.

"pero por otro lado mi jefa me decía, "pero Cata míralo desde otro punto, yo lo veo así, -me dice- tú lograste sobrevivir 43 años de tu vida sin saber tu diagnóstico, quizás si lo hubieras sabido de niña tu misma te hubieras limitado" porque la visión de antes no es la misma de ahora, entonces puede que por eso el destino era que tú supieras ahora que hay un poquitito de información sobre las mujeres autistas porque si lo hubieras sabido antes a lo mejor no te las habrías arreglado, habrías quedado ahí en tu casa encerrada y no habrías salido adelante con la pachorra que tú tienes"." -Catalina, 44 años.

"a lo mejor podría haber sido más predecible con mis papás, a lo mejor me hubieran puesto más atención, no tenían por qué saberlo" -Alison, 36 años.

"en realidad siento ya que el autismo es como nuevo, entonces tal vez en mi época tampoco hubiese servido tanto me hubiesen diagnosticado de otras cosas." -Alison, 36 años.

"es porque tal vez, no sé, si estoy en lo hubiese sabido antes, ahora sería extremadamente libre y feliz y exitosa en cosas que deje total y completamente de lado, para sentirme mal porque no lograba ser exitosa en lo que se supone que debía ser exitosa." -Alison, 36 años.

"Yo tiendo a pensar muy globalmente, me pongo automáticamente en 1984 en mi pueblito, natal de crepúsculos arrebolados. Donde la primera psicóloga que me vio era muy rústica y no creo, creo que no... porque lo que había en aquel entonces como intervención terapéutica, no me parece que haya sido muy efectivo. (...) Yo creo que si me hubiesen diagnosticado en esa época, probablemente iba a estar más medicada" -Becca, 37 años.

"dentro del autismo hay muchas que nos pasa eso, por eso es importante el diagnóstico porque a medida que vas conociendo y sabiendo tanto las características buenas del autismo, como estas cosas que son dificultosas, puedes entender un poco más y decirle a un médico "no ese medicamento me hace mal", "a mí me pasa esto, entonces tengo esta dificultad" y a lo mejor influyen en lo que me está diciendo" -Rubí, 36 años.

"hubiera tenido una vida mucho mejor." -Camila, 30 años

"A lo mejor hubiera tenido un poco más de éxito pensando en lo laboral" -Camila, 30 años

"y es que si lo hubiera sabido antes no la hubiera regado tantas veces, no? no hubiera intentado hacer ciertas cosas que no me salieron, no hubiera fracasado tantas veces, hubiera sido como más sencillito, más fácil" -Cecilia, 38 años.

"si hubiera sido muy diferente" -Cecilia, 38 años.

"Si, hubiera cambiado totalmente" -Cecilia, 38 años.

"obviamente si hubiera cambiado porque pues no me hubieran tratado como me trataron, y a lo mejor me hubieran comprendido más, porque siempre estuvo el quererme cambiar, siempre, y juzgarme y decirme "tú estás mal". O sea, llegó un momento en el que ya, o sea, en la juventud en la que yo ya ni hablaba, o sea igual otra vez mutismo selectivo, no hablar porque si hablaba me iban a atacar." -Cecilia, 38 años.

## b) Reacción al diagnóstico

"fui sola y lo único que hice fue caminar y la palabra autista se me repetía en la cabeza así como a cada rato" -Catalina, 44 años.

"ya en un punto no pude más y dije "ya, voy a tener que hacer terapia" y busqué una psicóloga acá en Antofagasta y la niña sabe igual de autismo, empezamos como en Abril. Y bueno después de unos dos meses de terapia ella me dijo "sabes que? yo sé que tienes hartos problemas y todo pero yo te quería recomendar que leyeras algo sobre la teoría de la mente" o algo así, no me acuerdo muy bien del nombre... ya y me puse a leer... lloré toda la noche... Vi videos, busqué información, mucho, estuve toda la noche ahí, obsesionada con eso, y era como mirarme al espejo... por eso lloraba, no era como de pena o angustia... sino que "esto era, esto era lo que me pasó toda la vida" y no sabía porqué me sentía mal, no sabía porqué no entendía muchas cosas... y luego vino la depresión absoluta. Estuve como dos meses en cama, con una depresión muy heavy... yo ahora estoy medicada, pero ahora estoy mucho mejor..." -Alison, 36 años.

"Recuerdo que cuando la psicóloga que me hizo el diagnóstico... (...) honestamente yo tenía esa confianza porque incluso me hizo test proyectivos para... evaluó todo lo que podía evaluar. Fue una evaluación de casi 4 meses y... nada. Cuando me entregó el diagnóstico me quedé notando, uhm... me dijo que tenían grado 2, porque cuando me dijo... yo le dije "¿puntué?" Y me dijo sí. Entonces yo dije "ah no, debe ser grado 1 tipo alto funcionamiento o algo así" y me dijo no, entonces ella me empezó a hablar de reconocer las discapacidades, de reconocer las debilidades, de no exigirme tanto y cosas así, y como que le miraba, "¿que?" **(Risas)** Me dijo sí, sí porque tenés un grado 2. Ahí es como que yo me quedé sin habla y se me hizo un nudo en la garganta así como que ¿what?. La mire y le dije que tenía que haber un error, y me empezó a mostrar todo lo de las evaluaciones, los puntajes, la sumatoria, las anotaciones paralelas. "Te acuerdas que yo te pregunte esto y me respondiste esto" "sí" "puede ser tal cosa me hubieses respondido a esto", y yo me quedaba así... y después, cuando salí era como que me faltaba el aire, decía, "no, esto es una película es una broma". -Becca, 37 años.

"Primero me hizo sentir muy mal. (...) entré en una pseudo negociación vine... estuve un tiempo mirando a mi hijo con la culpa así como que "entonces lo sacaste de mí"." -Becca, 37 años.

"entonces tal vez por eso nací así, es como la explicación que tengo. O a lo mejor, por mis hijos. Como que he tratado de encontrarle explicación, o sentido." -Camila, 30 años

## 2. **Uso de masking.**

"entonces ya hace un par de años atrás, empecé a entender que a él también le podría gustar recibir cosas, entonces para un cumpleaños le mandé un oso con unos chocolates al trabajo" -Camila, 30 años

"yo me acuerdo que siempre estaba mirando a los demás, porque yo no sabía reírme tampoco, y tampoco sabía llorar." -Camila, 30 años

"empecé a ver cómo se reía la gente a carcajadas y a mí no me salían, y era como empezar a observar para aprender hacer lo mismo" -Camila, 30 años

"yo siempre quise como pasar desapercibida y no lo logré" -Camila, 30 años

"de repente llega con nuevas formas de hablar del colegio (...) o habla como con otro tono de voz por ejemplo, o habla como mexicana porque ve YouTube, se le pega." -Camila, 30 años

"Tercero y cuarto medio yo ya empecé a salir, iba a discos, también fume, también tome alcohol y todo eso pero no era lo mío, eso de tratar de encajar no, no... no era lo mío" -Juana, 40 años.

"Sí, yo en la universidad carretié, fume, tome, fui a fiestas pero tampoco fue que me sintiera en mi ambiente." -Juana, 40 años.

"Tampoco fue de "ay, viví la universidad " no (risas) no, traté de, pero no, nunca fue lo mío." -Juana, 40 años.

"Ese enmascaramiento, esa cosa de... esa máscara que te pones para no ser el bicho raro" -Juana, 40 años.

"ese enmascaramiento, esa como... careta que me ponía antes, ya sé que es... que no todos lo hacen" -Juana, 40 años.

"imitaba mucho a mi hermana" -Cecilia, 38 años.

"Si totalmente, estas fingiendo, realmente no estás siendo tu, entonces si llegas a casa muy frustrada, cansada, agobiada porque fingiste mucho tiempo..." -Sol, 35 años.

"encajas pero de una manera muy falsa la verdad." -Sol, 35 años.

"si lo intenté pero me cansaba mucho, el tener que fingir que me gustaban las cosas que a ellas les gustaban" -Francisca, 33 años.

"y generalmente cuando estoy afuera entro en el dichoso modo máscara, la máscara social, y eso es lo que te gasta más energía." -Patricia, 32 años.

"Cuando no eras consciente de ella sí, porque antes yo lo usaba, pero no era consciente, entonces te puedes llegar a perder en eso, en el que yo sentía que antes no tenía una identidad, no tenía una personalidad, era como que la máscara era más yo que yo, ahora ya sé qué soy yo y qué es la máscara, ya puedo identificar" -Patricia, 32 años.

"cuando tú tienes la identidad marcada y sabes cuál es la máscara y cual eres tú, no hay problema, antes sí." -Patricia, 32 años.

"siempre me reía, porque veía que todos los demás se reían, entonces yo me reía no más." -Julia, 45 años.

"Es más, para vestirme tenía que estar mirando como se vestían los otros, porque hasta me daba vergüenza porque yo sabía que no me querían porque también yo era distinta." -Maria, 34 años.

"Después vas aprendiendo que no tienes que decir algunas cosas -aunque me muerda la lengua a veces- porque el neurotípico no está acostumbrado a eso." -Maria, 34 años.

"Lo aprendes por experiencia nada más, de varias veces de pasar vergüenza digamos (risas), reflexionás en casa en que te has confundido y dices, "mañana no lo hago porque me van a mirar o a tratar mal", pero ni siquiera porque lo entiendas, solo por saber que si lo haces pasará tal cosa, nada más." -Maria, 34 años.

"Nosotras nos mimetizamos demasiado, o sea yo puedo conversar contigo mañana y pasado y termino hablando chileno." -Maria, 34 años.

"Porque esa capacidad compensatoria de poca sociabilización o pocas herramientas, se compensa con copiar gestos, posturas, frases, palabras. Entonces pasamos desapercibidas." -Maria, 34 años.

"Es lo que nos ha sacado la identidad a muchos, porque nosotros vivimos una realidad paralela que es adentro de mi casa y otra afuera." -Maria, 34 años.

"Es actuar y es feo porque no puedes ser tú, porque si eres tu sos rara y le das miedo a cualquiera digamos." -Maria, 34 años.

"Antes de darme el diagnóstico siempre trataba de sonreír, de reírme, aunque no entendiera el chiste para no quedar mal, de buscar un trabajo y ser como más tolerante a los demás y tratar también de yo cambiar." -Barbara, 26 años.

"Era como una máscara que me tenía que poner siempre para que no te sigan diciendo que eres rara, eres tonta y esas cosas." -Barbara, 26 años.

"que la gente sea tan cerrada y tenga un concepto de normalidad tan marcado y tajante... también yo trate de mezclarme, entonces, si siento que hay que tener una máscara ante la... al menos todo el tiempo que yo estuve trabajando, hay que tener una máscara ante la sociedad, tratamos de cómo ocultar las cosas que sentimos. Y si creo que es muy común, yo también he visto otras mujeres con TEA que como que no son ellas mismas, excepto en la casa." -Barbara, 26 años.

**"¿Sientes que te hizo perderte a ti misma de cierta manera?"**

Si, antes sí, pero antes de tener mi diagnóstico" -Barbara, 26 años.

**"¿Sientes que en algún momento tu personalidad real fue aplacada?"**

Si, si toda la vida, siempre, siempre, y ahora... ahora no, ahora soy libre, antes no lo era tenía que fingir mucho" -Barbara, 26 años.

"Incluso hay que fingir en cómo uno se tiene que vestir, tienes que vestirte de una forma ni siquiera cómoda para ti" -Barbara, 26 años.

"tuve que hacerlo toda la vida, entonces si influye mucho y hay que prácticamente ponerse esta máscara para que te puedan entender y puedas llegar a sociabilizar y tener una relación un poco más empática con los demás, porque se fijan mucho en cómo es la persona por fuera y te juzgan también mucho más por dentro, entonces todo eso hay que ocultarlo." -Barbara, 26 años.

"si no hubiera tenido el diagnóstico (...) seguiría fingiendo y fingiendo" -Barbara, 26 años.

"al final le finges a todos, finges hasta a tu hijo y le enseñas eso, que tiene que fingir para poder adaptarse" -Barbara, 26 años.

"las mujeres si, tratan de vivir una vida que no son, y eso es muy malo porque les puede afectar siempre, para poder aceptarse, y llevar una vida con todas sus características bien y poder ser libre." -Barbara, 26 años.

"yo me camuflé por mucho rato, desde que nació mi hija sobre todo, porque yo no quería que mi hija fuera como yo, quería que mi hija superara muchos obstáculos y tuviera vida social." -Carolina, 42 años.

"Entonces empecé a modelar la mamá perfecta, que era super sociable, iba a todas las reuniones y me duró como 13 años hasta que me empezó lo del acoso laboral y ahí la tensión en el ambiente fue tanta que no pude seguir manteniendo la máscara" -Carolina, 42 años.

"antes que naciera mi hija yo sabía que era rara y loca, me importaba una raja, pero cuando nació mi hija, ya no me importaba una raja, porque le dirían a mi hija que iba a estar en el ojo de todo, le dirían "oye tu mamá es loca, hace cosas raras" entonces me camuflé mucho, o sea, usé todo lo que había aprendido para camuflarme." -Carolina, 42 años.

"Hasta la edad en la que nació mi hija, cuando cumplió 3 años yo decidí ser diferente, volverme "normal", más que todo por ella, porque mis reacciones le estaban generando en ella una mirada que a mí me provocaba dolor, entonces decía, ya no voy a reaccionar así, me voy a contener y lo logré." -Carolina, 42 años.

"igual fue demasiado restrictiva la careta que me puse, en realidad tengo que decirlo." -Carolina, 42 años.

"a mi no me lo enseñaron tanto, pero como que lo asumí porque tenía muchas mujeres alrededor neurotípicas y neuro locas como digo yo, pero observe mucho y fui muy observadora por lo que sabía cómo comportarme como señorita y diferenciarlo" -Carolina, 42 años.

"ahí en la universidad viví como si fuera el liceo para la gente neurotípica, en la universidad carreteaba, salía hartito, conocí a una amiga neurotípica que me ayudó a entender muchas cosas" -Carolina, 42 años.

"me compraba el TV grama para saber de que hablaban los cabros" -Carolina, 42 años.

"uno vive haciendo eso, literalmente uno vive haciendo eso, como en este mismo caso en algún momento ¿he dejado de sonreír?"

**No**

Ahí está como el primer detalle, o sea, estoy feliz y todo, pero por ejemplo no puedo dejar de sonreír, por esta situación es una cosa concreta, eso sería el camuflaje en este caso como videollamada, que solo se puede ver la cara, pero puede pasar con la ropa, con la forma de ser, con todo" -Aurora, 17 años.

"cuando estaba en cuarto básico yo tenía una amiga cercana, la Violeta, tenía esta amiga y ella tenía su propia forma de ser, pero una vez un día x yo llego acá a mi casa y no dejaba de tocarme el pelo de cierta manera así como haciendo rulos, y mi mamá me dijo "yo no quiero una Violeta, yo quiero a una Aurora" y en ese momento no sabíamos qué onda pasaba y ahora si uno mira para atrás es como "wow, yo estaba haciendo exactamente lo mismo que mi amiga, solo para intentar ser igual en el sentido de "yo quiero encajar" (...) hasta ahora uno lo hace inconscientemente" -Aurora, 17 años.

"pasa en todo, pero mientras uno lo tenga consciente como que ya uno puede seguir como dando pasos pequeños para, no para quitarlo porque no se puede quitar, pero como tenerlo consciente y, es decir, yo no soy de esta manera y no estoy copiando a este porque quiero ser como él, yo quiero ser como yo soy, pero tengo que primero darme cuenta y descubrir quién soy yo también." -Aurora, 17 años.

**¿sientes que el masking ha sido una herramienta? ¿cómo para comunicarte con los demás muy importante?.**

Sí yo diría que sí es importante, pero no te podría decir cómo exactamente, porque es importante porque es algo tan inconsciente a veces, que uno en verdad no se da cuenta que lo hace, pero probablemente sin él, como ya si me voy a un caso extremo probablemente estaría sola sentada en una esquina." -Aurora, 17 años.

"uno se pierde en quien es, uno intenta como encajar tanto que finalmente uno deja de mirarse a uno mismo, entonces como ya, yo sé que me gusta, ya si ok, dibujar, leer y todo, pero ¿quién soy yo en verdad? ¿cómo actúo yo en verdad? Porque, o sea, todos somos de diferentes formas con quien esté delante nuestro, entonces como ya "cómo soy yo en verdad, si actuó contigo, con mi mamá, con un amigo sin intentar copiar a otro de forma inconsciente"." -Aurora, 17 años.

"así que tuve que aprender a adaptarme y seguir practicando." -Claudia, 27 años.

"tuve que aprender a cómo relacionarme más con los clientes, aprender a cómo envolverlos" -Claudia, 27 años.

"yo por ejemplo veía a alguien haciendo algo y yo lo hacía" -Claudia, 27 años.

"a mí no se me nota porque parezco normal" -Claudia, 27 años.

"yo creo que el mayor problema es que uno se termina adaptando a los demás cuando debería ser mutuo." -Claudia, 27 años.

"porque siempre trate de encajar desde chica" -Catalina, 44 años.

"para que nadie se diera cuenta yo me escondía" -Catalina, 44 años.

"yo trataba de actuar como cualquier otro chiquillo de mi edad" -Catalina, 44 años.

"en realidad no me quedaba otra que adaptarme" -Catalina, 44 años.

"en el camino fui aprendiendo que tenía que hacer, para que la gente no pensara que yo estaba enojada, tuve que aprender a moverme, a estar sonriendo, aunque yo no quisiera sonreír porque encontraba tonto estar sonriendo si yo no quería sonreír, pero sé que era la manera de expresar que estoy bien, fueron cosas que tuve que ir aprendiendo y llevarlas al plano laboral." -Catalina, 44 años.

"esas cosas son las que he ido aprendiendo que ya no debo hacerlas" -Catalina, 44 años.

"leí por ahí en alguna parte y en algunos foros que he participado en internet somos más camaleónicas, sabemos disfrazando." -Catalina, 44 años.

"tuve que poner la máscara porque tenía un hijo, porque tenía familia, porque tenía que ir si no había nadie más iba a ir, entonces eso de vivir ese proceso de usar una máscara como tu dices, yo le digo mi traje de neurotípico, igual es pesado, es cansador" -Catalina, 44 años.

"pero no se pudo , pero si es el usar la máscara como tú dices es la única forma que uno tiene para sobrevivir porque uno no vive cuando tiene autismo en un mundo de puros neurotípicos uno no vive, uno sobrevive." -Catalina, 44 años.

"Claro que te afecta a mí me afectó bastante porque el mismo hecho de que hubiera llegado al momento en que hubiera pensado en el suicidio como una vía de escape porque ya no daba más, o sea, tener que estar todo el día actuando porque en el fondo uno se vuelve una actriz las 24 horas del día cansa, entonces a veces yo quiero llorar, estoy triste, pero no sé porque estoy triste, pero tengo que disimular que no pasa nada, que está todo bien porque detrás mío hay una familia o porque detrás mío hay un trabajo, bueno el caso de las que están casadas hay un marido, entonces ese es un peso que uno lleva, el tener que usar esa máscara todos los días cansan y ojalá que no tuviéramos que usarla que nos pudiéramos mostrar así como somos" -Catalina, 44 años.

"Usar la máscara si es una manera como decía yo de sobrevivir, pero no creo que sea lo mejor, una como mujer igual debería tener el mismo derecho de los hombres de mostrarse como es" -Catalina, 44 años.

"yo le digo a mi jefa "yo me levanto y yo me pongo mi disfraz de neurotípico antes de vestirme" y después me meto a la ducha, me arreglo y salgo a la calle y voy a trabajar. Y cuando llegó en la noche y me voy a quedar dormida, ahí recién yo me saco el traje, porque yo sigo actuando en mi casa, porque tengo que estar atenta no contestar mal, no levantar la voz o si muy bajo o hablo muy fuerte estar atenta a lo que me dicen los demás si lo que quieren decirme es realmente así o no y un montón de cosas, entonces son muchas cosas las que yo tengo que estar todo el día con ese disfraz, entonces el único momento que yo tengo para mí es cuando me pongo los audífonos, me pongo a escuchar música y hasta el otro día." -Catalina, 44 años.

"el tema de mirar a los ojos, ponte tu yo lo aprendí porque mi abuelo me decía, él me enseñaba, me daba la mano y me decía "cuando alguien te salude, le das la mano y lo miras a los ojos" entonces lo repetíamos mucho" -Alison, 36 años.

"Si, todo el rato si como te digo yo me perdí toda la vida" -Alison, 36 años.

"mira me pasó que después del diagnóstico que como que eso se borró en mí, ya no existe esa necesidad, antes quizás sí porque no sabía qué me pasaba, me pasó eso como que no sabía entonces buscaba que ser, yo creo que más lo hacía por eso, buscaba que ser" -Victoria, 35 años.

"lo que sí no miro a los ojos, pero si tengo un punto, no por necesidad de mirar, sino que por concentración porque noto que cuando uno no mira a las personas, las personas se desconcentran entonces, a pesar de que no miro a los ojos igual como que trato de enfocarme en alguna parte de su cara o trato de mover mucho las manos como para distraer el tema de que si estoy mirando o no" -Victoria, 35 años.

"Si, si al 100% porque me pasó, inconscientemente trataba de ser lo más parecida a mis pares, pero eso también llevaba en contra la carga que generaba al final del día y uno se enferma físicamente, uno está en constante estado, que te duele la espalda, que te duele la cabeza, entonces es un estrés constante de que pierdes calidad de vida, es impresionante" -Victoria, 35 años.

"sí traté de mimetizarme, traté de tener un grupo, de seguirle a mis compañeras" -Becca, 37 años.

"yo lo usé mucho, a mí me resultó un arma de doble filo..." -Becca, 37 años.

"ahí me di cuenta que todo el camuflaje que yo venía haciendo, hizo que yo me llevara bien con tantas personas, pero no me llevé bien conmigo misma... que yo no me

conozca, porque yo me regulaba mis emociones de acuerdo al contexto, de acuerdo a la persona, de acuerdo a un montón de cosas. Y tuve que hacer el proceso de encontrarme, de buscarme, de encontrarme y después de aceptarme..." -Becca, 37 años.

"Pero si es un arma de doble filo muy desgastante porque yo me aplique un filtro verbal y emocional muy fuerte, qué cuando no lo usaba me hacía muy hiriente y cuando lo dejé de usar me sentía como igual. Como muy rara, muy diferente, muy desubicada, muy inadaptada, muy diferente... o sea es como que te choca, es como sacarte el disfraz hace que todos se den la vuelta a mirarte porque saltan las evidencias." -Becca, 37 años.

"generalmente las mujeres usamos eso del camuflaje por eso, por qué como que no nos sentimos cómodas siendo tan raras... habrá algunas que se sienten cómodas felices siendo raras, se pintan el pelo de azul y andan caminando raro y la gente lo mira raro y a ellas no les afecta. Pero la mayoría usamos el camuflaje por eso, o sea empezamos a evitar cosas empezamos, a hacer algoritmos mentales; yo usaba muchos algoritmos mentales para hacer deducciones de "esto es lo que tengo que hacer", "esto es lo que tengo que hacer, esto no" y de repente me encontraba con que mi algoritmo no funciona... ¡ah!... y ahí hacía una crisis" -Becca, 37 años.

"Pero es como que me quiero aferrar de lo que la gente ve, que me ve bien, que me vea trabajando." -Becca, 37 años.

### **3. Identificación de su sí mismo.**

#### **a) antes del diagnóstico**

"siempre supe que había algo raro conmigo. Mi familia también, siempre supo que había algo extraño conmigo." -Camila, 30 años

"lo que más me afectaba siempre fue el tema de los ruidos, de hacer sentir mal a los demás por siempre estar con los oídos tapados, o de repente no querer comer con mi familia por el tema de los ruidos". -Camila, 30 años

"yo siempre me sentía como la rara, no? y hasta me lo decían no?, rara, loca, entonces este... sí sentía que yo era diferente y no entendía porque los demás eran así o sea... era como que yo tenía siempre como un signo de interrogación "por qué piensan así?, ¿por qué piensan eso? o sea ¿por qué?" Siempre, siempre... y entonces era como también

una necesidad de tener que investigar, que averiguar, que por qué eran así las personas, que por qué era así la sociedad no?" -Cecilia, 38 años.

"antes de diagnóstico sí éramos como que muy raros, éramos la familia rara..." -Cecilia, 38 años.

"para qué hablo si ya me van a atacar, si me van a juzgar, si me van a decir cosas... entonces, ya en la casa no hablaba, ya no hablaba" -Cecilia, 38 años

"Desde mi ingenuidad yo pensaba que todas las personas hacían listas..." -Juana, 40 años.

"nunca me sentí parte de un grupo..." -Juana, 40 años.

"me sentía torpe, siempre tropezándome" -Juana, 40 años.

"así fue creciendo, no fui muy funcional a nivel social, de pareja, escolar bastante, y no porque tuviera un CI menor, sino porque batallaba mucho con las estructuras" -Sol, 35 años.

"antes era "¿por qué soy así? ¿por qué reacciono de esta manera? ¿por qué no me gusta, por qué no me adapto, qué es lo que pasa?" -Sol, 35 años.

"antes había muchas cosas que no lograba entender" -Francisca, 33 años.

"cuando este tipo de crisis llega al punto en el que me costaba tanto levantarme de la cama, me costaba tanto trabajo el poder expresar el por qué estaba tan mal, y ni yo misma sabía ¿cómo decirle a los demás que me dejaran en paz?" -Francisca, 33 años.

"ese tipo de cosas que no entendía en ese entonces me hicieron una persona muy muy solitaria." -Francisca, 33 años.

"siempre me sentía rara, fea, bla bla bla, y entonces todas esas cosas negativas que puedes encontrar en una persona pues yo las tenía, según yo, según mi percepción de mí misma" -Francisca, 33 años.

"sinceramente creo que no tenía la capacidad para poder procesar esas cosas que me pasaban porque simplemente estaba tan abrumada que hasta ahora de vez en cuando:

esta cosa que hice o esta cosa que hice podría ser por eso... hasta ahorita me vengo a acordar" -Patricia, 32 años.

"mi ánimo estaba muy... mi confianza en lo que yo sabía, o que yo sabía que me gustaba, estaba así... fatal." -Patricia, 32 años.

"Antes del proceso si alguien venía y me decía algo, me hería más, porque no tenía esta identidad fuerte creada, esta base, ahora como ya la tengo no me genera tanto problema." -Patricia, 32 años.

"Antes y creo que hasta parte de ahora yo era mi peor enemiga, la peor enemiga del universo, nada podría hacer así... lo que pasa es que antes no me conocía tan bien, pero obviamente aunque no te conozcas sabes cómo lastimarte así en friega, pero ahora como ya te conoces más, con simples cositas puedes "auch", porque antes yo no tenía autoestima, ahorita tengo un poquito más de autoestima y así como me puedo lastimar también me puedo levantar yo sola" -Patricia, 32 años.

"Antes era terrible, era mi peor enemiga, literalmente era sobrevivir cada día, cada segundo" -Patricia, 32 años.

"antes me pasaba mucho que había mucho ruido acá arriba y no lograba ordenar la información para poder unir los puntos. Había mucho desorden acá arriba, mi psicóloga me ayudaba mucho, platicaba con ella y me hacía ver los puntos más importantes y yo ya podía ir ordenando la información para poder hacer la conexión e ir poquito a poquito trabajando en algo. Ahorita es algo que ya logré empezar a hacer yo sola." -Patricia, 32 años.

"por todo lo que ya estaba saturada, o sea estaba super saturada, la poquita energía que me quedaba la use para terminar la maestría" -Patricia, 32 años.

"y cuando yo llegaba a hacer lo que iba hacer, yo estaba cansada, abrumada, saturada por los deberes, trataba de alejarme, o sea estaba super así mal, mal, mal. No sé ni cómo andaba, de hecho, yo le decía a mi mamá que hay muchas partes de mi vida que están, así como oscuras" -Patricia, 32 años.

"Uno se cuestiona mucho, se pregunta muchas cosas, "por qué soy diferente"." -Julia, 45 años.

“porque yo no puedo”, claro cuando era chica no tenía amigos, era de muy pocos amigos, y como uno dice las cosas, no es que no le importe al otro. Nunca entendí porque la gente se iba. Ahora si entiendo. Pero en ese momento cuando era chica uno dice las cosas no más.” -Julia, 45 años.

“te dicen tantas cuestiones, que te meten tanta cuestión en la cabeza que uno que es tan cuadrada para todo” -Julia, 45 años.

“tienes ese miedo, esa tranca, eso los por qué los tienes en la cabeza todo el rato, si yo hasta antes, hasta antes de tener mi diagnóstico siempre era como la super tímida, la super callada, la super esto, la super esto otro, y, cuando ya tuve el diagnóstico incluso me cambió favorablemente la vida porque trabajé en lo que yo quería, y me fue super bien y todo” -Julia, 45 años.

“Aparte me tomaban como la nerd del grupo, y bueno yo me aferraba a eso porque era la única herramienta que tenía de escape, porque en definitiva si no encajaba en ningun lado por lo menos hacía lo que me gustaba que era estudiar y nada más.” -Maria, 34 años.

“Es difícil porque nadie te entiende y eres la rara” -Maria, 34 años.

“Lo tomé bien porque sentí un alivio, porque no me sentía entendida, ni yo misma me podía entender a veces, y decía: “¿por qué soy así?, ¿por qué soy tan ansiosa?, ¿por qué a veces tengo estos ataques de llanto y que solamente me quiero hacer bolita, y quiero llorar y estar sola? y no reacciona nada” -Barbara, 26 años.

“Antes pensaba que estaba enferma, que era muy distinta, no me gustaba lo que sentía, sentía mucha ansiedad y al extremo de ponerme obesa y luego me tuve que hacer una manga gástrica por mi ansiedad.” -Barbara, 26 años.

“antes lo negaba porque por los medicamentos no sentía emociones, no podía sentir emociones porque no vivía plena” -Rubí, 36 años.

“tengo los archivos de la niñez que decían que yo era súper sociable, súper comunicativa cuando era niña y después los últimos informes dicen que no me conecto con los demás, que no tengo sentimientos (...) yo soy súper sentimental, o sea, que los medicamentos y no dejarme ser lo que yo era, no me dejaba vivir las emociones que estoy descifrando, no sé de qué son, no sé qué son y no me pasa solamente a mí” -Rubí, 36 años.

"en estos momentos estoy en una pausa en mi vida, porque la verdad me he cuestionado mucho todo lo que es mi carrera, si he sido útil realmente para la humanidad con lo que he hecho durante estos últimos 13 años en la Junji o no lo he sido, y solo he ganado un poco de plata y le he sido útil a un sistema que no le hace un bien a la humanidad, entonces he tenido profundos debates filosóficos, en general lo que me provocó el acoso laboral y si ha sido útil para la humanidad, pero el sistema se defiende y no quiere que los seres humanos sean libres y pensadores" -Carolina, 42 años.

"yo dije bueno a lo mejor no seré pero si yo me veo súper autista, me siento autista" -Carolina, 42 años.

"antes de tener a mi hija a mi no me importaba encajar, yo desencaja, si cantaba en la micro y me decían algo yo le paraba los carros me daba lo mismo, pero desde mi hija fue consciente y la miraba que me estaba mirando raro, yo decidí que tenía que ser una persona "normal" para que mi hija aprenda lo que es ser una persona "normal." -Carolina, 42 años.

"decidí irme a estudiar a Santiago porque tenía la idea que estando lejos de mis papás tal vez iba a poder a tener una voz propia porque en realidad mi mamá estaba demasiado encima mía y eso me agobiaba y hablando por mi cosas que yo no pensaba" -Carolina, 42 años.

"yo me aislaba a mi no me gustaba estar con otras personas, no me gusta de hecho" -Carolina, 42 años.

"uno se pregunta el ¿por qué uno no encaja? O no está como con todos los demás de esa manera tú lo ves como súper felices como que se amigan, todos abrazan y aquí uno mira uno acepta la felicidad del otro, pero uno no la va a buscar." -Aurora, 17 años.

"lo importante es mirarlo desde un enfoque más positivo y más proactivo donde uno pueda seguir y que no te bote o que no te choque tanto" -Aurora, 17 años.

"ni siquiera estudié lo que realmente me gustaba" -Claudia, 27 años.

"mas encima cuando te dan consejos te dicen "no, es que tienes que sonreír, evita mirar hacia arriba, evita mirar hacia abajo, que tienes que ponerte esta ropa, con cierto peinado, que tienes que estar maquillada", entonces es como todo un protocolo con mucha información, y yo no te voy a mentir, las primeras entrevistas que hice por videollamada fueron horribles" -Claudia, 27 años.

"Ahí llegué a mi casa llorando, me preguntaba qué era lo que yo había hecho para que me eliminaran así." -Claudia, 27 años.

"Lloré un día completo, y después mi pololo me dijo "ya hija, no llores, total ¿qué importa, quienes son ellos?" Y yo pienso, claro que importa porque ahora me estoy dando cuenta de que sí tengo problemas para mantener relaciones sociales." -Claudia, 27 años.

"siempre me sentía un bicho raro" -Catalina, 44 años.

"la palabra bicho raro, esa palabra le ha costado mucho a mi psicóloga quitármela, la tenía hasta ahora" -Catalina, 44 años.

"Antes me odiaba, bueno todos me dicen cata, antes odiaba la cata de antes, la odiaba mucho porque era rara, porque no aprendía como los demás, porque era tonta, porque era fea, porque era todo malo (...) ahora sé que la cata es una persona muy inteligente" -Catalina, 44 años.

"Es como que andas buscando constantemente tu identidad." -Alison, 36 años.

"siempre estuve tratando de cumplir, o sea todo lo que estudie... soy hasta guía de astroturismo... pinto, cocino... hago muchas cosas, pero el lado que disfruto, que es el lado más artístico, ese lo dejé total y completamente de lado para poder encajar con esta sociedad, con ser profesional... tenís que hacerlo po, es que tenís que hacerlo..." -Alison, 36 años.

"estuve bien confundida porque no sabía, no entendía... en verdad no entendía nada, no entendía... A lo largo de mi vida no he entendido nada hasta ahora." -Alison, 36 años.

"Antes era como que me castigaba, no en el sentido de pegarme o algo así, pero vivía con esa sensación de culpa de cosas que hacía, y por qué las hacía" -Alison, 36 años.

"la búsqueda de donde pertenecer me llevó a todos los lados, a los lados ñoños, a los lados religiosos, a los lados lanzados, cachai? a todos lados. Entonces claro, me miraban cuando entré a la u, me miraban en la casa así como la hueona curá, la hueona lanzada y no po, era parte de mi búsqueda, porque si no ahora seguiría igual, fue parte de mi búsqueda después fui y me metí con los rastas, que andaba cachando la movía a los

rastas, después los are krishna, eso de buscar el de ¿dónde pertenezco? ¿de dónde soy? ¿quién soy?" -Alison, 36 años.

"yo traté de encajar tanto y no entendía porque tenía pena, porque me sentía angustiada, porque me estaba tan estresada para hacer las cosas normales." -Alison, 36 años.

"siempre me estaba esforzando por cumplir las cosas que tiene que cumplir una mujer de mi edad" -Alison, 36 años.

"me diagnosticaron TEA hace poquito, llevo como dos meses con mi diagnostico... y nunca entendí cuando chica qué era lo que me pasaba... que por qué no encajaba... que por qué no me sentía cómoda... siempre fué como una constante batalla conmigo misma de que "es tu culpa el porqué no encajas", y en verdad nunca fué mi culpa, yo era así y yo veía las cosas de otra manera" -Ana, 18 años.

"siempre he sido la sombra de mi hermana, como nos parecemos tanto siempre me he sentido como opacada como por ella porque ella es la hermana bonita, la deportista y todo" -Ana, 18 años.

"Si me cuesta, muchas virtudes que tengo que yo sé que las tengo, pero no me creo el cuento entonces como no, no las tengo y mi mamá me dice eres súper inteligente y yo digo "no, yo soy súper tonta, no pude estar en el colegio y con suerte salí de cuarto medio, no me acuerdo como se divide cachai"." -Ana, 18 años.

"como a los 20 o 22 años incluso pensé que tenía esquizofrenia porque conocí a otra persona con esquizofrenia entonces como que se asimilaban ciertas sensaciones o conductas y claro bueno, y no, siempre sentí que algo era, algo me faltaba o algo había y no entendía qué era, o sea, que tuviera conductas disruptivas y cosas por el estilo porque era como estar en constante adolescencia, donde no conoces tu persona, no entiendes esta persona, el típico cuadro de la adolescencia donde buscan encontrar su foco." -Victoria, 35 años.

"era como la conflictiva en la familia, pensé que era hasta la oveja negra y cosas así." -Victoria, 35 años.

"fue así, fue bueno, se callaron las voces, a nivel esquizofrénico, es que incluso había veces que sentía que me llamaban, si era muy heavy y yo pensé que ya me estaba volviendo loca, si fue un proceso muy complicado donde a veces sentía que me

llamaban, a veces sentía como que escuchaba voces, es como que sabía que estaba haciendo las cosas por hacer, no por gusto y me tenía no viviendo la vida bien y estaba en constante estado depresivo” -Victoria, 35 años.

“antes estaba obligada a hacerla, ahora no, entonces ahí estoy porque uno se acostumbra a hacer las cosas por los demás.” -Victoria, 35 años.

“es como “es que tú no te puedes permitir eso” (...) tenía ciertas habilidades y las reprimía, por ejemplo, el tema de la buena memoria, el tema de ser inteligente de cierta medida en algunas áreas me molestaba, no me gustaba.” -Victoria, 35 años.

“si la gente decía algo y yo sabía que estaba equivocada, como que me mordía la lengua” -Victoria, 35 años.

“pierdes calidad de vida y te vas enfermando, siempre estaba enferma, siempre estaba achacosa, tenía que estar al pie del cañón, pero estaba enferma, no disfrutaba nada, bueno ahora tampoco pero sé que no me molesta no disfrutar ciertas cosas, antes decía pucha ¿por qué no me gusta esto?, ¿por qué a las personas les gusta esto y a mí no me gusta?, ¿seré rara? y ahí entra lo esquizofrénica, siempre pensé que era esquizofrénica, porque eran dos personas a la vez, claro, era mi verdadero yo que trataba de salir constante y más la persona que formaba para la sociedad y eso igual es complicado, te puede llegar a matar” -Victoria, 35 años.

“yo decidí volver a hacer la evaluación porque necesitaba una respuesta, necesita saber qué pasa conmigo ¿seré así? ¿no seré así? ¿estaré loca? ¿no estaré loca? Que era la típica.” -Victoria, 35 años.

“uno se va desapareciendo” -Victoria, 35 años.

“Yo creo que hubiese llegado erróneamente hasta la esquizofrenia, erróneamente porque si te digo que escucho voces porque yo lo veía de un modo concreto, esa persona que era autista la veía de forma concreta como otra persona y ahí es a la esquizofrenia.” -Victoria, 35 años.

“yo decía “pero ¿por qué me molestan los ruidos? ¿por qué no puedo disfrutar esto? Soy como una persona infeliz en mi vida, todo me molesta” y después empezaba con estos pensamientos analíticos y me molestaba tener personas, todo me molestaba, yo decía “¿por qué hago esto?” Siempre estaba en el cuestionamiento el por qué “¿por qué hago esto? ¿por qué soy así? ¿estoy fallada? ¿por qué no me puedo parecer a mis

compañeras? ¿por qué no puedo hacer esto? (...) "¿por qué no me gustan los abrazos? si todos se andan abrazando" y decía, "pero por qué, se me está entregando cariño, por qué yo no puedo tener esa respuesta con la persona" -Victoria, 35 años.

"Entonces tenía este tipo de cuestionamiento constante de "por qué yo soy así de rara, seré marciana" incluso pensaba que era de otro planeta" -Victoria, 35 años.

"cuando era chica me iba a andar en caballo y en la oscuridad como que siempre sentía como que era algo o era que mágica, que era de otro planeta o no sé, siempre buscaba dar respuesta cualquiera." -Victoria, 35 años.

"mis hermanos son morenos con pelo negro, entonces me dicen que yo era adoptada y yo creo que eso me tranquilizaba, a lo mejor era adoptada, mis padres eran otras personas, me lo pregunté alguna vez y porque además mi mamá no conserva fotos, yo sé que es mi mamá, pero digo esa necesidad de respuesta de dónde vienes, de por qué eres así." -Victoria, 35 años.

"Y era porque yo entendía el mundo diferente, no entendía a los niños, no jugaba como ellos, yo hacía todo diferente me sentía como una extraterrestre y tenía que callarme mucho porque cuando yo decía lo que yo pensaba era como que no cuadraba entonces me sentía muy agh..." -Becca, 37 años.

"una presión social que yo tenía, yo siempre tenía el mismo sabor en la boca y no tenía sentido porque nadie nunca hizo la secuencia lógica de por qué o de dónde venía ese sabor de la boca y ahora estoy usando... (...) ortodoncia porque yo tenía los dientes muy encimados. Y lo que yo hacía como era muy reservada yo me presionaba la lengua por los dientes y me los cortaba entonces el sabor raro que yo sentía cuando estaba...

### **era sangre**

...en esas situación, era la sangre en la boca y era un sabor a herrumbre... que cuando yo estudié medicina, ah yo cuando olía sangre yo siento mucho la sangre por el olfato, pero nunca relacioné por el gusto... que no nunca sea... no hice esa relación, hasta que cuando ya estaba en este año pasado, ante pasado con la terapia... la psicóloga que me veía me hacía notar todos los detalles de mi día a día y yo tuve una pelea muy grande con mi marido, y ya no discutía, si no solamente me callaba y me corté toda la lengua y fue ahí que me di cuenta que era la sangre" -Becca, 37 años.

"hice todos los cursos que pude, todos los entrenamientos que pude, entonces... y siempre fui muy analítica para lo que estudio, necesito entender de dónde viene y

siempre estuve preguntando ¿cómo?, ¿por qué?, y entonces ahí como decía wow, a mí me pasa algo parecido, eso tiene sentido" -Becca, 37 años.

"Yo hacía un análisis decía hay algo malo en mí, o sea yo tengo un problema, el problema está en mí. Entonces cuando empecé a tener todas esas crisis y empecé a tener tantos problemas y volví a tener esas ganas de que se apague todo y que... o sea empecé a pensar fuertemente en el suicidio otra vez por tercera vez." -Becca, 37 años.

"empecé a perder cosas, me olvidaba de cosas, que yo era incapaz de acordarme de lo que había hecho dos días antes de lo que habíamos hablado, o sea, estaba totalmente en off" -Becca, 37 años.

"es que antes yo solamente me desesperaba y estaba como "ay no sé qué me pasa, me voy a morir, voy a tener un accidente cerebrovascular estoy teniendo un infarto... mis últimas palabras"." -Becca, 37 años.

"bueno la gente decía "wow, ella está todo bien", pero era la parte de la percepción y la comprensión del mundo en el que yo estaba totalmente en alerta... mirando todo, copiando todo, angustiándome por las cosas que me desagradaban demasiado, sufría mucho, ese... desagrado pero me comparaba con los demás y los demás si lo disfrutaban, entonces como que me forzaba a disfrutar y no lo disfrutaba entonces pasaba mal, y nada..." -Becca, 37 años.

"me decían tienes que relacionarte con tus primas yo iba con las niñas de mi edad y no entendía lo que hablaban, no estaba de acuerdo, no jugaba como ellas cuando yo me quedaba callada, era despreciativa cuando por fin hablaba lo que yo decía no tenía sentido porque era muy elevado porque era muy crítico, entonces era como que me despreciaban y después quedaba como "qué es lo que les pasa, que no se quieren entre las primas" y yo me sentía mal..." -Becca, 37 años.

"Antes era caótica, era desesperada, era de incompreensión interna y externa. O sea, era todo un montón de cosas que no entendía, pero que trataba de manejar y de dar vuelta y no entender" -Becca, 37 años.

"Lo que pasa es que yo siempre supe que había algo distinto en mí ¿cachai? Porque al final yo iba al psicólogo y no tenía ningún diagnóstico" -Lisa, 33 años.

"hoy te traigo muy resumido, pero ha sido casi como de 12 o 15 años buscando qué onda, qué es lo que había diferente porque... porque si había algo igual... lo notaba más la gente afuera porque dentro de mí, o sea yo, para mí esto es normal, y yo decía:

"cómo es que la gente puede estar tranquila caminando en la calle con tanto ruido, tantas voces...", o sea, yo no entiendo..." -Patricia, 32 años.

## **b) después del diagnóstico**

"todas estas cosas empezaron a cobrar sentido." -Camila, 30 años

"yo siempre me sentí diferente, yo sabía que algo pasaba conmigo, entonces ya saber que era, y que no era algo tan malo como podría haber sido otra cosa, algún... Esquizofrenia, trastorno de la personalidad, que son cosas un poco más complejas, o bipolaridad. Eh... no, me sentí aliviada, de saber que bueno, soy diferente nomás, no soy mala, yo pensaba en algún momento que yo era mala porque a mí me molestaban los ruidos por ejemplo. Entonces ya... Eso... Como que ya es una liberación super grande".  
-Camila, 30 años

"he ido mejorando la empatía en ese aspecto." -Camila, 30 años

"Mucho mejor, hay un entendimiento mucho más grande conmigo misma, como que recobraron sentido muchas cosas, ahora como que me siento más libre de hablar, de decir lo que me gusta, de hacer lo que me gusta". -Camila, 30 años

"Un entendimiento mejor conmigo misma, ya no tengo esa vergüenza de hacer ciertas cosas." -Camila, 30 años

"Se me facilitó mucho más el camino cuando recibí el diagnóstico." -Camila, 30 años

"por ejemplo en mi caso yo ahora puedo ser como soy, pero hay gente que tal vez... está desenvuelta en otros tipos de ambiente y no es como válido para ellas ser como son. No se les valida su forma de ser" -Camila, 30 años

"por ejemplo en mi ambiente, en mi entorno yo creo que sí, puedo ser como soy, pero depende de cada mujer, cada persona, cómo se desenvuelve, qué tipo de familia tiene, o en qué tipo de trabajo está, todo eso." -Camila, 30 años

"ahora entendí con el tema del diagnóstico que es importante también darme tiempo para mí, para poder descansar, para poder hacer mis cosas, porque sino se me va a

acumulando como la ansiedad de hacer lo que me gusta y después me puedo frustrar”  
-Camila, 30 años

“como que entendí que es mejor darme mis gustos también.” -Camila, 30 años

“Como que todo el tiempo yo me estoy preguntando cómo es la sociedad, cómo son las personas, no?. Pero era como mi necesidad de saber por qué, porque yo no entendía muchas cosas y ya ahora que ya tengo el diagnóstico, no... es completamente diferente, porque ya entiendo cómo es la sociedad, cómo es lo común, y cómo soy yo, cómo es mi cerebro y cómo proceso yo las cosas y ellos no son iguales que yo. Entonces ya hay más comprensión...” -Cecilia, 38 años.

“toda la vida han querido como cambiarme y ahora que ya tengo el diagnóstico ya no... ya como que llegó la aceptación a ellos.” -Cecilia, 38 años.

“eso me ayuda porque ya no es de que “él es así porque sí” no, sino ya digo “es que él y yo somos así por esto y por esto y por esto” y puedo como decirles más, tener más herramientas y ya no me dicen nada, ya es como que “ya ok, si, son así.” -Cecilia, 38 años.

“Sí ha ayudado, pero me ha ayudado muchísimo más a mí, o sea al entorno obviamente ha ayudado pero a mí me ayudado más” -Cecilia, 38 años.

“los tres, cada uno, hemos regresado a lo que nos sirve a cada uno de nosotros y ya no a cumplir las expectativas de los demás” -Cecilia, 38 años.

“Yo ya descarté el buscar un trabajo fijo, porque ya sé que no voy a poder”. -Cecilia, 38 años.

“si han sido años muy difíciles, en donde obviamente tuvimos como que funcionar dentro de... pero ahorita si es como que “sabes que? no, o sea esto no me funciona, esto lo cambio, me salgo, qué más podemos hacer” y eso ayuda un poco a que bueno, yo tomo esta decisión y entonces ya me siento más cómoda haciendo artesanía en mi casa”.  
-Cecilia, 38 años.

“yo ahorita aún no salgo a vender, aún sin pandemia yo ya no salía a vender, ya vendía por internet, o sea eso me ha traído una tranquilidad de decir “solamente voy y lo entrego a tal hora y me tardo a lo mucho una hora, pero no me tardo mas” no? eso me

ha dado la facilidad de poder poner yo mis tiempos, de ya no estar cumpliendo con cosas que me van a hacer daño” -Cecilia, 38 años.

“los tres hemos encontrado “esto es lo que me funciona a mi, esto es lo que voy a hacer...” no importando lo que digan los demás. Y si, obviamente a veces tengo que salir y funcionar al mundo pero ya no es como que tanta exigencia como antes la teníamos”. -Cecilia, 38 años.

“Pues si ha sido bien difícil, es que fue mucho tiempo, o sea ese tiempo en el que yo estaba... “dije ya ok, si lo tengo, vamos a buscar el diagnóstico”, pero en ese tiempo en el que yo supe... esos dos años si fueron muy duros, muy duros, porque sí fue como regresar, que pasó atrás, “ah... ahora entiendo porque tales personas me dejaron de hablar”, o “aquí yo la regué”, o porque pasó eso en los trabajos... y poder como visibilizar eso fue muy fuerte, muy difícil, y después darme cuenta que todavía seguía como cumpliendo ciertas expectativas que no eran lo que yo quería, porque en ese momento yo estaba en una maestría de administración y en el trabajo que te dije... entonces fue un no, no, o sea, como que todo se juntó”. -Cecilia, 38 años.

“en la escuela dije “qué estoy haciendo aquí, esto no es lo mío” y ahí me di cuenta que claro, cuantos años de mi vida desperdiciados”. -Cecilia, 38 años.

“y yo no haciendo lo que yo quiero, o sea “qué quieres” y empecé, no?, me pregunté “qué quiero” y me respondí “arte”. O sea, toda mi vida he estado en el arte, sólo que obviamente mis papás siempre me dijeron lo típico de “Ay pues ahí te vas a morir de hambre”, inclusive ya siendo artesana, ya habiéndolo vivido... pues de nuevo lo volví a dejar, no? otra vez regresar a que “ah pues me voy a meter a una maestría en administración”, y casi la terminaba, pero en ese momento dije “no, tengo que parar, tengo que ver qué voy hacer con mi vida, ya sé que esto no es lo mio, esto no es lo que yo quiero, pero no sé qué quiero” y si fue muy duro.” -Cecilia, 38 años.

“Fue muy fuerte, fue mucho dolor también... darme cuenta de qué tan diferente era” -Cecilia, 38 años.

“No pero conmigo fue de que “y ahora qué?” o sea, fue muy difícil. También fue esta parte de plantearme que “ni siquiera quiero a mi esposo, o sea, “¿porque estoy con él?, este... si he recibido violencia de parte de él, ¿por qué rayos estoy con él?”, no? (comienza a llorar).” -Cecilia, 38 años.

"darme cuenta de tantas cosas ha sido super, super difícil, muy complicado, pero es de "pues voy a tomar mis decisiones y voy hacer lo que yo quiero" -Cecilia, 38 años.

"Hace año y medio dije "ya" fui con un nutriólogo y empecé a comer. O sea, todo cambió y mis papás se dieron cuenta y dijeron "es que has cambiado un montón" pues si, pero porque me di cuenta de que, pues no era la que yo... o sea, todas las decisiones yo las he tomado en base a otros, no en base a mí." -Cecilia, 38 años.

**"empezar a cuidarte a ti misma.** Si, empezar a comer, empezar a hacer ejercicio, no o sea... muchos cambios muchos, muchos..." -Cecilia, 38 años.

"ya pasó lo más duro, creo que si..." -Cecilia, 38 años.

"aún hay cosas que me duelen, de decir "¿por qué tomé esa decisión, o por qué me quedé ahí o por qué?" ya es menos, no? obviamente ya es menos, pero todavía hay cosas que me duelen y todavía tengo muchas cosas por hacer..." -Cecilia, 38 años.

"día a día. Si, así estoy yo con la comida, con mi hijo, día a día porque si no no avanzo". -Cecilia, 38 años.

"dentro de eso pasé al mundo de las mujeres autistas adultas y estoy en grupos de WhatsApp, de Facebook y pucha, cuando comienzan a comentar cosas es básicamente mis experiencias, con otros matices pero son las mías" -Juana, 40 años.

"empecé ahora un camino, no de aceptación sino de autoconocimiento" -Juana, 40 años.

"esa es una de mis características (risas) que ahora a mis 40 años la reconozco como tal." -Juana, 40 años.

"yo tengo 40 años, entonces imagina todo lo que hay atrás, que no tenía respuestas al porqué eran así, o cosas que yo consideraba que eran parte de todas las personas." -Juana, 40 años.

"comencé a investigar qué era eso de una enferma psicótica... y eso me pesa, aún hoy me pesa que me dijese eso." -Juana, 40 años.

"encontré una ruedita en internet con las emociones y salen un montón de aristas y eso ocupo, a ese punto (risas) bien básico, enfoco todo ahí en la ruedita y empiezo a mirar "si, me siento así, no, no es conmigo" eso ha significado el informe del ADOS para mí,

trabajar con mis emociones y ser un poco más maleable en este tema de las estructuras porque yo vivía haciendo listas, toda mi vida" -Juana, 40 años.

"Todas esas cosas (...) forman parte de mi modo de desenvolverme. Ya entendí que no todos lo tienen." -Juana, 40 años.

"Eso significó también el ADOS, el tener ese papel deja en evidencia algo de lo que soy." -Juana, 40 años.

"siempre me dijeron mañosa por cosas como esas, y después hablando con otros autistas, también po" -Juana, 40 años.

"Entonces ahora entiendo que es por un tema de sensibilidad." -Juana, 40 años.

**"¿Entonces te empezaron a hacer sentido muchas cosas de tu pasado? ¿De tu forma de ser?.** Exacto, de mi forma de ser, de mi forma de vestir" -Juana, 40 años.

"Ahora ya sé que es un tema sensorial, que no es maña, que no es otra cosa..." -Juana, 40 años.

"Ahora ya me importa mas un comino todo, ya no es tanto... Es que me importa ya un comino lo que piense el resto, yo soy más... me siento más libre de ser como soy, de mostrarme tal cual, de no tratar de encajar en... es eso." -Juana, 40 años.

"es como entenderte, entenderme más, conocerme... Como ser más yo" -Juana, 40 años.

"Eso es ya como te decía me importa un cuerno, ya como me ven los otros. Si me pongo nerviosa y me pongo a mecer, me meso (risas)" -Juana, 40 años.

"Me lo permito... exacto... si ya me exaspero ahora grito" -Juana, 40 años.

"ya me permito sacar todo eso que hay dentro y eso me permite estar más ligera, no... eso de guardarte, como sentirte empaquetada, como es siempre estar no sé si fingiendo pero... Estar aguantándote, coartándote, eso ha mermado un poco, ha cesado un poco en mí. Entonces... El saberme dentro del espectro ha significado eso, que puedo hacer más yo." -Juana, 40 años.

"me siento más libre, soy más yo." -Juana, 40 años.

"Si necesito mecarme, lo hago. Si necesito darme un tiempo de parar, y darme una vuelta para volver a mi centro, lo hago, ya no es eso de estar todo el día dándole, dándole, dándole... hasta que ya terminas mal, agotada, no... dejé de hacerlo. Ya no... ese enmascaramiento, esa como... careta que me ponía antes, ya sé que es... que no todos lo hacen, que si necesito una media hora sola, sin ruido, es porque necesito volver a... como una introspección para volver a calmarme, para volver a serenarme, a bajar los niveles de angustia, la agresividad... porque era antes como un constante estado de alerta y de tensión. Era absolutamente desgastante, sobre todo cuando trabajaba, ahora que lo entiendo y lo veo así, ya no está eso." -Juana, 40 años.

"Es aceptarme tal cual soy, el autismo no soy yo, el autismo forma parte de mí, es una parte de lo que soy, pero sí significa también aceptarme como tal, aceptar y entender que no todos funcionan así." -Juana, 40 años.

"Siempre me dijeron "oye, soy enojona" no po, no es que soy enojona, es que estoy pensando." -Juana, 40 años.

"ahora ya me doy ese tiempo para poder... No sé cómo decirlo, como parar para volver a continuar, para seguir avanzando." -Juana, 40 años.

"Mariana me dice que yo soy muy estructurada, y yo le digo "no, no soy tan estructurada porque también soy muy desordenada" pero necesito el papel, el lápiz, la lista, el trazar las ideas y el conectar todo, casi como que mapa conceptual para poder avanzar y resolver un tema pendiente para seguir." -Juana, 40 años.

"en ese sentido yo ahora me doy cuenta de que soy un poco olvidadiza" -Juana, 40 años.

"cuando ya me dijo la verdad si sentí feo, (risas) sentí feo porque ya era como "no son ideas mías, es algo con lo que tengo que lidiar", fue como algo contradictorio porque porque dije "es un alivio saberlo" pero a la vez "y ahora qué hago con esto". Sé que tengo que tener terapias, para tomar habilidades, las habilidades que me faltan, pero es muy complicado porque es un duelo." -Sol, 35 años.

"la verdad estoy como en negación, totalmente en negación." -Sol, 35 años.

"yo creo que esto igual es un proceso largo y pues ha pasado muy poco tiempo, ya que solo tiene como 3 meses el diagnóstico." -Sol, 35 años.

"Si es liberador, porque ahora me regulo, antes era muy impulsiva... y ahora pienso más cómo voy a decir las cosas, antes era de expresar sin filtro lo que yo pensaba" -Sol, 35 años.

"empecé a notar que todas esas cosas estaban relacionadas con el espectro" -Sol, 35 años.

"y pues de eso deriva pues que te sientes mal, te deprimas. Después del diagnóstico, el cambio no ha sido tanto, pero si comprendo el porqué ahora" -Sol, 35 años.

"si es liberador, porque ya entiendes qué es lo que tienes, qué es lo que pasa contigo y que sabes que hay más gente como tú y eso es lo bonito." -Sol, 35 años.

"te digo que me dio mucha fuerza, me abrió muchas puertas, hacia mi misma, hacia la familia, hacía muchas cosas que antes no me hubiera atrevido" -Francisca, 33 años.

"lo más importante para mí fue darme el valor de (...) el tomar esa acción por mí misma (...) eso fue lo más importante en ese momento, el no quedarme a medias, porque si no hubiera tomado esa sugerencia no hubiera llegado al punto del autoconocimiento, del diagnóstico y todo. Entonces sí, lo más importante fue decidirme." -Francisca, 33 años.

"No es fácil porque tienes que enfrentarte a muchas cosas que tú de ti misma no entiendes" -Francisca, 33 años.

"para abrir la puerta, para darme acceso a lo que estaba atrás de esa puerta, para encontrarme." -Francisca, 33 años.

"ahora tener todos estos datos que antes no tenías y que ahora puedes encajar con la información que tenías fuera de esa puerta, si ha sido complicado, porque al final es una especie de rompecabezas, pero también ha sido interesante, ver porque encajan de ésta manera, porque ahora funcionan y antes no." -Francisca, 33 años.

"obviamente tratando de relacionar muchas cosas que aprendo de mí misma a diario para que no me afecten mucho en el trabajo, algunas veces es bien complicado porque pues todavía tengo algunas temillas que resolver, pero voy en el camino." -Francisca, 33 años.

“ahí fui aprendiendo también cómo entender cuando estaba a punto de una crisis, como manejar ciertos estímulos porque todavía a veces me cuesta trabajo estar entre muchas personas o en un ambiente con mucho ruido, me pongo muy tensa” -Francisca, 33 años.

“Ha sido difícil, porque en inicio tienes que aceptar el diagnóstico” -Francisca, 33 años.

“en lugar de centrarme en todas las cosas que son diferentes y que no puedo como encajar con las personas normales, ahora me estoy fijando en qué cosas puedo hacer, que a pesar de que son diferentes, son de provecho, como para el trabajo, para la vida.” -Francisca, 33 años.

“si me costó, me ha costado dos años y pico de terapia para llegar a ese punto, para poder conciliar un poco entre la concepción que tenía antes y lo que estoy encontrando ahora, pero si siento que más o menos voy por un buen camino, ya no me cuesta tanto el levantarme después de un melt down, o después de una crisis.” -Francisca, 33 años.

“cambian muchas cosas, porque es como el antes y el después, antes yo pensaba que era una persona (...) y después saber que no, que es algo que tengo interno y que no lo elijo yo, y que muchas veces no lo controlo yo, y ahora tener esta cosa nueva que tienes que aprender a manejar y que tienes que integrar en la vida normal pues y si es bien raro...” -Francisca, 33 años.

“fue raro ese cambio, tener que ver las cosas desde otra perspectiva.” -Francisca, 33 años.

“siento que ha ayudado también a entenderme mucho” -Francisca, 33 años.

“me relaje un poco, mucho de hecho, me relajé mucho, me deje de culpar a mí misma, dejé de culpar a mis papás” -Francisca, 33 años.

“Me siento bien ahora, bueno, mucho mejor de lo que estaba en ese entonces.” -Francisca, 33 años.

“yo creo que desde que había iniciado la adolescencia no me había sentido tan relajada conmigo misma” -Francisca, 33 años.

“bueno y hasta el momento lo soy pero ahora ya entendí que hay ciertas cosas que tengo que hacer para tener una buena relación con otras personas” -Francisca, 33 años.

"en algún punto eso de sentirme rara en mi propia cabeza, y bueno el diagnóstico me hizo entender porqué esa cosa rara estaba ahí. Me hizo sentir un poco enojada, me hizo sentir un poco triste, me hizo preguntarme "¿porqué yo? ¿Por qué yo tenía que ser así? ¿Por qué no podía ser alguien más normal o que encajara bien? ¿Por qué me había tocado, no?". -Francisca, 33 años.

"Y yo que empecé a investigar y todo y fue como "FUA!" la super revelación del año, de la vida creo, porque ya empecé a... con eso empecé a leer un montón y leer blogs y ya eso me ayudó muchísimo." -Patricia, 32 años.

"Con todo este proceso ya pude tener una identidad." -Patricia, 32 años.

"Antes era terrible, era mi peor enemiga, literalmente era sobrevivir cada día, cada segundo, ahora no, ahora hay más espacio de tranquilidad, de reflexión, de disfrutarla, de cosas que no se hacían antes para nada, era salir a tomar respiritos, ahorita no, es disfrutar, es bañarte, hacer esto, hay más." -Patricia, 32 años.

"Si hay momentos difíciles obviamente, pero ya es como que "ay pasó esto", "si pasó esto, está difícil y todo, ¿ya lo analizaste?, ¿que puedes hacer?, ¿qué herramientas ya generaste este tiempo o cuales te falta generar o cuales puedes juntar?", y antes era todo te lo tragas, te lo tragas, te lo tragas, lo sufres, ahora lo procesas, lo manejas y todo" -Patricia, 32 años.

"Ahorita es algo que ya logré empezar a hacer yo sola. Mi mama dice: "te veo mal, que pasa?, porque no vas a la psicóloga?", y yo: "espérame, a veces con un poquito de tiempo lo puedo arreglar yo sola", porque cada vez que uno necesita algo, ir corriendo a alguien, pero tengo que aprender a hacerlo sola yo también, pero si son cosas que me quitan tiempo, me están mermando energía, o me están haciendo... me están perjudicando más, no lo puedo dejar pasar más, ya contacto al psicólogo, ahí aprendo para la siguiente lo vuelvo a utilizar para no recurrir a ella, es como un trabajo constante esto." -Patricia, 32 años.

"fue como la respuesta que he estado esperando toda mi vida" -Patricia, 32 años.

"como que... si estás en un cuarto oscuro y de repente te muestran la puerta, entonces tú tienes que empezar a caminar" -Patricia, 32 años.

"primero te abren la puerta y te viene el flashazo, mientras vas saliendo y se van adaptando tus ojos, vas empezando a ver las cosas con más claridad, y cuando las

empiezas a ver, las puedes ir identificando y catalogando y ver que puedes hacer con eso." -Patricia, 32 años.

"Hay un árbol de manzanas, que hago con la manzana, la puedo comer, ¿cómo puedo llegar a la manzana?, tengo que subir al árbol, ¿qué elementos tengo para subir al árbol?, una escalera, una piedra, un perro, no sé, lo que haya ahí, puedo tirar el perro y que la agarre, puedo subir a la escalera, o puedo esperar a que se caiga sola, no sé. Es así un proceso, cada vez que vas avanzando, primero hay un árbol lleno de manzanas, y vas caminando y hay un árbol que tiene 100 manzanas, sigues caminando y hay un árbol mucho más alto que solo tiene 1 manzana y sigues caminando y caminando y caminando y ya no encuentras árboles y manzanas, ¿qué pasó acá?, cada vez que vas avanzando los retos son más grandes y te das cuenta que no sólo puedes depender de manzanas" -Patricia, 32 años.

"y conforme vas avanzando en la vida es muchísimo más complicado, más complicados los retos, más cuando son emocionales. Cuando son emocionales son devastadores." -Patricia, 32 años.

"Si, de hecho, fue muy gracioso porque el tiempo que estaba viendo, ya me estaban dando mi diagnóstico y todo, también me estaban dando mis lentes así que fue literalmente abrir los ojos." -Patricia, 32 años.

"me siento más confiada de lo que sé, me siento más segura de mí, me siento más tranquila, me respeto y tengo más autoestima, me cuido más, me estoy uniendo más a mi familia, a mis amigos, a pesar de la pandemia y todo eso, sigo socializando en cierta manera, entonces en lo que se puede ya va bastante, mucho, mucho, mucho mejor, pero obviamente todavía queda mucho por..." -Patricia, 32 años.

"Creo que, a partir del diagnóstico revelador, que era lo que necesitaba para crear cultivo de mi identidad y empezar a vivir mi vida. Antes de eso yo no vivía, era sobrevivir, ahora ya la vives y a veces piensas: "28 años desperdiciados..." y no son desperdiciados. Antes de todo esto le decía a mi mama que es vida de otra persona, pero de todo vas aprendiendo" -Patricia, 32 años.

"si tiene mucho que ver con el hecho de que las personas que te ven con el tiempo o tus familiares dicen: "pues ya habla más, sale... antes solo se encerraba en su mundo pero ya es la chica que sale, que habla, que te busca platica, o que la ves distinta, que está haciendo algo..." -Patricia, 32 años.

"Si te hubiese hablado hace 2 años atrás aún no se qué pasa. Pero lo que me queda es conseguir herramientas y seguir avanzando, ya no tengo que construir la base o hacer muchas cosas. Eso es algo" -Patricia, 32 años.

"me cuestiono todo desde que, como soy más consciente, del diagnóstico" -Julia, 45 años.

"Después del diagnóstico ha sido muy buena porque me he logrado entender. Antes yo tenía muchas dudas, muchas inquietudes, los muchos por qué. Siento que esa pregunta, por qué no puedo encajar, por qué no puedo, por qué no me entienden. Entonces ahora entiendo por que yo me hacía tantas preguntas, entiendo porque no me encajaba, entiendo porque no, si, ahora entiendo." -Julia, 45 años.

"Y la transición de que terminaron fue más dolorosa para mi (risas), que para él, y también cuando lo vi a él fue como verme a mi cuando terminaba, entonces, fue por eso yo decía "pucha, porque a una no le explicaron todo esto" (risas)." -Julia, 45 años.

"a mi me cambió mi vida." -Julia, 45 años.

"tanto como conocer mi diagnóstico, conocerme a mi misma, bueno eso conlleva a poder tener tus herramientas, saber cuales son tus debilidades y cuáles son tus fortalezas" -Julia, 45 años.

"entonces ahora, no, yo ahora hago lo que yo quiero." -Julia, 45 años.

"yo partí con terapia, ahora porque yo no sabía poner límites." -Julia, 45 años.

"Entonces, yo tenía reuniones hasta las dos de la mañana, de lunes a domingo, no veía casi nunca a mis hijos y era super complicado. Y puse los límites, o sea empecé con mi terapia, empecé a poner los límites y tengo mis horarios, tengo mis horas y todo, entonces estoy super bien, pero, cuesta, cuesta, porque tenemos muchas, muchas cosas que debemos ir arreglándolas." -Julia, 45 años.

"Y nada, 100% en la denominación anterior, Asperger y ahí me abrió los ojos así como diciendo, "yo no me había dado cuenta en qué momento era yo así" -Maria, 34 años.

"Me diagnosticaron el año pasado en diciembre, y yo pasé toda mi vida... y ahí empecé a recordar y a asociar cosas..." -Maria, 34 años.

"Cuando uno es más grande, como ahora que tengo la edad que tengo, uno se va dando cuenta porque ya lo viví muchas veces, y pasa todavía pero lo puedo analizar de otra manera." -Maria, 34 años.

"Yo creo que estoy orgullosa de serlo" -Maria, 34 años.

"cuando tengo que hablar y digo que soy autista, no tengo ningún problema, porque es lo que me determina, es mi ser. Si no lo fuera, no sería Maria." -Maria, 34 años.

"Yo creo que esa es mi fortaleza que más allá de haber pasado por malas situaciones las he podido convertir en positivo, porque no nos aferramos a esos sentimientos, si bien, no es que no sintamos nada, nuestro mayor valor es la lógica." -Maria, 34 años.

"Entonces no quiero decir que soy la mejor, pero para mi el autismo es mi gran fortaleza."

"Para mi el autismo más allá de que hay muchos problemas, es muy interesante, conozco muchos chicos con habilidades increíbles y a pesar de todas las dificultades logran cosas maravillosas." -Maria, 34 años.

"Luego de que te dan el diagnóstico tú dices, "ah por eso" -Maria, 34 años.

"Entonces eso fue súper bueno, el poder tener una respuesta, explicó muchos factores de mi vida y además pudimos diagnosticar que mi hijo tiene Asperger." -Barbara, 26 años.

"fue una sensación de alivio y el poder saber (...) a que me iba a enfrentar ahora" -Barbara, 26 años.

"Comencé a averiguar bien, entonces me di cuenta de que (...) mis actitudes por así decirlo eran normales y podían ser trabajadas de una forma" -Barbara, 26 años.

"eso me ayudó a entender que no era algo malo, sino que es algo que también yo tengo que aceptar y poder trabajar en la comunicación con los demás, y también los demás me tienen que aceptar a mí." -Barbara, 26 años.

"Tuve una relación (risas), tuve una relación de 9 años en la que solo pasaba el tiempo, no era una relación así como propiamente tal como un pololeo en sí, nos veíamos de vez en cuando y me decía mucho: -ahora entiendo, pero en ese momento no entendía-,

"ojos que no ven corazón que no siente". Entonces, yo ahora entiendo que si me iban a cagar yo no lo iba a saber, pero son cosas que yo he ido aprendiendo ahora que tengo mi diagnóstico y que podemos evaluar ese tipo de comentarios y palabras con la psicóloga, entonces esa relación la terminé" -Barbara, 26 años.

"Porque no soy tonta, soy bastante inteligente, pero ahora que tengo mi diagnóstico siento que ya no importa, que yo puedo comportarme como yo me siento mejor, y me es más fácil llevar una vida y si quiero le puedo decir a la gente que tengo asperger y si no quiero no le digo." -Barbara, 26 años.

"soy más libre y puedo hacer lo que yo sienta que sea mejor para mí, sin pensar en las cosas que puedan decir." -Barbara, 26 años.

"Después de mi diagnóstico yo dije: "mejor yo voy a armar mi emprendimiento y si me cuesta socializar con la gente, lo voy a hacer solamente cuando yo quiera hacerlo y no voy a tener que estar ahí presionándome y tratando de cambiar algo que no puedo cambiar porque no soy yo"." -Barbara, 26 años.

"Después de que tuve mi diagnóstico, pude responderme a mí misma y me dio esa tranquilidad de hacer mi vida normal" -Barbara, 26 años.

"así que puedo decir que después de mi diagnóstico, todo fue mejor." -Barbara, 26 años.

"piensa que como es está perfecta y puedo expresarme sin importar si está mal, puedo dar mi opinión, puedo sacarle provecho a ciertos conocimientos que tengo, ciertas obsesiones y cosas. Entonces es mucho más libre." -Barbara, 26 años.

"No se puede ser libre si no son diagnosticadas." -Barbara, 26 años.

"si esto era algo que hacía a los 6 años imagina las cosas que puedo aprender ahora sabiendo que soy autista y entendiendo y diciendo "con razón me pasa eso"." -Rubí, 36 años.

"yo ahora en cuarentena duermo super bien porque estoy encontrando este equilibrio al saber que soy autista" -Rubí, 36 años.

"los autistas nos anticipamos a muchas cosas porque somos sobre analíticos, entonces nos interesa nuestro bienestar, sabemos nuestras dificultades y también podemos entender nuestras fortalezas a través del diagnóstico. -Rubí, 36 años.

"venía buscando saber mis dificultades desde hace mucho" -Rubí, 36 años.

"yo soy, así como soy cristiana, soy chilena, soy hipersensible, soy hiposensible, soy, no lo puedo sacar de mí" -Rubí, 36 años.

"vi por primera vez en mi vida, en mis 36 años y quizás desde que vengo desde los 14 años buscando terapia para estar bien, en estos meses y en plena cuarentena en un mundo caótico es como que "mira esto, era esto lo que necesitaba, saber mi diagnóstico" -Rubí, 36 años.

"el saber que porque el autismo en mujeres es distinto, que me he tenido que super adaptar a no mostrar mis stimming o enmascarar, a hacer un montón de cosas que los demás no hacían y a decir me saco esta máscara y camino en mi casa descalza porque quiero sentir la textura del suelo y el pasto y la humedad del ambiente y aunque me pinche una espina, pero yo quiero hacerlo porque ese es mi placer y es parte de mi autorregulación" -Rubí, 36 años.

"ser sincera, pero también teniendo cuidado de no herir a la otra persona y empezar a entender lo que las otras personas están intentando transmitirme a mí y ver como yo les puedo transmitir lo mismo de manera concisa y sencilla y no estar dando tantas explicaciones y tantos paréntesis, entonces por ahí hay cosas que antes me quedaba callada" -Rubí, 36 años.

"buscando las distintas maneras que he aprendido a adaptarme, a comunicarme y entonces ver "ésta es efectiva, ésta no es tan efectiva con esta persona, en esta persona me genera muchas ansiedades mirarla a la cara porque hace gestos que no le entiendo, ya sabe que soy autista, entonces no voy a mirar todo el tiempo a la cara porque va a entender esa parte de mí" -Rubí, 36 años.

"Entonces voy viendo mis prioridades y voy nivelando y eso también me ayuda a regular las ansiedades -Rubí, 36 años.

"saber que también en algún momento puedo llegar a necesitar un ansiolítico porque no puedo llegar a controlar ese nivel de ansiedad y me está causando una crisis, no quiero esa crisis y que ya mis autorregulaciones no sirven para calmar ese momento, es solo eso y yo saber cuándo porque yo me conozco al punto de saber si voy a necesitar SOS o no porque tengo miles de maneras de autorregularme, pero a veces no son factibles en un momento. (...) entonces necesitaría otro recurso más que no está mal hacerlo, pero

tengo que saber que eso va a tener efecto secundario y todo lo que implica tomar un ansiolítico, pero sé que puedo contar con eso en caso necesario" -Rubí, 36 años.

"los stimming son súper importantes para regularse y desde que los he vuelto a hacer me siento bien con eso, me siento plena" -Rubí, 36 años.

"Todas esas cosas ayudan a entender la neurodiversidad, entender a otros autistas y me ayuda a entenderme a mí y lo que yo pueda entender de mí y lo exponga ante otros autistas también los ayuda a ellos" -Rubí, 36 años.

"empecé un proceso de entendimiento e igual de sentirme superior a esa persona que me acosó" -Carolina, 42 años.

"Por lo que empecé el tema de reconciliación conmigo misma de entender que en realidad no era que yo todo lo hacía mal, no era de que yo no sabía nada con respecto a mi carrera porque yo había pensado que todo lo que había aprendido no servía" -Carolina, 42 años.

"así llegué al diagnóstico, fue como un despertar diferente, como de que todo empezó a decaer, todo lo que yo había armado" -Carolina, 42 años.

"Como un despertar en el sentido de que yo empecé a volver a asumir estas características autistas porque además me empecé a aliar con personas autistas que hablan del tema del orgullo autista y que no debes sentirte avergonzado de ser como eres, que no puedes estar ocultándote sobre todo en las cosas buenas" -Carolina, 42 años.

"ahora me doy permiso para ciertas cosas y como que libera un poco, me dejo ser, incluso en el trabajo yo ya no aparento que me caen todos bien y como me dijo una de las primeras personas que me dio mi diagnóstico, que tengo un diagnóstico que me avala y no trato de ser otra persona" -Carolina, 42 años.

"cuando me enteré fue como un shock, tipo: "a ver.. o sea, esto es lo que estuve buscando no toda mi vida, pero digamos, la mayor cantidad de mi vida... como que dije ¿what? ¿qué es esto?" -Elena, 24 años.

"Un cambio de adaptación digamos, adaptarse a por ejemplo: ¿por qué digamos repito tanto las cosas? Digamos, ¿por qué a los 6 años agarraba el diccionario (en la parte de

atrás tenía las banderas) y me la pasaba mirándolas todo el tiempo, yo las reconocía... o sea, ¿por qué?" -Elena, 24 años.

"me llegó la noticia, digamos que no lo creo, osea, ¿viste cuando decís lo veo y no lo creo?" -Elena, 24 años.

"Bueno eso, como que todavía estoy como amoldándome al diagnóstico." -Elena, 24 años.

"para autoconocerme a mí, autoconocerme a mí misma, y saber quién soy" -Elena, 24 años.

"antes del diagnóstico como que no me entendía porque necesitaba tipo... repetir palabras digamos, decir cosas así y bueno después de que me dijo, "bueno, tenés asperger" es como decir "sí, me pasa esto, esto y lo otro" -Elena, 24 años.

"Como diciendo "¿qué me pasa?", y ahora decirlo y que me crean, ¿viste?. No es que no me crean, si no como diciendo... te miran raro como diciendo: "ésta quiere llamar la atención" -Elena, 24 años.

"todo ese momento fue como "oh me llego el diagnóstico" es como "ya, que tiene" porque es un nombre solamente, como que no me llenó, solo explicaba muchas cosas que me pasaban" -Aurora, 17 años.

"a fin de cuentas, si yo hubiera decidido decir "no le voy a contar nada a nadie" igual está bien, tal vez nunca salga a la luz o tal vez sí, pero es como dar el paso a atreverse, a mostrarse uno como es, yo tengo esta falla y esta fortaleza y aquí estoy, está bien que yo sea así, tú me apoyas, yo te apoyo, todos nos apoyamos, sigamos adelante." -Aurora, 17 años.

"ahora en verdad lo reconozco." -Aurora, 17 años.

"Ahí empieza un camino de autoconocimiento en eso y en todo" -Aurora, 17 años.

"Es como un detalle como de la edad común que es no sé, ir a fiesta, salir, tomar algo o cualquier cosa y como que yo no sé si puedo hacerlo aún, como que aún me estoy conociendo tanto que no me puedo tirar tanto a la piscina porque me puedo ahogar, entonces como tengo que ir mucho más lento por ejemplo en eso que mis pares de la edad." -Aurora, 17 años.

"creo que desde hace muchos años atrás e incluso antes de recibir el diagnóstico como tal, ya había empezado con esto solamente que no lo tenía muy consciente, ahora también está la motivación de "yo quiero ser quien yo soy, entonces tengo que buscarme yo", pero yo creo que ese camino empezó mucho antes." -Aurora, 17 años.

"ahí apareció el diagnóstico y abrió muchas más puertas y explicó muchas cosas"  
-Aurora, 17 años.

"a mi desde antes me gustaba pintar, dibujar cualquier cosa, pero ahí en verdad me di cuenta que estas podrían ser mis manos y mi boca al mismo tiempo, entonces ahí el enfoque cambió rotundamente, entonces "te sientes mal pinta, dibuja, haz algo"  
-Aurora, 17 años.

"ese periodo fue un momento muy grande de estrés como que no podía mirar a nadie a la cara, no por vergüenza ni nada, sino, porque era como incómodo ser el centro de atención." -Aurora, 17 años.

"Yo creo que ahora me estoy conociendo un poco mejor" -Claudia, 27 años.

"comprendí muchas cosas, por ejemplo actitudes que yo tenía que no eran normales"  
-Claudia, 27 años.

"comencé a comprender porque yo era así y empecé a investigar" -Claudia, 27 años.

"me dijo eso y yo empecé a comprender muchas cosas que pasaban antes y que dije "ah sí es verdad"." -Claudia, 27 años.

"pasaron cosas como tú mencionaste que fui entendiendo cuando me dijeron, dije yo soy así por tales razones" -Claudia, 27 años.

"redescubrirme y cuestionar mis reacciones, por ejemplo, hay situaciones que pasan cosas y yo no las pienso a veces y como que reacciono y después la pienso y la mayoría de la gente piensa primero y después reacciona." -Claudia, 27 años.

"Si y me empecé a cuestionar, que tenía que calmarme un poco y pensar lo que diría"  
-Claudia, 27 años.

"yo había borrado un mensaje que era muy pesado antes, entonces dije que mejor iba a responderle más suavemente, ese es el tema, que ahora trato de pensar más mis reacciones." -Claudia, 27 años.

"ha sido como el volver a nacer (...) porque empiezas a encontrar un montón de respuestas a tantas cosas que te pasaban desde niña" -Catalina, 44 años.

"el proceso ha sido liberador." -Catalina, 44 años.

"nadie sabía lo que yo estaba sintiendo, nadie sabía mi dolor porque yo tampoco lo sabía expresar, ahora si me descompenso me descompenso nomas, sea leve o sea grave" -Catalina, 44 años.

"ha sido como te digo enriquecedor, pero ha sido igual difícil (...) antes no sabía y caía en cuadros depresivos, ahora no po, ahora yo sé que no son cuadros depresivos y los he aprendido a manejar." -Catalina, 44 años.

"estoy como super segura de mí, antes yo decía "no yo no voy a poder, yo nada que ver ahí" siempre era el "no voy a poder" (...) pero ahora sé que puedo hacer las cosas de una manera distinta" -Catalina, 44 años.

"ahora sé que (...) soy única, soy especial" -Catalina, 44 años.

"ahora que yo tengo mi diagnóstico yo ya no me escondo, yo digo "yo soy autista y si la gente me acepta autista está bien y si no me acepta bien también". -Catalina, 44 años.

"yo ya no me voy a esconder, ya viví 43 años de mi vida escondiéndome, teniendo que disimular, teniendo que ponerme un disfraz encima" -Catalina, 44 años.

"antes no, "no puedo juntarme con una niña de 30 porque no sé, qué va a decir la gente, no es correcto", ahora no y si me quiero juntar con mis colegas que son mucho más jóvenes que yo, me junto nomas y punto, si les gusta bien y si no les gusta bien también" -Catalina, 44 años.

"si me descompenso pienso pucha me descompensé no más, es parte de mí, antes no, era como que "no puedo, porque nadie me puede ver así, porque nadie me puede ver mal, porque no puedo decaer", ahora no, si me descompensé me descompensé lo siento, mala suerte soy autista es parte de mí y van a ver descompensaciones leves como van a ver más graves, pero van a ser parte de mí y si me aceptan bien y si no me

“aceptan bien también, pero ahora yo ya no me escondo, antes me escondía ahora no.”  
-Catalina, 44 años.

“digo no po ahora me voy a mostrar como soy, ya me escondí 43 años y ahora al que le guste bien, sino que siga de largo nomas” -Catalina, 44 años.

“entonces la gente dice “tú nunca te enojas” o “a ti nunca te pasa nada” “nunca lloras”, pero es que ¿cómo lo hago? como saco eso afuera yo sufro, pero sufro en silencio y yo ahora estoy contenta, pero a veces estoy contenta en silencio porque no lo sé sacar afuera, entonces yo ahora estoy recién estoy aprendiendo a hacer eso” -Catalina, 44 años.

“era como un globo que se va inflando y que estallaba y ahora no, entonces ha sido como te digo un proceso muy enriquecedor” -Catalina, 44 años.

“ya yo dije bueno me diagnosticaron, me bajonee en los primeros días, pero dije ya está cuestión la tengo que investigar, tengo que saber, ponerme en tratamiento, tengo que hacer algo y lo hice y démosle para adelante nomas hasta llegar ahora hasta donde estoy” -Catalina, 44 años.

“yo creo que un cúmulo de la vida, de las cosas que me han dolido tanto a lo largo de la vida... problemas con las parejas...

### **¿Fue como que te hizo recordar todo eso?**

Sí po, y además de hacerle sentido a todo lo que pasó. Por tal vez ser muy ingenua... o siempre obedecer a mis papás, no tomar decisiones propias... y todos los problemas que tuve... y bueno, con todo eso exploté” -Alison, 36 años.

“yo creo que fue por eso, más que por el diagnóstico, la depre vino por todo junto... toda la vida, 36 años explotaron en 1 día... vino esta depresión y luego la medicación.”  
-Alison, 36 años.

“Alivio... alivio. Así como que sentí que no tenía porqué buscar calzar, cachai? como que fui más compasiva” -Alison, 36 años.

“Esto es así, es como una bola de nieve que la empiezas a ver en cámara lenta para atrás y comienzas a entender todo...” -Alison, 36 años.

“a entenderme, a conocerme, entender cosas que yo hacía o hago que claro, son raras po. O sentimientos que tengo que no sabía porqué, ahora sí sé por qué. Y me permito

ser lo que soy realmente, ya no quiero encajar más en esos estándares laborales porque para mi era una tortura cumplir el horario..." -Alison, 36 años.

"Yo siento que ahora veo que era buena para tantas cosas... que no me enfoqué en ninguna. Y todavía me pasa, estoy descubriendo lo que realmente me gusta recién, recién disfrutando vivir cachai... entonces claro duele pero es como un dolor rico... es como "ya ahora estoy así pero después voy a estar bacán"." -Alison, 36 años.

"estoy como recién siendo adolescente, eso siento yo, en un aspecto de la vida cachai, estoy como que me atrasé en eso." -Alison, 36 años.

"estuve perdida toda la vida, ahora estoy menos perdida, todavía me queda como un camino más o menos largo." -Alison, 36 años.

"Ahora con la terapia y con el diagnóstico, lo miro así como "no po, son como las conductas esperables de alguien que no tiene idea de cómo son las relaciones sociales normales" -Alison, 36 años.

"ahora me doy el permiso, me doy el permiso de hacer cosas que disfrute cachai, yo antes no podía ver una película porque tenía que hacer otras cosas y estaba pensando en otras cosas, ahora no, me dedico a programar, a hacer lo que me está gustando hacer" -Alison, 36 años.

"me doy eso, o "hoy día voy a hacer otra cosa, hoy día voy a pintar, un día voy a hacer esto" y lo disfruto y lo hago" -Alison, 36 años.

"no sé si la identidad mía sea como "oh soy autista" y esa es mi identidad, sino que es como más de voy a disfrutar, tengo talentos que no son los que tienen los neurotípicos, la mayoría." -Alison, 36 años.

"si me pillo, así como moviéndome, me dejo y cuando estoy sola lo hago más fuerte porque me relajo" -Alison, 36 años.

"ahora me permito, siempre he sido de mecerme siempre lo he hecho, pero ahora como que si me da lo hago con más ganas." -Alison, 36 años.

"casi tener 19 años y enterarte que tenís TEA igual es como... fuerte, pero igual es liberador, a mí mi diagnóstico me fué super liberador, porque me hizo darme cuenta de que no era yo la del problema, y que yo era distinta" -Ana, 18 años.

"en ningún momento me lo tomé mal ni nada, como que en verdad fue como súper liberador, como que ya había pasado por tantas cosas que esto ya en verdad, no era nada" -Ana, 18 años.

"es como... algo a lo que pertenezco y me siento cómo... me siento parte de algo" -Ana, 18 años.

"en la fundación hay un taller como de arte... y ahí hay más niñas con TEA, y es un ambiente muy bacán, cómo que nunca había sentido que había encajado tan bien..." -Ana, 18 años.

"la verdad... a mi me gusta, me siento como... muy parte de eso y ya como que me siento orgullosa de decir que soy TEA... es como "mírenme soy TEA!" -Ana, 18 años.

"Me cuesta mucho poder definirme, saber cómo realmente soy" -Ana, 18 años.

"Cuando me dieron mi diagnóstico fue muy liberador, en verdad me sentí en paz." -Ana, 18 años.

"estoy en un proceso de redescubrimiento así pero total, a tal punto que estoy pensando que creo que me gustan las mujeres, pero no sé, estoy llegando a ese punto." -Ana, 18 años.

"todos los días intento crecer un poquito más como persona, (...) fue como no vale la pena, levántate, entonces ahora estoy descubriendo un mundo muy distinto de muchas cosas que todavía me quedan por descubrir." -Ana, 18 años.

"Claro como tu identidad, a mis 35 recién pude sentirme identificada con algo." -Victoria, 35 años.

"como que ahora soy así, me siento libre, me siento tranquila" -Victoria, 35 años.

"después del diagnóstico estuve con una sensación así que todos me preguntaban "pero cómo estás" y yo estoy tranquila, me sentí así como con paz con cosas que nunca había sentido, en tanto tiempo, fue liberador en realidad" -Victoria, 35 años.

"fue muy liberador, como que ahora soy yo y hago las cosas, ya no me cuestiono por qué o "por qué tengo esta habilidad" o "por qué yo tengo esto" "por qué otras personas no lo

tienen" o "por qué no tengo interés en otras cosas" y ya no me hago esas preguntas, ya no existe el por qué." -Victoria, 35 años.

"yo creo que ahora estoy en paz conmigo misma versus antes de que sentía que había dos personas en mí, la que todos veían y yo sabía que no era, no era yo porque claro ahí existía una postura mecánica donde tenía que tener una respuesta, me trataba de comparar con otras personas entonces siempre estaba siendo distinta y eso era desgastante, yo creo que ahora estoy tranquila y tengo menos peso, porque antes siempre estaba cansada y siento que al final del día me sacaba esta marioneta de encima." -Victoria, 35 años.

"como que ahora dije no y como que me vale, antes no, porque antes todos te decían cómo eras, todos tenían una idea tuya y te decían lo que tú eres así, "que tú eres extrovertida", "que tú eres inteligente", "que tú eres acá" entonces decías "ya entonces soy así" y ahora no, ahora como que se callaron esas voces, fue muy mágico." -Victoria, 35 años.

"pero como que ahora me vale, estoy así como "me vale" y me presento como tal y no me da vergüenza por el contrario y como que la gente dice "pero enserio dices que tienes autismo", "sí" le digo." -Victoria, 35 años.

"ya no me molesta investigar o ir más allá." -Victoria, 35 años.

"ahora lo que me propongo lo hago por eso te digo que fue un renacimiento súper importante porque ya como que nada me para, porque nueva actitud, no ando con miedo, no me cuestiono nada, como "lo pensé y lo hago", se pensó y se hizo" -Victoria, 35 años.

"Y ahora no, ahora vivo bien tranquila conmigo misma, sé que soy así porque soy así, es mi forma de ser, nací así, soy neurológicamente así y nada más que hacer y lo que tenga que mejorar, lo voy a mejorar, lo que no, no lo voy a mejorar, no me interesa, como que estoy en ese momento, en esta etapa y ya no está esa necesidad de parecerte a alguien, por el contrario, me enorgullece ser como soy, después de años, 35 años." -Victoria, 35 años.

"soy así, así lo veo ahora, ya sé que no me vinieron a botar los marcianos" -Victoria, 35 años.

"me molestan los ruidos, si me molestan los ruidos uso unos audífonos, uso tapones, me molesta la gente? no me voy a meter a las aglomeraciones, no tengo porqué ir si a mí me molesta y me hace sentir mal, no tengo por qué estar con la gente que le gusta estar en estas bandas y se agrupan, yo no tengo porque ir, si no me gusta carretear de noche, no tengo por qué ir a carretear si no me gusta y me empecé a comprar más libros

porque a mí me gusta leer, si me gusta estudiar estudiaré, como que estoy así, super rebelde, soy una autista y qué.” -Victoria, 35 años.

“eso es bueno, salí del closet, de hecho es como un proceso salir del closet y fue así, al principio como que andaba despacito, como nerviosa, como que le dije a pocas personas al principio, después dije me vale no me dan ni para comer y le conté a mi hijo le dije “me hice la evaluación y salió bien” “ah que bueno” y eso fue todo, “gracias hijo por el apoyo, tu entusiasmo es igual al de mi madre”, no, mi esposo me dice “que bueno que ya te sientes distinta, te sientes libre porque estás siempre enojada”, todo me molestaba, no sabía porque después dije ah si, porque soy conflictiva, nos gusta el conflicto, no, me gusta reclamar o reclamar no es la palabra, sino que me gusta debatir y ya no me molesta.” -Victoria, 35 años.

“y ahora que por fin voy a estar tranquila, de hecho las voces se callaron, ya no pienso, estoy con la ansiedad nomás, pero por el tema externo.” -Victoria, 35 años.

“y ya no me sobre exijo porque antes era como “no, dale, así como a morir” y llegaba hecha pebre la casa con jaqueca, con vomito y me exigía” -Victoria, 35 años.

“yo creo que si todos fueran autistas este sería un mundo mejor” -Victoria, 35 años.

“entonces ahora no, ahora me permito todo” -Victoria, 35 años.

“dejé de hacer esas cosas, antes las hacía por mi pololo, no me gusta la falda y ahora no uso” -Victoria, 35 años.

“el diagnóstico me chocó porque no, no lo quise aceptar...” -Becca, 37 años.

“Complejo, porque por un lado tener a un hijo ya con diagnóstico (...) Para mí fue muy duro porque yo lo tomé como una confirmación de que era mi culpa lo de mi hijo” -Becca, 37 años.

“yo ahora ya sé cuáles son las cosas que me desagradan, yo ya sé cómo desconectarme, o sea, aprendí muchas estrategias” -Becca, 37 años.

“ahora es como más evidente para mí las crisis que tengo, es como que me puso más en evidencia para mí misma darme cuenta cuando no lo estoy logrando, uhm... y también porque no lo estoy logrando” -Becca, 37 años.

“No, ahora es, oh shit, estoy mezclando todo y esto tiene que ver con que yo no sé manejar la última frase que me quedó resonando porque no te contextualizaste, estoy hiperventilando y veo luces y estoy a punto de desmayarme, vamos a respirar mejor” -Becca, 37 años.

"Y la aceptación supongo que ya vino, porque estoy menos ansiosa... sí sé que hay cosas que me disparan, pero la ansiedad bajo muchísimo cuando vino el diagnóstico." -Becca, 37 años.

"con el diagnóstico pero ya solo no es solamente una solución, está ver todo lo que implica ese diagnóstico, que si me dio mucha... o sea de la incomprensión a la comprensión, a entender "ah hiperventilo" "ah, me da ansiedad" ah, porque yo soy tal cosa (...) me dió muchas explicaciones" -Becca, 37 años.

"A mí me ayudó recibir el diagnóstico porque yo ya sabía mucho qué hacer con él, o sea por eso me cambió la vida y ahora estoy así, con una dosis mínima de sertralina, con miles de improvisos, una pandemia encima, problemas económicos y estoy así estable. Porque yo ya sé manejar, yo sé cuando desconectarme, yo sé cuándo responder y cuando no" -Becca, 37 años.

"a mí me dicen que yo salga del closet... digo que salga y hable en primera persona y les corrija a los expertos, a los escritores de libros, a los científicos... (...) pero capaz que yo no estoy preparada todavía para hacerlo porque por ahí quizá todavía no acepte del todo. (...) Es como si estuviese buscando... pero esta es una confesión, es como que quedo fantaseando con la idea de que algún otro profesional me diga "no, esto es un diagnóstico errado, no hay diagnóstico, no lo tienes". (...) Entonces es como que busco aferrarme eso, pero dónde me encuentro absurda... en todo lo que sufrí y en la medicación que tuve que llegar a tomar, en todo lo que toqué fondo y dije "quiero apagar la luz, que termine todo...". Cuando me acuerdo de eso digo, Ah ok sí parece que sí." -Becca, 37 años.

"Sí yo siempre digo que a mí me faltan agallas para hacer lo que la gente hace, de hablar, de enseñar, de corregir todo lo errado que hay, porque hay mucho errado. Yo creo que sí hubieran más personas que hicieran eso, la vida de más niños sería diferente y evidente de los adultos también." -Becca, 37 años.

"Si harto, desde que tengo conciencia, yo tengo recuerdos desde los 2 años de edad y veo hacia atrás y de verdad ya como que eso se borró, como que ya no existe, como que eso fue una mentira nomás, como que mi vida parte desde ahora, desde septiembre que fue el diagnóstico hacia adelante septiembre, octubre, también el proceso y fue liberador y cambió mi vida al 100%, veo las cosas distintas, si se me ocurre algo lo hago, ya no tengo ese miedo de mostrarme" -Victoria, 35 años.

**c) ante la posibilidad de no haber obtenido nunca el diagnóstico**

"Tal vez a esta altura ya estaría en una crisis más o menos, porque son tantas cosas acumuladas que uno no entiende, tantas reacciones que de repente uno no se puede explicar tampoco... Entonces sería... No lo sé, sería súper difícil. Sobre todo considerando que mis dos hijos también son TEA, entonces creo que no sería nada bueno mi presente y mi futuro si no hubiera recibido un diagnóstico." -Camila, 30 años

"si no hubiera recibido el diagnóstico, claro, todavía estaría encasillada." -Camila, 30 años

**"¿Cómo crees que hubiera sido tu vida si nunca hubieras recibido el diagnóstico?** Eh... hubiese continuado pensando en un tema de depresión, sentirme simplemente rara en algunos... La palabra ingenua que hablamos en su momento, habría pasado por ingenua porque muchas veces era como "ah... que tonta", "pero cómo tan ingenua" " -Juana, 40 años.

"ella me vio a mí como una mujer ingenua, tal vez hubiese continuado así, como un poco tonta, ingenua, depresiva, pero no... tal vez hubiese seguido así y no más allá, sin entenderme más allá, hubiese seguido así, pensando depresión, ingenua, torpe, no... no hubiera profundizando en todos esos temas como lo he hecho, porque lo he hecho en estos últimos dos años... porque pienso en la ruedita, la ruedita me ayuda entender lo que siento, lo que pienso. Entonces hubiera continuado así... el tema de la depresión, los medicamentos, que soy mal genio, ese tipo de cosas." -Juana, 40 años.

"yo lo considero a favor que lo recibiese a esta edad, porque me hace entender muchas cosas simplemente, aceptarme, entenderme como soy..." -Juana, 40 años.

"Pienso que no, porque si es complicado teniendo el diagnóstico... mucho más cuando no sabes que te pasa, y precisamente sobre todo en tus relaciones personales" -Sol, 35 años.

"estando sin diagnosticar ¿Cómo realmente entiendes, o cómo reaccionas, o cómo te tratas a ti misma cuando no tienes ese diagnóstico? porque por lo general yo me castigaba mucho, me castigué mucho porque yo no aguantaba las fiestas o por que yo no quería ir a donde estaban tantas personas, y me obligaba a mi misma a ir, entonces sin tener las herramientas o sin tener la justificación para sentirte cómoda y decir "bueno no tengo que obligarme, no tengo que hacerlo porque alguien más quiere" si yo tuviera ese poder -porque es un poder al final, la información es un poder-, si yo hubiera

tenido ese poder no hubiera quedado tan fastidiada de las relaciones interpersonales como lo estaba hace algún tiempo.” -Francisca, 33 años.

“si yo hubiera seguido como estaba, yo creo que ahorita tendría... para empezar tendría una relación amorosa mala, porque también eso es algo que cambié en ese entonces, tendría muchos problemas, mucha inestabilidad en lo laboral y lo escolar. Hubiera tenido muchos problemas también con la familia, porque el seguir siendo tan cerrada, y el seguir estando tan aislada, sola conmigo y enojada conmigo misma, porque el no entenderme me llevaba a enojarme y a el enojarme me llevaba a no entenderme, entonces era como un círculo vicioso, entonces seguiría estando ahí, a veces todavía me tropiezo y vuelvo, pero ya sé cómo salir; sin tener esa salida yo creo que estaría muy muy mal comparada con lo que soy ahora.” -Francisca, 33 años.

“cuando entendí que pues realmente no tenía que estar así nada más por querer encajar, por querer ser parte de lo que era normal, de lo que era aceptable, pues obviamente todo eso se terminó, él ya no tuvo el control sobre mi, y yo hubiera seguido ahí, o sea ya después de tantos años yo seguiría ahí. No me imagino como estaría ahorita, o sea, sé que mal, pero no me imagino qué tan mal.” -Francisca, 33 años.

“¿sí no me hubieran dicho? guau... no se... guau... no se no quiero pensar en eso... (comienza a llorar)... sería horrible... (...) (Sigue llorando)... yo siento que... (le cuesta mucho hablar)... no sé... que me da mucha culpa porque... sinceramente hay... cuando pienso en ese tiempo hay momentos en el que si... como que... (...) siento que si hubiese pasado más tiempo, no sé, sinceramente siento que no estaría acá o no sé, es muy duro.” -Patricia, 32 años.

“No, tiene que haber un diagnóstico. Porque uno, yo creo que todos lo merecemos, todos tenemos el derecho de conocernos, de saber, de saber quienes somos, y, y si no sabemos quienes somos, es super complicado, nos lleva a muchas frustraciones, ya de por si el diagnóstico, porque tenemos poca tolerancia a la frustración, pero ya con esto, de verdad nos lleva a muchas frustraciones y no logramos entendernos, y creo que eso es lo que llevo, porque yo tengo una niña que es autista, es asperger también, es TEA, creo que por eso, yo le converso mucho a ella, basado en lo que yo viví. (...) Porque ella tenía intentos de suicidio, y yo también los tuve. Entonces, es súper complicado porque como uno no logra entenderse, no logra encajar, no logra, eh, tener un apoyo, es super complicado” -Julia, 45 años.

“De no entender que no hay nada malo en ti.” -Julia, 45 años.

"Es que ni siquiera lo había pensado. ¿Porque como seguiría mi vida?, m, creo que no tan abierta a las cosas que estoy haciendo ahora, eso yo creo que sería lo más importante, porque siempre tenía, vivía con mucho miedo, muchas cosas. Y eso de encajar, la cuestión que uno no encaja, cuando uno se entiende, uno se empodera, cuando uno se empodera puede hacer cosas, porque no hay límites, entonces ahí es donde uno le cambia la vida. Ya no va a venir alguien a decirme "oye Julia tu tienes" y no se qué, "a ver perdón" ahora ya una puede decir las cosas, ¿me entiendes?" -Julia, 45 años.

"Entonces, cuando tú dices "¿qué sería?", pucha creo que muchas cosas serían distintas, muchas cosas serían distintas. Es necesario, es necesario que tengamos nuestro diagnóstico y es necesario porque siempre hablan de la, como de la prevalencia del diagnóstico en los hombres" -Julia, 45 años.

"si no hubiera tenido el diagnóstico, creo que sería muy inestable emocionalmente y no sería la mamá que puedo ser ahora porque seguiría fingiendo y fingiendo, no solo finges, al final le finges a todos, finges hasta a tu hijo y le enseñas eso, que tiene que fingir para poder adaptarse, pero si yo no hubiera tenido un diagnóstico, en realidad no me imagino mucho nada... una vida sí, pero sería diferente, no me gustaría." -Barbara, 26 años.

"creo que desde el 2017 en el mundo de ahora no puedes vivir sin un diagnóstico porque están pasando tantas cosas que si no entiendes que tienes cierta rigidez ante esas cosas que pasan te vas a terminar deprimiendo y decir como no soy capaz de lidiar con todo esto y eso genera un estrés que te va generando fallas y errores desde apagar el gas o perder las llaves que pueden ser peligrosas." -Carolina, 42 años.

"No sabría lo que me pasaba, me quedaría con la duda, digo "bueno me pasa esto pero no sé por qué es"." -Elena, 24 años.

"sin ser diagnosticada creo que no, porque todos necesitamos un diagnóstico para saber quiénes somos, al menos yo pienso así." -Elena, 24 años.

"Sí y yo creo que la mayoría de las mujeres les pasó lo mismo, en el fondo se las tienen que arreglar solas, o sea, tú sabes que hay algo raro, sabes que hay algo que es distinto, pero no sabes qué es, entonces te las tienes que arreglar sola y por eso vienen los intentos de suicidio, la autoestima por el suelo, entonces es por eso porque tú sabes que hay algo que está mal en ti, pero no sabes qué es entonces sí, yo misma digo "ojalá

este diagnóstico lo hubiera recibido donde era niña, mi vida habría sido muy distinta”  
-Catalina, 44 años.

“Si es difícil mucho más sin tener el diagnóstico” -Catalina, 44 años.

“yo digo “pucha” miro para todos lados y digo “¿cuántas mujeres hay en la calle que están igual que yo? y que a lo mejor hay mujeres que se han suicidado, a lo mejor se han suicidado precisamente porque saben que hay algo que es diferente, pero no saben que es.” -Catalina, 44 años.

“A una mujer sin diagnóstico yo creo que sí que es factible, pero la vida de esa personas sería una real mierda, muy mala porque van a sentir lo que yo sentí” -Alison, 36 años.

“Yo creo que la vida de una mujer que siente las mismas cosas que yo no va a seguir siendo una.” -Alison, 36 años.

“nunca hubiese vivido yo creo, nunca hubiese disfrutado” -Alison, 36 años.

“hubiese seguido haciendo así, sufriendo, estructurada en el trabajo, que cumple un horario, un jefe hueviando cachai, hubiera sido fome, no sé para mí dolió, fue un remezón estuve como flotando, pero ahora me siento cada vez mejor.” -Alison, 36 años.

“vivir lícitamente sin tener una explicación de por qué ellos hacen así yo lo hago así, porque ellos prefieren esto y yo prefiero esto, porque no puedo encajar o por que soy fuera de qué se yo...” -Becca, 37 años.

“Muerta. Pasé muchos años de mi vida pensando en el suicidio perfecto... el suicidio perfecto para mí era apagarme y que no le perjudica a nadie y que como que todo quede en su lugar... y si no hubiese tenido el diagnóstico y si no hubiese llegado a todo esto, eventualmente lo iba a lograr e iba a ser la única salida... porque como te dije desde los 8 años ya estaba cansada de vivir. Pues esa fue la frase que le dije a mi mamá, tipo mi mamá me dijo “que te pasa porque...” le dije porque estoy cansada de vivir y tenía 8 años...” -Becca, 37 años.

“Un autista puede ser súper hipersensible, como en mi caso, soy muy sensible a muchas cosas, e hiposensible es no sentir mucho, pero ¿cómo uno sin un diagnóstico puede saber eso?” -Rubí, 36 años.

#### d) **dificultades**

"como que se romantizó el término del autismo, y bueno tan maravilloso no es, porque uno sufre harto." -Camila, 30 años

"no es tan bonito ser autista, es difícil" -Camila, 30 años

"Yo pensé que iba a salir feliz (risas). Dije "ay si, van a decir que lo tengo" y no... fue muy triste ese día... si, me deprimí, fue muy triste, me costó decir "si lo tengo" y es difícil vivir en este mundo así." -Cecilia, 38 años.

**"es viable para ti o para ti y tu hijo el ser parte de este mundo que es neurotípico. En la sociedad en la que vivimos, con las reglas en las que vivimos."** No.. no es fácil" -Cecilia, 38 años.

"cuando nos enfrentamos a la escuela, no, ya no fue padre porque todas las reglas que hay... es tan complicado, tan complicado seguirlas, tan complicado... para mí todavía es complicado callarme muchas cosas" -Cecilia, 38 años.

"yo no lo sabía, hasta ahora lo analizo y digo "claro"." -Cecilia, 38 años.

"las mujeres autistas tenemos muchas dificultades socialmente para aceptarnos a nosotras mismas" -Sol, 35 años.

"es algo difícil de entender y también difícil de explicar, y yo creo que no solo para las mujeres, para cualquier persona estando en el espectro sería igualmente complicado" -Francisca, 33 años.

"Cómo es que pueden hablar tan fácilmente tantos temas con tantas personas, eran cosas que yo dentro de mi normalidad eran muy complicado, y ya con eso me doy cuenta: "ah, no porque tú no procesas, tu no manejas, tu...", es diferente a lo demás, y pues si con eso todo el tiempo, te sientes que estás mal o que estas fallada, algo mal en ti, y si se siente muy feo, y más cuando ves a tus hermanitos que tienen amigos, salen, hacen y tú te vas como que.... llega un momento que, como hermana mayor, vas creciendo y te van viendo como un ejemplo y ya conforme va pasando el tiempo y quedas tu como atrás, atrás, atrás, atrás y si se siente feíto porque deberían aprender de ti. Pero ya ahorita ya como los 3 estamos grandes, entonces ya como que somos

iguales los 3 hermanos, pero sí fue bastante... fue muy feo... horrible pero ya..." -Patricia, 32 años.

"se siente terrible, lo triste se siente muy triste y lo alegre se siente muy alegre, somos 2 polos, o todo o nada, y así con las emociones, entonces aprender a regular eso, está muy caño, y después aunar las ideas con la emoción, el aunarlo, no hay esa conexión, entonces todo este proceso me ha ayudado a que me dé cuenta de lo que veo, y digo cómo acceder a ello, como llegar, entenderlo y como aunarlo con mi emoción y luego usar eso, pues es super complicado, pero sí." -Patricia, 32 años.

"lo emocional te cuesta más manejar, y todo se aumenta, y por el simple hecho de ser mujer ya tienes la desventaja en este mundo, y con la condición buuu, tienes desventaja hasta con las otras mujeres. O sea, las mujeres tienen que ser lindas, coquetas, sociables, buena onda, risueñas, bien vestidas, arregladitas, aquí y allá, y hay veces que somos de que... con la carota así... pero porque estoy cansada, o a veces no ríes al mismo tono, o hay veces que tus facciones no concuerdan, o a veces no tienes energía." -Patricia, 32 años.

"Yo te comento como me pasa a mí por ejemplo, yo tengo que ir a hacer un trámite como pagar una cuenta. El hecho de salir a pagar una cuenta, que para ti puede ser fácil, yo tengo que hablar con el de la caja, tengo que hablar con el del kiosko, tengo que hablar con el de la puerta, tengo que hablar con el de la fila y para todo eso yo tengo hiperfocalizar la conversación, entenderlo, decodificarlo, esperar, etc. (...) Puedo resolverlo, lo hago. Pero cuando llego a mi casa estoy 4 horas encerrada en mi pieza a oscuras porque me colapsa tanto la cabeza que siento un colapso, un desgaste mental muy grande, lo que confunden los psiquiatras con la depresión. Pero no es depresión, es tantos impulsos sensoriales, tanto que tienes que enmascarar escuchando, decodificando, observando, percibiendo, tratando de entender y comportarte bien. Anticiparte, porque nosotros para hacer algo nos tenemos que anticipar y cuando vuelves a casa parece que hiciste 4 km corriendo descalzo, es un cansancio impresionante." -Maria, 34 años.

"Encima después vengo hablando como el panadero, porque tanto que observamos como habla, como mira y qué sé yo, vengo a mi casa y hablo como él, hasta que me lo saco de la cabeza, es como que todo el tiempo nos estuviéramos metiendo chips. Imagínate la cabeza, por eso no tenemos ni memoria ya." -Maria, 34 años.

"Hace poco me hice el test covid y cuando te lo haces la persona que lo realiza está toda encapsulada en un traje y te pone los isótopos en la nariz y yo estaba aleteando,

tenía mi estereotipia de aletear y el chico me dice que porqué aleteo. Pero no me puedo poner a explicarle que soy autista, que tengo estereotipias que no las controlo y salen solas cuando estoy estresada, y porque bueno era un análisis medio feo de hacer. La gente te ve rara, con 34 años aleteando "qué le pasa", yo no le dije nada y me fui, que le voy a explicar? nada, porque no me entenderá nunca. (...) Entonces yo ahí aleteando y encima no me daba cuenta de lo que hacía, porque con las estereotipias uno no se da cuenta que las hace, si no me dice él ni siquiera me doy cuenta. Yo ahí aleteando como una criatura, la gente mirando raro y yo digo "bueno ya me voy, ya pasé vergüenza pero por lo menos nadie me conoce" -Maria, 34 años.

"Si pero capaz que lo he hecho toda mi vida y nunca me di cuenta, quizás por eso me desplazaban. Porque ahora he tenido reacciones así y a la gente le da miedo, te mira extraño... pero bueno ya no me importa tanto" -Maria, 34 años.

"Es muy complejo ser autista." -Maria, 34 años.

"Creo que si la sociedad como que no le toma el peso a una mujer neurotípica, creo que menos a una mujer con algún espectro autista, eso pienso." -Barbara, 26 años.

"es muy difícil, muy difícil tratar de adaptarse" -Barbara, 26 años.

"me fue super imposible encontrar trabajo por mucho tiempo" -Carolina, 42 años.

"yo hice todo lo que pude, bueno por el acoso laboral y además por el tema de que quiero hacer algo diferente, estoy planteándome poder quizás tener una guardería o un centro pedagógico donde pueda trabajar con poquitos niños y así poder trabajar para sobrevivir y pagar mi dividendo, pero hacer lo que me gusta realmente y no someterme a este sistema que si tu no lo acoges te maltrata" -Carolina, 42 años.

"este año me pasó que tuve una situación donde en verdad no pude distinguir bien el lenguaje literal y el lenguaje figurado y me estuvo atormentado como dos meses, pero igual se trabajó y todo, pero ahí fue como chuta, yo no entiendo igual que los demás, me estoy quedando atrás ¿qué hago? si eso fue principalmente lo que me hizo sentir mal porque me recalcó lo diferente que puedo ser también en algunas cosas" -Aurora, 17 años.

"le digo "hola mami, como estas?", "bien", y después me dice "oye y mi beso?", y como que yo la quedo mirando como con una cara de "no quiero darte ningún beso", y se lo

tengo que dar obligada porque si no después se siente mal" (...) de repente me siento obligada a hacer ciertas cosas que yo no quiero hacer" -Claudia, 27 años.

"por lo menos acá en Chile no puedes decir las cosas como son, no puedes ser una persona directa siempre tienes que andar diciéndolo suavemente, muy indirecto, no puedes ser tú, siempre hay que fingir ser una persona en el trabajo, entonces yo creo que ese tema igual es complicado para la persona que es autista, porque hay días que no tengo ganas de estar sonriendo ni nada eso, pero lo tengo que hacer porque trabajo en una tienda donde trabajan personas y clientes, entonces uno no puede ser siempre como uno quiere" -Claudia, 27 años.

"tenía que aprender a quedarme callada" -Claudia, 27 años.

"siempre me he cuestionado la razón de tener que quedarme callada ¿Por qué no puedo decir las cosas?" -Claudia, 27 años.

"cuando discuto con ella me quedo callada, cosa que a mí no me gusta." -Claudia, 27 años.

"mi mamá y mi pololo me enseñaron como a quedarme callada en ciertas situaciones" -Claudia, 27 años.

"en el trabajo uno tiene que aprender a callar" -Claudia, 27 años.

"cuando yo hice la práctica iba con mi cara de trasero al trabajo y mi mamá dijo "hija usted va así al trabajo, pero si usted trabaja en oficina, no puede ir así" y por eso me tuve que maquillar, entonces son reglas que no deberían pasar porque no deberían fijarse en ti como persona, sino como tu haces tu trabajo y ese es el tema que me molesta porque debes cumplir con ciertos estándares sociales." -Claudia, 27 años.

"de hecho en el trabajo cuando hay mucho ruido -porque la oficina está en el centro de la ciudad y atiende público- es lo más cansador (...) terminaba muy cansada y yo no sabía porque me cansaba tanto, ahora entiendo el porqué" -Catalina, 44 años.

"acá empecé como a gatillar un poco más mi autismo, por el mismo hecho que la oficina está al medio (...) con el estallido social y todo eso, unieron las áreas y me tuve que ir a otra área donde se atiende una cantidad de público enorme y ahí ya empecé, todo mal." -Catalina, 44 años. -Catalina, 44 años.

"Ahí la gente me hablaba, se me enredaban los sonidos porque el pito de los números ese que va sonando, la gente que está esperando habla, mis compañeros también hablan, sonaba el teléfono, tenía a la persona que tenía al frente, entonces eran muchos ruidos alrededor más el ruido de afuera, entonces fue como un globo que reventó y estuve como dos meses con licencia porque yo no podía, porque volvía a trabajar y volvía a caer, entonces ya me dieron la licencia por los dos meses, estuve Noviembre y Diciembre con licencia para la oficina y yo con miedo de que me echaran" -Catalina, 44 años.

"cuando ya se me pasa es como si me hubiera pasado un camión por encima, termino muy cansada" -Catalina, 44 años.

"Es muy agotador, entonces hay días que me despierto muy cansada" -Catalina, 44 años.

**"Y además los colegios especiales son super caros también.**

Si po, si son particulares, tampoco hay colegios buenos que sean municipales o estatales, entonces quedan, quedamos, como muy en el aire, desde la niñez misma hasta la adultez" -Catalina, 44 años.

"si puedo ayudar en algo a otras mujeres autistas, no me gustaría que otras vivieran lo que yo porque se sufre en silencio, el autismo en mujeres es un sufrimiento en silencio." -Catalina, 44 años.

"algo que yo admiro en otras personas y es, por ejemplo, lo que te cuento del colegio, de llevar a tu hijo al colegio, de ir a las reuniones de apoderado, de que te reclamen por todo" -Alison, 36 años.

"igual ahora como que está el tema de que nosotros tenemos que adaptarnos al mundo neurotípico, "es que el mundo no va a cambiar por ustedes", pero si po, o sea, yo más encima soy adulta y soy capaz de igual generar lucas y digo "sabes qué ni ahí con el mundo neurotípico" yo ajusto todo para que yo esté bien" -Alison, 36 años.

"ponte tú para la pega lo que más me estresa porque yo tengo que hacerlo todo, preparar y repartir, ponte tú ahora digo que yo no voy a repartir, voy a pagar para que alguien me reparta y cuando yo conduzco y todo pero, cuando yo salga en mi auto va a ser para ir a pasear, no para ir a meterme a tacos y buscar direcciones, estacionarme mal, dejar a mi hija arriba del auto y porque todo eso me genera ansiedad y estrés y yo no voy a permitir más, no me voy a adaptar al mundo neurotípico, yo voy a usar al mundo neurotípico, me va a servir, es como casi decir que soy antisistema, anarquista

porque claro igual uno necesita del capitalismo igual necesitas las lucas igual necesitas toda eso, pero mejor usamos eso y nos mantenemos afuera.” -Alison, 36 años.

“También hay días que generalmente yo no puedo levantarme de la cama, estoy cansada de irme a los servicios de urgencia médica, hacen todos los estudios y en realidad... salen todos los estudios bien pero yo me siento fatal. Entonces generalmente son días que son posteriores a algo social, alguna demanda social muy grande pues, así que como que me drenan tanto, que al día siguiente yo no puedo levantarme... no puedo estoy con nauseas, mareos, dolores por todos lados; parece como que dios mío, estoy con un proceso infeccioso que esta a punto de explotar. Voy a hacerme todos los estudios de sangre, de imágenes, de todo y todos están en su lugar.

Y a mí eso me causa mucha rabia, hoy me frustra mucho porque me siento inútil, no puedo con mi cuerpo, no puedo levantarme, no puedo conducir, no puedo hacer nada... me toca acostarme medio día, un día entero y no hay algo que se tenga que sacar, extirpar y me curé.” -Becca, 37 años.

“Pero si me gustaría que alguien encuentre la cura, que digan tómese dos pastillas de esto y olvídense de todo lo que... (...) Yo personalmente hice mucho esfuerzo, hago mucho esfuerzo. Me siento muy mal cuando mi marido viene y me reclama algo que no registre, no lo tomé... al final digo, wow... todo el esfuerzo tampoco es suficiente.” -Becca, 37 años.

“Pero yo me refiero a lo que ya es una discapacidad, a esa incapacidad que tengo de percibir las emociones de las demás personas cuando yo estoy metida en mis cosas. (...) a veces sí lo noto, pero a veces no y no lo note y pasé por encima y después él viene y me hace el reclamo dolido y yo me quedo así “oh wow, qué mala persona soy”.” -Becca, 37 años.

#### **4. Diferencias de género (características vs hombres)**

“Era como que estuvo atrapado en una burbuja, en su mundo, hasta los dos años y medio que él... no miraba, no hacía contacto visual con ninguno de nosotros.” -Camila, 30 años

“es como muy cuadrado en algunos aspectos. Por ejemplo... no sé, si le sirvo la comida y llegó el vaso en un lugar y alguien se lo mueve, “no”, el devuelve el vaso al lugar, y ese tipo de cosas.” -Camila, 30 años

"en hombres, como he leído por ahí es mucho más notorio, eso yo no sé a qué se debe pero las mujeres es como que... Somos más observadoras, intentamos camuflarnos por así decirlo" -Camila, 30 años

"pero los niños (...) Como que ellos son nomás, como que no hay relación, o como que no hay una relación más fuerte con el entorno, no hay una preocupación". -Camila, 30 años

"no tolera estar todo el tiempo allí, o "por qué se van?" " es que ya Jesús se quiere ir" entonces pensaban que mi hijo mandaba, no? pero no era de que se quería ir porque si, sino que se quería ir porque había mucho ruido o porque había globos..." -Cecilia, 38 años.

"de chiquitos creo que no era como mucha diferencia, porque él hacía el berrinche... bueno lloraba por alguna cosa que no sabía expresar y yo era igual, yo lloraba y obviamente no sabía expresar que pasaba" -Cecilia, 38 años.

"él por ejemplo dice las cosas, él dice "no me gusta ésto, no quiero esto", lo dice tal cual, obviamente yo a esa edad no era tan grosera, él como que de más chiquito ha sido como que muy grosero en el sentido de como contestar, yo hice eso más grande y él sí "es que no quiero, no, no, no quiero" así y yo no decía nada, o sea era como... este con la comida por ejemplo, "toma, ya te serví, come" yo no decía no quiero, no decía nada, simplemente no comía, por ejemplo, no? mi hijo no, te rechaza el plato y te dice "yo no quiero eso, o no me gusta eso" y yo no, yo simplemente me quedaba sentada, callada y no comía nada". -Cecilia, 38 años.

"llegaba yo a mi casa y si mi papá había cambiado... A mi papá le encanta como eso, cambiar los muebles de lugar cada determinado tiempo cambia todo. Yo llegaba a mi casa, y sentía una ansiedad de que "por qué cambiaron las cosas", pero yo nunca decía nada (...) Y mi hijo no, o sea mi hijo llega, y si mi papá cambió las cosas, "¿Por qué cambias las cosas?!" "¿Quién las cambió?!" y ahí le digo yo "mi papá". Entonces siempre dice "es que yo dejé aquí tal cosa, pero seguramente ya... -le dice el querido capitán a mi papá- seguramente el querido capitán ya lo movió porque él mueve las cosas". -Cecilia, 38 años.

"mi hijo si lo dice, si lo externa" -Cecilia, 38 años.

"suele ser más grosero en cuanto a sus respuestas..." -Cecilia, 38 años.

"Él por ejemplo si tiene mucha más hipersensibilidad auditiva, así que siempre anda con sus audífonos... su postura es... yo también estoy encorvada, pero siento que él todavía es un poco más, su postura, encorvada. Entonces sí se le nota más, o sea tú lo ves y de primeras los audífonos que siempre trae, segunda su postura y que no habla, o sea no habla cuando no conoce gente, no? como que eso es muy notorio; y cuando habla es como grosero, como directo y grosero, y pues yo eso ya lo llegue a hacer hasta como los 15 años." -Cecilia, 38 años.

"socialmente quieres ser agradable a los demás, porque sabes que no lo vas hacer si te portas tal cual, la gente te va a rechazar, entonces alomejor las mujeres tenemos más pendiente agradar que los hombres, en el sentido de autismo, porque ellos no... la diferencia de ellos es que no te hablan y no te hablan, y ahí se quedan, y la mujer quiere agradar a los demás para no sentirse rechazada, quiere encajar, entonces encajas pero de una manera muy falsa la verdad." -Sol, 35 años.

"esa es la gran diferencia, lo social, porque podemos tener mentes muy cerradas, la inflexibilidad, los estereotipos, las rutinas similares, pero el hombre a lo que yo he conocido, el hombre no puede fingir, no puede fingir estar bien en una situación que no le agrada" -Sol, 35 años.

"Conocí a un chico en la universidad (...) sí te podría decir que yo lo sentía raro, era hasta cierto sentido tosco de manera física, con todos los demás. Yo sé que cuando estoy hablando con otras personas normalmente estoy viendo a otros lados, es algo normal en mí, pero él tenía su mirada fija en un lado, te estaba escuchando pero solo estaba viendo hacia un lado, y era raro hablar con él, o sea yo a veces puedo hablar con 2 o 3 personas a la vez o a veces puedo hablar con 1, pero trato de por lo menos enfocarlo un momento y luego ya seguir con lo mío, si enfoco mucho tiempo a esa persona pierdo el hilo de lo que estoy hablando, pero sé que el contacto visual es importante, y este chico lo dejaba de lado, él estaba en lo suyo y sabías que te estaba escuchando porque te respondía, pero no estabas muy segura de que te estuviera entendiendo, sabes?, eso era lo que me decían mis compañeros" -Francisca, 33 años.

"sé que a él le gustaba frotar su mano contra la mesa, y siempre estaba haciendo eso y siempre esquivaba a todas las personas" -Francisca, 33 años.

"A los hombres se les nota más." -Julia, 45 años.

"me identifico mucho con mis hijos, demasiado" -Julia, 45 años.

“(nombre de su hijo menor) cuando se descompensaba me mordía, me chupaba la parte de la pera. Y (nombre de su hijo mayor) me mordía el antebrazo, ya no tenía sensibilidad en ninguno de esos dos lados (...) siempre andaba con toda la pera morada y el brazo izquierdo morado, y no tenía sensibilidad” -Julia, 45 años.

“Pero lo que sí y eso es algo muy común, entre el varón y la mujeres es abismal la diferencia.” -Maria, 34 años.

“Mi hija hace talleres de habilidades sociales, como es adolescente la quiero ayudar a que se comprenda a ella misma y hace esto con chicos de su edad 14-15 años y ella misma se da cuenta de que son más tontos, ingenuos, monótonos, cerrados, y se les nota mucho el autismo, es como que tienen menos capacidades compensatorias que las mujeres.” -Maria, 34 años.

“El varón tiene pocas posibilidades de estas habilidades, lo he notado siempre. Si te pones a ver desde lo neurológico nosotras tenemos mucho más desarrolladas las habilidades sociales, seamos autistas o no. Como el hombre lo motriz. El varón es muy cerrado y puede saber mucho y ser inteligente pero a la hora de desenvolverse no tienen la misma actitud, yo tengo varios amigos autistas y sacarle dos palabras es complicado.” -Maria, 34 años.

“No te pueden explicar las cosas de la misma forma, o tienen más problemas con la prosodia o con conectar las emociones, son muy apáticos. He visto muchos varones que tienen mucha dificultad con el contacto visual” -Maria, 34 años.

“se diagnostica más a los hombres” -Barbara, 26 años.

“yo siento que los hombres no se camuflan tanto porque no les interesa” -Carolina, 42 años.

“Yo creo que en las mujeres pasa eso, tenemos ese interés por encajar” -Carolina, 42 años.

“uno indaga sobre cómo son todos y claro uno dice hombre TEA es como no sé, de repente le cuesta hablar, otras veces no mira a los ojos y como los típicos estereotipos que pueden haber” -Aurora, 17 años.

“a nosotras no se nos nota tanto porque por ejemplo yo conocí a dos chicos autistas, hombres, y han tenido problemas para tener pareja.” -Claudia, 27 años.

“había otro niño en la clase que también tenía autismo pero peor que el mío, yo tenía leve y él tenía como dos grados más altos que yo. Se manejaba super bien en inglés te juro, tenía 10 años y hablaba inglés perfecto, pero el niño era muy retraído y a veces se ponía agresivo.” -Claudia, 27 años.

“tuve un compañero que también tenía autismo, aunque más leve que el niño que te contaba, a él le hacían bullying. Yo pasaba piola” -Claudia, 27 años.

“decían que les daba lata haber sido de esa forma con él y yo les decía que yo también tenía autismo y me quedaron mirando y me dijeron “¿en serio?” y yo les dije que sí que solamente no se me notaba” -Claudia, 27 años.

“en el caso de los hombres es como más aceptado que el hombre asperger o autista, en general, si muestra tal como es, porque como él no mira a los ojos “ah perfecto, total él es asperger” y en el caso de las mujeres no pasa lo mismo, no lo aceptan” -Catalina, 44 años.

“y si no quieres que alguien te toque dilo, o sea, tener el mismo derecho si no quiero mirar a alguien a los ojos ¿por qué lo tengo que mirar? porque al hombre si se les permite ¿por qué las mujeres no? entonces a nosotras como que desde chicas nos ponen como muchas reglas sociales que a los hombres se les permite, entonces ellos tienen más libertad de mostrarse y nosotras no” -Catalina, 44 años.

“hemos conversado el tema y todas hemos llegado a lo mismo ¿por qué a los hombres si se les permite ser asperger y vivir su autismo como es? Y ¿Por qué a nosotras no?” -Catalina, 44 años.

“yo creo que los hombres son como más explosivos tal vez, como que externalizan más las emociones, la mujer tal vez incluso es por un tema cultural que nosotros tenemos que ser más piola, así como tapando la sonrisa” -Alison, 36 años.

“nuestro tema es que sabemos imitar muy bien las relaciones sociales, sabemos imitar muy bien los movimientos de lo que te hace mujer o no.” -Alison, 36 años.

“una como mujer no hace eso, pero así como que andas más angustiada porque algo no te resulta po cachai, pero lo sentí por dentro no lo externalizas.” -Alison, 36 años.

"no sé si por algo natural o como te dije recién, así como por el tema de que como mujeres siempre hemos sido como más limitadas en las conductas, somos super limitadas. (...) una tiene que hablar como señorita, de que tienes que vestirme bonita." -Alison, 36 años.

"son distintos tipos de autismo en las mujeres, todas son distintas, pero todas son del mismo grupo" -Ana, 18 años.

"igual es complicado porque el hombre es callado o no te mira" -Ana, 18 años.

"en el grupo que estoy del taller es un ambiente súper grato, hay una niña que es súper activista de ir a las marchas, del liceo 7, amiga, hermana, sororidad ante todo y hay otra que no habla nada, es súper tímida, es como "hola, sí" tú le puedes estar hablando como media hora y ella te va a escuchar así contenta" -Ana, 18 años.

"En el caso mío con mi hijo mayor somos como bien parecidos, la única diferencia el tema de qué mi hijo le cuesta mucho más al tema de expresar, de comunicar cualquier cosa, más allá de las emociones, sino comunicar, el tema del habla porque yo no tuve problemas de hablar tarde a diferencia de mi hijo. Y lo demás dentro del tema es que creo que soy mucho más obsesiva que él, él es más flojo, lo he visto con mi hijo menor también es re flojo, como que les cuesta tener esa iniciativa aunque tengan una obsesión, como que la obsesión no los hace moverse a menos que le lleves todas las cosas" -Victoria, 35 años.

"también es muy parecido a mí, tiene hartas dificultades sensoriales (...) Lo que él tiene son malas habilidades sociales y eso me da mucha risa porque le digo "¿Cómo le vas a enseñar a los cabros chicos habilidades sociales si vos ni siquiera las tení?" -Lisa, 33 años.

"también a lo que me he fijado hartito hasta ahora es que hay hombres que también les pasa lo mismo, hay hombres, son menos, son mucho menos, pero pueden enmascarar caleta." -Lisa, 33 años.

"a nivel de habilidades sociales ponte tú, él tiene malas habilidades sociales para la vida, yo encuentro que son habilidades sociales propias de un niño de 18 años, pero yo se muchas habilidades sociales, él no sabe nada de habilidades sociales, entonces, por ejemplo, en las parejas que he tenido a mí me sorprende, me sorprende el nivel de inmadurez que él demuestra porque, por ejemplo, super simple el otro día, vivimos cerca los dos y vivimos cerca de un bosque, entonces me dijo "oye, me podí traer maní o

algo que ando cagao de hambre" y ellos venían de otro lado y me pasaban a buscar para ir a caminar un rato así como para sacarnos de la mente la pandemia y él andaba con su polola, yo le pase, tenía en la casa, le pase, se lo empezó a comer, le ofreció a la polola y ella dijo que no, íbamos conversando, caminado y nos pusimos a hablar de a qué hora habíamos comido y yo le dije "tu sabes que yo para salir a caminar yo tomo once primero porque me da hambre, yo no aguanto y me pongo idiota" y la polola dijo "yo tampoco había comido desde el almuerzo", entonces mi amigo va y dice "se acabó" a él no le interesa ¿cachai? Y yo le dije "oye, pero como no le dejaste, por último, si yo te eche como 40 gramos de nueces, un poco más, más la almendra, más el maní ¿Cómo no fuiste capaz de dejarle algo a tu polola?" Y dijo "no, porque mis necesidades primero" él lo dice en broma, ya, pero yo no creo que teniendo en cuenta que yo conozco a la polola, la he visto dos veces antes, sea una broma apropiada para el contexto, si él y yo estamos solos super apropiado porque nos conocemos hace como 4 años, pero si estamos con la polola que no me conoce muy bien, yo no la conozco a ella y este estúpido va y dice esa cosa es como "oye, pero ten más cuidado" porque yo no se si esa es tu forma real de tratarla en lo privado y yo me puedo pasar muchos rollos ¿cachai?. Y él, por ejemplo, tiene dificultades con eso y con la pareja que tenía antes terminaron por eso (...) y esta chica me dijo "para mí, el problema más grande" llamémoslo Pepito "del Pepito es que él me hacía pataletas más grandes que mi hijo" (...) Tu cachai el nivel para que un adulto te diga "mi pareja me hacía pataletas" "pataletas" es súper fuerte" -Lisa, 33 años.

"Entonces y esa cuestión no se da cachai porque solamente tengan malas habilidades sociales, sino que se da porque tú no te conoces lo suficiente y eso, por ejemplo, también es un clásico lo que te decía antes del autismo que no hay autoconocimiento" -Lisa, 33 años.

"así como muy... yo al principio decía "este loco ¿Qué onda? Como va a ser tan inmaduro, tiene tres años menos que yo, pero como va a ser tan inmaduro, tan imbécil, tan buen profesional, pero tan estúpido, raro"." -Lisa, 33 años.

## **Emergentes.**

### **1. Importancia del apoyo familiar.**

"desde que él supo también mi diagnóstico, él me asiste, me ayuda, es como mi cuidador (...) cada vez que tengo que hacer alguna cosa, algún trámite, yo lo llamo a él y él me dice "tú podrías hacerlo así" o "no le hables con ese tono a la persona porque no le puede parecer bien", y ese tipo de cosas, él me ayuda bastante." -Camila, 30 años

"ellos saben que no me pueden hablar todos al mismo tiempo, porque me bloqueo, entonces aquí en mi casa yo me siento en mi área de confort, me siento segura porque todos me entienden, todos me comprenden" -Camila, 30 años

"ellos han tenido una super buena recepción, han averiguado, se han informado. Y la verdad es que me aceptan, me apoyan bastante" -Camila, 30 años

"Entonces ellos ya aceptan super bien el diagnóstico y me apoyan." -Camila, 30 años

"Y lo bueno es que con mi familia y con mi pareja tengo bastante apoyo" -Camila, 30 años

"tengo mucho apoyo" -Camila, 30 años

"entonces por así decirlo en mi entorno se me permite casi todo o todo" -Camila, 30 años

"porque también fui muy juzgada por ella..." (hablando de su hermana) -Cecilia, 38 años.

"Siempre... por ser muy distintas, pues siempre me decía que yo estaba mal... que yo hacía las cosas mal, que no debería de hacer las cosas así... y cuando nació mi hijo sin diagnóstico y con diagnóstico, me juzgaba, me decía "pues es que no deberías hacer esto con el niño" no?, o sea, se metía muchísimo. Y obviamente mis papás me decían cosas, antes del diagnóstico pues porque yo era la loca, porque yo trataba a mi hijo porque entendía que tenía hipersensibilidad táctil, auditiva, o sea, sabía que tenía esas cosas... y yo lo entendía, lo comprendía y hacía muchas cosas para que él estuviera bien, obviamente, no? y pues ellos sin diagnóstico decían "pues ella está loca", no?, ¿por qué? y luego me decían "pero porque siempre trae la misma sudadera", no? o sea, esos apegos que él tenía o así y que yo lo dejo, no? o los zapatos, no? que porqué andaba descalzo o sea... cosas así, siempre me estaban como juzgando, pero mi hermana si, ya con diagnóstico igual me llegó a juzgar bien duro" -Cecilia, 38 años.

"Y ahorita con mi diagnóstico ya está más tranquila" -Cecilia, 38 años.

"yo no era como los demás papás, que lo quería cambiar o algo, no?" -Cecilia, 38 años.

"yo sé que yo soy la que apoya a mi hijo... y que gracias a que yo lo tengo, pues lo comprendo, lo entiendo, y nunca lo he sometido a algo donde yo no lo vea bien, o sea yo

sé que otros papás los dejan en las terapias ahí llorando... y que a fuerzas los quieren cambiar, o que hagan ciertas cosas, y yo no, yo donde no veo a mi hijo bien, no. O sea, mi hijo tiene que estar bien para poder avanzar, entonces digo bueno o sea, finalmente eso lo ha ayudado mucho a él, o sea, tenga o no tenga diagnóstico siempre supe cómo tratar a mi hijo, o sea de hecho cuando me dieron el diagnóstico, la psicóloga me dijo "tú ya lo tratabas como se debe de tratar, tu siempre trataste de ayudarlo a que no tenga crisis sensoriales..." pero yo no... no sabía que eran crisis sensoriales, o sea, simplemente decía "pues le molesta esto, pues vamos a quitarlo". -Cecilia, 38 años.

"entre los tres tomamos la decisión de hacer con homeschool porque no podemos con las escuelas" -Cecilia, 38 años.

"mi hijo no va sufrir lo que yo sufrí". -Cecilia, 38 años.

"Con el diagnóstico de mi hijo yo no me sentía así y no hubo dolor... fue de que "si lo tiene, si lo tiene, ¿que sigue? vamos a lo que sigue", terapias, "ah, órale, terapias" -Cecilia, 38 años.

"o sea yo sé que él ahorita no lo entiende pero yo sé que yo he sido como... yo lo llamo traductora, con él y con el mundo, no? Y sé que eso le ha servido muchísimo. También sé que no soy eterna y que también tiene que... o sea, yo le estoy justo a eso, "es que tú no puedes hacer esto... pide ayuda, si tú te das cuenta de que no lo sabes hacer o que no puedes hacer, pide ayuda, y si no les entiendes "me puedes volver a explicar por favor porque no te entendí". Estoy trabajando mucho con eso porque sé que no voy a ser eterna." -Cecilia, 38 años.

"Y ahí también está el tema de mi hijo que yo no lo encontraba tan raro (risas) sus rarezas no me eran tan raras." -Juana, 40 años.

"con mi hijo igual, porque ¿cómo le voy a exigir a mi hijo que se ponga zapatos, que se ponga ropa, si yo estando en la casa no tolero la ropa?." -Juana, 40 años.

"Al salir de la escuela básica y entrar a liceo, para mi fue horrible, la experiencia más rara, o más fome o más... ay no sé. Fue espantosa, de hecho yo cuando nació mi hijo, yo lo único que quería era ponerle en una escuela que estuviera desde kinder hasta cuarto medio para que no tuviera que pasar por la transición de enseñanza básica la enseñanza media" -Juana, 40 años.

"él ya me reconoce mi cara, mi rostro, él ya sabe cuando estoy mal." -Juana, 40 años.

"cuando tuve la crisis yo repetía y repetía "déjame pensar, déjame pensar" y la psicóloga, ella les dijo que no me dieron tiempo a volver a pensar, a estructurar" -Juana, 40 años.

"cuando me diagnosticaron a mi todo el mundo empezó a sospechar de que ellos también tenían algo (...) a veces en tono de broma, a veces también es como... siento que a veces es como para no dejarme sola" -Francisca, 33 años.

"fue muy liberador en ese entonces, recibir todo eso y recibir sobretodo el apoyo" -Francisca, 33 años.

"en mi familia se hacía a un lado porque no entendían como, pero me decían "ve con el especialista, él sabe que necesitas, él sabe qué hacer contigo" entonces de repente vienen y me preguntan "¿Y ahora qué te dijo?", entonces ellos siguen también las instrucciones de lo que me dijo el especialista, no?, entonces es esa cuestión de traerles información también, y de que ellos estén ahí" -Francisca, 33 años.

"puedo decir que sí es algo muy importante pero no lo más importante" -Francisca, 33 años.

"y si sientes que no lo puedes manejar, ya sea que lo comente con mi familia, con mi hermanita, con mis hermanos, qué podemos hacer, como nos podemos ayudar"

"me empecé a abrir un poquito más, y mi mamá ya había dicho: "vamos con una psicóloga", pero yo ya no quería, entonces me dijo: "sabes que? haz lo que quieras, cuando quieras realmente ayuda me avisas". Y en cierta manera fue bueno porque me dio mi tiempo a mí de procesar las cosas"

"2 meses que la verdad es que están borrados totalmente, porque no tengo nada. Solo porque mi mamá estuvo dale y dale y dale y dale" -Patricia, 32 años.

"a uno le gusta la yema, al otro no le gusta la yema, uno come con clara, el otro no come la clara, uno come la palta y el otro no come palta, entonces ya aquí es increíble, pero como yo viví eso entonces yo ok, ni un problema y una se lo acomoda y todo, porque yo viví todo eso, las otras personas no, a mí me llegaron combos, me llegaron correazos, y no sé qué, me quemé, me mandaron a la cama a acostarme sin comer y toda la cuestión. Tampoco entendía que por qué era tanto si no podía, realmente no podía" -Julia, 45 años.

"que les digan a mis hijos lo que me decían cuando era chica, vienen a decirle una cuestión a mi hijo así y yo no perdono." -Julia, 45 años.

"Y que es lo mismo que hacen mis hijos, pero que yo tuve que aprender solita y dándome varios golpes para poder entender a las otras personas" -Julia, 45 años.

"con los chiquillos yo les hablo, converso, tienen un gran apoyo, así que super bien" -Julia, 45 años.

"Mi mamá una vez me dijo, me llamó por teléfono, ella venía viajando con mi hermano para Viña, nosotros vivíamos en Santiago, ellos en Viña, ella me llama y me dice "uh Julita, mira, sabes que estoy viendo un ovni", y yo "de verdad", "sí" dijo, "estoy viendo un ovni y se aterrizó aquí en un cerro, oh, bajaron una escalera, oh están bajando", y yo "sácale foto, sácale foto, cuéntame, cuéntame más", y de repente escucho risas, y cortan el teléfono. Después me llaman de nuevo y yo "mamá ¿qué te pasó? Y todo", entonces me dice "Julia y ¿tú me creíste?", "pero ¿de qué?", "¿del ovni?", "sí ¿por qué, le tomaste foto?", y me dijo "no, si era mentira", y le dije "mamá, pero como no te voy a creer si tu me lo estás diciendo", entonces me dijo "no" me dijo "si es broma, yo no". Ya me había imaginado la nave aterrizada en el cerro, bajando la escalera, bajando los extraterrestres, te lo prometo (...) y no es una vez, esa es la que te cuento porque es una de las que me acuerdo más porque si ella me hacía esto, entenderás cómo era..." -Julia, 45 años.

"Entonces igual nosotros hablamos de que tenía que, de la importancia de la relación, que él tenía que entender que valentina era libre y que ella podía dejar de quererlo, pero no por eso que él fuera una mejor o peor persona, que era porque los sentimientos cambiaban, era algo muy sano y que tenía que entender que eso podía pasar." -Julia, 45 años.

"yo les digo a mis hijos, "condón", tengo mucha apertura para hablar los temas con ellos, muy amigos para hablar todos los temas, y me gusta cuando ellos hablan y dicen que tienen la confianza de hablarme cualquier cosa" -Julia, 45 años.

"no les digo "hijo como se te ocurre", no les voy a decir que no tiene que tener relaciones mañana ni nada por el estilo, les digo "no hijo si tú te cuidas", y les hablo del respeto." -Julia, 45 años.

"Y le digo, si pue, porque yo lo viví." -Julia, 45 años.

"Aunque he ido de a poco entendiendo (risas), porque, por los chicos, conversamos antes, entendemos los chistes, estamos los 3 aprendiendo." -Julia, 45 años.

"yo aprendo con ellos, aprendemos para los dos lados, es rico, de verdad que es rico." -Julia, 45 años.

"yo lo que necesitaba era tener herramientas, que si ellos veían algo me lo dijeran para yo poder darles las herramientas." -Julia, 45 años.

"Es difícil, a veces es complejo en una familia que no comprende la condición porque te dicen "fuiste a comprar pan nomás" es lo mismo, me hace mal." -Maria, 34 años.

"obviamente he sufrido un montón con este chiquito pero es la fase que tenía que pasar y hay que tener paciencia, nada más." -Maria, 34 años.

"me ayudó también en el proceso mi pareja, pienso que si hubiera estado sola no hubiera sido lo mismo." -Barbara, 26 años.

"trabajamos en eso con nuestro hijo, y mi pareja nos ayuda mucho, es muy paciente" -Barbara, 26 años.

"no podía hacer stimming porque mi padre me golpeó, no podía regularme de esa manera" -Rubí, 36 años.

"Lo bueno es que en mi familia lo decían de buena manera, pero imagínate en otro lado quizás dicen "este niño no servirá para nada, o este niño es tontito" y eso es lo que se da en la mayoría de las familias" -Carolina, 42 años.

"yo tuve una crianza muy neuro diversa y tengo que agradecerlo" -Carolina, 42 años.

"fue como una infancia feliz, porque fue como bien acompañada, bien acogida; no me tiraron a la vida, yo siempre fui como la guagua de la familia" -Aurora, 17 años.

"tuve mucha suerte que porque estoy ahora en un colegio desde el segundo básico donde (...) hasta ahora me ayudan en todo lo que yo necesito, como que aquí los profesores son super comprensivos y todo y entonces es como otra familia más." -Aurora, 17 años.

"fue como "ya contemos en el curso" porque, o sea, hay cosas que ya no se pueden como esconder, entonces "hay que sacarlo a la luz", los profesores ya lo sabían, estaban capacitados como que todo se empezó a mover, pero faltaba el curso, bueno ahí mi mamá y otra persona más como que hicieron un taller, más o menos, como de distintas facetas, distintos módulos como de cosas sensoriales con lijas, como con agua y con cosas así, para representar como hay cosas que uno siente y no siente" -Aurora, 17 años.

"ahí el apoyo estuvo por parte de mi familia como "chuta nunca se nos presentó ninguna situación así, de la nada llega entonces tenemos hacer algo" y también tuvo que actuar el colegio porque si no podemos perder la unidad entera." -Aurora, 17 años.

"lo que se hizo en ese momento fue hablar con el colegio como mira sucedió esto ¿qué podemos hacer? y ahí lo que se decidió fue como tomar una clase en paralelo, está el curso y yo voy aquí entonces vamos iguales, pero vamos como en paralelo, entonces donde yo vine trabajando justamente este tema con sentido figurado, ironía y cosas así como para ver también hasta donde entiendo y hasta dónde no y haciendo un trabajo muy similar al que estamos haciendo en la misma clase, pero como más acotado y más sintético, más simple para entenderlo y después sin ningún problema volví al curso y seguimos adelante con los próximos trabajos y unidades." -Aurora, 17 años.

"ahora lo veo y es como "wow" llegué a tal extremo, donde en verdad uno como que tiene que ir corriendo a buscar una lucecita que te saque de toda esta oscuridad, de todo esto malo que estás sintiendo, sin saber qué estás sintiendo en verdad, ahora yo entiendo que sentía, pero en ese momento no, ni mi mamá ni yo lo entendíamos, nadie la entendía, pero es como "ya busquemos como algo que te saque a flote por lo menos 10 días" después te caes, pero te volvemos a sacar a flote" -Aurora, 17 años.

"por suerte, como que agradezco al mundo tener la familia que tengo porque es como super apoyadora en todo esto hasta ahora como que siempre caminan al lado mío, si me caigo me esperen a que me pare o me ayudan a pararme como que no me dejan sola, siempre están allí atrás como dándome ánimos." -Aurora, 17 años.

"ahí también es suerte de que mi mamá desde, no sé, digamos que desde siempre ha trabajado con personas con discapacidad, alta, severa, baja de todo tipo, entonces como que igual tenía un ojo médico en eso, como súper agudo donde es como "no caminaste a los dos años y ya veamos cómo sigues, pero sino entonces busquemos algo" sí bien llegué un poco tarde, igual no llegué tan tarde por este ojo agudo." -Aurora, 17 años.

"yo soy alguien que en verdad no habla mucho, como que prefiero no hablar, por un tema cómodo, pero hay cosas que yo no me puedo guardar que es como, por ejemplo, me siento mal, pero no sé porque me siento mal; eso no se puede quedar conmigo, siempre lo tengo que hablar con mi mamá, en este caso, que es como la figura más fuerte para mí, entonces nada se le escapa a ella porque yo se lo digo todo también." -Aurora, 17 años.

"esas cosas no me las puedo guardar, por nada del mundo como que me pudren por dentro y me hacen sentir peor de lo que estoy, entonces sácalo, díselo, busca ayuda porque bueno uno no se da cuenta que uno no puede salir solo de esto, uno siempre como que necesita una ayuda externa que te diga "tú puedes" o que en verdad te ayuda a levantarte." -Aurora, 17 años.

"Un detalle como que me gustaría recalcar, es que yo creo que soy una persona super afortunada porque ahora yo estoy en un taller como habilidades sociales -que aún no

hacemos nada social (risas), según yo- donde conozco otras chicas de mi edad que son TEA, pero es como "wow, yo tuve suerte" porque escuchar los testimonios de ellas y como "chuta" todas con rollos familiares, como con males psicológicos que chocaban en verdad y yo por mi parte decía "yo no tuve nada de eso". -Aurora, 17 años.

"soy una persona super afortunada, cuando tuve la oportunidad de escuchar otras vivencias de otras personas que también pasaban por cosas así y ahí me sentí diferente, incluso entre mis diferencias, entre las demás (risas), pero eso fue bueno, como que estuve en un ambiente super acogedor, super seguro, como que en ningún momento se me presentó ninguna situación mala" -Aurora, 17 años.

"me sorprendió, como que incluso entre mis pares TEA fui afortunada. (...) Bueno eso es todo gracias a mi mamá, yo lo sé." -Aurora, 17 años.

"mi mamá se supone que era la responsable de mí y tenía que seguir llevándome al psicólogo o al neurólogo, pero no lo hizo... igual estoy bien (risas), porque parezco normal, pero en el fondo igual no lo soy" -Claudia, 27 años.

"yo le agradezco mucho a mi mamá porque me dejó ser independiente, y yo creo que el problema de mucha gente adulta que tiene TEA que no los dejan ser independientes." -Claudia, 27 años.

"en la niñez mi mamá a mí nunca me dijo que tenía autismo, fue cuando yo estaba más grande, a mí siempre me trataron como a una persona normal, lo que sí nunca entendí era porque siempre estaba en colegios con pocos alumnos o con enseñanza más personalizada más que nada y nunca lo había entendido hasta que un día pregunté y me dijeron." -Claudia, 27 años.

"Entonces igual a medida que fui creciendo, igual gracias a ella porque yo iba constantemente al fonoaudiólogo, fui mejorando esa habilidad, y mi mamá trato siempre de mantenerme con mucha gente" -Claudia, 27 años.

"mi mamá por ejemplo, yo no entiendo porque ella no me entiende a mi siendo que ella sabía que yo tengo autismo" -Claudia, 27 años.

"en ese momento me sentí super frustrada, menos mal que estaba mi hermana, ella me pudo como consolar porque ella sabe mi condición obviamente" -Claudia, 27 años.

"ya lo he superado, y eso igual gracias a mi familia más que nada porque eso es lo bueno, que he tenido el apoyo de mi familia por lo menos." -Claudia, 27 años.

"el ritalin era una opción para que yo me quedara tranquila y hiciera todo más tranquila, pero mi mamá me dio la mitad de la dosis del ritalin y me dijo que me miró y dijo "no, no le doy nunca más" y yo cuando grande le pregunté (...) y me dijo "no porque hacías

todo en cámara lenta, como si estuvieras drogada". Mi mamá me dijo "yo preferí decir chao medicamentos, tendré que aguantarla así" -Claudia, 27 años.

"mi mamá y mi pololo me inculcaron que no siempre tengo que decir la verdad, que no es necesario en algunos casos" -Claudia, 27 años.

"mi casa si porque es mi zona de confort" -Claudia, 27 años.

"mi mamá me inculcó mucho con mi papá que no me debe importar la opinión de los demás que es más importante tu propia opinión y la de tus cercanos que realmente te aman." -Claudia, 27 años.

"mi mama nunca me dijo "tu eres una niña especial o enferma, tienes autismo, tienes TEA" no, a mi me fue a contar cuando yo era grande, entonces me crió como una persona normal" -Claudia, 27 años.

"mis papás y mi familia me dan mucho amor y cariño y mis perros obviamente, entonces no necesito nada más allá" -Claudia, 27 años.

"lo bueno es que mi amiga siempre me aceptó tal cual como soy" -Claudia, 27 años.

"mi jefa me ha apoyado mucho en todo este proceso, ha sido parte muy importante" -Catalina, 44 años.

"la red de apoyo que tenía también ha sido una ayuda bastante grande para este proceso" -Catalina, 44 años.

"el que me apoyen cuando me descompenso, que mis compañeros igual me aceptaran como soy, me integraron súper bien al equipo, entonces todo eso ha ayudado a que mi proceso haya sido más rápido." -Catalina, 44 años.

"de hecho tenemos un grupo de WhatsApp que dice apoyo aspi, entonces si yo me siento mal yo solamente mando audio ahí y son cinco compañeras las que están como atenta y ellas llegan y la que esté desocupada primero tiene que ir a verme." -Catalina, 44 años.

"tengo toda una red de apoyo al lado." -Catalina, 44 años.

"yo tuve la suerte de tener una red de apoyo muy buena tanto en mi trabajo, en mi familia cero rollos, pero no todas las mujeres tienen la misma red de apoyo" -Catalina, 44 años.

"siempre me apoyan el 100% , pero es porque tuve la suerte, pero no todas las mujeres tienen la misma suerte" -Catalina, 44 años.

"creo que la red de apoyo para las mujeres autistas partiendo desde mujeres autistas, desde niñas debería haber una red de apoyo grande porque no la hay" -Catalina, 44 años.

"yo tengo dos sobrinas chiquititas (...) siempre estoy observando si veo comportamientos que yo recuerdo de mi en ellas (...) porque yo digo "en una de esas, capaz que ellas también lo sean y no quiero que pasen por lo mismo que pasé yo" y si yo noto algo raro yo voy a decir que lleven al tiro a un centro a hacerle el test y poner al tiro red apoyo porque no quiero que ellas pasen por lo mismo que pase yo" -Catalina, 44 años.

"como te digo yo tuve la suerte, mucha suerte y por eso mi proceso ha sido rápido" -Catalina, 44 años.

"de hecho tenía tanta suerte y el director del servicio donde yo trabajo, el regional el hijo mayor tiene asperger, entonces cuando mi jefa le contó él le dijo al tiro "tu organiza todo y haz todo lo que ella necesite para que esté trabajando bien" -Catalina, 44 años.

"mi jefa, ella dice que trata de entender cómo yo podía sobrevivir así y que por eso ella me admira" -Catalina, 44 años.

"y mucha presión también de mi papá... pero que a la vez también entiendo a mi papá, que para él lo más importante es que yo estudiara, que tuviera un cartón pa' defenderme en la vida, porque él lo pasó mal también..." -Alison, 36 años.

"mi familia en general me apoyó mucho, porque siempre he sido distinta, siempre he sido como... muy artista, extrovertida pero, siempre se dieron cuenta de que yo era diferente. Y nada, me apoyaron y me dijeron así como "que bacán" y como que tampoco es un tema como que "no ella tiene TEA así que como que no puede hacer estas cosas", no po, como que me dejan ser, onda "si queri hacer esto, dale, si no queri hacer esto, no lo hagái". De hecho con el tema de los estudios han sido como súper comprensivos con eso..." -Ana, 18 años.

"ahora igual estoy más cercana a mi hermana y eso igual me ha ayudado un poco, porque somos todo lo contrario, ella es súper independiente, es arisca y pesada." -Ana, 18 años.

"es como complicado sentir que tu papá no te apoya y que duda de los profesionales que dedicaron toda su adultez, que tienen estudios del tema que él no sabe y me dice que yo no tengo depresión, entré como un modo de colapso, lloraba todos los días, no iba al colegio, me empezaron a dar pastillas porque tuve como dos o tres intentos de suicidio, casi me internan en un hospital psiquiátrico, de hecho me dieron hora y todo pero no

hicieron nada porque no estaba tan mal y para la casa, pero lo pase pésimo.” -Ana, 18 años.

“pero la intervención ha sido la vida donde no se nos obliga de cierta manera y eso de cierta manera ayuda, pero también me deja secuelas, en este caso mi pensamiento de intervención, con mis hijos yo hago lo mismo, lo más funcional, pero dentro lo que pueden, sin aplastar su esencia propiamente tal” -Victoria, 35 años.

“yo creo que eso me ayudó mucho, el tema de la funcionalidad, porque mi abuela tenía ese pensar, yo creo que mi abuela igual tenía autismo.” -Victoria, 35 años.

“yo con mi hijo soy súper estricta, mira mientras por ejemplo cuando son selectivos yo los obligaba, mientras no entraran en crisis y las cosas que sí eran el producto así como una sensación de estrés y muy doloroso, eso lo trabajaba, pero lo demás cuando me decían no me gusta, “no, lo siento, pruébalo, si lo pruebas y no te gusta ahí recién podemos ver”” -Victoria, 35 años.

“yo con mi hijo mayor igual soy súper exigente porque yo digo “yo me esperaré ojalá vivir eternamente, pero no es la realidad, me puedo morir mañana, me puedo morir en 10 años más o de vieja, pero necesito que tú tengas las herramientas” (...) aquí aprenderás a usar la cocina, a aprender a usar el refrigerador, a aprender a usar la lavadora, aprender a comprar.” -Victoria, 35 años.

“viví toda una vida bastante estructurada, uhm... básicamente anclada a la regulación que me hacía mi mamá, yo creo que ella también lo tenía por sus características, ella fue mi traductora social y ya, fue mi soporte (...) ella nunca descanso para ayudarme y yo creo que lo logró porque básicamente tengo una vida medianamente normal.” -Becca, 37 años.

“lloraba mucho era muy sensible, entonces cuando dije que quería estudiar medicina mis hermanos se burlaron y dijeron que yo no iba a poder porque era muy sensible” -Becca, 37 años.

“nosotros lo acompañamos, siempre fui una mamá dragona, me devore a las personas que le atacaron, o que no... o sea le hizo un agujero en la familia así le hice un nido, le grité y me planté frente a todos y él está así feliz toda la familia le respeta, le entiende y es como que me consolé con eso.” -Becca, 37 años.

“Pero sí tenía juguetes, mi mamá estaba siempre que yo le necesitaba para responderme cosas, siempre fue muy ilustrativa, muy reflexiva, tengo aprendizajes valiosísimos de sus explicaciones porque yo me iba y le preguntaba “mamá ¿dónde está la vida?” y ella me explicaba...” -Becca, 37 años.

"Lo he visto de afuera tuve todo lo que quise, tuve todo lo mejor, todo regalado. No me expuse al bus colectivo público, siempre estuve llevada y traída en vehículos particulares, siempre tuve... la posibilidad de elegir mi ropa, elegir mi estilo, me vestía muy diferente a la época. O sea yo era reacia a los jeans, me gustaba la ropa muy floja porque no toleraba las texturas y bueno, eso formaba parte de lo consentida que era." -Becca, 37 años.

"Gracias a Dios me di reflejada en mi mamá, mi mamá era muy parecida a mi, mi mamá era fría pero no indiferente, era sensible, pero era distante... el hecho de que mi mamá haya estado tan pendiente de mí hizo que yo no tuviera tantos conflictos." -Becca, 37 años.

"falleció mi mamá. Que como te dije al principio ella era mi factor regulador, ella era mi traductora social y ella era mi todo. (...) Cuando ella se fue yo me quedé como flotando, me apagué." -Becca, 37 años.

"Lo que hizo mi mamá es genial, me puso a bailar, me puso... me puso a superar todas mis... todos mis problemas, independientemente de lo que le hayan dicho que yo tenía o no tenía de lo que puntué, o lo que no puntué de lo que le dijo ninguna profesional. Ella me veía con problemas en algo y me empujaba para allá, ella me veía con problemas algo ya me estiraba para acá... O sea, ella fue mi terapeuta" -Becca, 37 años.

"mi marido es un hombre muy bueno y el diagnóstico de mi hijo le cayó pesado. Pero... fue mi garra, mi energía, mi combustible que lo arrastró hasta ahora." -Becca, 37 años.

"Yo siento lo mismo que sentía con mi hijo. Cuando todos me decían que era un chico malcriado, que se habrá asustado, le daban muchas explicaciones a sus conductas... y yo sentía que no.

Él estaba siempre muy apegado a mí y ellos decían que la que lo malcriaba yo. O sea "vos tal cosa". En realidad yo me daba cuenta que él se guiaba, por ejemplo si yo comía, él comía. Él, sí yo dormía, él solo dormía conmigo. Él solo tomaba pecho, no acepto nada solamente del pecho... O sea todo lo que yo tocaba, él tocaba. Como que me usaba de traductor también..." -Becca, 37 años.

## **2. Factores económicos.**

"y si me tardé en dar con el diagnóstico oficial obviamente por el dinero, porque es caro" -Cecilia, 38 años.

"yo llevaba como 10 años que estaba yendo a médicos, psicólogos, neurólogos, psiquiatras, hasta del timo, si era del timo, si era de mi cerebro, o sea de todo... pues eso genera un gasto y yo ya me sentía... por eso mismo "no quiero ir al psicólogo, ya no quiero ir a eso, ni a los otros", pues solo se gastaba y quedaba igual... ¿para qué más no?" -Patricia, 32 años.

"Yo ahí encuentro una persona que se dedica a adultos, que fue bastante difícil conseguirlo, encima oneroso porque acá eso se paga, no está dentro de lo que cubre la salud pública" -Maria, 34 años.

"Pero qué pasa, que ella siempre se ha hecho tratar en la parte pública de psiquiatría, y en la parte pública te atiende un día uno, al otro día otro, y te medican... y no te hacen un seguimiento o algo más profundo." -Maria, 34 años.

"no tengo plata para pagar psicóloga" -Rubí, 36 años.

"empecé desde la zona donde vivo que sabía que no iba a encontrar y empecé a ampliar y ampliar hasta que encontré a PANACEA pero no me satisfacía al costo de la evaluación" -Rubí, 36 años.

"es muy caro lo de PANACEA" -Rubí, 36 años.

"no me estaba cobrando, yo tampoco podía pagarle" -Rubí, 36 años.

"antes le pagaba dos sesiones por mes porque no me daban mucho los recursos" -Rubí, 36 años.

"me cobro como 200 lucas por las pruebas y me hizo el test de rorschach, me hizo como 4 test y que después que me los hizo me dijo "sabes qué ninguno de estos es para detectar autismo, pero yo creo que no eres autista porque eres mujer" -Carolina, 42 años.

"a parte fue un tema de lucas no hacerme el diagnóstico, estaba gastando mucho" -Carolina, 42 años.

"estaba super pobre y no me pude hacer el diagnóstico" -Carolina, 42 años.

“hizo que yo tuviera que buscar el diagnóstico y me costó un montón porque aparecían muchos obstáculos, cada vez que iba a hacerlo me faltaba plata para algo, me descontaban en el trabajo.” -Carolina, 42 años.

“una dueña de casa que no tiene ni siquiera recursos para pagar un psicólogo ¿cómo lo hace? se las tiene que arreglar sola” -Catalina, 44 años.

“como te digo no hay ni siquiera los consultorios para la gente que tiene menos recursos, entonces es todo un tema.” -Catalina, 44 años.

“por mi terapia con mi psicóloga, es una vez a la semana son \$22 mil pesos que debo tener todas las semanas, el diagnóstico me salió como \$60 mil más o menos, el puro diagnóstico y yo tengo la fortuna de que trabajo en un servicio público que nos tienen un seguro y algo me reembolsa, pero ¿la persona que no tiene?” -Catalina, 44 años.

“para el tema ya yo me compré mis tapones para el oído, también tuve que desembolsar plata” -Catalina, 44 años.

“igual hay que invertir y sí, el asperger que tienen las mujeres tienen más comorbilidades como las mías o más fuertes, es más el gasto, porque yo me las pude arreglar gracias a Dios, yo me las pude arreglar, pero no todos han podido y tampoco van a poder, tengo un trabajo que me lo permite, claro ando con el cinturón súper apretado tampoco gano los millones, pero he podido salir adelante, he podido seguir con mi tratamiento, también he podido seguir con mi terapia, pero no todas van a poder, entonces muchos yo creo que quedan en el camino y no terminan su terapia porque no les da el bolsillo económicamente” -Catalina, 44 años.

“yo he tenido una suerte que los demás no han tenido porque he escuchado que han tenido que abandonar por dinero” -Catalina, 44 años.

“decirte que si por el tema socioeconómico yo creo que es uno de los factores más importantes en este momento porque aparte del apoyo que tiene que contar una mujer autista, económicamente no todas pueden y no debería ser como mendigar prácticamente, debería ser accesible entrar a algún programa que te ayude” -Catalina, 44 años.

“lo dejé pasar, no le tomé mayor asunto porque priorice la intervención con mi hijo, lo que es fonoaudiólogo y ese tipo de costos. Ahora fue la oportunidad por el tema de la devolución del 10%, ahora se me volvió a activar esa sensación de respuesta por así

decir y decidí hacerme la evaluación completa con una dupla de psiquiatra y psicólogo.”  
-Victoria, 35 años.

“de hecho en el diagnóstico para mi hijo me ofrecieron hacerme el diagnóstico formal por ambos pero el costo era muy elevado entonces lo descartamos.” -Becca, 37 años.

“Todos los países, acá también, el costo es altísimo aquí, y en Suiza también.” -Becca, 37 años.

“Es super caro. (...) sale mucho más, el Ados, el mínimo que se cobra en la fundación que lo cobra más barato de todo Chile sale 40 lucas, exceptuando aquellos lugares que abren espacios para que sea gratis, y después de eso suelen costar 80 hacia arriba, en Viña del Mar, por ejemplo, en la Quinta región, Viña del Mar que es como el lugar más top top top, está entre 100 y 140. (...) nosotros somos los que cobramos menos de donde yo vivo, cobramos 80.” -Lisa, 33 años.

“En el centro que yo trabajo llevamos ya 3 personas así, que por el 10% dijeron “este es el momento”, pero es como para reafirmar lo que ya saben.” -Lisa, 33 años.

“En la U no se enseña porque es certificación especial y que solamente se hace en el extranjero y es carísima, la certificación cuesta \$500 lucas y la batería completa cuesta como \$2 millones de pesos, por eso el A2 es tan caro porque no es tan barato comprarlo.” -Lisa, 33 años.

### **3. Violencia en la pareja.**

“mi esposo era el que manejaba el dinero, yo no lo manejaba” -Cecilia, 38 años.

“si he recibido violencia de parte de él, ¿por qué rayos estoy él?”, no? (comienza a llorar). “Todas mis relaciones han sido violentas...” -Cecilia, 38 años.

“un hombre que no entiende tus espacios, que no te escucha, pues muchas de esas mujeres fracasan, yo leí mucho que somos víctimas de violencia generalmente, porque como tienes tu autoestima muy baja, y a todo dices que si, y lo que te dicen te lo crees”  
-Sol, 35 años.

"si te toca un hombre que te puede hacer daño, pues es para mal, (...) creo que ese es el peligro de ser una mujer autista" -Sol, 35 años.

"Muy abusiva, era una relación... siempre tuve muchos problemas de autoestima por lo mismo, porque no encajaba, entonces deje que esta persona se aprovechara de eso, él me controlaba mucho, era muy manipulador en ese aspecto, siempre se aprovechaba de que me sentía así, siempre me decía que nadie me iba a querer, porque yo era muy rara porque él era el único que me quería y era él único que estaba ahí para mi, y que si yo lo dejaba yo iba a volver a ser como esa bolsa de basura tirada que él recogió en la calle alguna vez" -Francisca, 33 años.

"dejé muchas cosas de lado, dejé de hacer muchas cosas que me gustaban, dejé de disfrutar (...) él se podía enojar" -Francisca, 33 años.

"a él no le gustaba que me vistiera mucho de negro o que usara mis botas, él prefería verme más femenina, entonces yo con tal de que él estuviera bien conmigo yo hacía esas cosas" -Francisca, 33 años.

"era una relación muy abusiva, muy enferma." -Francisca, 33 años.

"yo estudié hotelería, trabaje dos años, yo creo que son los dos años más hermosos de mi vida, que trabaje en hotelería y, eh, yo estaba de novia, y mi novio me pidió que me retirara del hotel, porque quería almorzar conmigo, que yo estuviera de contadora y que tenía que trabajar en contabilidad y todo, y me buscó un trabajo al frente de la oficina de él. Y uno, como es así como calladito y todo dije "ok, ya", renuncié, me puse a trabajar, duré tres meses." -Julia, 45 años.

"te tienen así siempre en una burbujita y eso a mi me ahogaba, como me desesperaba." -Julia, 45 años.

"me separé de mi ex marido por violencia intrafamiliar. Me golpeó" -Julia, 45 años.

"con él yo sufrí violencia no física, violencia psicológica." -Julia, 45 años.

"si yo hubiese sabido en ese tiempo, me hubiese entendido más." -Julia, 45 años.

"yo lo llamé por teléfono para pedirle permiso, yo tenía 25 años, no, 23 años, o sea no necesitaba pedirle permiso.

**Claramente**

Pero como "no, es mi novio y no se qué", lo llamé por teléfono, le pedí permiso, él no estaba, se supone que tenía que estar porque estaba con la pierna mala, no debería no haber estado. Y le pedí permiso a la mamá" -Julia, 45 años.

"y claro yo ahora entiendo que no era una cosa de que él quería que yo ejerciera por mi profesión, si no que él quería sacarme de ahí porque sabía que ahí yo lo pasaba bien." -Julia, 45 años.

"Si, y una como, eh, también tan, no sé, ingenua, no sé, es como, como no sé (risas). Como tonta, perdón. Pero uno es media tonta, sí. Eh, si, y yo decía "pero no, pucha, ya bueno lo hago por ti y toda la cuestión", pero nunca, y por eso yo se lo comento a mis hijos y hablamos también esos temas" -Julia, 45 años.

"cuando eran chicos, yo me separé por violencia cuando eran muy pequeños, (el mayor) tenía 3 años y (el menor) tenía 1." -Julia, 45 años.

"yo aún cuando el me pegó y toda la cuestión, yo trataba que él fuera presente con los chiquillos, que "ay, es que el papá y la mamá, que son necesarios y la cuestión, es que", entonces, claro, yo no, él estuvo un mes así que los fue a buscar, los llevaba para la casa de la mamá y volvían, pero 12 años que nosotros no lo vemos, no sabemos nada de él." -Julia, 45 años.

### **"¿Alguna vez sufriste violencia de pareja?"**

Creo que no física, pienso que psicológica, pero la verdad es que pienso que no me afectaba mucho, porque como te digo yo no entendía bien, sí me decía mucho que era rara que estaba loca, pero yo sabía que no era así." -Barbara, 26 años.

"así que no me afectó mucho haber tenido como violencia psicológica cuando viví esa relación" -Barbara, 26 años.

"sufrí abuso y tuve también a mi hijo, entonces esto fue muy complicado y después cuando yo tuve... tuve que decir todo, tuve que hacer la denuncia me decían: "¿cómo no dijiste nada?, ¿cómo no entendiste que si te decían eso no tienes que ir para allá?, que no tienes que hacer eso", pero yo no entendía bien a qué se refería la gente, entonces yo como tonta y muy inocente, sufrí este abuso, de parte de mi tío y tuve a mi hijo; eso fue lo más complicado porque además tuve que seguir estudiando y también tuve que ir a trabajar, pero pienso que sin ese proceso que fue tan complicado, yo nunca me hubiera podido adaptar a la sociedad." -Barbara, 26 años.

"estaba durmiendo así y de repente como que despierto y me tenía... no me alcanzó a penetrar, pero sí me tocó varias de mis cosas, de mis partes, entonces... mira, en el momento, tú debes de decir "ya, pero sabes artes marciales, ¿no le pegaste?, ¿no le

sacaste la chucha?" en ese momento yo me quedé en blanco, yo me quedé así, me quedé congelada, no sabía como reaccionar" -Claudia, 27 años.

"en ese momento igual yo dije "ya... si no fue tan grave, porque no hubo penetración" pero igual... Quedé mal psicológicamente, porque no quería que ningún hombre se me acercara y así estuve como 1 o 2 años." -Claudia, 27 años.

"Hasta que conocí a mi ex... que ese weón fue como el pico conmigo, por no decirlo de otra forma. Mi ex me manipuló totalmente" -Claudia, 27 años.

"me sacaba fotos así y yo le decía "porfa borralas" y nunca las borró. Y ahí me enteré de muchas cosas, le mandó las fotos a mi papá" -Claudia, 27 años.

"Mi ex era así, yo no tenía idea pero todos sus compañeros de trabajo y todos sus compañeros de la U me conocían desnuda." -Claudia, 27 años.

"he tenido hartos problemas, con el papá de mi hija sobretodo y me empecé a deprimir a un nivel extremo" -Alison, 36 años.

"Con el papá de mi hija, heavy. De hecho nos separamos el 2017 y fue con show po, o sea onda le puse una orden de alejamiento y hubo un proceso judicial por violencia intrafamiliar, y eso me dañó un montón, un montón... estuve como un año en el centro de la mujer de acá de Antofa para tratar el tema de la violencia y de hecho yo llegué ahí con pareja, o sea yo estaba en ese momento con el papá de mi hija, y cuando comencé con estos tratamientos, yo creo que como al mes o algo así de terapia y todo me separé (...) Ahí vino todo el proceso judicial que es un atao... y mira hasta el año pasado tuve atados de abogados, demandas, que "te voy a quitar a (nombre de la niña)", y ay... una tortura hasta el año pasado, pero ahora está todo tranquilo." -Alison, 36 años.

"siempre, hasta hace poco incluso hasta con mi pareja actual tuvimos un montón de problemas, ataos así "heavy"." -Alison, 36 años.

"yo mi primera relación viví violencia intrafamiliar severa, psicológica, física y sexual" -Victoria, 35 años.

### **"¿Alguna vez has sufrido violencia en la pareja?"**

Si. Es más, lo he naturalizado, lo he aprendido hasta el punto en que yo también (...) yo antes de conocerle a mi marido, no sabía gritar ni discutir.. era evasiva cuando tenía un problema con mi pareja, con mi novio, con alguna persona, yo solamente abandonaba el barco y pasaba al olvido.

Eh... con él aprendí a enfrentarme a discutir, a levantar la voz, y... pasamos a ser una pareja muy tóxica, tuvimos muchos episodios de violencia verbal porque discutíamos y yo sabía... Es como que me puse a hablar su idioma sí él gritaba, yo también, a los gritos

pero después de que pase la situación yo me quedaba con una sensación de suciedad horrible, era como si no sé... no me reconocía, me desagradaba mucho la persona en la que me convertí." -Becca, 37 años.

"también tuve muchos problemas de pareja. (...) Yo no sé si yo me di cuenta que había mucha violencia verbal, manipulación no sé... lo que sí me di cuenta, es que hay mucha frustración" -Becca, 37 años.

#### **4. Conductas características.**

"me molestaban los ruidos, los olores, las texturas, la gente..." -Camila, 30 años

"Yo me acuerdo que era como que todo el mundo avanzaba en cámara rápida y yo como que no sabía qué hacer porque todo iba muy rápido." -Camila, 30 años

"nunca logré conectarme con mis compañeros, con la gente de mi edad. Siempre tuve gustos como un poco diferentes y un poco obsesivos" -Camila, 30 años

"Entonces, nunca sabía que había que hacer, por ejemplo en el colegio: había tarea, cosas y yo nunca supe, nunca entendía" -Camila, 30 años

"Ese es como mi punto débil, como que a veces no sé cómo enlazar algunas ideas con lo que me ha pasado, como que no sé crear esa conexión, como que no relaciono bien algunas cosas; como que una persona dice algo y yo me puedo dar cuenta a los días después "ah... por eso". (risas) si, en ese sentido soy bien lenta." -Camila, 30 años

"es que siempre estaba como metida en mi cabeza, estaba con mis temas, en ese tiempo quise aprender alemán, entonces estaba todo el día en mi mente practicando alemán, practicando las palabras en alemán, tratando de escuchar música en alemán" -Camila, 30 años

"entonces nunca tuve como el tiempo de preocuparme por lo que pasaba fuera." -Camila, 30 años

"me sacaron de mi estructura, (...) eso como que me desestabilizó completamente."  
-Camila, 30 años

"yo creo que fue más el tema de qué me desestabilizó el tema de los planes." -Camila, 30 años

"soy muy literal" -Camila, 30 años

"como que ahí de repente choco con las personas" -Camila, 30 años

"para mí es súper complicado también, porque tengo que andar todos los días con los oídos tapados, porque todo ruido me molesta, entonces de repente me hablan y no escucho..." -Camila, 30 años

"a lo mejor para los demás es como super normal, para mí no lo son, como empatizar con los demás" -Camila, 30 años

"Con tapones, sí." -Camila, 30 años

"La música me gusta harto, de hecho me da por temporadas con algunas músicas. El año pasado me dio con la música electrónica, no, hace como tres años que vengo con la música electrónica, que es tanta la pasión que sentí por esa música y bueno lo siento todavía, que si hay algo por fuera que me llegara a molestar como que mi pasión por la música lo bloquea. De hecho, fui a un festival de música electrónica y no tuve problema, o sea, estuve disfrutando todo el tiempo en la música." -Camila, 30 años

"siempre ando escuchando música, si no estoy con los tapones ando escuchando música en la calle" -Camila, 30 años

"yo creo que es como selectivo el tema de los ruidos me parece, porque hay ruidos que me molestan mucho, pero la música no." -Camila, 30 años

"si me molesta por ejemplo la gente cuando come, (...) o cuando traga saliva o los tacos de las personas, como ese tipo de sonidos más cortos, más leves puede ser." -Camila, 30 años

"yo soy la típica vecina que le echa los carabineros a los vecinos" -Camila, 30 años

"mi pareja siempre me ha dicho que era la persona más fría del mundo" -Camila, 30 años

"Yo siempre le tuve como rechazo al trabajo, como miedo" -Camila, 30 años

"hablé hasta los tres años, muy pasiva..." -Cecilia, 38 años.

"yo solamente recuerdo que sí que hablaba poco... y que observaba mucho y que imitaba mucho a mi hermana..." -Cecilia, 38 años.

"yo peleaba con todo el mundo, era muy agresiva, y me peleaba con todos siempre terminaba muy mal, esta sinceridad... este no, yo no sabía como "ésto no se dice o esto si se dice", no? yo... tal cual y todo eso pues me trajo muchos problemas" -Cecilia, 38 años.

"Yo era muy intolerante, grosera..." -Cecilia, 38 años.

"en la universidad tuve crisis así, por la saturación de tareas" -Cecilia, 38 años.

"les gusta mi trabajo, porque dicen que soy muy detallista" -Cecilia, 38 años.

"pero sí en otros trabajos anteriormente... trabajos de oficina, o estuve en muchos de telemarketing, en donde tuve muchos problemas con mis jefes, donde no entendía yo las órdenes... o sea, y mis papás me decían "y ya te corrieron o ya renunciaste?" y siempre era una de las dos, o me corrían o renunciaba (risas), porque terminaba mal con los jefes porque yo decía que la culpa era del jefe por no haberme dado las instrucciones correctas como yo las necesitaba" -Cecilia, 38 años.

"en el trabajo en el que más ha durado fue (...) año y medio, pero antes de eso yo había trabajado ya seis meses, ahí mismo como supervisora de promotores (...) entonces de alguna manera funcioné digamos dos años así (...) porque el trabajo tampoco era tan pesado y como que siempre era hacer lo mismo... (...) el problema fue cuando ya no fue lo mismo (risas) cuando vienen cambios ya... (risas) vienen cambios y me dicen "aparte de hacer esto..." porque era aparte, no era de que "ya no vas a hacer esto" sino que "aparte de hacer eso, vas a tener que hacer esto y esto y esto" y ahí ya no me alcanzaba el tiempo." -Cecilia, 38 años.

"yo decía "no... yo entiendo que las demás tal vez si pueden hacerlo, pero yo no puedo" -Cecilia, 38 años.

"ya de ahí me he dedicado a hacer encuestas por internet, artesanía he estado mucho en la artesanía, dar talleres, que eso también me remunera y me gusta mucho, no?, enseñarle a otras personas..." -Cecilia, 38 años.

"cuando son las elecciones aquí en México, entonces ya llevo dos años trabajando con ellos (...) y solamente es un mes, entonces puedo aguantar un mes, más no" -Cecilia, 38 años.

"yo recuerdo que la etapa en la que estuve mucho más cómoda en mi vida, fue esta parte que te decía que salíamos a vender dos días, dos días salir de casa y exponernos y todo pero toda una semana regresar a casa y encerrarnos era como que padre, no?" -Cecilia, 38 años.

"tengo amigas de la licenciatura de la maestría pero son como esas amigas que se dieron cuenta de que yo era diferente, y que la amistad ha durado por ellas, porque ellas se han preocupado por mí, no porque yo tampoco sabía cuidar una amistad." -Cecilia, 38 años.

**"O sea te cuesta mantener relaciones también.** Si, ahorita lo estoy como trabajando más, estoy tratando de conocer más personas, de tratar de tener amistades ya más duraderas con esas personas, pero antes no." -Cecilia, 38 años.

"Yo llegaba a mi casa, y sentía una ansiedad de que "por qué cambiaron las cosas" -Cecilia, 38 años.

"ni siquiera en ese momento sabía que era una ansiedad, simplemente dentro de mi era horrible llegar y ver tu casa completamente cambiada... no me avisaban, o sea yo iba a la escuela y regresaba y todo estaba cambiado, y yo sentía una desesperación y decía "no, por qué, por qué" y no decía nada, a nadie le decía nada, ni siquiera le decía a mi papá "¿Por qué cambiaste las cosas?" nada." -Cecilia, 38 años.

"a nosotros nos gusta tener las cosas en el mismo lugar, en el mismo sitio, si lo dejo aquí, pues lo tengo que encontrar aquí" -Cecilia, 38 años.

"cualquier cambio para mí era... cosas nuevas que me mostraban para mí yo era así de que... "agh" pero por dentro y no decía absolutamente nada, y ya ni siquiera lloraba, yo recuerdo que si llegue a llorar hasta como los nueve años por todo, no decía nada y

lloraba (...) ya después ya no lloraba, entonces ya me quedaba callada y solamente por dentro me quedaba así como que "aghh"." -Cecilia, 38 años.

"esa es una de mis características que yo reconozco "autistas", que yo me programo para algo, trazo mi ruta y si no puedo hacerlo se me viene el mundo abajo, no veo otra alternativa, otra salida, y ahí viene el tema de la frustración, de que empiezo gritar, de qué me enoja... cuadradita (risas)." -Juana, 40 años.

"seguir trabajando en las emociones porque me cuesta" -Juana, 40 años.

"no sé bien cómo explicar, definir lo que siento. Extraño que alguien te diga a los 40 años eso, "¿qué sientes?" y tener que empezar a pensar, a dar vueltas, que tu pensamiento se ralentice y tratar de explicarlo es casi como si me pusieses frente a una fórmula química para tratar de resolverla. Para mí son equivalentes, no las puedo explicar bien." -Juana, 40 años.

"yo me llenaba de listas y era agobiante" -Juana, 40 años.

"Veía las listas... y enormes listas, y todo se empezaba a juntar, juntar, juntar y era angustiante, atroz." -Juana, 40 años.

"me obligue varias veces a no hacer listas pero en mi mente están" -Juana, 40 años.

"y cuando me despido del hombre se me sale, sin siquiera pensarlo y le digo "espero no volver a verlo nunca más" (risas). Entonces, después de haber tenido una conversación muy civilizada le digo eso, y el hombre me queda mirando y me dice "ok, bueno"; y cuando le cuento a Mariana me dice "se te salió lo autista ahí po, ¿cómo le decís eso a una persona?" (risas)." -Juana, 40 años.

"hay cosas que me delatan un poco, en mi estructura" -Juana, 40 años.

"no todos tienen esa estructura, no todos hacen listas, no todos tienen en su bolso, en su mochila 20,000 lápices, 20,000 post it, y otro montón más de libretitas para anotar las cosas. Tampoco todo el mundo anda con una tijera, un desatornillador, una cinta adhesiva en la mochila..." -Juana, 40 años.

"si hablamos de comida, siempre me dijeron a mí que era mañosa" -Juana, 40 años.

"la cebolla cruda no me gusta en pluma pero si la como en cuadritos pequeñitos, el arroz con carne el jugo no lo puedo ni ver, porque es arroz o es sopa (risas) porque ese arroz con caldo nadando ahí no va conmigo (risas) Eh... no sé... Por muchos años los fideos con salsa yo los comí en un plato los fideos y en otro plato la salsa, jamás me ha podido gustar... me gusta la betarraga, pero que la betarraga te tiña otro alimento... No, no... (Cara de asco) No... Prefiero no comer a que un alimento me tiña otro alimento en el plato." -Juana, 40 años.

"a mí el charquicán me gusta pero lo como mirando hacia otro lado, ¿por qué?, porque es un montón de alimentos revueltos en un plato. Claro... Yo lo puedo comer, pero me voy comiendo así como... seleccionando los alimentos." -Juana, 40 años.

"El cepillado de dientes para mí es fatal, fatal cepillarte los dientes y que la pasta de dientes toque tu lengua, es horroroso, me dan arcadas." -Juana, 40 años.

"Me costó mucho, probé muchas pastas de dientes hasta llegar a una que pueda tolerar el sabor. (...) Prácticamente todas las pastas que hay." -Juana, 40 años.

"he llegado incluso a vomitar cuando siento el sabor de la pasta" -Juana, 40 años.

"Debo ser una de las pocas personas en el mundo que no tolera el sabor a menta." -Juana, 40 años.

"Y como te dije para mí es bastante complicado, llegué a un auto consenso de cepillar los dientes contando hasta 10" -Juana, 40 años.

"no me gustan las telas sintéticas, la mayoría de la ropa que uso es de algodón o que sean telas suaves, detesto las telas sintéticas... Me dan... Me pican, además de qué me pongo nerviosa y empiezo a sudar y ahí ya al empezar a sudar me quiero bañar, me quiero cambiar de ropa. Yo me puedo bañar en verano cinco veces al día, y te digo que puede ser poco a veces. Yo tengo claro que mi toc está ahí en el tema de la higiene" -Juana, 40 años.

"cada vez que salgo me cambio de ropa" -Juana, 40 años.

"ahora me estoy acordando de un artículo que leí sobre el tema de la higiene en algunos autistas, eran varios testimonios y una niña decía que cuando era pequeña había visto a su hermano ducharse y salir y que le había preguntado que porque se escuchaba y él le dijo "voy a salir" entonces ella asumió que cuando ella tenía que salir tenía que

ducharse, y es algo que también hago yo. Entonces si yo salgo dos veces de la casa, las dos veces que me voy a duchar y me voy a cambiar de ropa.” -Juana, 40 años.

“No lo puedo controlar” -Juana, 40 años.

“En la casa, yo entro, me saco los zapatos, me saco los pantalones y me puedo quedar acá en polera y calzón.” -Juana, 40 años.

“es algo que cuando a mi pareja, cuando empezamos a convivir le chocaba, le chocaba que yo anduviera así en la casa porque además de exhibicionismo, era para él contraproducente (risas) que una mujer anduviese en cueros en la casa...” -Juana, 40 años.

“entonces en la casa yo ocupo este tipo de vestido de ropa de tela suave porque no me gustan las cosas ceñidas al cuerpo, me ahogan, y telas sintéticas tampoco las soporto” -Juana, 40 años.

“hasta el día de hoy me cuesta por ejemplo enfocar los desniveles” -Juana, 40 años.

“Me gustaba pintar, yo salía con una libretita por San Felipe a pintar, caminaba, escuchaba música clásica” -Juana, 40 años.

“yo me compré el Quijote porque yo lo iba leer, porque en la escuela no lo había leído. Total que me perdí en los pies de página, así que nunca lo he terminado de leer (...) esa es una de mis mayores vergüenzas intelectuales (...) es una cosa que a mí me pesa, que he arrastrado y espero no morirme sin haberlo leído, porque sé que eso es un karma.” -Juana, 40 años.

“es algo que me avergüenza, porque no leí el Quijote, tuve que dar examen, y me saqué la nota máxima, obtuve un 7 y tengo 40 años y todavía no leo el Quijote. Es algo que me avergüenza.” -Juana, 40 años.

“a mí no me agradaban los niños, los encontraba bruscos, sucios, toda mi vida he encontrado a los hombres bruscos, sucios” -Juana, 40 años.

“La enseñanza media yo me fui a estudiar al liceo de niñas de San Felipe, arrancando de los niños.” -Juana, 40 años.

"Yo en la universidad, primer semestre, como venía con el training del liceo, decadencia absoluta, el primer semestre de los siete ramos que uno cursa yo reprobé cuatro"  
-Juana, 40 años.

"Los siguientes años significaron que yo tenía nueve ramos por semestre y no reprobé ninguno." -Juana, 40 años.

"Fue simplemente estudiar, estudiar para terminar la carrera. **Que es algo que no habías hecho antes, porque en el colegio no estudiabas.** Exacto." -Juana, 40 años.

"di mi examen y todo el cuento y nada, se miraron la comisión y me miran y me dicen "bueno, en este momento es cuando toda la gente aplaude porque usted aprobó" "ah ya" le digo yo, y salí." -Juana, 40 años.

"Tampoco fui a recibir mi título en esa gran ceremonia que tienen todos su momento de gloria, no, tampoco fui, porque consideré, ahora lo veo, característica autista, que no había dado todo de mí, así que... **No merecías una premiación.** Exacto, no me sentí merecedora de eso." -Juana, 40 años.

"yo consideré que no era merecedora porque yo podía dar más, y ahí hay un tema de autoexigencia, y también es... Forma parte de este mundillo del autismo. (...) el auto exigerte, no encajar, el sentir que no formabas parte de..." -Juana, 40 años.

"El papá de mi hijo siempre me tira en broma "no podi hacer dos cosas a la vez" si po... si yo estoy haciendo algo y él me habla, pum! quedo en blanco." -Juana, 40 años.

"cuando tuve la crisis yo repetía y repetía "déjame pensar, déjame pensar" y la psicóloga, ella les dijo que no me dieron tiempo a volver a pensar, a estructurar"  
-Juana, 40 años.

"muchas veces necesito llevar al papel todo para poder entender, porque si no le sigo dando vueltas, y le doy y le doy... A cuestiones tan básicas, por ejemplo el almuerzo, "qué voy hacer de almuerzo para mañana" he llegado a tener insomnio de no resolver una cuestión tan básica, entonces ¿qué hago? pum, agarro un papel, lo resuelvo y listo. Ahí hay un tema de estructura, de mi forma de ser" -Juana, 40 años.

"Mariana me dice que yo soy muy estructurada, y yo le digo "no, no soy tan estructurada porque también soy muy desordenada" pero necesito el papel, el lápiz, la lista, el trazar

las ideas y el conectar todo, casi como que mapa conceptual para poder avanzar y resolver un tema pendiente para seguir." -Juana, 40 años.

"más de algunas veces he dejado las llaves en el auto. He tenido mucha suerte de que no me lo roben." -Juana, 40 años.

"Soy olvidadiza y necesito estos papeles, las notas, los post-it, todo para poder organizarme." -Juana, 40 años.

"ahora te digo que mi tema es social" -Juana, 40 años.

"Y en el trabajo también me costó hartó" -Camila, 30 años

"yo siempre iba al día con mi trabajo, incluso adelantada pero... Qué pasa, que mis compañeros iban atrasados y ahí me llamaba mi jefe y me decía "¿tú sabes que ellos están atrasados?" "sí" "¿Y por qué no les ayudas?" "bueno porque es su trabajo" (...) pero a mí nunca me dijeron que yo podía ayudar a mis compañeros" -Camila, 30 años

"todavía se me dificulta lo que es el decir no, por ejemplo" -Sol, 35 años.

"yo, si tenía un conflicto personal buscaba a alguien que me dijera cómo tenía que resolverlo, porque no, no entiendes cómo se maneja la sociedad y batallas bastante" -Sol, 35 años.

"es como muy complicado que me cambien todo de repente." -Sol, 35 años.

"Yo no he tenido problemas para dialogar con la gente, si puedo ser muy social y contradictoriamente dicen que el autismo no lo es, yo puedo ser muy social, pero una cosa es ser social y la otra es vincularse realmente con la gente, yo no me vinculo con la gente." -Sol, 35 años.

"Si una persona no me busca yo no la busco, yo podría vivir sola en una cabaña (risas), ¿por qué? no sé, no sé buscar a la gente, no se invitarla, yo sé que puede ser muy sencillo: "hey, qué vas hacer hoy?", pero para mí eso es como "híjole subir al monte Everest, así como que no puedes" -Sol, 35 años.

"hay algunas cosas que todavía siguen siendo un poco raras, incómodas, sobre todo cuando saco mis manías" -Francisca, 33 años.

"No me gusta mucho que toquen mis cosas, me gusta ponerlas en un lugar y encontrarlas en ese mismo lugar donde yo las dejé. Me gusta comer mi comida en cierto orden, primero la sopa, luego el plato fuerte y luego si quiero una tortilla y hasta al final tomo agua. Pero todo el mundo come todo muy revuelto, entonces a veces es raro y no me gusta escucharlos comer porque hacen mucho ruido, entonces (risas) siempre estoy como muy alejada" -Francisca, 33 años.

"Siempre he sido muy callada, siempre aparte de todos los demás" -Francisca, 33 años.

"luego comencé a trabajar y ahí todos estos tipos de actitudes se empezaron a repetir de una manera más intensa porque ahora tenía que estar conviviendo todo el día, todos los días con estos compañeros de trabajo" -Francisca, 33 años.

"lo curioso es que ni siquiera busqué ayuda para el autismo, fue para tener herramientas de interacción social." -Francisca, 33 años.

"todavía a veces me cuesta trabajo estar entre muchas personas o en un ambiente con mucho ruido, me pongo muy tensa" -Francisca, 33 años.

"la ropa tiene que ser de cierta manera, y de cierta textura porque sino no la uso, no la uso nunca." -Francisca, 33 años.

"yo ahora ya entiendo que es por el roce con la piel, por los olores" -Francisca, 33 años.

"siempre me alejaba de las niñas, mis mejores amigos siempre fueron niños" -Francisca, 33 años.

"lo que me sigue costando mucho trabajo es por ejemplo, sabes que normalmente llega una persona y a te dice "Hola, ¿cómo estás?" y esperan que les digas una respuesta, pero pues todo el mundo dice "bien", y tú puedes ver que no están bien" -Francisca, 33 años.

"todavía me cuesta mucho trabajo el lenguaje corporal, bueno yo si muevo mucho las manos, pero veo a las otras personas y me cuesta mucho trabajo, y además los gestos de la cara, los rostros de las otras personas son raros para mi, entonces no veo cuando están enojados o... o sea tengo que hacer yo el gesto para saber qué le pasa." -Francisca, 33 años.

"tengo que entender que cuando te preguntan no necesariamente es porque quieran saber, sino que es la forma de introducirse a una plática (...) ya sé que tengo que decir "ah, estoy bien, gracias" (risas) aunque no lo esté" -Francisca, 33 años.

"bueno yo siempre estaba en el cuadro de honor y siempre he sido muy buena estudiante" -Francisca, 33 años.

"normalmente hay alguien que dice "ten cuidado con esa persona, porque es tal o cual, o porque se puede aprovechar de ti o algo así", y muchos ponen justo esa barrera, esos prejuicios para no acercarse a los demás, entonces siento que es contra lo que yo he luchado siempre, que es la soledad" -Francisca, 33 años.

"me cuesta mucho trabajo, es muy complicado el acercarme a una persona, a pesar de que me parezca la persona más interesante del mundo" -Francisca, 33 años.

"hay gente con la que no, simplemente no me puedo llevar bien porque siguen este tipo de charlas muy superficiales de chismes y a mí eso no me llama la atención, y hay otras personas con las que puedo hablar de muchas cosas, puedo hablar de, no sé, una película o de un libro, o puedo hablar de la familia y sé que hay ciertas líneas que puedo seguir en esa conversación, entonces aprovecho cuando tengo este contacto con estas personas para liberar esa parte social que se necesita, y no porque yo estrictamente la necesite, o sea yo vivo sola, no me hace falta nada, o puedo hacer mis cosas y todo, pero hay algunas veces en que... ¿cómo explicarlo?... los demás necesitan ese intercambio, entonces yo estoy abierta a tenerlo." -Francisca, 33 años.

"cuando hay una discusión, y no de manera negativa, sino una discusión x, en la que yo pongo un punto sobre la mesa en la que yo sé que tengo razón y estoy tratando de defender ese punto, no entiendo cuando es suficiente" -Francisca, 33 años.

"no entiendo todavía cuando ya; cuando ya se acabó la discusión sobre eso" -Francisca, 33 años.

"no entiendo cuando a las personas les da por llegar y decirte "hola, ¿cómo has estado?" y te están tocando, o sea, no entiendo porque tienen esa necesidad de tocarte y de abrazarte y besarte, y de tenerte así entre los brazos (...) entonces cuando les digo que estoy bien y me hago a un lado o algo así, todo el mundo se pone raro" -Francisca, 33 años.

"todo el mundo espera que les responda de la misma manera y no lo hago, pero pues es porque todo el mundo lo hace de la misma manera pero yo no puedo, no lo entiendo. No sé cuál es la diferencia entre que les diga "hola" en diferentes tonos de voz" -Francisca, 33 años.

"cuando alguien está triste y quiere desahogarse, siempre llegan y te dicen "ay, me pasó algo" y a mi me cuesta trabajo ver si están enojados, tristes o alegres, entonces es nada más "ah, ok" y los dejo que me sigan contando, pero cuando están tristes o están enojados siempre buscan que alguien contenga esas emociones, buscan un abrazo o que los voltees a ver y les digas "te entiendo" pero hay muchas veces que yo no entiendo (risas) porque se enojaron, entonces no sé qué hacer con esas personas que se acercan a mí para decirme cosas y entonces de mí solo obtienen como un espacio para hablar y desahogarse y ya, pero no les digo nada, no sé qué decir. Creo que sólo sé qué decir cuando lo que les está pasando a estas personas ya me pasó o ya lo viví, porque cuando no me ha pasado no sé qué pensaría yo estando en esa situación, entonces no sé qué esperan ellos que yo haga por ellos" -Francisca, 33 años.

"yo a veces puedo hablar con 2 o 3 personas a la vez o a veces puedo hablar con 1, pero trato de por lo menos enfocarlo un momento y luego ya seguir con lo mío, si enfoco mucho tiempo a esa persona pierdo el hilo de lo que estoy hablando" -Francisca, 33 años.

"yo si hago mucho stimming, esto de las manos es mi stimming, tengo mis propias manías" -Francisca, 33 años.

"yo siempre fui una persona bastante obsesiva con mis cosas, bastante solitaria, me es más fácil pensar cuando estoy a solas, me es más fácil llegar a una solución o conclusión cuando estoy sola, más que trabajando en equipo" -Francisca, 33 años.

"normalmente cuando es trabajo en equipo me llueven las ideas y entonces no puedo aplacar los pensamientos que tengo" -Francisca, 33 años.

"te aturde el sonido que está allá y que a todo el resto de personas no les molesta, no?" -Francisca, 33 años.

"menstruación por primera vez. En la primaria tenía 2 mejores amigas, o eso dice mi mamá porque yo no me acuerdo bien, pero una de esas chicas tenía anemia y falleció, y mi mamá quedó super preocupada porque mí me dijo: "tu amiga falleció y tú no lloraste, tú en ningún momento lloraste, ¿cómo es que no lo sentiste?", y yo pensaba: "pues... no

sé por qué no habré llorado”, quizás no llore, pero lo sentí y lo manejé de otra manera. y al mismo tiempo que me sentía abrumada por el cambio de escuela, amigos, rutinas, maestros y con todo lo hormonal de mi primer mes, estaba super abrumada entonces cómo iba a llorar con todo así. No es que no lo sentí, solo se juntó un mar de otras cosas, entonces no podía reaccionar a todas, me bloqueé. Mi mamá a partir de eso empezó a ver que yo empezaba a ser más diferente, se notaba un poquito más mis conductas. yo he leído que tiene que ver mucho por lo del mes, como cambia la hormonalidad, se activa todo, cambia todo, se potencia más. Entonces mi mamá desde eso pensó que me había traumado y hasta ahora recién entiende que era parte de todo.”  
-Patricia, 32 años.

“te digo cuesta mucho regular lo emocional, y cuando te va a venir tu periodo que te suben las hormonas, ¡ay! no te paras.” -Patricia, 32 años.

“se siente terrible, lo triste se siente muy triste y lo alegre se siente muy alegre, somos 2 polos, o todo o nada, y así con las emociones” -Patricia, 32 años.

“Y depende del nivel de confianza, porque dependiendo de con la persona que esté tratando es como me voy a portar, si son personas de afuera que no conozco, soy así, super formal, respetuosa y todo, en cambio sí son personas que amas, me muestro más yo, porque soy bastantilla rara... entonces... sí” -Patricia, 32 años.

“son muchos protocolos y dependiendo de donde vayas es como vas a hablar, expresar, si vas ahí: “doctora buenos días”, si es en tu casa, pues... si vas con tu familia, tía, tío, no puedes ser irrespetuosa y decir “¡qué onda!”... a veces se te va... son muchas cosas”  
-Patricia, 32 años.

“Soy muy reservada, me llevo con pocas personas” -Patricia, 32 años.

“Si escucho, solo que como escucho los mismos sonidos al mismo tiempo no puedo distinguir, pero según el contexto, entonación, y con lo que me está diciendo deduzco qué habrá querido decir” -Patricia, 32 años.

“yo cuando voy a comprar ropa (...) no es de: “Ay, eso está bonito”, cuando voy parezco ciega porque voy tocando la ropa hasta que sienta” -Patricia, 32 años.

“Yo tuve que aprender a hacer mis experimentos, falso y positivo, porque tengo hiperacusia, tengo hiper sensibilidad, entonces yo oigo mucho, entonces “¡bajen el

volumen!", o las vibraciones igual. Con los olores casi no soy, pero hay unos que otros olores. " -Patricia, 32 años.

"Ahorita que lo pienso digo, yo no tengo como esa capacidad de malicia" -Patricia, 32 años.

"me era difícil empatizar con gente" -Patricia, 32 años.

"son muchos trabajos en equipos, el primer semestre me costó eso." -Patricia, 32 años.

"Tenías que agarrar un camión, bajar al centro, cruzar el centro, y el centro es un montón de ruido, de sonidos, de voces, esperar un camión, agarrarlo, bajarte, ir a la escuela, después tener todo tu periodo educativo que era de 8 de la mañana a 3 de la tarde, y a veces te tenías que quedar por trabajos en equipo, y en la biblioteca, y ya después de eso regresabas a tu casa, hacías otra vez trabajo, y al otro día otra vez, y así diario. De hecho, ahorita que estoy pensando, hubo un tiempo que dije dios mío cómo aguanté tantos años con eso porque era muy desgastante, mucho." -Patricia, 32 años.

"Entonces uno dice, si, si, y a todo, si, sí. La palabra no no existía en mi vocabulario." -Julia, 45 años.

"yo no me voy a meter a un lugar donde se que van a estar hablando en doble sentido y toda la cuestión y que yo no voy a cachar ni una y que lo voy a pasar pésimo, porque no voy a entender ni la mitad de lo que están hablando." -Julia, 45 años.

"yo mi primera relación la tuve a los 23 años." -Julia, 45 años.

"Es tanto que yo me casé porque quería tener hijos, y para mi en mi cabecita tenía que tener hijos casada, que estupidez más grande." -Julia, 45 años.

"ellos no lograron entender mi independencia. Entonces me decían que yo era muy fría con mis sentimientos, pero no es que uno sea fría, es que una es muy directa, entonces si a mi me molestaban cosas, yo lo decía. Entonces, no era entendida por él." -Julia, 45 años.

"con mi exmarido, lo que yo te comentaba, como yo tenía problemas como, no es que yo tuviera problemas, si no es que, eh, cuando tiraban tallas y yo no entendía y era como todo un problema asique dije "ya, no voy a ninguna cuestión más", pero le decía "sale tú, si yo no tengo ningún problema" -Julia, 45 años.

"yo vivía en puente alto, entonces yo siempre salía y como salía era lejos, para que no anduviera en la calle en la noche me decían ya "tu no vuelvas antes de las 8 de la mañana porque así a las 8 de la mañana tu sales del lugar, hay luz". Entonces eso mismo yo le decía a mi ex marido "sale, disfruta, pero no llegues antes de las 8 de la mañana" (...) Y me acuerdo una vez que llegó a las 7, eh, yo dormía a esa hora, ya después a la segunda vez que salió llegó a las 6 de la mañana, y los compañeros le metieron en la cabeza a él que yo le imponía esa hora porque yo en ese horario yo metía a alguien en la casa. (...) Entonces, eh, y no era por eso po, era justamente para que tu te cuides, para que no andes en la calle, para que no te pase algo" -Julia, 45 años.

"nunca lograron entenderme." -Julia, 45 años.

"Entonces, eh, claro, ese día en la charla que dieron, entendí que no era que yo era hombre, ni nada por estilo, si no que era así, entonces se terminó e íbamos y seguíamos avanzando no más. No es porque uno quería más o uno quería menos, era porque ok, vamos sigamos. Y eso no lo entienden." -Julia, 45 años.

"mira el otro día, en una charla que tuvimos, hablaron de sexualidad, entendí, me entendí esa parte, porque yo tenía compañeras que me decían, o sea compañeras de trabajo que tenía que me decían que yo era, que parecía hombre. Imagínate, porque yo si terminaba, terminaba y ok, daba vuelta la página y seguía adelante." -Julia, 45 años.

"es una mentira. Entonces yo le digo a él "tu sabes que eso yo no lo tolero, no lo soporto, no, o sea, hay muchas cosas que yo puedo tolerar, pero esto yo no te lo tolero" -Julia, 45 años.

"Y no se lo aguanto a nadie, yo sé, incluso pasa que uno aprende a leer las facciones, entonces ahí uno cacha cuando te están mintiendo, cacha que tú le aprendes a leer mucho las caras de las personas" -Julia, 45 años.

"y uno no miente, entonces esa cuestión no la entiende la gente." -Julia, 45 años.

**"ahora que eres grande ya, ¿Cómo te relacionas con las mentiras?"**

No las tolero. No las puedo tolerar" -Julia, 45 años.

"yo siempre fui muy tranquila, pero son como muy exagerados mis enojos." -Julia, 45 años.

"para mí fue horrible, en el sentido de tratar de... como que yo me cuestione esa vez que fue cuando la profesora nos dijo que si te gustaba andar del brazo de la compañera era porque eras gay y todo me lo cuestioné." -Julia, 45 años.

"todas lo veían como todo super normal, yo no, yo me lo cuestioné y lo hablé con la Anita y lo expliqué, y ella fue la que, ella era la que me traducía el mundo." -Julia, 45 años.

"yo sin saberlo yo siempre le decía a ella "uy, tu me puedes, necesito que me traduzcas esto", entonces le hablaba lo que me decían y ella me lo traducía, ya después era como, la miraba y sabía que me tenía que aclarar, o sea decírmelo más claro lo que me estaban diciendo." -Julia, 45 años.

"imagínate que estudie auditoría, éramos cuatro los que terminamos, fui la única que no repetí ningún ramo y saque promedio siete en cálculo, y todo el mundo me decía así como "que increíble", o sea, entonces esa facilidad que tenía para el estudio, de hecho, eh, me acordaba cuando estaba en las pruebas, me acordaba en que pagina del cuaderno estaban las respuestas y las miraba en mi mente, entonces..." -Julia, 45 años.

"hablaban en doble sentido y a mí me costaba entender" -Julia, 45 años.

"después le preguntaba a, cuando estaba pololeando, le preguntaba a mi pololo, cuando estaba casada, le preguntaba a mi marido, y era como que a él igual le molestaba un poco, al principio era como, lo encontraba súper bonito de mí, después cuando estábamos casados como que ya le molestaba, él tenía que andarme explicando. (...) Y por lo mismo no participábamos mucho, yo no, yo le decía yo no tenía ningún problema que él saliera y yo prefería quedarme en la casa, que no, no me sentía cómoda" -Julia, 45 años.

"Me gusta mucho aún cuando de verdad me, me gusta reír, sonreír, me gusta ser feliz, pero yo puedo vivir con la soledad y con el silencio" -Julia, 45 años.

"me encanta el silencio y los ruidos me molestan, eh, pero, y eso no lo entienden de repente las personas, piensan que cuando uno está en el silencio, como, no estoy depresiva" -Julia, 45 años.

"yo no podía entender que la leche fuera en polvo, para mí era como de la vaca, era líquida, como salía de la vaca, es líquida, no podía entender que podía ser en polvo." -Julia, 45 años.

"una vez me dijeron "para junio necesitamos que hagas un stand con los huesillos" la pila de cosas y ya po, entonces yo sabía que tenía que hacerlo, sabía con la fecha que

tenía que hacer, pero para mi no era necesario tener miles de reuniones para hacerlo, porque yo sabía lo que tenía que hacer.

Entonces le preguntan a las otras apoderadas, decían "no, tranquila, porque si ella te dijo que lo va a hacer, ella lo va a hacer" claro yo después llegaba y lo tenía todo hecho entonces me decían "oh, sabes que de verdad me tenias super asustada porque no nos hablabas nada, no nos decías nada, nosotras pensábamos que no íbamos a hacer nada", eh y decía "no po, si a mí me dijeron y lo hice". -Julia, 45 años.

"siempre yo he sido como muy... me dicen "ya, tienes que hacer esto" y yo lo hago"  
-Julia, 45 años.

"De hecho, recuerdo que yo me vine a acordar de mi abuelita porque la amo mucho, para mi es una persona muy espectacular, es demasiado, la admiraba mucho. Pero hasta el día de hoy, eh, no he llorado. A raíz de esta pregunta fue que me empecé a cuestionar todo eso y me di cuenta que yo, claro ella falleció y fue como, me tuve que hacer cargo de mis hermanos, de hacer los trámites en el hospital, de hacer todas las otras cosas, eh...y tenía que estar fuerte para mi mamá, para mis hermanos, como para todos. Entonces como que pasó el tiempo y no le lloraba.

### **No pudiste hacer un duelo en sí.**

Claro, como que no...

### **Suele pasar con las personas que tienen la responsabilidad con el resto de la familia.**

Gracias, porque sabes que yo de verdad yo me cuestionaba por qué soy tan fría, me llegué a pensar que yo podía ser una persona demasiado fría, yo sí, tengo una foto de mi "abueli", busqué una foto, la plastifiqué y la puse ahí para tenerla. Entonces yo decía no creo, porque si fuera fría, si hubiese sido fría, de hecho, me cuestionaba todo" -Julia, 45 años.

"Estudié contabilidad, contador auditor, pero no me gustó trabajar en eso, así que hice la práctica y nunca más volví a ver eso" -Julia, 45 años.

"hice solamente la práctica y no me gustó. Y todo el mundo me decía "pero ¡¿Cómo?!" Es que no me gustó." -Julia, 45 años.

"estudié la carrera y fui la primera de mi generación." -Julia, 45 años.

"yo fui la única que no reprobé ramos. Entonces era como, era la primera de la primera de todo, y ayudaba a mis compañeras, les enseñaba y todo." -Julia, 45 años.

"después estudié hotelería que era lo que me gustaba, y trabajé en eso. (...) después me retiré y me puse a trabajar en otras cosas, trabajé como secretaria. (...) trabajé en un supermercado" -Julia, 45 años.

"Para nosotros es blanco o negro. Llega un momento donde te acostumbras y aprendes porque tenemos la suerte de mimetizarnos y poder comprender pero de manera obligatoria para poder conversar, pero realmente no somos así, somos más francos, directos, leales. No es que seamos buenitos pero simplemente no somos tan rebuscados." -Maria, 34 años.

"Nosotros los autistas y de eso hay muchos artículos; sentimos mucha empatía por personas con nuestra condición o con condiciones distintas." -Maria, 34 años.

"nosotros tenemos un umbral de oído muy profundo, muy absoluto" -Maria, 34 años.

"No recuerdo mucho mi pasado porque nosotros tenemos un problema con la memoria episódica, pero ahí empezamos a darte cuenta" -Maria, 34 años.

"yo por ejemplo, tengo un problema con cohetes, bombas y toda mi vida he pasado encerrada con los oídos tapados, hasta el día de hoy lo hago." -Maria, 34 años.

"Pasa también que estoy hablando con vos pero escucho lo que hay afuera, mi comportamiento repetitivo en todo lo que es mi rutina, mi falta de imaginación que también es producto de todo esto, no puedo proyectar, nada a largo plazo me resulta fácil, siempre es lo instantáneo o lo que pasa ahora." -Maria, 34 años.

"Además tiene comportamientos añejados para que edad, falta de responsabilidad, tiene berrinches como criatura, muchas cosas que mirándolo con el ojo clínico de darte cuenta de una posibilidad, yo digo "ésta es autista, no hay de otra"." -Maria, 34 años.

"yo tengo que estar insistiendo "me lo dices porque estás enojado o es una sugerencia, o te molesta?" y hasta ahora grande lo tengo que hacer. Cuando conozco a alguien yo le digo eso, a mi dime las cosas claras porque puede que estés molesto y no me doy cuenta." -Maria, 34 años.

"Y ninguno es igual a otro. En mi familia, somos 3 autistas y somos más normales que los otros dos neurotípicos, o sea mi casa se nuclea más con el autista que el neurotípico, o sea que nuestra normalidad es ser autista. Ninguno de los 3 somos iguales, somos diferentes y tenemos distintas sensibilidades y sugerentes comorbilidades." -Maria, 34 años.

"eso es lo que yo veo positivo del autismo es que la mirada del otro no nos condiciona demasiado, al principio sí por querer encajar pero a medida que vas madurando, no mezclamos lo emocional con lo lógico." -Maria, 34 años.

"Puedo analizar mejor las cosas porque me hiperfocalizo en algo y lo puedo terminar sin postergarlo por nada, si tengo una meta hasta que no la cumpla no la dejo, y a veces los neurotípicos se dan por vencidos más fácil en su mayoría." -Maria, 34 años.

"yo tengo a mi hija con hemiparesia derecha y gracias -yo hoy lo veo así- gracias al autismo, ha superado las barreras que tenía con su hemiparesia. Porque con su hemiparesia derecha ella tiene un daño cerebral en el lóbulo frontal y sobretodo en el área de Broca, con la plasticidad se ha recuperado perfectamente, escribe con la otra mano y tiene un intelecto impresionante no porque sea muy inteligente, sino porque es tan estructurada y se hiperfocaliza en lo que tiene que hacer, que aunque le cueste un mes ella estudiará dos meses." -Maria, 34 años.

"Es super ordenada, nosotros somos muy visuales, tanto ella como yo, que yo también estudio, casi para todo usamos pictogramas, no uso cartitas yo porque estoy grande pero si dibujo, marcadores, escribirlo y pasarlo 10.000 veces, estamos constantemente activando la memoria." -Maria, 34 años.

"mi hija tiene una carpeta de resúmenes, la de su colegio y cada una con un color distinto, marca con un color distinto y encontró un recurso para aprender de manera visual mucho más rápido que un neurotípico." -Maria, 34 años.

"Para mí eso es grandioso porque tenemos hasta otra forma de aprender. Yo te leo un libro en dos minutos y si tiene imágenes, más rápido y todo lo escribo en cartitas, con preguntas de exámenes le pongo colores. Entonces cuando voy al examen, me acuerdo primero del color y automáticamente ya sé lo que tengo que escribir" -Maria, 34 años.

"yo estudio lo mismo que ellos, pero me encamino más rápido porque uso todas mis áreas cerebrales para entender algo, me grabo incluso porque yo lo escucho, lo leo y lo tengo en colores, ya está." -Maria, 34 años.

"La gente cree que somos re inteligentes y nos cuesta mucho. Lo que tenemos que hacer es juntar y combinar muchas herramientas para que hayan muchas conexiones cerebrales" -Maria, 34 años.

"yo no se si tu sabes pero tenemos muchos problemas con la memoria." -Maria, 34 años.

"yo mañana me olvido de lo que hice hoy, entonces hago un registro, el libro diario por ejemplo." -Maria, 34 años.

"Para estudiar tengo que agarrar y transcribirlo y después si me quede en la mitad lo vuelvo a transcribir porque yo sé que tengo una falencia en mi memoria episódica entonces me voy a olvidar de lo que estudié ayer" -Maria, 34 años.

"hacemos tanto esfuerzo que la gente cree que somos superdotados, pero nos esforzamos mucho y ponemos mucha predisposición y mucha atención cuando nos gusta algo y hacemos muchas más conexiones cerebrales para retener lo que alguien puede tener en su memoria más fácilmente." -Maria, 34 años.

"Yo por ejemplo de memoria no puedo estudiar, salvo que tenga más recursos o lo escuche muchas veces, algo así." -Maria, 34 años.

"La gente cree que es fácil, la gente dice "tú lees un ratito y entiendes todo" no, yo tengo que estar tiempo y dedicarle tiempo porque sé cuales son mis falacias y antes cuando iba al primario y secundario también sin darme cuenta yo usaba esa forma porque yo encontraba que con esa forma yo entendía." -Maria, 34 años.

"me ha pasado en la facultad de no tener filtro social" -Maria, 34 años.

"Encima me anticipo a todo, si se que mañana darán la clase de neurología, yo ayer ya me lo leí porque tenemos un problema con la anticipación, no nos gusta que nos agarren desapercibidos, nos desestructuran el mundo, yo tengo que saber antes los que va a pasar y si no lo se, estoy pisando en el aire. (...) quizás en ese momento en el que me explicarán, yo no voy a entender, lo tengo que entender antes con mi metodología y cuando ella me lo explique ahí la alcanzo." -Maria, 34 años.

"por ahí dicen que uno es muy estudioso, pero mi necesidad de anticipación hace que yo tenga que hacerlo, si o si, sino me siento sin herramientas" -Maria, 34 años.

"Yo por ejemplo me manejo con pizarras, me olvido de todo. Si tengo sesión con la psicóloga a las 5 de la tarde le tengo que pedir que me mande un mensaje a las 4 porque me olvido y si no lo tengo anotado y a la vista, me olvido" -Maria, 34 años.

"yo me oriné hasta los 10 años y a mi me decían que era mimosa, caprichosa, pero no sentía la necesidad de hacer pis hasta cuando ya me había orinado." -Maria, 34 años.

"Y es que nosotros no vemos esa jerarquía porque si yo tengo que decirle a mi mamá que se equivocó, ¿por qué yo no se lo puedo decir?." -Maria, 34 años.

"Nosotros tenemos una desintegración sensorial donde todo es muy exagerado, el olor para él era demasiado fuerte." -Maria, 34 años.

"con la psicóloga trabajamos en que yo soy demasiado cuadrada y yo decía: "¿cómo nadie entiende que yo soy así? que yo tengo mi rutina así, tengo mis horarios así y aunque yo me acuesto a las 6 de la mañana yo me voy a levantar a las 8:00 sí o sí"  
-Barbara, 26 años.

### **"¿Cómo han sido tus relaciones de pareja?"**

iPésimo!, ipésimo!, me cuesta mucho." -Barbara, 26 años.

"Además de que yo soy lesbiana entonces el leer a una mujer es mucho más complicado pienso yo, creo que las mujeres a veces dicen cosas que no son las que piensan o las qué sienten, entonces leer el lenguaje personal de otra persona ya me es difícil, imagínate para una mujer." -Barbara, 26 años.

"no entiendo mucho lo que la gente dice, cosas así como... Dice comentarios como irónicos o sarcásticos o hacen chistes de doble sentido, siempre quedo como tonta por así decirlo, porque no los entiendo" -Barbara, 26 años.

"pienso que lo que más me ha costado en la vida es poder sociabilizar, cuando salí del colegio y entré a la Universidad me di cuenta de que había todo un mundo y que yo tenía que integrarme" -Barbara, 26 años.

"me daba mucho miedo la gente, me daba miedo el metro, que había ruido, había mucha gente, todos gritan al mismo tiempo y el metro frena, y las luces cuando pasan tienen un sonido fuerte, toda la gente gritando. Entonces esas eran cosas que yo tenía que hacer sí o sí, pero porque tenía la obligación, y si no lo hubiera hecho a esa edad, ahora no podría hacerlo. Me ayuda a concentrarme mejor, a ser más tolerante con los sonidos, a todas esas cosas." -Barbara, 26 años.

"yo sé que a mi me cuesta la habilidad social, pero es lo único que me cuesta porque puedo memorizar un libro completo en la cabeza y tengo mucha información." -Barbara, 26 años.

"entonces a veces como que nos cuesta captar los mensajes, porque somos demasiados literales" -Barbara, 26 años.

"una persona con algún espectro autista es muy difícil que se quede callada o que no diga lo que piensa." -Barbara, 26 años.

"si a mí me dicen que tengo que ir cómoda a trabajar yo iría sin zapatos, ¡pero no!, uno tiene que vestirse incluso acorde como a uno le dicen que es lo normal, lo que es femenino, lo que es correcto para una mujer hacerlo." -Barbara, 26 años.

"también tiene que ver porque yo me olvido de ir al baño y aguanto mucho" -Rubí, 36 años.

"¿cómo uno puede entender lo que siente la otra persona? pero cuando yo era niña veía que lloraban todos mis compañeros cuando nos vacunan en la escuela, no todos, pero en su mayoría y hasta los varones, entonces decía "que exagerados si es un pinchazo, como un mosquito" o cuando me rompí el mentón y me tuvieron que coser a los 6 años y el médico me estaba cociendo y la anestesista le dice al doctor "no le puse la anestesia" y él dice "pero si voy en el cuarto o quinto punto y esta niñita no dijo nada, o sea, hace un par de gestos, pero no dijo nada" no es que yo no sintiera cada pinchazo los sentía cada uno, pero no era una cosa que me imposibilitara y que no pudiera estar quieta sintiendo todo eso porque mientras él me cosía yo veía las luces del pabellón, sentía los olores de los medicamentos, sentía el sonido de las pisadas, de los ruidos de afuera, estaba concentrada en tantas cosas que él podía estar haciendo eso y me concentraba en mis hipersensibilidades y podía superar esa parte del dolor que no era tan grande y distraerme porque me molestaba más el ruido las bocinas, la sirena que entraba en el hospital que el que me estuviera cociendo.

Si me hubiesen puesto un calmante de la anestesia, me hubiese relajado y no hubiese estado en esa tensión del bochinche de hospital y hubiese estado tranquila igual, pero yo tuve otros recursos como para estar tranquila en ese momento y que se pueden considerar dificultades para otras personas, para mí si bien me acarrea dificultades, pero no son dificultades permanentes, entonces es como que yo puedo compensar mi hiposensibilidad con mi hipersensibilidad y he buscado recursos" -Rubí, 36 años.

"Eso estoy tratándolo con la psicóloga, o sea, es como ¿que quiso decir con lo que dijo? ¿qué fue el gesto ese? ¿eso fue un gesto de aprobación? ¿un gesto de molestia? porque no entiendo este gesto que me hizo ¿qué quiere decir? ese gesto lo hizo antes, pero ¿en qué momento? ¿en qué situación social? lo hizo cuando está enojado ¿por qué está enojado?" -Rubí, 36 años.

"En la comunicación autista está una cosa medular que sería el tronco de una conversación y después vienen las ramificaciones donde son paréntesis y de los paréntesis hay un paréntesis de un paréntesis, pero después vuelta el tronco" -Rubí, 36 años.

"vuelta a lo de si las relaciones sociales me afectan, sí, porque yo con mis 36 años he querido tener una pareja y no he tenido porque no entendía cómo se comunicaban (...) han venido y me han dicho "qué bonito que te queda el peinado así", "pero si mi peinado no es bonito, me hice una cosa" y me quedo pensando en el peinado, no en que me estaban halagando, entonces es cuando veo la sonrisa que me está haciendo y pasan los meses y digo "no me estaba hablando del peinado", pero ese hombre ya dejó de tener interés en mí y quizá esté de novio con otra persona y ahora él me interesa, entonces ahora yo tengo que dejar eso de lado porque no puedo hacer nada, entonces si me ha afectado en mis relaciones porque es como "¿que estaba queriendo decir?" entonces es difícil." -Rubí, 36 años.

"yo para calmarme necesitaba estar en contacto con la naturaleza y pensar un montón de cosas que pienso a la vez" -Rubí, 36 años.

"a veces jugaba con los niños, me llevo muy bien con los niños" -Rubí, 36 años.

"de lo que yo te decía de que uno tiene un tronco de pensamiento y hace paréntesis, pero ella esos paréntesis los tomaba como troncos y los seguía analizando y no entendía los paréntesis, entonces me hacía daño, yo explicaba cosas y ella creía que yo tenía un trauma con esa cosa, entonces lo quería sanar y no era por ese lado, entiendo que tengo, pero no quiero tratar ese en este momento, estoy tratando otro tema y eso fue un paréntesis, entonces me hacía mal porque me generaba, en vez de tranquilizarme con ella, me generaba más ansiedades" -Rubí, 36 años.

"me hace bien el no mirar todo el rato la cámara y me hace bien que la otra persona se adapte a mí porque yo también me tengo que adaptar a la otra persona para comunicarme" -Rubí, 36 años.

"que realmente era cierto que yo estaba enferma los riñones y que yo no siento el dolor, venía sintiendo molestias y no dolor y que las molestias pueden ser igual cuando tengo una infección urinaria o como cuando tengo una piedra nefritis" -Rubí, 36 años.

"me olvido de ir al baño y me puedo llegar a orinar encima también porque si estoy muy distraída con muchas cosas, me olvidé" -Rubí, 36 años.

"me gusta a veces estar en silencio absoluto, me gusta la radio y otras veces me gusta escuchar la música toda fuerte a pesar de que soy hipersensible porque quiero sentir esa vibración y quiero sentir esa música y quiero estar haciendo labores en mi casa mientras se escucha la música fuerte" -Rubí, 36 años.

"sí me molesta la música fuerte, pero en ciertas ocasiones, en otras ocasiones la disfruto, yo sé cuándo me molesta" -Rubí, 36 años.

"Entender que por ahí no soy obsesionada con el celular, pero que el celular por ahí es mi medio de comunicación y por eso me gusta tener un súper celular porque me permite tener más capacidad para el Facebook, WhatsApp y que a su vez puedo estar todo el día o meses sin un celular porque puedo estar disfrutando de la naturaleza y todas esas cosas, entonces no necesito un tratamiento para dejar el celular porque no estoy enferma con el celular y puedo estar todo el día con el celular o puedo no estar, según mis necesidades, según lo que me guste." -Rubí, 36 años.

"a pesar de haber sido la 4ta en mi generación, podría haber recibido algún premio en la titulación, pero no hice ningún trámite cachai, así que me perdí todo eso." -Carolina, 42 años.

"soy super sincera y me gusta decirle a la gente que entienda como yo soy, que me gustan las reglas claras, que me gusta que me digan las cosas antes y yo no lo asociaba a ser autista, sino que lo asociaba a tener un contrato más o menos previo de que es lo que iba a pasar antes de relacionarme con alguien." -Carolina, 42 años.

"Entonces me fui a Talca y fui directora de un jardín infantil, lo hice genial concretamente, no tengo que tener una falsa humildad porque en el modelo de gestión de la calidad que es una evolución de la gestión educativa que se hace en Junji, ese jardín estaba en el tramo 3 y luego de mi liderazgo se hizo la evaluación en diciembre del año pasado y llegaron al tramo 1" -Carolina, 42 años.

"soy super resiliente lo veo por el lado bueno y estoy ganando las lucas igual, sin hacer nada, pero yo tengo tanta acción social que mi trabajo lo estoy volcando en mi hiperfoco, porque me gusta trabajar con temas de niñez, cerebro, pedagogía y lo estoy enfocando a la acción social, neurodiversidad, fundaciones a las cuales ayudo, por lo tanto, no me duele" -Carolina, 42 años.

"he hecho hartas cosas que ayudan a la gente, pero no están dentro de mis funciones" -Carolina, 42 años.

"Es algo que también me pasa, descubrí que una de las características que tengo es mutismo selectivo, yo lo sé aplacar porque yo manejo y aprendí a manejar mi respiración, estuve en un coro, aprendí hacerlo, pero no lo logro cuando estoy estresada." -Carolina, 42 años.

"La verdad es que yo hace mucho tiempo que no me enoja, como unos 10 años más o menos, y también tiene que ver con mi hija. Puedo sentir otras emociones asociadas a la ira pero no la ira pura, solo frustración (...) entonces cuando estoy frustrada y la gente me dice que no esté enojada y yo digo "no estoy enojada porque cuando estoy enojada soy capaz de dar vuelta un auto"" -Carolina, 42 años.

"a mí me gusta sufrirlo yo no me voy a quedar con eso adentro lo voy a llorar y al otro día puede que ni siquiera esté enojada con la persona pero prefiero vivirlo, necesito dejarlo ir y que no me molesten" -Carolina, 42 años.

"cada vez que estoy estresada se me salen mis características, por eso también apoyo el modelo social de discapacidad porque a mí el estrés me discapacita y el estrés me lo genera el exterior, no me lo genero yo, yo planifico mi vida para que sea feliz todo el rato, pero cuando el ambiente no me deja que se cumpla esa planificación, queda la escoba." -Carolina, 42 años.

"Siempre logro salir airosa de eso, pero para eso después en la noche tengo que hacer toda una meditación, me tengo que bañar en una tina, tengo que hacer toda una regulación sensorial para no quedarme dando vuelta en lo mismo con dolores, etc." -Carolina, 42 años.

"con mis amigos nos enojamos porque de repente yo digo las cosas honestamente y a la gente no le gusta" -Carolina, 42 años.

"yo le digo las cosas porque las pensé muchas veces y aunque sea brutal para decirlo y lo que quiero decir es exactamente lo que está pasando, igual me cuido harto" -Carolina, 42 años.

"yo soy super intolerable a la frustración y hay veces en que me han dicho "oye lo haces más o menos mal" y no la hago nunca más" -Carolina, 42 años.

"digamos que hablaba de un mismo tema en ese caso, en esa época me gustaban mucho los gatos -me encantan-, los miraba, no tenía internet pero me había comprado un libro que decía porque ronroneaban, porqué hacían lo que hacen y yo me la pasaba leyendo. Después cuando descubrí internet buscaba gatos, imágenes, las miraba. Bueno, comparaba cosas con mi gato, si hacía esto, si hacía lo otro." -Elena, 24 años.

"repito cosas todo el tiempo, repito nombres, apellidos (...) por ejemplo, este psiquiatra tiene apellido polaco (Cupier), y días antes, semanas antes de la entrevista yo estaba "Cupier, Cupier, Cupier (...), es como algo que no puedo controlar (...) es como cuando tenés un tic que no podés controlar, ¿viste?, tipo el síndrome de Tourette que no lo puedes controlar, bueno así, no es como un tic pero..." -Elena, 24 años.

"me obsesiono con las cosas, al punto que veo una cosa, y busco, busco, busco, busco" -Elena, 24 años.

"no miro a los ojos (...) me da cosa, digamos acercarme a la gente, mirar a los ojos es algo que nunca me gustó." -Elena, 24 años.

"cuando voy a algún lado a conocer a gente nueva; como ahora que voy a conocer a la gente de teatro, como que me pongo nerviosa, digo: "ay, pero qué va a pasar (...) Voy a mirar los ojos siempre pienso, porque siempre tipo me obligan a mirar a los ojos."  
-Elena, 24 años.

"a veces digo de chica me preguntaba por las reglas o porqué la gente hace tal cosa si sabe que está mal, como que me preguntaba un montón de cosas y a menudo la gente no sabía cómo responder." -Elena, 24 años.

"las reglas sociales, sociabilizar, seguir protocolos, todo sería mejor si no hubiesen reglas, si la gente digamos, sepa lo que tiene que hacer" -Elena, 24 años.

"¿por qué mienten? ¿No es más fácil decir la verdad?" -Elena, 24 años.

"soy muy resistente al dolor. Siento dolor, pero tiene que ser algo muy grande como para decir "me está doliendo" -Aurora, 17 años.

"la clase era en lenguaje y había una actividad donde había que escoger un Twitter de un político que nos dijeron, nos dieron una lista y nosotros teníamos que buscar y todo y después teníamos que analizar este Twitter y ver qué había adentro, si decía ironías, como hacia dónde me quieres llevar y cosas así, había que analizarlo y yo lo vi y fue como "no tengo idea que me estás diciendo, como que no lo entiendo, está en chino" y todos los demás seguían bien y yo allí no te entiendo nada" -Aurora, 17 años.

"yo entiendo por ejemplo, leer entrelíneas, cine, libros, a veces Twitter, pero curiosamente en esta ocasión no pude, entonces bueno por ahí dicen "ah, no pudiste ésta, no puedes ninguna", pero en verdad no es así" -Aurora, 17 años.

"socialmente soy mucho más baja que los demás, como que no soy de andar en fiestas, como que yo estoy sola y estoy bien, no me invitan a cosas, como que en lo social se me nota que como que soy bien retraída." -Aurora, 17 años.

"yo diría que la mayor diferencia sin decir algo concreto sería todo lo relacionado con el ámbito social." -Aurora, 17 años.

"yo tengo el oído súper sensible, por ejemplo los ruidos fuertes me molestan, soy sensible a la luz también, cuando me ponen la luz de frente siempre me molesta."  
-Claudia, 27 años.

"nunca he sido de muchos amigos la verdad de las cosas... onda por ejemplo tengo una mejor amiga y sería, nada más" -Claudia, 27 años.

"yo soy como muy literal, porque cuando tiran tallas por ejemplo o dicen "oye se cayó la profe" para mí sí, se cayó la profe, pero para otra persona era como no, una broma.

Entonces lo que si me pasa hasta el día de hoy es que me tomo las cosas muy literal.”  
-Claudia, 27 años.

“cuando tiran una broma no me río porque pienso que de verdad si paso y después me dicen “Pero Claudia no, si era broma” y ahí recién capto que era una broma” -Claudia, 27 años.

“nosotras como mujeres en el tema del apego por ejemplo, pero yo no tengo apego con las personas... (...) Le tengo apego a mi perrita, mi bebé.” -Claudia, 27 años.

“de repente llego a la casa, paso y no saludo, se me olvida porque (risas) saludo primero a mis perros (risas) y luego la saludo a ella” -Claudia, 27 años.

“yo no soy de andar diciendo “te amo”, de hecho mi pololo a los primeros meses de que me conoció me dijo “oye que eres fría” (...) yo demuestro mis cariños como, no se...”oye como te fue?”, “te levantaste bien?”, “dormiste bien?”, y ese tipo de cosas” -Claudia, 27 años.

“yo no tengo problema con ningún ramo que sea como matemático, físico o químico o de biología (...) pero por ejemplo en lenguaje e historia, esos ramos me aburrían” -Claudia, 27 años.

“yo tenía todo el promedio sobre 6, pero faltaba mucho y me hizo repetir el ramo porque tenía inasistencia” -Claudia, 27 años.

“en cuanto experiencias con compañeros, igual no me juntaba con mucha gente, no pasaba solitaria porque igual tenía compañeros, teníamos que estudiar, entonces igual tenía que saber cómo manejarlo” -Claudia, 27 años.

“yo trabajo bien bajo presión.” -Claudia, 27 años.

“no sé si es porque somos TEA que no duramos mucho en el trabajo” -Claudia, 27 años.

“a mi no me gusta que me toquen tampoco y el pelo tampoco, me carga que me toquen el pelo hablando de eso...” -Claudia, 27 años.

“yo no soy suavcita para decir las cosas tampoco, que es también un problema que tengo” -Claudia, 27 años.

“me quede callada nomas porque me quedo callada cuando me dicen esas cosas” -Claudia, 27 años.

“me dijo “me voy a ir, no voy a estar contigo, va a ser diferente”, y sí fue diferente porque se fue y ¿sabes qué? como que me metí en mi mundo (...) en la casa no hablo mucho” -Claudia, 27 años.

"en la casa en sí no hablo mucho, paso abajo igual con mi familia, pero no hay mucha interacción." -Claudia, 27 años.

"me puse más pesada con respecto a que se me acercaran y me tocaran. (...) no quería que nadie me tocara, solamente mis perritos" -Claudia, 27 años.

"no reaccionamos igual que otros po, porque las demás niñas que yo he conocido me dicen: "pero si tu pololo se fue a España tú estás soltera po" (...) y yo les quedó mirando y les digo: "¿qué onda su cabeza?"" -Claudia, 27 años.

"no puedo mentir porque me pillan al tiro" -Claudia, 27 años.

"estaba acostumbrada a pasar con hombres, porque nunca me sentí cómoda con las mujeres, bueno porque eran muy cahuineras" -Claudia, 27 años.

"me cargaban porque todas eran cínicas "¡ay! amiga esto, abrazo, abrazo", se daban media vuelta "oye la hueona ¿la viste?"" -Claudia, 27 años.

"si yo soy esa persona que si llora, llora sola, si paso la rabia, la paso sola." -Claudia, 27 años.

"cuando lloro no puedo hablar, no me salen las palabras, no puedo hablar, me tengo que tranquilizar, y ya después de tranquilizarme, después de un rato ahí recién puedo hablar." -Claudia, 27 años.

### **¿Se te hacen más fáciles las relaciones con personas menores?**

Si, sabes por qué? porque siento que mas personas mayores te obligan..." -Claudia, 27 años.

"dijeron que tenía el oído súper sensible al igual que los ojos a la luz" -Claudia, 27 años.

"yo no suelo prestar atención directamente cuando están hablando, no miro mucho a los ojos, sin embargo escucho todo, y aprendo escuchando." -Claudia, 27 años.

"en el trabajo todos siempre se hacen amigos, pero yo no tengo como esa capacidad." -Claudia, 27 años.

"no me gusta hablar por teléfono, siempre trato de dar la cortá y como que me siguen hablando." -Claudia, 27 años.

"Yo no tengo problema en hablar con cualquier persona desconocida, en entablar una conversación, pero en entablar una relación sí. Mantener una relación es difícil." -Claudia, 27 años.

"mi hermana tiene muchos amigos en el trabajo, yo no. (...) llevo ocho meses trabajando en la misma empresa, ¿tengo algún amigo? No, no tengo ningún amigo."  
-Claudia, 27 años.

"Después me enteré que decían que yo era la sapa, que contaba que ellos hablaban en los probadores, que se tomaban más minutos de descanso, o que se sacaban fotos en el trabajo. Yo no estaba ni ahí, si los miraba, porque estaban infringiendo las normas de la empresa (...) si es que tu descanso es de 15 minutos y te demoras 15 minutos más, ¿quién se va a atrasar? Tu compañero, no yo. Yo no le estaba afectando a nadie, sin embargo ellos si afectaban con su comportamiento a otras personas." -Claudia, 27 años.

"me carga la gente mentirosa, o tonta, que ese es mi otro problema" -Claudia, 27 años.

"a mí se me nota en la cara cuando no quiero estar en algún lugar" -Claudia, 27 años.

"yo soy tranquila, trato de buscar un ambiente tranquilo donde no sea tan ruidoso, escandaloso, ni nada de eso" -Claudia, 27 años.

"mi pololo después me decía que "tanto me costaba cambiar la cara" y yo le dije que no me obligara a estar en un lugar que no quería estar porque yo no lo obligo a ir donde él no quiere ir" -Claudia, 27 años.

"si fallo en el tema social a mí me cuesta mucho mantener relaciones, hasta de la misma universidad, muchos de los chiquillos se siguen juntando que eran los grupos en donde yo estaba de repente y a mí no me tienen agregada al WhatsApp, no me hablan."  
-Claudia, 27 años.

"por ejemplo mi hermana si le pasa algo al perro, mi hermana lo toma y lo lleva al veterinario, mi reacción si le pasa algo el perro me pongo llorar, no sé qué hacer, me quedo en blanco y me pasa en todas las situaciones fuertes que he pasado" -Claudia, 27 años.

"no tengo problemas para hablar porque yo puedo hablar con cualquier persona, pero el tema es que si tengo problema para mantener las relaciones y tomo todo literal y de eso me fui dando cuenta y, por ejemplo, hay gente que no le molesta la luz, los ruidos fuertes y a mí sí me molestan." -Claudia, 27 años.

"me irrita mucho porque yo me siento en el sillón y me carga que mi papá suba el volumen de la tele, me molesta, me pongo idiota" -Claudia, 27 años.

"si a mí no me sale algo me siento tan frustrada y me dan ganas de destruir lo que hice porque lo hice mal pero si a mi hermana no le sale algo "ya no me salió, pero lo que vale es la intención"" -Claudia, 27 años.

"cuando me siento frustrada me pasa eso, me dan ganas de pegarle a algo, pegarme a mí misma o romper algo, tengo esa necesidad pero me sé controlar" -Claudia, 27 años.

"me pasa que cuando salgo con los perros me estreso" -Claudia, 27 años.

"cuando voy con los tres de repente a uno se le sale la correa, los otros me están tirando y hay que colocarle la correa colapso y lo único que hago es gritar que la corten" -Claudia, 27 años.

"una vez en el liceo una compañera me tiró un estuche en la cara y después me enteré que yo le caía mal y éramos un grupo de amigas supuestamente.

#### **¿Tú no te habías dado cuenta de eso?**

No porque es como fingir, fingen que les caigo bien, y yo no me voy a preocupar más allá de eso" -Claudia, 27 años.

"cuando me enteré que le caía mal y le dije que porque no me decía las cosas en la cara en vez de andar tirando estuches" -Claudia, 27 años.

"me carga cuando andan con cuchicheos y a mí me gusta que anden sin rodeos" -Claudia, 27 años.

"es verdad, y no poder decir las cosas hace que uno termine pelando y yo no soy de andar pelando, la verdad, a mí me gusta ir de frente diciendo las cosas de frente porque mi conciencia está tranquila y yo encuentro que en esta sociedad a todos de alguna forma nos hacen callar." -Claudia, 27 años.

"a mí el tema de buscar trabajo se me hizo difícil, estar estable en un trabajo también, mantener relaciones también, igual no tengo necesidad de mantener relaciones porque me gusta mi soledad y siento que no soy una persona que necesita cariño" -Claudia, 27 años.

"pasa que siempre quedo con la duda de el por qué no me llamaron, siendo que ellos te dicen te vamos a mandar un correo diciéndote un feedback y nunca lo hacen, entonces

yo creo que una persona normal te dice ya no me llamaron y chao, pero una persona con mi condición queda mal, queda metido en el tema” -Claudia, 27 años.

“me pasó que mi mejor amiga tiró una talla y yo no la entendí pero era una talla de doble sentido, por ejemplo de un fármaco y yo dije “ya, pero si esa cuestión está en la farmacia ahumada” y me quedaron mirando y mi amiga me dijo “mi amiga tan inocente que es” y me tuvieron que explicar el chiste” -Claudia, 27 años.

“Si tú hubieses sido otra persona y me dice conozcámonos no le cuento sobre mí porque no me da confianza, tú tienes un respaldo, ya es diferente” -Claudia, 27 años.

“lamentablemente no lo puedo hacer porque trabajo en oficina, pero vestirme con ropa más de hombre, por ejemplo buzo y zapatillas yo feliz” -Catalina, 44 años.

“uso tapones de esos que usan los que nadan para bajar el nivel del ruido, hay días en los que estoy muy sensible de mis oídos, como hay otros que no tanto y los días que estoy más sensible uso los tapones” -Catalina, 44 años.

“antes de saber mi diagnóstico era de locos, para mí era horrible tener que estar en un lugar donde hubiera mucho ruido porque no lo soportaba, habían veces que sí y era pasable y después me descompensaba” -Catalina, 44 años.

“yo no aprendo leyendo para mí, tú me pasas un libro y me dices apréndete esta hoja y yo nunca la voy a aprender, no puedo, nunca aprendí, para mí era un sacrificio tener que leer o aprender algo leyendo, no puedo.” -Catalina, 44 años.

“entonces hasta bailar, yo confundo los sonidos, pero bailo y tengo habilidad igual (...) a veces cuando yo miro el video le apagó el sonido y empiezo a dibujar, es como dibujar en el aire siguiendo los pasos de la persona que está en el video, sí po sí me las he tenido que ingeniar toda mi vida” -Catalina, 44 años.

“habían cosas que tiraban en broma y yo no entendía, o me las tomaba muy literal y por eso yo me enojaba y decía “¿Por qué me dicen esas cosas?” Si yo no estoy hablando de eso, no le encontraba la lógica; ya con el pasar de los años uno se va acostumbrando, va aprendiendo que hay doble sentido que una cosa significa una cosa y otra significa otra, entonces uno como que ya va aprendiendo esas triquiñuelas, se va adaptando” -Catalina, 44 años.

“el tema de pareja para mi también fue un show porque era difícil para mí” -Catalina, 44 años.

“entonces hay cosas que a mi me afectan y que a los demás no les afectan.” -Catalina, 44 años.

“yo lo dejo en una parte y ahí tiene que estar y no se puede mover” -Catalina, 44 años.

"porque para la mayoría de la gente yo siempre estoy enojada, claro ahora yo aprendí que uno tiene que sonreír, tiene que estar atenta a cómo habla, mover las manos, antes yo era parejita, estaba seria y no había expresión en mi cara, yo no expresaba nada." -Catalina, 44 años.

"sí se me notaba en el sentido en que pensaban que yo estaba enojada siempre, no era así" -Catalina, 44 años.

"hay descompensaciones leves que salen de la nada y empiezo a llorar y yo no sé porqué estoy llorando y me pongo un poco rígida, a los 5 minutos se me pasa y sigo trabajando normal, cuando son graves mi cuerpo entero y mis manos son las que más sufren porque me pongo muy rígida y aprieto las manos así, pero las aprieto de tal manera que con la misma uña me lastimo la mano" -Catalina, 44 años.

"esto lo tengo muy marcado soy como super cuadrá (...) si a última hora me dicen "no vamos a ir a comer, vamos a ir al cine" yo me enojo" -Catalina, 44 años.

"estoy conversando con el pololo y de repente me aburro y me quiero ir y yo me paro y me voy nomas, o sea eso lo hacía antes, pero ahora ya sé que no puedo llegar y hacer eso" -Catalina, 44 años.

"entonces esas cosas obvio que iban a ser problema y al final terminaron siendo un desastre, entonces al final a mis 44 años estoy soltera" -Catalina, 44 años.

"cómo voy a compartir mi pieza, mis cosas con otra persona", o sea, era mi espacio y desde chica decía "porque voy a meter a otra persona, son mis cosas donde voy a meter las cosas de él" y si quiero estar sola y voy a compartir mi pieza, no" -Catalina, 44 años.

"si yo quiero estar sola me voy a mi pieza, me pongo los audífonos para escuchar música, apago la luz y punto, que por lo general lo hago todos los días, para poder descansar porque atender público me cansa mucho, entonces llego muy saturada como de mucha información en mi cabeza, entonces necesito bajar eso y me pongo a escuchar música relajante, mantras y otras cosas así y me voy relajando hasta que después me quedé dormida" -Catalina, 44 años.

"si tuviera una relación sería puerta afuera porque no, nunca me imaginé tener mi espacio y compartirlo, entonces por eso siempre fue ese pensamiento de "no, nunca me voy a casar" hasta ahora" -Catalina, 44 años.

"me da como miedo iniciar algo nuevo" -Catalina, 44 años.

"a pesar de que escucho todo revuelto y tengo mi sensibilidad auditiva igual puedo bailar" -Catalina, 44 años.

"en la calle no me gustan las aglomeraciones porque no me gusta que me toquen era horrible, por ejemplo, tener que comprar en un supermercado mira no sé hasta ahora es una tortura y antes era peor" -Catalina, 44 años.

"yo por ejemplo me acostumbré a mirar a los ojos, pero uso una pillería en mi trabajo porque como los computadores están como de lado, tengo como en diagonal el computador y la persona me mira de frente, entonces si no quiero ver a alguien de frente hago como que estoy buscando algo en la pantalla entre que la persona me habla y yo miro al computador y dejo que me hablen, evito" -Catalina, 44 años.

"me sentía super mal en cualquier trabajo, la parte profesional nunca la pude desarrollar bien, siempre tuve problemas con eso, con las personas." -Alison, 36 años.

"siempre como independiente me ha ido bien, desde antes de estudiar, cuando era más joven yo vendía hasta las piedras; se me ocurría un negocio, compraba las cosas y las vendía en ferias o en cualquier parte, en internet o a conocidos..." -Alison, 36 años.

"lo primero que estudié fue cocina, como en el 2009, me titulé y probé en varios trabajos, trabajé en casinos, pubs, restaurantes, en mineras y si siempre había algo que no me permitía disfrutar ese trabajo, que por lo general era la relación con las personas... eso de "ser tolerante", o que me manden -me carga que me manden- tengo problemas con la autoridad entonces no me gustaba, no me gustaba la forma en la que me trataban... (...) después en prevención también me pasó... con una compañera... como que no lograba entender el mundo de ella con el mío." -Alison, 36 años.

"Y de repente me da la hiperactividad, puedo estar viendo una película y chao con la película, me pongo a hacer cosas..." -Alison, 36 años.

"O sea, llegar a las 8 de mañana para mi era terrible, porque más encima tenía que pasar a dejar a mi hija... y claro, todo me estresa, todo me estresa. Entonces era "levantate, vistete, que aquí, que allá" después era ir al colegio, que no encuentras estacionamiento, que están los pacos hinchando pa' que te vayai" -Alison, 36 años.

"No sé, es algo que me pasa donde voy que caigo mal, porque debo ser pesá po', cachai? debo ser pesá, o debo no tener el filtro que tiene la gente como para decir las cosas... mi tono de voz igual es diferente, es como fuerte... porque igual hay una coraza de defensa, para defenderme ante el mundo. Yo creo que es eso..." -Alison, 36 años.

"no comprendo mucho cómo actúan los grupos femeninos, eso de tener amigas... no cacho." -Alison, 36 años.

"tal vez yo era muy directa para decirles las cosas..." -Alison, 36 años.

"DEMASIADO honesta" -Alison, 36 años.

"por ejemplo el otro día veníamos de un viaje y yo venía chata en el auto porque, no es que no me guste que mi hija hable, porque el problema no es ella, soy yo. Y tanto ruido y que veníamos apretados del viaje en calama... yo tenía la nariz de este porte porque me salía sangre y que se yo... y claro yo al principio iba así de "wuu" (hace sonido de emoción), pero ya a la vuelta ya venia asi de "callense..." Llegué a la casa y les dije "sabís que? yo quiero silencio." Y me miraron así (hace ojos de pena) ahí yo caché que estaba mal po... Andaba pidiendo disculpas después, porque el problema soy yo, pero cómo les explico de buena manera de que "sabís que? quiero estar sola" pero no es porque no quiero estar con ellos sino porque en mi mente los estímulos bajen cachai... bajar las revoluciones... y ahí quedo bien, pero no es culpa de ellos po..." -Alison, 36 años.

"Entonces para mí mirar a los ojos no es tan, igual lo evito cachai, pero sé hacerlo." -Alison, 36 años.

"incluso hasta con mi familia evitó mirarlos cuando llego por ejemplo "hola, hola" como que igual siento nervios, igual me da, algo me pasa cachai y al rato me voy relajando" -Alison, 36 años.

"la típica porque yo a veces estoy acá y yo me paro y me siento, me paro y me siento, estoy todo el rato así a veces, pero ahora lo dejó ser cachai." -Alison, 36 años.

"siempre como que me costó acostumbrarme a esos espacios cerrados" -Ana, 18 años.

"siempre me ha costado el tema de encajar como en general..." -Ana, 18 años.

"siempre me he llevado mejor con los hombres, como que me cuesta más socializar con las mujeres..." -Ana, 18 años.

"siempre me he considerado un poco más madura de lo que es mi generación en general" -Ana, 18 años.

"no sé po, se peleaban porque "no porque tu le diste un beso a mi amigo y yo no quería que le dieras un beso" y era cómo "pero weón! ¿que pasa?" (risas). Entonces... eran como super enrollás y yo era como tan light..." -Ana, 18 años.

"a mí me cuesta mucho mentir, soy pésima, pésima, pésima" -Ana, 18 años.

"me cuesta mucho identificar el sarcasmo" -Ana, 18 años.

"también me cuesta mucho es poder identificar lo que piensa el otro, lo que siente el otro. Para mi es todo el día están enojados conmigo, todos están enojados, es como "ya, que hice?" pero en verdad no están enojados y es como la cara de seriedad, pero como que me cuesta interpretar como las expresiones de los demás. (...) Pregunto si, es un poco incómodo igual, porque es como "oye ¿estás enojado?", y me dice "no, ¿por qué?" y le digo "tienes cara de enojado". Con mi papá me pasa mucho que le pregunto unas cinco o

seis veces en el día si está enojado o no, porque está trabajando todo el día entonces está súper serio, concentrado en la pega, "¿estás enojado?". (...) cuando empiezo a conocer gente como que me evito hacer esas preguntas porque no saben el trasfondo de todo, entonces es como ya: no preguntes, no preguntes y pregunto "¿estás enojado?", me intento resistir, pero no puedo, tengo que preguntarlo." -Ana, 18 años.

"igual es como complicado tener relaciones con las mujeres, es que las mujeres son complicadas, siendo TEA o no siendo TEA, somos complicadas." -Ana, 18 años.

"de momento tengo solo una amiga que la conocí en el penúltimo colegio que estuve que era como un colegio Montessori y ella es súper parecida a mí, somos del mismo porte, tenemos la misma talla de pantalón, todo, entonces como que hacemos match en personalidad y todo porque también tiene depresión, ansiedad, muchas cosas, entonces nos llevamos súper bien, como que en verdad nos entendemos." -Ana, 18 años.

"el tema de los seguidores igual me afectaba, pero decía ya filo (...) lo otro que también me afectaba un poco en el tema de las redes sociales es el tema de los likes, si tienes pocos es como "¿qué hice mal?, onda mi mamá me dijo que la foto estaba bonita, porque no le dan likes"" -Ana, 18 años.

"el tema del autoestima pésimo, pésimo y todos dicen "si eres bonita" y es como "no, ¿qué te pasa?" -Ana, 18 años.

"es complicado porque yo igual ahora en este tiempo me he hecho muy dependiente del teléfono, de tener que estar hablando constantemente con alguien, a mí me cuesta mucho ser independiente, soy muy dependiente de alguien, tengo que tener ese alguien que esté preocupado por mí, que me diga "hola ¿cómo estás?, buenos días" y cosas así, yo soy muy de piel, soy muy cercana a cualquier persona que conozca uno es como "¿amigo cómo estás?" de toda la vida, pero los demás responden "si, hola, filo", es como "ah, tela". -Ana, 18 años.

"siempre he sido de estar en relaciones porque no me gusta estar sola, no puedo estar sola, me cuesta mucho estar sola, de hecho creo que mi mayor miedo es estar sola, pero no así como sola en la casa, sino sentirme que estoy sola en mi interior porque este último tiempo no me ha pasado, porque como te había dicho yo estaba pololeando y dure casi dos años, estaba súper pendiente todos los días, tierno, bacán, porque llamaba en la noche por FaceTime a veces en el día y me gustaba tener la atención de alguien constante" -Ana, 18 años.

"sé que soy muy alegre, soy muy extrovertida y por lo que me han dicho soy fácil de querer porque soy piolita, llegadora, si tú me dices vamos a acampar al río Mapocho yo digo vamos, como que te apaño en todo, si me dices vamos a tirarnos de un puente yo voy, soy súper light en varios sentidos, soy como muy relajada" -Ana, 18 años.

"soy media asquienta" -Ana, 18 años.

"Me dan muchas ganas de querer estudiar, pero me da mucho miedo." -Ana, 18 años.

"no me gusta no estar en todos mis sentidos como que siento que me desligo de mi cuerpo y me mareo y lo pasé pésimo la vez que fume" -Ana, 18 años.

"siempre he sido muy libre no tengo nada que perder, que más me van a criticar." -Ana, 18 años.

"no entendía ciertas cosas de mi hermano, algunas conductas como a nivel conductual, el tema de compartir, como gastarte todo el sueldo en un carrete y después para el mes no tenía como comer, como que no me daba o compartir con alguien que si te cae mal hacer como que nada pasa, ese tipo de cosas no van conmigo, no entiendo, entonces para mi familia fui siempre como la amargada y nunca me quedaba callada o decían que era peleadora y yo decía "este es mi derecho, esta cosa me parece aquí" -Victoria, 35 años.

"En el caso de los ojos todavía no sigo fijando la mirada" -Victoria, 35 años.

"a mí siempre me colocaban una capa, de tipo metafórico, porque decían "no, que tú soy bacán, tú haces muchas cosas" y eso sí como que pensaban que yo era como la superwoman y después como que me saque la capa porque yo soy así, soy funcional; de hecho en el informe sale que no me aferro a lo emocional, ni positivo ni negativo, entonces me permite actuar de un modo funcional, de un modo lógico, por eso no tengo estas trancas como de "ah estoy marcando el paso" no, yo así como que lo que me frena lo saco y avanzo" -Victoria, 35 años.

"podría estar hecha pebre tirada en el piso y cuando lo explico es como: todos llorando y es como "no, estoy bien" como que avancé, no me permití emocionalmente quedar marcando el paso, igual tengo que trabajar eso porque dicen que tampoco es muy bueno" -Victoria, 35 años.

"el tema de poder separar las emociones sin que genere ningún trauma nada, eso no me hace una persona insensible, solo que logro visualizar mi emoción y la separo y "esto no me sirve, esto me está trancando, chao pal lao" y sigo como cada día para adelante y después no me persiguen esas cosas que voy a dejando atrás ." -Victoria, 35 años.

"yo me he especializado en distintas áreas y después espero poder estudiar en algún momento psicopedagogía o educadora diferencial pero para ni siquiera ejercer y dicen "ah que tonto entonces para que vas a ser". (...) Si para saber, me gusta en realidad, me gusta saber y me gusta aprender y la gente eso es lo que le choca es como hacer las cosas por gusto y me llama mucho la atención cuando dices "no, quiero hacerlo porque

me gusta" y es como "ah que tonto va a gastar cuanta plata y no lo va a ejercer"  
-Victoria, 35 años.

"me frustró porque no las entiendo y me gusta entender, me gusta saber el por qué; no porque sí, porque no, mi mamá siempre me decía porque sí porque soy adulto, entonces a mi hijo yo no le hago eso, esas respuestas vagas no van conmigo" -Victoria, 35 años.

"tratan de inculcarme así con "cuidado a la gente, es mala, no seas confiado" bueno si me quieren joder me joden, si es algo material no me afecta (...) yo no pido 50% cuando hago trabajo, incluso a veces me ha pasado que digo "yo te lo envío y después tú me pagas la fecha del pago" y la gente dice "uh ¿por qué haces eso? te van a estafar" no me ha estafado nadie, porque uno no puede ser confiado en cierta manera, si me va a joder ¿quién va a salir más perjudicada yo o la persona? la persona, yo no, a mí no me afecta, es algo material lo recupero, yo creo que eso también le hace falta a los neurotípicos, andan siempre así como con la maldad, desconfiados" -Victoria, 35 años.

"no me gustaban los abrazos y el por qué, incluso con mi ex pololo, yo tuve tres relaciones pero también era como "oye que eres fría", pero solo tenía otro tipo de respuesta, era detallista quizá no andaba abrazando pero sabía lo que le gustaba y llegar con las cosas puntuales pero me decía "es que tú nunca me abrazas de manera espontánea" y me molestaba, pero cómo no puedo disfrutar la relación, que me estuvieran todo el día besuqueando así prácticamente me asfixia, me ahogo, entonces estaba en constante cuestionamiento." -Victoria, 35 años.

"Mi tía falleció hace un año y siempre tenía que contener a las personas porque yo no me derrumbo porque digo "si se murió, es parte de la vida"." -Victoria, 35 años.

"eso me estresa y eso es lo que tengo que trabajar, que no me afecte tanto que la gente no va a cambiar." -Victoria, 35 años.

"hago lo justo y necesario, al centro voy a lo justo y necesario y veo que ya se junta mucha gente y empecé a sentirme demasiado estresada y ansiosa, sé que tengo que retirarme de ahí" -Victoria, 35 años.

"de hecho me pasa eso pero es un tema del autismo me dijeron, yo me miro al espejo y no me reconozco, yo digo "uy, esa cara tengo" no sé, me dijo psiquiatra que era una parte del autismo, el tema de la visualización, interpretación, como no es algo concreto como que es raro, por eso no tengo espejo en el baño." -Victoria, 35 años.

"si veo un pantalón y me gusta me compro 5 de esos y parece que siempre anduviera con la misma ropa, es que estar gastando neuronas para ver qué me pongo, antes si, estaba estresada con eso "¿qué me pongo?" -Victoria, 35 años.

"con suerte ando con un banano cuando salgo porque llevo la billetera, el alcohol gel y el lápiz o ando con mi bolso al lado cuando llevo libros y como que la gente dice "oye como tan básica" pero para qué estresarme." -Victoria, 35 años.

"peleo contra la literalidad, contra los imprevistos a mis problemas sensoriales..." -Becca, 37 años.

"cuando eventualmente tenía un problema con ellos, que siempre termino teniendo problemas porque ellos interpretan mal, o yo interpreto mal" -Becca, 37 años.

"cuando tuve el primer novio y si sentía algo era como el príncipe encantado y era el príncipe de la ciudad y yo era la princesa qué sé yo... y después me enteré que me dijeron que estaba con otra y yo lo dejé, pero no estaba muy convencida de dejarle y le extrañaba mucho y él me buscaba pero yo no, nunca más lo perdoné, entonces estuve en un torbellino emocional donde... yo lo extrañaba, él venía, yo me sentía mal, pero después lo extrañaba y qué sé yo, entonces mi mamá me mandó a vivir a otra ciudad con mi hermana." -Becca, 37 años.

"Nunca me importó la moda, o sea si estaba de moda usar fosforescente yo no lo toleraba visualmente... tengo mucho componente sensorial porque a mí habían ciertos colores justamente los fosforescentes me daban como náuseas, arcadas para ganar mucho visualmente, entonces no nunca los tolere hasta el punto que si en algún cumpleaños me regalaban alguna prenda, algún accesorio con eso y yo automáticamente me daba la vuelta y lo regalaba. O sea, no lo toleraba ni cerca" -Becca, 37 años.

"no toleraba las personas con mucho pelo, barba, dientes con malos olores... o sea por el componente sensorial, o sea cuando algo olía me daba arcadas y ya me empezaba a sentir mal. Y parecía que como que me exponía mucho a eso y yo sencillamente me desmayaba" -Becca, 37 años.

"Eso lo logré tolerar porque cuando era niña y adolescente siempre estaba con alguien, nunca estuve sola, entonces yo podría desmayarme y la persona me cuidaba.

Me tocó superarlo cuando vine a la capital para estudiar medicina y ya vivía sola y cuando me saturaba algo sensorialmente y yo tenía como la sensación de desmayo... tuve que aprender a huir o a lidiar con el factor estresante, en vez de desconectarme y fue ahí que deje de desmayarme, osea ahora que hago todo ese análisis... y digo ahh era por eso." -Becca, 37 años.

"Soy bastante antisocial igual... social soy pero antisocial... no me gustan los grupos cuando hay así mucho feedback social yo como que me abrume y me empiezo a sentir mal" -Becca, 37 años.

"cuando había un evento el niño que tenía que llevar a mi lado, que era mi pareja, yo le prohibía que me tocara, yo era la intocable, y sí tengo mucha hipersensibilidad, o sea no soy muy... los abrazos... son un capítulo muy complejo para mí. O sea un abrazo me carga mucho, me descompensa a veces, no me gustan, no los doy a menudo sea eso. Y cuando era niña era intocable porque dicen que yo reaccionaba como gato, cuando alguien se me acercaba y me rozaba" -Becca, 37 años.

"después de los veintitantos años empecé a poder hablar de los sentimientos, eh... interpretar lo que yo sentía. Tardé más de 25 años en eso, en entender qué era lo que estaba sintiendo, ponerle un nombre y manejarlo" -Becca, 37 años.

"hasta ahora no tiene sentido para mí la música romántica porque si no te quieren no está, qué sentido tiene poner está recordar a alguien que no te quiere, no está porque no quiere estar" -Becca, 37 años.

"Si estoy triste busco una música divertida, busco distraerme, no busco poner una música triste y sentarme a llorar, que es lo que hacían mis amigas y yo... o sea, no podía encajar como mujer con el perfil de las mujeres tradicionales y me fue muy duro porque tampoco pude ser buena amiga" -Becca, 37 años.

"Yo no soy una persona que cuando te veo mal, va a ir y va a ser el "oh pobrecita", apapachar... no me sale. Yo soy muy pragmática, práctica, muy directa y me costó tener amigas, siempre me llevé mejor con los varones... en mi parición de nena linda, eso me complicó bastante... lo pasé mal (rie) ser mujer fue muy difícil siempre dije que hubiese sido más feliz si era un varón" -Becca, 37 años.

"De hecho una de mis parejas siempre me dijo que yo era el nene y él era la nena... (risas) por mi forma de hablar, por mi forma de reaccionar, por mi forma de consolar, por mi forma de todo... siempre me decía yo soy la nena y como todo nene me decía a mí..." -Becca, 37 años.

"la emocionalidad es compleja para mí. Si bien, soy perceptiva, uhm... mis algoritmos no siempre son los apropiados." -Becca, 37 años.

"Soy muy sensorial, soy fluctuante entonces con una persona que no es muy comprensiva o con todas las variables que se presentan, siempre hay problemas" -Becca, 37 años.

"tengo reacción tardía con los sentimientos... es como que tardo en registrarlos; en los sentimientos y en las sensaciones: el hambre, el miedo, el cansancio, ya lo siento cuando estaba muy marcado. Entonces lo mismo me pasó cuando me enamoré que me di cuenta ya muy tarde que estaba enamorada. Entonces digamos que tampoco la pasé bien ahí." -Becca, 37 años.

"Y estoy casada. Uhm... mi mamá me ayudó a casarme en el sentido que... ella fue la que me dijo "cásate con este, es un buen hombre y te quiere mucho". Pero y eso... es una muy buena persona, me acompaña bastante pero es diferente a todo lo que las demás personas cuentan de sus relaciones. (...) que hablan de ese amor loco, de esos celos enfermizos, de esas reacciones... lo mío siempre fue práctico... fue ayudarlo, cuidarlo, que me ayude, que me cuide, muy pragmático..." -Becca, 37 años.

"tengo también discalculia, o sea tengo problemas con los números. (...) tiendo a invertir los números, no recuerdo los passwords, los números siempre los doy la vuelta... siempre me dicen 73 y yo es como que eventualmente hago un 37 o marco un 37. Bloqueo cuentas, pierdo dinero, no llevo un registro del dinero. (...) Mi marido tiene los mismos pin de tarjeta, los passwords siempre son parecidos, nunca los ha cambiado, nunca me los ha modificado..."

Pero las veces que me da pasa su tarjeta, yo le tengo que preguntar los números y después cuando estoy en la caja yo le tengo que llamar y me tiene que volver a decir. Porque mi cerebro sencillamente esos 4 dígitos a los dos últimos los invierte o los mueve de lugar. No hay caso." -Becca, 37 años.

"El capítulo de Universidad yo lo pase horrible... vivía desmayándome, hacía crisis de pánico y me quedaba en blanco y... y exámenes, promedios, materias que tuve que recursar porque sistemáticamente entraba en pánico y me bloqueaba y era incapaz de responder, mi nombre... MI nombre después de haber estado afuera explicando y enseñando a mis compañeros. (...) Y lo que me ayudó a terminar la carrera, es el hecho de que los docentes sabían que yo sabía... entonces como que me aplazaban con amabilidad y en el siguiente examen, me daban más facilidades. Porque me decían "Claudia tu promedio del año es espectacular, este tema fue tu mejor entrega en el año. Por qué no me estas respondiendo si en la práctica tu respuesta fue tal cosa" y yo no me acordaba... y después se burlan decían, "cuál es tu nombre completo" y yo no lo podía decir, entraba en pánico." -Becca, 37 años.

"ese problema siempre fue terrible para mí porque yo nunca cumplí con ninguna expectativa de ningún tipo, a mí me carga, por ejemplo, sobresalir, me carga destacar, me carga ser la persona que gana, me carga que me alguien me diga felicitaciones, que me miren, que me hablen, que me toquen me carga todo eso, pero si tiendo estar como en el centro de atención, y eso para mí es terrible porque es cómo no se po, a mí nunca me gustó el color rosa, detesto el color rosado de hecho, con pasión, detesto todos los colores brillantes, detesto las flores porque vienen acompañadas de bichos y olores desagradables." -Lisa, 33 años.

"No me gustan las muñecas porque yo no sé qué hacer con una muñeca" -Lisa, 33 años.

"Entonces, es súper complejo que yo no encajaba en ningún lado y a mí no me podía convencer, entonces, yo toda la vida me he andado siempre con jeans, zapatillas, polerón, ese es mi uniforme; de hecho, mi examen de grado lo di con zapatillas, jeans y logré ponerme una camisa en vez de un polerón, y fue así: como ¡ya!, se acabó, ¡puff!, me convertí en yo misma de nuevo y fue solamente porque mis compañeras me obligaron" -Lisa, 33 años.

"yo no, en la parte sensorial me voy a la chucha rápidamente." -Lisa, 33 años.

"ella super decidida, fue así como "llevo años buscando esto y tu eres la única persona que me tincó y tú lo vas a hacer" y dije "¡oh! cuántico, es como lo mismo que hago yo"."  
-Lisa, 33 años.

"A mí dentro de la pantalla me han gritado todas estas veces "que usted no pone atención" y yo a la gente le digo cara de raja "no, soy sorda, no te puedo leer los labios así que no te escucho", pero no es eso yo escucho "guau guau guau", pero no sé qué me están diciendo porque estoy acostumbrada a leer los labios. (...) Porque yo no proceso lo auditivo con diferenciación de niveles de audio, yo proceso todo el audio con el mismo nivel de ruido. (...) Entonces la única forma para captar cuál es el track que tengo que estar escuchando es cuando le veo la boca al otro y dice, por ejemplo, "algo" y yo "quien dijo algo" "este es el track que tengo que ocupar" y eso es lo que voy siguiendo, de repente me pierdo y veo que la persona está diciendo otra palabra y me vuelvo enganchar y sigo, pero, siempre es con un desfase, entonces es muy común que te estén hablando y tú "¿Qué? ¿ah? ¿Qué?" Y te están repitiendo "ah ya sí" y la gente se enoja porque le pediste que te repitiera y no lo pescaste. (...) Va desfasado, sí, eso es, van desfasados, completamente desfasados, entonces yo, por ejemplo, para atender online tiene que ser con audífonos, yo me saco los audífonos y es como que "ay los pájaros, hay un vecino lejos, hay un perro, el ruido de la cocina" el ruido de mi ropa también me molesta, entonces no puedo estar aquí, estoy en todos lados y todas esas cosas son..." -Lisa, 33 años.

"y yo soy super buena para hacer eso, soy excelente me pongo un play y yo te puedo hablar con mucho sentido, pero no por eso entiendo lo que estoy diciendo, yo soy súper buena para repetir textos completos y tengo muy buena memoria, yo leo hartito, leo 2 o 3 libros a la semana y yo te puedo repetir lo que te leo casi de memoria, pero ¿lo entendí? No necesariamente." -Lisa, 33 años.

"tengo cero empatía, así como espontánea, mi empatía es cognitiva, no espontánea, salvo que sean animalitos porque es terrible si les pasa algo, yo puedo ver gente muriendo y es como "hmm otro lunes más" (...) No, no siento nada ¿cachai?, pero si yo

me pongo digo "oye en realidad esta gente tiene familia que a lo mejor lo van a echar de menos" ahí rápidamente se activa como todo el sistema" -Lisa, 33 años.

"yo soy super plana, soy súper plana, excepto cuando estoy como con gente que me cae muy bien y allí las emociones como que se descontrolan completamente y yo este volumen de voz, no es mi volumen real, este es mi volumen modulado así como para la terapia y para la gente normal, mi volumen de voz es altísimo y luego cuando me emociono mi volumen de voz es más alto que no hablo, yo vocifero ¿cachai? Eso, por ejemplo, es un problema de lenguaje." -Lisa, 33 años.

"eso me pasaba a mí hartito que no tenía mucho como expresión de la emoción, tengo expresión cuando me pasa a mí, pero no para el otro, no son recíprocas." -Lisa, 33 años.

"yo tengo caleta de autoconocimiento porque yo fui a terapia como 6 años cuando estaba chica y yo de ahí salí con buen autoconocimiento, buen autocontrol, pero tampoco era adecuado para mi edad, yo recién a los 30, hace 3 años atrás, alcancé a mis congéneres." -Lisa, 33 años.

"me pasó trabajando en un ptf que me pusieron un machete en el cuello, estaba trabajando en los ptf más asquerosos de Valparaíso y mi reacción fue como "no sé qué se supone que uno debería hacer cuando te amenazan, así que vamos a aplicar el guión social que ya traía preparado: ¡hola! mi nombre es Lisa (apellido) vengo del ptf tanto tanto, vengo a hacer tal cosa y blablablá". (...) Me han tratado de asaltar también, una vez me trataron de asaltar y como que me dijeron "pásame bla bla bla" y yo, así como "estoy atrasada, no gracias" y seguí caminando porque no tengo guión social para eso. (...) Yo no sé cuándo se supone que me tengo que asustar, yo no sé cuando algo se supone que me tiene que gustar, entonces es como extraño, entonces es como "hmm no sé, después lo averiguo estoy ocupada ahora, chao"." -Lisa, 33 años.

"Y se acabó el problema y yo como tengo muy poca modulación como corporal, yo no mido si te estoy pegando fuerte o despacio, yo jugando he sacado puertas, he roto paredes y atravesé una pared una vez jugando porque no tengo modulación. (...) Cuando tú no tienes modulación a ti no se te ocurre que te puedes quebrar en el proceso, yo una vez descuadre una puerta porque me agache, me pare y le pegue con el codo, descuadre la puerta y me mate todo el nervio del brazo estuve como una semana con cabestrillo y tratamiento como seis meses porque no tienes noción de nada ¿cachai? (...) Yo no tengo percepción adecuada, yo no cacho cuanto está mi cuerpo con relación al mundo." -Lisa, 33 años.

## 5. Desconocimiento.

"Sí, yo la necesité pero nunca la tuve (ayuda psicológica). Bueno, por el tema de la desinformación también, mis papás no sabían sobre el autismo en mujeres." -Camila, 30 años

"Entonces se desconocía, esto se viene conociendo hace muy poco." -Camila, 30 años

"Ir afuera por ejemplo y que toda la gente me hable al mismo tiempo y que no entiendan porque no respondo o me enoja, es difícil, es complicado para mí, estarle explicando a todo el mundo "bueno, soy TEA... me pasa esto... por esto tengo estas reacciones tal vez... no es que esté enojada, siempre mi cara anda así como enojada" " -Camila, 30 años

"yo no sabía absolutamente nada de Asperger ni de autismo, nada..." -Cecilia, 38 años.

"Investigué y di con el síndrome de Asperger en Internet y leí una guía de cómo son los niños en la escuela y ahí dije "pues esto tiene mi hijo", "esto si lo tiene"." -Cecilia, 38 años.

"y para dar con una persona que si supiera de autismo y de autismo en mujeres no?, porque luego a veces no te saben diagnosticar..." -Cecilia, 38 años.

"todas esas cosas nosotros ni siquiera sabíamos explicarlo a los demás, no? porque no teníamos ni la información, simplemente yo sabía, "ya no puede estar aquí" " -Cecilia, 38 años.

"tu siempre trataste de ayudarlo a que no tenga crisis sensoriales..." pero yo no... no sabía que eran crisis sensoriales, o sea, simplemente decía "pues le molesta esto, pues vamos a quitarlo" " -Cecilia, 38 años.

"lloraba, lloraba y lloraba, en la escuela, en cualquier lugar y decían "quién sabe que tiene, no?" pero eso era como diciendo "ay pobrecita, quien sabe quien tiene, déjenla ahí, no le digan nada" " -Cecilia, 38 años.

"Yo comencé a sospechar de qué mi hijo tenía algunas características distintas desde muy chiquitito, pero siempre me decía "es tu primer hijo, tú no tienes más hijos, eres hija única, todos los niños son así" Y me aferré a esa tesis" -Juana, 40 años.

"la psicóloga me dijo que no tenía conocimientos de TEA" -Juana, 40 años.

"la paramédico me dijo que yo era una enferma psicótica" -Juana, 40 años.

"Es que pensando en la época en la que yo nací: 1980... no. Tu tienes que tener claro que en la década de los 80 el diagnóstico de autismo era otra cosa, se me hubiese etiquetado." -Juana, 40 años.

"Quizás fue bueno no haber tenido el diagnóstico por que pensemos la década de los 80, habría sido otra etiqueta, ahora es un poco más... Ha cambiado el diagnóstico, no es tan trágico el tema, hay un poco más de... Hay mucha más información, no un poco, mucha más información. **Y eso que sigue siendo poca.** Exacto, sigue siendo poca." -Juana, 40 años.

"el desconocimiento es muy grande." -Juana, 40 años.

"Pero de la infancia te digo que yo creo que fue bueno que nadie advirtiera todo eso por el desconocimiento, piensa en la década de los 80, yo nací en 1980, entonces pensemos que, de los 80 a los 90 hubiese sido bastante duro el recibir un diagnóstico de autismo, en esa edad." -Juana, 40 años.

"por ejemplo una tía abuela a mi me dice "¿y cómo va la enfermedad del Víctor?". Ella tiene casi 80 años, creo que tiene más de 80, entonces por más que yo le explique a ella que no es una enfermedad, ella lo ve así." -Juana, 40 años.

"entonces no iba encontrar una respuesta a este mundo que empezaba a abrirse a mí". (hablando sobre la dificultad de no encontrar una terapeuta que supiera de autismo en mujeres) -Juana, 40 años.

"creo que el autismo es muy complicado en mujeres, y debido a esto siempre pasé por diagnósticos erróneos" -Sol, 35 años.

"Pasé por un proceso en donde nunca sospecharon que era autismo." -Sol, 35 años.

"Afortunadamente la especialista era específicamente sobre autismo, porque creo que si... yo estuve con psicólogos generales y los generales me decían "tú no eres autista" con el simple hecho de verme, porque me desenvuelvo bien, porque hablo bien, porque veo a los ojos... y me decían "tú no eres autista". -Sol, 35 años.

"también investigué pues el DSM-5 pero pues es más enfocado a los hombres..." -Sol, 35 años.

"iba a psicólogos, o sea yo la verdad siempre procure tratarme mi salud mental y ningún psicólogo me hacia sentir que daban con el punto, entonces era muy frustrante, muy pesado y yo seguía con la incógnita grandota de "¿qué es lo que me pasa? ¿Por qué no soy normal? digámoslo así verdad, "normal". -Sol, 35 años.

"una de mis jefas me reclamó porque todas ellas entraban a este tipo de llamadas porque estábamos en diferentes estados de México, y todas ellas hablaban, se preguntaban de su familia y se preguntaban de cómo habían amanecido y a mí eso me desesperaba, era "pues es una junta de trabajo, porque no hablan de trabajo" y yo era como muy retraída, entonces ella me dijo una vez que por qué no buscaba ayuda, como para poder encajar con ellas, o sea en lugar de preguntarme si me sentía cómoda o algo ella quería que yo encajara en el equipo" -Francisca, 33 años.

"mi mamá me regalaba muchas cosas que "mira el colorcito, mira la tela, se siente bonita, se te va a ver bien" y cada vez yo sentía qué tenía que volver a ponerme la misma playera, o el mismo pantalón que a mí me gusta. Entonces el sentir que la desilusionada, o la decepcionada por no usar las cosas que ella quería era raro, y ahora que lo entendemos las dos, que no era que porque yo no quisiera, era porque no lo aguantaba durante mucho tiempo, porque me hacía sentir muy incómoda" -Francisca, 33 años.

"Realmente seamos sinceros, si yo hubiera tenido las herramientas o el conocimiento o los contactos que tengo ahora, hubiera sido mucho más sencillo detectarme a mí, pero no hay mucha investigación, siempre dicen que son más los niños que las niñas, entonces siempre buscan más autistas niños y nadie voltea a ver a las niñas aunque seamos tan evidentes como lo somos, porque siendo muy honesta yo soy muy evidente" -Francisca, 33 años.

"me habló de la condición asperger y todo. Y yo dije: "y eso ¿qué es?", porque ni sabía." -Patricia, 32 años.

"ya me ha tocado ir a 1 o 2 foros y hablar, y al momento que tu hablas y dices que estas estudiando y ven que hablas más elocuente y todo, te juro que puedes sentir la tranquilidad en muchos padres de que si yo sigo trabajando y dándole y no cerrándole las puertas a mi hijo o hijos, sino dando la oportunidad de que ella se desarrolle, va a llegar un momento en que ella va a poder hablar así, va a poder estudiar así, pero si lo

ven desde el punto de vista neurotípico no, tiene esta discapacidad, no va a hablar, no va a ver esto... ya están cerrando todo, y más en las niñas que somos súper complicadas (risas)" -Patricia, 32 años.

"una profesora me dijo, me dijo que a ella le daba miedo que saliera de cuarto medio porque era como otra variedad y que yo no estaba preparada para esa realidad." -Julia, 45 años.

"a mi me pegaban, pero me sacaban la mugre porque, por la carne, por el nervio de la carne. Entonces me decían "pero ¿Cómo?" y mi papá les decía cuando estaban visitas "si es como si tuviera rayos x en la lengua porque yo se la puedo pasar bien molida, pero la siente, es especial" -Julia, 45 años.

"decían que tenía conductas aprendidas del hermano mayor. Y, cuando estaba en primero básico él no escribía, la profesora decía que tenía que medicarlo, pero cómo lo voy a medicar si es súper tranquilo." -Julia, 45 años.

"pero si, más encima que la gente se burle porque tú no entiendes" -Julia, 45 años.

"Entonces eso es lo que me tiene también acá como luchando por que exista una detección temprana, que hayan diagnósticos tempranos, que existan terapias para todos los chicos, que existan terapias para, y que se haga visible, que se conozca y que no sea una cosa que oh!, que es lo que me pasó a mi, cuando a mi hijo mayor lo diagnosticaron a él, cuando me dijeron que tu hijo tiene asperger fue como "ok", y me mandaron a la neuróloga, dije "acá la neuróloga me va a dar un tableta y a mi hijo se le va a quitar todo", o sea así de ignorante." -Julia, 45 años.

"en el otro colegio mis hijos lo pasaron muy mal, los dos sufrieron bullying, habían profesoras que los trataban de hacer vivir en esa burbujita y no me entendían a mí como mamá cuando yo les decía que yo no necesitaba que los tuvieran en una burbujita. Porque el mundo no es una burbujita. (...) yo lo que necesitaba era tener herramientas, que si ellos veían algo me lo dijeran para yo poder darles las herramientas." -Julia, 45 años.

"Encima en los libros vos vas a leer que encima nosotros no tenemos empatía." -Maria, 34 años.

"Y antes mi mamá la trataba de tontita, porque ella algo simple ella se tiene que dar muchas vueltas para hacerlo, y siempre se lo tomaba con que "bueno ella es así, más distraída", pero no." -Maria, 34 años.

"soy co-coordinadora de una fundación de autismo y discapacidad en el grupo de padres, pero soy la única madre autista y casi todos los padres tienen una visión de decir, "mi hijo tiene autismo o el término "con" autismo" con el cual yo difiero muchísimo y tengo muchos argumentos para decirlo. Primeramente porque "con" es una proposición que implica que tiene algo añadido como decir que vengo con un bolso, ese bolso lo saco lo pongo acá y ya no lo tengo. El autismo no es eso, es parte de mi ser, es intrínseco. Entonces yo no puedo decir que vengo con autismo; yo soy autista. Yo difiero mucho con los papás y trato de concientizarlo porque hay una negación cuando dicen eso, cuando yo digo que soy autista lo digo con orgullo pero también como mensaje para que entiendan que no tiene nada de malo ser autista, al contrario. Cuando vos decís, esa persona es homosexual no dices es una persona "con" homosexualidad. Es porque es intrínseco a él. No se saca la homosexualidad y dice "no, yo hoy no soy homosexual" -Maria, 34 años.

"Yo siempre trato de decir que los autistas somos una comunidad autodeterminada y no tienen que llamarnos "con autismo", nosotros elegimos ser autistas porque lo somos y a mí me gusta que me digan que soy autista porque es intrínseco a mí, y no me lo sacaré nunca. Cuando dicen "con" me ofende porque yo no vengo con nada añadido." -Maria, 34 años.

"no es lo mismo la experiencia y vivirlo que lo que dice el profesional y el libro que lees. Es lo mismo que leer el DSM-V vos vas a leer los criterios diagnósticos y a mí por más que me digan que eso soy yo, yo no soy eso." -Maria, 34 años.

"Aparte le llego a decir que soy autista y peor porqué acá más encima dicen que todos los autistas son niños, o sino, tienen la idea de que el autista es muy inteligente, "y cómo no estás en la NASA si eres autista?" y qué tiene que ver." -Maria, 34 años.

"Mi hermana ha sobrellevado bastante bien. Su mala suerte ha sido encontrarse con malos profesionales" -Maria, 34 años.

"El autismo la gente lo tiene mal visto en el sentido de que es malo pero si te enfocas en las capacidades es impresionante porque para mí somos una raza distinta." -Maria, 34 años.

"Tengo un amigo autista ciego con hemiparesia que habla cinco idiomas, toca 3 instrumentos y estudia música. Todo a la vez, entonces dónde está la discapacidad?"  
-Maria, 34 años.

"Mi hijo no habló hasta los 4 años y habla inglés fluido de manera autodidacta por ejemplo. Hace poco mi compañera de la facultad que estudia inglés en la universidad, le hizo un trabajo práctico y el con 11 le hizo el trabajo práctico y sacó 9." -Maria, 34 años.

"Incluso las olimpiadas ATACALAR en Chile, él sin saber matemáticas porque las odia, su mejor amigo se anotó, él quiso hacerlo y pasó la segunda instancia porque todo era razonamiento lógico. Entonces tú dices "en dónde está la discapacidad? Porque yo no la encuentro" -Maria, 34 años.

"Paciencia y conocimiento y no porque nazcas autista tienes tal problema y te quedas con ese problema, no, puedes superar cualquier barrera pero tienes que estar bien encaminado, conocerlo y psicoeducarte constantemente. Porque el autismo viene desde hace miles de años pero recién ahora años instruimos en el tema." -Maria, 34 años.

"me pegaban unas palizas diciendo que cómo no me iba a dar cuenta, y no me daba cuenta realmente." -Maria, 34 años.

"Antes, porque estuve mucho tiempo tomando psicólogos y terapias en el colegio, tenía clases diferenciales porque decían que tenía déficit atencional." -Barbara, 26 años.

"siempre dijeron que era un déficit, y luego de eso con los psicólogos, terapeutas, me decían que yo tenía como ésta personalidad y era un poco más retraída por traumas de infancia pero no me pudieron diagnosticar hasta ahora" -Barbara, 26 años.

"yo fui con el neurólogo y le pregunté si era posible que yo tuviera algún trastorno del espectro autista, y me dijo que sí, pero que eso no era bueno como saberlo a esta edad, que él no me lo recomendaría cómo saberlo a esta edad, porque como que no tenía sentido si yo ya había hecho mi vida, pero para mí era importante tener una respuesta." -Barbara, 26 años.

"antes como que no se diagnosticaba autismo o asperger, a menos que fuera como un nivel muy alto." -Barbara, 26 años.

"La sociedad siento que no está preparada aún en ningún aspecto" -Barbara, 26 años.

"yo llevé una vez a mi hijo al pediatra y caminaba en puntitas ellos dijeron: "mmmm... el camina en puntitas" y les pareció extraño (...) a diferencia cuando lleve a la niña que tuvimos que criar un tiempo que también era autista, también dijeron que era importante el tema de que caminara en puntitas, cuando yo caminaba en puntitas de chica, me dijeron que quería ser bailarina de ballet." -Barbara, 26 años.

“Creo que, si se hiciera un estudio ahora, saldrían muchas más mujeres.” -Barbara, 26 años.

“antes no se diagnosticaba a las mujeres.” -Barbara, 26 años.

“ “¿Qué me estás diciendo? si fuera asperger se hubiesen dado cuenta la psicóloga y la psiquiatra que me atienden en el hospital.” -Rubí, 36 años.

““Pero y qué me va a decir la psicóloga que me viene atendiendo hace cinco años”, entonces me guarde todos esos pensamientos y en un estado de ansiedad tremendo” -Rubí, 36 años.

“entonces me fui más para ese lado de investigar sobre lo que era la neurodiversidad, qué es el autismo en mujeres, ¿por qué los test eran totalmente diferentes entre el hombre y la mujer? ¿por qué era mala la terapia ABA? ¿por qué algunos se enojaron tanto con el psicoanálisis?” -Rubí, 36 años.

“El pensar que cierta conducta tiene un trauma psicológico, entonces seguir buscando ese trauma psicológico para cierta conducta, una conducta que no tiene que ver con un trauma psicológico, pero que a su vez puede ser afectada por un trauma psicológico, o sea, yo puedo tener una ansiedad y estar haciendo así a causa de la ansiedad, pero puedo estar pensando que esa ansiedad fue a raíz de algo, que un trauma psicológico me puede estar generando ansiedad, pero puedo estar feliz y puedo hacer esto mismo porque es una manifestación, entonces puedo estar super feliz haciendo esto y me van a estar analizando de que tuve un trauma sexual y no estoy diciendo eso, entonces sí hace mal porque te están analizando todo.

En ese sentido el autista adulto que ya entendió eso, está muy enojado por el psicoanálisis, también está enojado con estas terapias conductuales porque te imponen hacer cosas como que fueras un perro” -Rubí, 36 años.

“hay cosas que me dijo la evaluadora de Córdoba que no me gustaron y no sabía porque no me gustaba y entendí con el tiempo y viviendo todo esto del paradigma de la neurodiversidad de que son cosas capacitistas las que me menciono, las que no estamos de acuerdo los que vivimos esta condición y que entendemos que no es una patología, que no es una enfermedad, sino que nuestra neurobiología es diferente y por eso tenemos dificultades diferentes, algunas de estas dificultades pueden ser discapacitantes y lo asumimos y otras no, pero que ¿acaso la persona común no tiene discapacidades así como lo tiene el autista?.” -Rubí, 36 años.

“Entonces no por ser autistas somos discapacitados, sino que podemos llegar a ser discapacitados tan solo por ser personas, que esas características están asociadas al autismo, es cierto, porque no podemos desprender nuestro autismo de nuestro ser, por

eso también nos molesta cuando dicen "no son autistas, tienen autismo" y no, no podemos sacar el autismo e integrarlo a lo nuestro." -Rubí, 36 años.

"Que no era hipocondríaca como me decían los médicos" -Rubí, 36 años.

"muchísimas cosas que estas personas que ya tienen un camino recorrido lo han sabido explicar y a raíz de esa base de que ellos han sabido explicar yo también puedo seguir entendiéndome a mí misma y puedo tener un alivio" -Rubí, 36 años.

"puedo llevar una terapia integral con ella porque entiende que soy autista y otras cosas" -Rubí, 36 años.

"los musicoterapeutas como que están mucho más avanzados en la psicoterapia y es muy integral el trabajo no sé si llevo dos meses con ella, entonces es como que en un momento incluso me ha ayudado tanto que antes le pagaba dos sesiones por mes porque no me daban mucho los recursos y ahora ya estoy pagando las cuatro sesiones por mes. Incluso estoy dejando una ahí a la espera por si algún día necesito una más, por si acaso" -Rubí, 36 años.

"el autista que no habla tiene un montón de características que pueden ser similares a una persona que le dicen asperger y que el asperger no es otro autismo, sino que es un autismo en sí y que nos molesta a los que ya entendemos este paradigma el tema del asperger porque era de un científico nazi y que hizo un montón de experimentos con personas de esta condición, no nos gusta a muchos, mientras que otros lo aceptan, yo no me identifico con asperger, ni con tea 1, ni con tea de altas capacidades, me sigo identificando como persona, como una persona autista que tengo características muy similares a los del 3, a los del 2, los del 1 y entonces entiendo que no hay uno, cuando a mí me dan las crisis me pueden dar igual que la persona que tenga tea 3 en el diagnóstico, entonces el diagnóstico es un documento médico, pero en sí no somos eso." -Rubí, 36 años.

"Cuando discuten y dicen "no sos autista, tienes autismo" claro porque se quieren referir a ese diagnóstico, no somos ese diagnóstico, esa patologización que menciona el diagnóstico, seguimos siendo personas, pero que pensamos diferente, sentimos diferente, que no sabíamos muchas veces que éramos tan diferentes al resto y por eso éramos raros y nos teníamos que integrar de otras maneras." -Rubí, 36 años.

"a la hora de trabajar, lo importante es que sean integrales y que piensen que no es una enfermedad y que si la persona que tocó ser autista es discapacitada como cualquier otra persona que puede llegar a ser discapacitada" -Rubí, 36 años.

"cuando era chica no me dejaban hacer caligrafías con la izquierda porque tenía que obligadamente hacerlo con la derecha y cuando ahora voy y descubro que sí cuando

chica yo escribía con la izquierda, entonces ahora vuelvo a escribir con la izquierda que me cuesta un poquito más que con la derecha” -Rubí, 36 años.

“Entonces ahora es importante que puedan tener un diagnóstico y que las madres pueden entender que no es nada malo, sino que es diferente, ahora es importante porque nosotros los que hemos vivido todas estas situaciones entendemos lo primordial que es eso” -Rubí, 36 años.

“Yo misma les comenzaba a hacer intervenciones a los niños desde muy pequeñitos, para cosas que las mamás siempre dicen “oye”... por ejemplo, las mamás de niños autistas siempre dicen "es que mi hijo es autista y no le puedo quitar el pañal" y yo te puedo decir que en mi sala cuna, niños de 1 año 9 meses ya no tenían pañal y eran autistas, si todo depende de cómo tú le plantees el aprendizaje al niño” -Carolina, 42 años.

“Igual hay mamás de niños autistas que se sienten ofendidas por algunas cosas que decimos, pero como somos mayoría, por lo menos se controlan un poco y son más respetuosas porque entienden que somos personas adultas y no nos infantilizan. Pero las otras mamás como tienen niños pequeños, tienden a infantilizarlo y dicen "yo soy la voz de mi hijo porque mi hijo no habla", pero en realidad no están escuchando como él se comunica, no es que no se esté comunicando, es que tú como mamá no lo estás escuchando como corresponde, tú le estás poniendo tus ideas sesgadas porque crees saber lo que tu hijo quiere decir, pero a lo mejor no es lo que quiere decir.” -Carolina, 42 años.

“El problema es que empiezo a carraspear y la gente piensa que estoy enojada o molesta, no se igual la gente es rara siempre anda pensando que uno está enojado con ellos” -Carolina, 42 años.v

“fui a un neurólogo porque todos me decían que era de un neurólogo y él me dijo “señora yo no tengo idea de autismo, pero la voy a mandar a un neuropsicólogo”. El neuropsicólogo no fue tan sincero, fue bastante deshonesto me dijo “si, te vamos a hacer pruebas” y me citó, me cobro como 200 lucas por las pruebas y me hizo el test de rorschach, me hizo como 4 test y que después que me los hizo me dijo “sabes qué ninguno de estos es para detectar autismo, pero yo creo que no eres autista porque eres mujer” -Carolina, 42 años.

“fui al psiquiatra y le planteé lo mismo y el psiquiatra también me dijo que “en realidad yo no creo que seas autista porque no conozco literatura que indique cuales son los rasgos de las mujeres autistas” -Carolina, 42 años.

"yo le decía que creía que era autista y él me decía "sí, pero es que todos tenemos rasgos y también estás pasando por una situación de estrés, entonces en que uno comete errores, tanto sociales como técnicos", por lo que me sirvieron de mucho para sanarme, pero no me dieron luces con respecto al autismo, considerando que los dos eran hombres." -Carolina, 42 años.

"Entonces el tema de las mujeres autista no es de mucho interés para los hombres, pueden ser los mejores profesionales, pero un hombre no se va a preocupar más de un tema de las mujeres que las mismas mujeres." -Carolina, 42 años.

"yo creo que el diagnóstico puede ser desde la niñez, pero que tiene que estar acompañado de mucha terapia para los papás más que para los niños, de entender de que el niño no es que este fallado y que ellos tienen que ir cambiando el entorno del niño, pero lamentablemente cuando tienen miedo, pena, lastima, que yo encuentro que son los peores sentimientos, todo eso se desvirtua y la motivación del niño se decae" -Carolina, 42 años.

"Digamos que a mi maestra -porque teníamos dos maestras en la escuela para distintas materias- les hablaba sobre gatos, y bueno, las maestras pensaban que yo tenía algo a nivel intelectual, por eso me sobreprotegían (...)Y si bien el asperger no tiene porque tener discapacidad intelectual asociada, ellos digamos que sospechaban que tenía algo también, digamos ¿porque hablar tanto de gatos? y todo eso. Sin embargo, las psicólogas nunca me lo dijeron, siempre decían que era muy inteligente y esas cosas." -Elena, 24 años.

"digamos que mi psicóloga actual no me creyó que era Asperger, porque como no se ve -me dijo mi psiquiatra-, no se ve, sólo se ve lo conductual. (...) Y bueno, iy que no se ve! ¿Cómo tiene que verse una persona con Asperger? no sé cómo será una persona con Asperger, con antenas, con piel verde con cabello amarillo... (risas) No sé, una persona común, no se ve... No se ve, es conductual la cosa y me dijo: "No, vos no puede ser que seas autista, que tengas asperger", y me lo venía rebatiendo, me lo venía rebatiendo, hasta que agarre el informe le dije, "¡tomá! Leé por vos misma". Pero dijo que es relativo, que el que no esté investigando digamos, que no esté ahí tipo en el tema, digamos que quién esté realmente metido en el tema va a decir "sí"." -Elena, 24 años.

"para mí son muy, perdona la palabra, iboludos!, porque muchos no se informan." -Elena, 24 años.

"en mujeres como que está infravalorado el diagnóstico." -Elena, 24 años.

"no es que no quisiera hablar de mis problemas. Si, pero no sabía para qué iba, además de lo del bullying, ¿viste? Y bueno, ninguno mencionó hasta ahora el asperger, ninguno lo había mencionado." -Elena, 24 años.

"el primer psiquiatra le dije, le di el informe, pero no sé si lo leyó." -Elena, 24 años.

"si uno dice autismo como a cualquier persona lo primero que uno se le viene a la cabeza es mirada perdida, no puede hablar, no puede hacer nada solo, donde en verdad no es así, están los distintos niveles de autismo y todo, pero no todos son así, ¿por qué siempre mirar el caso extremo?, hay muchos tipos en especial ahora, bueno es como ver el femenino y es como "wow", uno no sabe que es así." -Aurora, 17 años.

"Le recomendaron el ritalin a mi mamá porque en ese tiempo tampoco habían medicamentos para gente con autismo" -Claudia, 27 años.

"Mi mamá empezó a pensar en qué colegio me podía meter, le preguntó a la directora y ella dijo que como yo tenía TEA que fuera al (nombre del colegio), dijo "es súper bueno y reciben niños especiales" -Claudia, 27 años.

"en realidad ese es el tema como que siento que el mundo no está preparado para la gente así." -Claudia, 27 años.

"En verdad el ambiente no está adaptado para ciertas personas" -Claudia, 27 años.

"es un tema que a muchos les asusta." -Claudia, 27 años.

"te puedo decir que el mundo no está preparado para las personas que tienen ciertos problemas." -Claudia, 27 años.

"yo le preguntaba a la Nataly (su psicóloga) si acaso era como cierto que nosotros pensamos y percibimos las cosas diferente, pero de una manera distinta y me decía "si, tu sientes distinto" -Catalina, 44 años.

"todo lo que yo he leído y vídeos que he visto y todo está en masculino, pero en información de mujeres casi no hay y redes de apoyo para mujeres TEA, que tampoco me gusta la palabra TEA, las siglas perdón, no hay es muy poco, se están recién formando y estamos como muy abandonados." -Catalina, 44 años.

"en el fondo también es una forma de discriminar y como de maltrato hacia las mujeres TEA y yo digo mujeres, pero me refiero desde las niñas desde bebés en adelante"  
-Catalina, 44 años.

"la otra cosa que me han dicho mucho, "pero si ustedes no son empáticos", "ustedes no pueden empatizar" y yo les quedo mirando y de partida soy un ser humano, o sea, si puedo empatizar con los demás, pero yo empatico de una manera distinta, yo obvio no me puedo poner en tu lugar, porque yo no soy neurotípico, yo no te puedo entender desde tu punto de vista como tú no puedes entender desde el mío, pero si entiendo el dolor que tú sientes" -Catalina, 44 años.

"esas cosas son las que mucha gente me dice, "ustedes no pueden empatizar con nadie" y yo "sí, si se puede, lo que pasa es que yo no puedo empatizar poniéndome en tu lugar, pero sí desde tu dolor o de tu alegría porque por experiencias de vida a mí yo también las he vivido, entonces yo siempre he dicho que eso es un mito que existe de que los autistas" -Catalina, 44 años.

"los profesores tampoco las ayudan en el sentido de adaptar un poco la clase para esa niña, porque ella aprende de una manera distinta, entonces le dicen a los papás "no tienen que retirarla y mandarla a un colegio especial", si ella es una niña normal lo que pasa es que aprende diferente ¿Cómo la va a mandar a un colegio especial si no tiene retardo?" -Catalina, 44 años.

"le conté a su psiquiatra mi diagnóstico po, y su psiquiatra le dijo que estaba como muy manoseado el autismo... era un viejo, un viejo que yo creo que no está al día en ese tema... si en Chile está como retrasado." -Alison, 36 años.

"es que no hay formación, y menos en mujeres po." -Alison, 36 años.

"autismo en mujeres es muy poco lo que se sabe, de hecho, en mi psiquiatra dice que yo soy la primera adulta que él trata, imagínate po, terriblemente atrasado y el tipo es seco" -Alison, 36 años.

"él es como seco en autismo, pero atiende a niños y adolescentes" -Alison, 36 años.

"se necesita mucho trabajo, mucho aporte porque hay niñas que no van a saber nunca que tienen autismo." -Alison, 36 años.

"Igual es un poco complicado porque cuando uno lo dice, hay gente que desconoce el tema, en verdad hay mucha gente que desconoce el tema, y es como "y por qué, noo... entonces yo también tengo eso" y es como... "no" (risas)" -Ana, 18 años.

"en mujeres es como algo super pionero, como en todo el mundo, por así decirlo... yo por lo que supe, por lo que leí como que en Estados Unidos igual está desarrollado el TEA en mujeres, pero como que aquí en Chile... la salud mental en Chile como que no es muy importante en general, y es algo sumamente importante porque si uno no tiene buena salud mental y no puede hacer nada, entonces hay que cambiar muchas cosas." -Ana, 18 años.

"antes también era más difícil porque no había profesionales, si era ya difícil de diagnosticar a un niño de 3 años imagínate a un adulto." -Victoria, 35 años.

"iba al psicólogo y decía "no, estás depresiva" pero no entendían porque, decían "no, es por lo que viviste, es por tu crianza" entonces como que había muchas y nada de eso era." -Victoria, 35 años.

"tuve la suerte de que en realidad llegué a un buen psiquiatra, en realidad bueno él es psiquiatra infanto juvenil, no es adulto, pero su larga trayectoria le permitió, además que se especializa en otras cosas también, la ayudó al tema del diagnóstico y un buen psicólogo que se aventuró a evaluar a un adulto ya que dijo que primera vez que se topaba con un adulto, así dijo "oye, hasta dentro del espectro autista eres rara"" -Victoria, 35 años.

"yo creo que por un tema ignorancia y desconocimiento, más que por el gusto de aplastarte, entonces yo creo que eso después va a ir cambiando lamentablemente, es lento, es un proceso lento, pero va a ir cambiando, es que en realidad ya incluso para los niños pasa, el estereotipo de autistas ya se ha ido borrando" -Victoria, 35 años.

"el típico autista que vive en su mundo, se ha ido un poco, un poco porque todavía quedan algunos retrógradas de hecho me ha tocado familias así, de hecho una abuelita que me compra material me dice "no es que mi nieto no tiene autismo, mi nieto tiene asperger nivel 1" y ¿qué diferencia hay entre el asperger y el TEA nivel 1? es que el asperger es el más aceptado porque lo asocian en que son más inteligentes, que son más funcionales pero el TEA 1 es eso, pero esas cosas creo que es un tema de educación, lo mismo va a pasar con las mujeres." -Victoria, 35 años.

“eso pasa, pero yo creo que al ser más, al ir mostrándose como uno es va a ir cambiando esa mentalidad, va a ser lento lamentablemente un tema cultural acá en Chile, pero en otros países ya pasa, cada uno es un mundo y nadie molesta, cada uno hace sus cosas y nadie las molesta, pero aquí lamentablemente, aunque uno no moleste siendo distinto le molesta al lado.” -Victoria, 35 años.

“el tema de la funcionalidad nosotros, como mi generación de autista adulto mujer es que nuestra intervención es la vida propia, yo no tengo profesionales de intervención con suerte la depresión que era re poco lo que hacía” -Victoria, 35 años.

“en realidad sabes lo que le pasó a mi vieja, le temía al futuro, por mis hijos, “qué va a pasar con ellos por tener autismo”, entonces como ahora ve que su hija tiene autismo y he logrado tantas cosas como que eso la tranquilizó, ya no molesta entonces ya no se sorprende cuando le digo oye el Tomás sabe contar del 1 al 10, no ya no, para que veas que hay personas que todavía piensan así.” -Victoria, 35 años.

“así como que todas les ponen el corazón azul, de hecho yo voy en contra, me pongo un corazón verde porque no me gusta el azul, soy una autista verde y si me molesta porque es que no es la realidad.” -Victoria, 35 años.

“la única que sale con el diagnóstico de asperger era la “Mozart y la ballena” que sale una autista y sale un grupo de autistas con retraso y la típica mujer con asperger es loca, o la típica loca de patio, así como que es rebelde y consume drogas, malditos machistas (...) Mozart y la ballena es muy buena y la típica loca impulsiva es la mujer con asperger así me trataban a mí, bueno yo nunca fui rebelde, pero me decían que yo era así de rebelde, yo soy mas fome.” -Victoria, 35 años.

“yo creo que por eso hay tantos niños poco funcionales, por culpa de los padres.” -Victoria, 35 años.

“qué bueno que se generen estas instancias para poder dar a conocer, en realidad mostrar que no es algo nuevo, es algo de años.” -Victoria, 35 años.

“crecen esos niños y ahí después se olvidan, van creciendo y se olvidan y vuelven a salir niños con autismo y ahí queda” -Victoria, 35 años.

“Mi terapia me llevó a varias psicólogas y me llevó a una vida gitana de psicólogo, de terapeuta en terapeuta, porque bueno en aquella época y en donde yo vivía, no había

muchas opciones de terapia. Eran malos diagnósticos y un montón de cosas" -Becca, 37 años.

"yo no sabía nada de esto y cuando me hablaron de autismo yo me dije ¿What? O sea, en medicina vimos psicología clínica, vimos psiquiatría, hablaron de trastornos del neurodesarrollo pero se hablaba de parálisis cerebral infantil, síndrome de down y esas cosas... pero de autismo nada y bueno, empecé a estudiar todo lo que podía para ayudarle a mi hijo. Y en unos de los cursos que fue el máster que hice en España, me dijeron que yo tenía muchos rasgos" -Becca, 37 años.

"era una psicóloga sí muy rudimentaria de un hospital público desde el interior de mi país, que le había dicho que yo tenía, o trastorno bipolar" -Becca, 37 años.

"yo iba a terapia y esta señora era muy irresponsable porque como yo era callada ella se dedicaba a hacer otras cosas, yo pasaba el tiempo terapia en su consultorio y no pasaba nada pero pasaba el tiempo y ella recibía sus honorarios y yo volvía" -Becca, 37 años.

"a ellos siempre les digo que entregar el diagnóstico no es solamente cambiarle la vida a una persona... (...) porque si no saben lo que implica ese diagnóstico, tampoco saben qué hacer con él." -Becca, 37 años.

"justamente hoy estuve teniendo una discusión en uno de los grupos de activistas porque hay muchos detractores del método ABA, y yo hice el entrenamiento para aba, y lo hice porque vi muchos niños productos de intervención con aba que estaban quebrados, atormentados, hiper medicados. uhm... porque esos chicos como que no estaban preparados sensorialmente para esa intervención y fueron forzados muy mal. Entonces terminaron más quebrados que recuperados y a mí me asombró eso y dije bueno que hay ¿que tan malo es ABA? O sea, porque tanto daño después de esa intervención porque uno ve la evaluación pre intervención y después ve la evaluación posterior y decía bueno, aquí hay algo malo." -Becca, 37 años.

"Honestamente 2020 en mi país, estoy en la capital dónde están los mejores centros de intervención, donde están los terapeutas más top y sigue siendo muy discapacitante más que nada..." -Becca, 37 años.

"O sea, todavía creo que en estos 3 años que estoy ejerciendo la medicina y haciendo diagnósticos, intervenciones guiando acompañando las terapias, encontré solamente dos o tres terapeutas que son respetuosas con las personas, más allá del diagnóstico; y que aplican las intervenciones de forma respetuosa, progresiva, empática. Dándole más capacitación a los niños que tormento, tortura y cosas así." -Becca, 37 años.

"hay muchos mitos. De hecho yo me aferraba a esos mitos para decir que yo no era TEA" -Becca, 37 años.

"Es que de hecho mi jefe, es el jefe del departamento de neuropediatría del hospital pediátrico más importante de mi país, es referencia internacional en Neurología y en neuro desarrollo. Es una persona que sabe muchísimo de neuropediatría. (...) cuando yo llegué recién a su servicio y empecé a trabajar, yo no tenía diagnóstico, tenía solo el de mi hijo, entonces me empezó a preguntar los rasgos de mi hijo, su proceso y todo. Y cuando me preguntó en qué colegio iba y le dije que iba a un colegio normal, sin maestra sombra, sin acompañante terapéutico, nunca recibió medicación uhm... Él me miró y me dijo "entonces no tiene TEA, nunca tuvo TEA". Y lo único que a mí me salvó de creerle y salir disparada a pedirle que él evalúe a mi hijo y que me diga que no tenía TEA, era el hecho de que el diagnóstico de mi hijo, se dio en Suiza en un centro especializado, muy serio y el hecho de haber practicado y estudiado de cerca con ellos y haberles visto tan funcionales a las personas con diagnóstico. (...) de ver de un chico no verbal, sin contacto visual con muchas estereotipias, una desvinculación horrible, aislamiento, indiferencia social... de repente a los 13, 14 en el colegio súper bien, yo decía wow, es otra persona.

Entonces es donde yo aprendí que una buena intervención, todo una secuencia de cosas buenas llevan a un pronóstico maravilloso, que lo que yo veo que aquí en mi país no tienen esa visión, porque para ellos el autismo es esto y ahí muere, y si mejora no lo era."

"Pero el problema está en que a mí, mi jefe. Yo no sé cuánto tiempo voy a seguir trabajando ahí, soy la piedra en el zapato de mi jefe porque yo creo que él ya sospecha mi diagnóstico, ya se dio cuenta de varias cosas y es como que me deja... Me deja ser, porque soy testaruda.

Al principio él solo quería que yo haga diagnóstico, pero me puse a hacer también intervención terapéutica en algunos casos y... los colegas me derivan para eso y él explota.

Y una de las cosas que él siempre dice, es lo que te mencioné, que los TEA, son TEA y mueren TEA y sí tuvo grado 3, tiene que morir en grado 3 no verbal, por favor..." -Becca, 37 años.

"Yo conozco casos en que ahora, de chiquitos que eran no verbales, muy desorganizados, una inmadurez sensorial terrible, atormentados y atormentables mal... y después de un año de asesoramiento terapéutico y de modificaciones en la casa. Los chicos están tan bien, que están empezando a hablar... y el jefe los está viendo... osea no

los ve, pero sí sabe que estoy teniendo buenos resultados con lo que estoy haciendo. No entiende lo que hago, pero como que me deja ser.

Entonces y si ya me preguntaron de dónde saqué, o qué es lo que estoy haciendo. Entonces yo miento y como aquí en mi país le tienen mucho respeto a Europa, el método de intervención que me lo inventé... yo les digo que lo aprendí allá para que me dejen hacerlo." -Becca, 37 años.

"Cuando yo hice una especialización en integración sensorial, no me dejaron hacer el diplomado ni certificarme más porque soy médico, no terapeuta ocupacional." -Becca, 37 años.

"Pero cuando yo vine y mi jefe vio mi currículum, él me dijo que para esto no había evidencia científica y que eso no existía científicamente. Y me dijo que solamente yo tenía que hacer diagnóstico formal, con el Ados y con M-CHAT, con el screening y mandarles a las terapeutas.

Pero yo me di cuenta que justamente estas terapeutas usan aba, pero aba torturante... Entonces, yo me di cuenta que habían niños que habían sido muy traumatizados y cuando fui detectando en niños con ese mismo perfil... de sensibilidad, no los derivaba con ellas y empezaba a hacerle la intervención yo. Pero más especificado a la familia, o sea le capacitaba a la familia para que vayan y hagan los ajustes necesarios... (...) Estos chicos mejoraron (...) Entonces ahí fue cuando el jefe me preguntó qué es lo que yo hacía, y no le gusta, pero me deja hacer porque sale bien. Entonces el problema está en que para ellos hablar de un buen pronóstico en TEA es irresponsable. Porque ellos están basados... el diagnóstico lo basan en la discapacidad" -Becca, 37 años.

"de autistas, todos tenemos un poco le dije. O sea, por eso se llama espectro (...) y me dijo, pero entonces le estamos sacando el valor diagnóstico al diagnóstico si vamos a decir que todos tenemos un poco." -Becca, 37 años.

"Yo creo que las alianzas con la gente que tiene el respeto, entre comillas, es la mejor estrategia. O sea, cuando a mí me piden mis amigas que saben que soy autista, que en el día del autismo yo hable a favor de los que sé yo... de los errores de todo, yo no me animo porque quién soy, nadie. Soy x... no hay, no va a haber un respeto de la comunidad científica, no tengo 20 años de ejercicio en la nada..." -Becca, 37 años.

"soy muy intuitiva para los diagnósticos. Por ejemplo, yo miro a un niño y digo, tiene TEA. Mucho antes que hable, mucho antes que todo... o sea, es como que le paso más al esoterismo (...) Si de repente dicen, "Becca esto no es brujería... hay que justificarlo". Buscó la forma de justificarlo y encuentro la justificación y después me dan la razón pero de buenas a primeras parezco muy informal." -Becca, 37 años.

“En realidad lo que yo me doy cuenta, es que entre así como entre los homosexuales se perciben... yo me doy cuenta que hay una química especial entre los TEA.

Yo lo vi en mi hijo cuando íbamos a los parques, él tenía una afinidad automática con personas neurodiversas o personas diferentes... algunos neurotípicos tienen rasgos y con ellos también. (...) Y lo mismo me pasa a mí, yo no... no... cómo se dice, no conecto con todos. Pero en el consultorio los chicos... siempre tuve buen feeling con los niños; pero los chicos con TEA severo, esos que son no verbales, que están totalmente aislados, que te ignoran completamente y vienen a mi consultorio... cuando me escuchan hablar o cuando entran a mi consultorio y yo empiezo a buscar el contacto visual es como que me encuentran y hay un cambio así, y los padres dicen “ay doctora es magia”. En realidad es como que parece como que ellos sienten que yo los voy a entender y es muy conmovedor porque me pasó varios casos que son estos chicos que tenían más... más compromiso, más rasgos, eran ya niños medio grandes que nadie los pudo... nadie los pudo conectar. Estaban pasando desde diferentes centros terapéuticos a otros.

Que cuando llegaban a mi consultorio también eran indiferentes, desconectados, no aceptaban ninguna estrategia de nada. Pero como yo les hablo mucho a los padres, es como que ellos iban escuchando y se sentían identificados... porque los padres me decían “pero doctora, por qué hace esto y no hace esto” y yo le decía generalmente en los TEA ocurre esto, está asociado... y es como que ellos en medio de su aislamiento, empezaban a mirar con una cara de “lo que ella dice tiene razón”.

Después ellos solos... tengo el caso así de un chico que era así totalmente aislado, desconectadísimo y después de 2 o 3 sesiones con los padres, el se metió por debajo del escritorio, se subió, se acomodó en mi regazo y se colgó así de mi cuello y se quedó así recostadito como descansando... y yo esa no era época de pandemia y esas cosas estaban permitidas. Los padres empezaron a llorar, porque el chico no toleraba, no se vinculaba con nadie. Entonces yo lo que hice fue mirarle y le dije “hey, qué te pasa? crees que es lo que yo estoy diciendo tiene sentido” y me miró a los ojos, como que me encontró y me dijo así... (asiente)

Ese fue el día en que los padres fueron a casa y empezaron a aplicar las estrategias que establecía, que en vez de llamarles 50 veces que lo tocaran, que lo guiaran, que el modelado conductual, que las adecuaciones, que sé yo... y el chico empezó a abrirse, abrirse... a aceptar las rutinas, a aceptar las modificaciones, a mirar un poco más a los padres. (...) Y los padres siempre dicen que fue magia y en realidad yo le digo no, ellos se dan cuenta cuando alguien los entiende. Y yo sentía lo mismo cuando era niña, que había personas con las que no quería hablar (...) Y me pasa siempre con todos los chiquitos, están en lo suyo pero como que me encuentran y me... y se conectan.” -Becca, 37 años.

“Siempre los compañeros que están atrás me llaman cuando tienen que hacer un diagnóstico en los otros consultorios, me llaman y me dicen “tengo una sospecha de TEA pero no me cierra tanto verdad” y yo voy, y como que empiezo a jugar con ellos y es como que siento que sí, si son.

Yo creo que tiene que ver con esa... que me dijeron mis amigos que son homosexuales, que me dijeron que ellos se huelen y que cuando entran a un boliche y hay alguien que tiene la misma inclinación, ellos le miran y se encuentran y ya está” -Becca, 37 años.

“difícilmente los médicos te dan así como un “usted se identifica con esto”, te lo afirman, pero te dicen, “¿Para qué? Para qué quiere esto usted, no tiene sentido, preocúpese de su hijo.” -Lisa, 33 años.

“eso lo que te pasa, si es cuatico, es super penca, y de hecho por lo mismo como que yo también me empecé a meter en el mundo del autismo porque es como “ya déjense de joder si es super clara”” -Lisa, 33 años.

“Y siempre tengo peleas con otros profesionales por esto, me he agarrado con muchos neurólogos, psiquiatras, psicólogos, terapeutas ocupacionales, educadores diferenciales, por lo mismo porque son como: “no, esta niñita me tinca que es más ansiedad porque las niñas son más ansiosas”. No, las niñas no son más ansiosas, no hay nada que diga o investigación que diga que la persona por ser identificada como mujer mágicamente adquiere mayor ansiedad por ósmosis, ¿cachai?” -Lisa, 33 años.

“Es super heavy eso, me ha pasado con harta gente, de hecho el otro día le decía a un amigo, con quien me atiende también en el centro, y con quién hacemos generalmente las evaluaciones en conjunto en el centro, y que nos van a demandar por sobrediagnóstico porque es como que toda la gente que pasa por acá, nosotros somos super acuciosos, de repente nos quedamos 1 o 2 horas, 3 horas, de repente lo dejamos ya, cortemos el tema hoy día, sigamos al otro día, conversando para estar realmente seguros de que estamos haciendo una buena mirada y hasta el momento toda la gente que ha llegado sobre todo en pandemia han llegado reventados, han llegado chicas, muy muy reventadas, entonces son diagnósticos super obvios, pa mí, pa él, pero es super penca esa cuestión, los mandai con el informe y es como, “porfavor que les vaya bien”, o uno los manda a los neurólogos que ya conoce, que ya son reconocidos en el área y de repente igual rebotan.” -Lisa, 33 años.

“no es como que sean más autistas, sino como que tiene que ver con la normotipia de hombres versus mujeres en ese binario que es como muy definido (que tampoco existe en la realidad por si acaso), pero en ese binario se espera que el hombre no desarrolle como excelente habilidades sociales, por ende, su nivel de direcciones siempre está descendido en comparación con las mujeres porque los crían distinto, o sea, la

normotipia de la niña: pasa por tímida, pasa por ansiosa, pasa por cómo "no, es que ella es como más especial ¿cachai?", y como que bueno más grande va a madurar y no madura nunca po, y en el fondo es eso, como que la normotipia que estamos midiendo son distintas, las mujeres siempre van a tener mejor habilidades sociales por la forma en que nos crían." -Lisa, 33 años.

"hace poco salió un estudio sobre eso (...) con que el nivel de solapamiento que hay entre diversidad sexual y sobre todo diversidad de género y autismo es altísima, como del 70%, la mayoría de las personas autistas son no binario, no género, son de ese estilo porque no se encaja po, porque uno no aprende a imitar esto y uno se guía usualmente con lo que te sea más cómodo, o sea, no me voy a poner una falda si hace frío, ¡helloo!, son dos dedos de frente, pero la mayoría de las mujeres se las ponen porque es lo que les corresponde." -Lisa, 33 años.

"me pasó que este año con la pandemia, me sorprendió, me llamó una persona de Inglaterra, mujer adulta, 43 años, se enteró de que yo estaba haciendo esta pega, me recomendaron desde Chile y ella no quería ver a nadie en Inglaterra porque entre la barrera de lenguaje y la cultura es super complejo, entonces me dijo "que yo quiero una evaluación..." y yo le dije "online esta difícil" y me dijo "bueno, yo tengo entendido que tu haces lo imposible, hazlo", dale, dame un par de semanas para investigar para ver que puedo hacer y eventualmente logre encontrar como protocolos más adecuados para hacerlo online, encontré papers que hacían adecuaciones como de los test Ados y Adi-r y cosas así y le hice la batería completa" -Lisa, 33 años.

"hay una serie de cosas que las personas tenemos que hacer para poder compensar todas las otras disfunciones que tenemos (...) Y esto piénsalo como un banco de energía, como un banco donde va a depositar y luego a hacer el retiro. Tienes que depositar suficientes cosas que den energía para aguantar las cosas que te retiran energía, si ella tiene ingresos bajos, va a tener egresos bajos. (...) Entonces no puede gastar mucha energía, entonces lo que uno hace es empezar a aumentar las cosas como agradables que tenemos en el día para lograr hacer egresos de energía más constantes respecto de actividades bien específicas, pero además de eso tenemos que también trabajar el autoconocimiento, es muy común que las personas dentro del espectro no se conozcan lo suficientemente bien. (...) Y tienen muchas respuestas estereotipadas y ¿cuándo te pones triste? cuando me pongo triste siento que algo me consume por dentro, ya y ¿qué significa que algo te consume por dentro?" -Lisa, 33 años.

"también falla el lenguaje en términos de correlato que tienes con tu propio cuerpo y con el ambiente y cuando eso falla te dicen "es que estoy estresado", pero tu empiezas a indagar "estoy muy estresado", "no me tinca que estés estresado porque veo que tu cara está de color normal, no te estás moviendo, yo las veces que te he visto estresado tú le

pegas con la patita al suelo ¿qué más puede ser?" "Es que tengo muchas cosas que hacer" "ya, pero ¿qué más? sigue hablando, sigue buscando" y en el fondo es por eso, porque no está en los correlatos y no se conocen, no sé bien qué pasa.

Muchas veces puede suceder que ir al supermercado le moleste por el ruido o le moleste por la luz, le moleste por la temperatura, le moleste porque está ocupando ropa incómoda, pero no se da cuenta hasta que empieza a caminar rápido y la ropa no respira, muchas de las personas que están dentro del espectro ocupan ropa natural, ocupan ropa de algodón, de viscosa, de bambú y nada más, entonces que solamente se nota cuando sale porque camina más rápido y se pone más nerviosa, pero en el fondo el problema es sensorial, no es la gente." -Lisa, 33 años.

"Adaptaciones típicas son ir con audífonos con música que te agrada, salir con lentes de sol no muy oscuros porque si no, no ven, tienen que ser colores como sepia, amarillentos, hay gente que tolera mejor los azules, ocupar ropa... salir da lo mismo, pero ocupar ropa cómoda, así como con la que decí "oh me siento bacán en mi casa con esta ropa porque es como que podría flotar" esa, sale con esa." -Lisa, 33 años.

"Y también ir limitando los espacios, tiene que ser como acercamientos progresivos porque en el fondo la primera respuesta que van a tener es la misma que han tenido siempre porque el cerebro te está diciendo peligro, peligro, peligro, la última vez que salimos casi nos morimos ino salgas!, entonces la primera salida no es en el supermercado, la primera salida es a la esquina y te devolví, anda a dar una vuelta a la manzana.

Después la siguiente podría ser anda al kiosco sin entrar a un lugar cerrado y después de eso anda a lo mejor al kiosco que está afuera del supermercado y después de eso ya entra al supermercado y compra 2 ítems y en un horario que no va a haber mucha gente y eso también importante el nivel de ruido que es capaz de soportar porque muchas veces hay poca gente, pero los ruidos entre la música ambiental. (...) Y las conversaciones se generan dificultades para procesar a nivel auditivo, entonces la gente te está hablando, tú las tení enfrente, pero tú estás escuchando al carnicero que está allá atrás y no tení ni idea de lo que te están diciendo y tratás de leer los labios y ahora no se puede porque hay mascarilla y es terrible." -Lisa, 33 años.

"Cuando alguien te pregunta ¿hay problemas de lenguaje en el pasado? volumen de voz, tono de voz, ritmo, entonación los niños que hablan de repente como youtuber, así como "me puedes pasar ese periódico, por favor" (...) "Es que ve mucho YouTube", no importa, no es normal" -Lisa, 33 años.

"Entonces llegó un momento en que no me sentía cómoda y en ese momento fui y le dije "se acuerda que yo le dije toda esa situación que viví en Chile, que la hermana de

mi cuñada es psicóloga y ella me dijo que mi forma de ser y todo esto que yo a mí me pasa es por ser asperger y entonces estaba por decirle más cosas cuando de repente se pone seria, me mira y me dice "vos no sos asperger, si vos fueras asperger yo me hubiese dado cuenta", así muy dura y ahora como "¿qué digo? Y sí voy con la psiquiatra y me dice lo mismo? y si voy donde la doctora que me seguía diciendo que yo soy de un pensamiento divergente ¿me ira a entender?, pero si la psiquiatra va a querer que yo siga tomando medicamentos y yo no quiero más medicamentos porque estoy con el problema de los riñones y yo sé que ese medicamento me hace mal a los riñones" y así empezó mi velocidad mental y la psicóloga me decía muy calmadamente "porque vos no sos asperger, porque no tenés estas características" y mi mente se revolucionó y empezó y creo que en ese momento tuve una crisis porque yo llegué a mi casa y lloré, me arrancaba el pelo y me ponían mal y "no me cree" y empecé así con los pensamientos y todo lo demás, todo a la vez no es que seguía "no me crees", sino que todo lo otro. Me calme y pasaron un par de semanas y me animé a ir a con la doctora y le dije lo mismo "se acuerda que me dijo que yo era así" y ella "Helga no te conviene seguir pensando en estas cosas -me dijo la doctora- porque resulta que tu mente sobreanalítica va a estar pensando en que realmente(...) y si no fuera el caso vas a estar pensando en esto..." y me empezó a decir "cuando yo estaba estudiando y me enseñaron acerca de esto yo creí que tenía TOC, porque yo soy..." y todo ese cuento "¿y si tiene razón?, hace un montón me dijeron que tenía un tumor y yo averigüe si realmente tenía un tumor y hoy resulta que no tenía" -Rubí, 36 años.

"eso fue en octubre, pasó noviembre, diciembre, enero y lo seguía pensando así todos los días y "la psicóloga que me viene tratando supuestamente por bipolaridad, pero la psicóloga duda que yo sea bipolar y mientras que la psiquiatra dice que son enfermedades permanentes, la psicóloga dice que uno se puede sanar de esas cosas y la otra vez la doctora que me atiende por los riñones dijo que mi pensamiento era divergente." -Rubí, 36 años.

#### **a) Estigmas sociales.**

"yo me asusté con el diagnóstico... no lo acepté. (...) después de algunas sesiones me diagnosticó y ahí me explicó que no era algo malo..." -Camila, 30 años

"Se conocía como el cliché del autismo: El típico niño que no habla, que no mira, que no levanta la cabeza." -Camila, 30 años

"Y no tuvimos problemas hasta que llegó a la primaria, hasta que ingreso a la primaria fue cuando... lo veían raro... me decían que hacía cosas raras... este... que no era normal, que necesitaba un diagnóstico." -Cecilia, 38 años.

"yo entiendo que antes del diagnóstico de mi hijo éramos los locos, los raros y la familia en general, no? mi familia en general éramos los locos, los raros" -Cecilia, 38 años.

"esta parte de la familia es rara... se visten raro... "porque hacen esto?" y ya cuando llegó el diagnóstico de mi hijo como que entendieron muchas cosas" -Cecilia, 38 años.

"es que no tiene un trabajo fijo" mis papás no pueden concebir que no se tenga un trabajo fijo, "es que deberían buscar un trabajo". Muchas, muchas, muchas cosas que no entraban en las expectativas de mis papás o de mi familia extensa y nosotros así de que "pues es que no... por algo lo hacemos así, no funcionamos en ciertos lugares pero tampoco teníamos como las herramientas de decir "bueno es que de verdad yo soy así", no?" -Cecilia, 38 años.

"el primer diagnóstico de mi hijo fue que iba a ser un niño de carácter difícil" -Juana, 40 años.

"Cuando yo comencé el camino con Víctor lo miraban y decían "pero no se le nota", "pero si camina" alguna vez llegué a pensar que era como si Víctor estuviera en una silla de ruedas y con el hilo de saliva colgando y ahí iba a ser como autista para el resto." -Juana, 40 años.

**¿Qué es lo que te complica?** El saber que no lo puedo decir, porque como hay mucha ignorancia sobre el tema... si yo digo "soy autista" yo sé que la gente a mi alrededor va a decir "esta está loca" o "hay que tratarla raro" o la gente simplemente se empieza a apartar de ti o empieza a tomar actitudes pues un poco a la defensiva o te rechaza... y siento yo que es más complicado manejarlo cuando hay mucha ignorancia, eso me ha costado." -Sol, 35 años.

"Entonces aceptarlo si es un alivio, pero también es complicado porque además me dieron muchos textos para que yo supiera, para que entendiera supuestamente mejor, pero muchos de esos nos calificaban como discapacitados. Yo no me siento discapacitada, entonces el pensar que otras personas me podían ver diferente o me pudieran ver raro, porque ahora yo llegaba y era básicamente la carta de presentación, porque el tema de la charla de la familia era "ay ya se enteraron que le dieron su diagnóstico? y es autista" y no sé, entonces pues era raro entrar ahora a una reunión

familiar y que todos me preguntaran "Y ¿Qué se siente ser...?" "pues... no sé, no sé qué se siente" -Francisca, 33 años.

"las personas no te entienden cuando tu dices "no, sabes que lo que pasa, es que yo tengo este diagnóstico" -Julia, 45 años.

"no es que en verdad me dijeron que "tus hijos van a ser para ti", bla, bla, bla, porque el (hijo mayor) tenía el grado nivel 3, entonces me decían eran, tenía entre autismo puro y el asperger, pero nivel 3. Entonces, eh, a mí me dijeron que no iba a pololear y la cosa, y él cuando estaba en 8vo se puso a pololear (risas)." -Julia, 45 años.

"La reacción más común es la que te dicen "no se te nota" cosa que me súper ofende porque es como que tienen una idea mala o negativa del autismo. Entonces yo les digo que "¿por qué se me tendría que notar?" si tú por ejemplo eres homosexual, yo no digo "no se te nota"." -Maria, 34 años.

"Entonces cuando a mí me dicen eso me dicen "ah, pero tú eres normal" -Maria, 34 años.

"Encima acá no me lo querían recibir en ningún instituto de inglés porque él tenía autismo, entonces él lo único que hizo fue aprender el idioma de manera fluida solo." -Maria, 34 años.

"A mi hijo le han hecho la vida imposible, lo han querido echar de todos lados, de todos los colegios y hoy es el mejor alumno." -Maria, 34 años.

"la misma psicóloga que me hizo el A2 y conversó conmigo antes de la prueba me dijo que yo podía no ser autista porque "conversas tan bien, tienes buen lenguaje"" -Carolina, 42 años.

"no para que digan que son autista porque hay mucha discriminación" -Carolina, 42 años.

"si mi mamá hubiese sabido mi diagnóstico ella hubiera sentido pena o lástima de mí, me hubiera hecho mal." -Carolina, 42 años.

"Yo creo que para nadie es mejor saberlo cuando es pequeño, yo creo que la inclusión real no se nota quien es diferente, el problema no es saberlo cuando es pequeño, el problema es el tema del duelo y la carga emocional que se genera" -Carolina, 42 años.

"nos damos cuenta que la mamá tiene una decepción sobre lo que ella esperaba de su hijo" -Carolina, 42 años.

"igual se tiene ese temor y piensan que si su hijo no es capaz" -Carolina, 42 años.

"los autistas adultos estamos en campaña de hacer entender a los papás que no hay un duelo, nadie se ha muerto y de hecho los mismos niños después de recibir el diagnóstico le dicen a la mamá si se va a morir y a ahí la mamá como que recapacita y le van explicando" -Carolina, 42 años.

"De partida nos tratan como enfermos" -Claudia, 27 años.

"llevábamos como tres meses cuando le dije que tenía una condición que no se me nota, pero que tengo autismo y claro quedó sorprendido porque se imaginaba una persona como casi Síndrome de Down" -Claudia, 27 años.

"bueno una sobre todo en mi generación; para atrás a una le dicen autista y lo primero que te imaginas es una persona que se mueve y no habla, lo asocian un poco al retraso mental" -Catalina, 44 años.

"se reían y me decían autista, porque te molestaban con eso, era como un insulto." -Catalina, 44 años.

"para ella todavía es una enfermedad" -Catalina, 44 años.

"el autismo antes era como ver a un niño botando baba poco menos y quieto y yo me acuerdo de que hace, no sé, serán diez años, yo supe de eso del asperger, por mi sobrino." -Alison, 36 años.

"igual es como que en todos los casos, siempre que hay alguien distinto, como que... no sé, lo tratan como si uno fuera tonto y a mí eso me molesta mucho porque es como "soy distinta, tengo una condición que me impide ser como "normal" para la gente, lo cual me hace ver así como que "ah ya, te vamos a hablar más lento...", así como que "no soy tonta" -Ana, 18 años.

"en ese tiempo si tú dices que tengo depresión y ansiedad eran super mal visto y la sociedad te critica mucho por eso, me da mucha vergüenza decir lo que tengo porque van a criticar, me van a dejar sola, me van clasificar de loca cachai, de hecho me voy a ir

más en la profunda, en los momentos que tuve depresión tuve muchos problemas con mi papá biológico, yo ya estoy desligada de él, me estoy cambiando el apellido, pero tuve una pésima relación con él porque igual es más a la antigua, pero cuando yo le conté que tenía depresión me dice que es mentira no tienes depresión, eso no existe, y es como ya, son tus amistades, tus malas juntas que te hacen tener depresión me decía y yo no tenía amigos y le decía "si, ya, mis amistades, mis amigos invisibles" -Ana, 18 años.

"ayer me tocó ir a entregar unos materiales a una mamá, o sea, a una abuelita y me dijo "wow nunca había hablado con una persona con autismo adulta" yo me puse a reír, le dije "fíjese, tengo dos manos, dos pies", como que el tema así como decía ella de que "no, no sé qué va a pasar con mi nieto, tiene 3 años" "yo tengo 35, le quedan 32 años para ser como yo." -Victoria, 35 años.

"de hecho a mí me pasa que ya hablaba y decía a lo mejor soy yo y me decían "no, tú no puedes tener autismo ni jodiendo si tú haces tantas cosas"." -Victoria, 35 años.

"pero si tú te expresas bien, trabajas y haces tantas cosas, o sea, demasiadas cosas" y es como ¿por qué no puedo tener autismo y ser funcional? y entonces al final no tenía a donde llegar" -Victoria, 35 años.

"Sí abuelitas, mamás sobre los 40 años se sorprenden es como "oye tu hijo hace esto" "tu hijo hace esto otro" y es como "si, si es humano y respira oxígeno no tengo que ponerle un casco"" -Victoria, 35 años.

"más encima se nos tacha de ser poco empáticos." -Victoria, 35 años.

"ese "no, tú no puedes tener autismo, si tienes hijos, tienes esposo"." -Victoria, 35 años.

"Es lo que yo les suelo decir a los padres cuando entrego el diagnóstico y veo esa cara de marrano muerto que ponen cuando le digo que tiene TEA. Yo le digo que no hay nada de malo, porque si bien es difícil, si se hacen bien las cosas, nadie se muere." -Becca, 37 años.

"Yo creo que eso es lo que le pasa a los padres, como desde cuando se les dice que tiene TEA ellos, ¡Ah! porque el diagnóstico TEA es lapidario." -Becca, 37 años.

## **6. Comorbilidades.**

"y me di la tarea de buscar en San Felipe un psicólogo que tuviese conocimientos de TEA, porque hasta ese momento yo me trataba en el CESFAM por depresión" -Juana, 40 años.

"La depresión es muy cíclica, yo también padezco depresión." -Sol, 35 años.

"he pasado varios procesos de depresión, afortunadamente no graves" -Sol, 35 años.

"en ese momento me había detectado un problema de ansiedad generalizada y depresión" -Francisca, 33 años.

"lidié con mucha depresión y con muchos altibajos" -Francisca, 33 años.

"yo me acuerdo que la primera vez que yo tuve algo relacionado con la depresión fue aproximadamente alrededor de los 9 años" -Francisca, 33 años.

"yo creo que hubiera seguido sin entender el por qué tanta depresión o por qué sigo siempre pensando, la ansiedad siempre me lleva a pensar cuales son los peores escenarios, entonces el estar atada a lo malo que puede suceder es como una atadura, me consume mucha energía pensar en todo lo malo que podría suceder, pero ahora tengo un tope, tengo un límite" -Francisca, 33 años.

"me deprimí, no sé cuantos meses, yo digo que 2, pero quizás fueron más, la verdad no lo sé, 2 meses que la verdad es que están borrados totalmente, porque no tengo nada." -Patricia, 32 años.

"luego después de eso me deprimí peor todavía." -Patricia, 32 años.

"cuando llego a mi casa estoy 4 horas encerrada en mi pieza a oscuras porque me colapsa tanto la cabeza que siento un colapso, un desgaste mental muy grande, lo que confunden lo psiquiatras con la depresión. Pero no es depresión, es tantos impulsos sensoriales, tanto que tienes que enmascarar escuchando, decodificando, observando, percibiendo, tratando de entender y comportarte bien" -Maria, 34 años.

"siempre he tenido problemas como ansiedad" -Camila, 30 años

"siempre fui muy ansiosa, demasiado ansiosa, al punto de que incluso en la adolescencia tuve que ser medicada, pase por muchos procesos psicológicos y nunca me diagnosticaron correctamente" -Sol, 35 años.

"tengo ansiedad generalizada" -Sol, 35 años.

"Yo tenía mucha ansiedad social" -Sol, 35 años.

"La verdad si fue algo que marca tu desarrollo, pues esa ansiedad social siempre la tuve desde niña entonces pues la fui arrastrando hasta la adolescencia, en la juventud, y pues todavía (risas)" -Sol, 35 años.

"he tenido insomnio... insomnio muy grave, no podía dormir" -Camila, 30 años

"tuve muchas noches de insomnio" -Juana, 40 años.

"trastornos alimenticios: toda la vida, no comía..." -Cecilia, 38 años.

"No comía, estaba super flaca, nunca comía y si comía era muy poco y cosas bien selectivas, no? lo que a mi me gustara, toda la vida fue así" -Cecilia, 38 años.

"me empezó a llamar la atención, porque ya estaba muy, muy, muy, gordita, así super gordita, me deprimí y subí muchísimo, pesaba como 93 kilos, o sea pasadísima."  
-Patricia, 32 años.

"Mi hermana la más grande se olvida de comer, por eso ella ha pasado por anorexia, que en realidad no era anorexia porque ella solo se olvidaba comer." -Maria, 34 años.

"Mi hermana la más grande se olvida de comer, por eso ella ha pasado por anorexia, que en realidad no era anorexia porque ella solo se olvidaba comer." -Maria, 34 años.

"tuve una crisis muy fuerte y ya no pude"-Cecilia, 38 años.

"a principio de año yo tuve una crisis muy fuerte y nunca había experimentado algo así. Significó por ejemplo que yo estuviese varias semanas tartamudeando, varios días después de la crisis no podía hablar y mi ritmo se alteró, me costaba pensar, llegar alguna solución, como que estaba más lenta para hacer las cosas..." -Juana, 40 años.

"Entonces tenía como lleno de cosas, y al momento que yo llegaba a checar lo mío ya estaba bloqueada, saturada, saturadísima, y en eso me empecé a deprimir, porque en ese tiempo yo nunca había tenido como que... me era difícil encontrar con quien llevarme, porque generalmente mis gustos no son como que muy... bueno, me era difícil empatizar con gente" -Patricia, 32 años.

"me daban ataques de pánico" -Sol, 35 años.

"yo ya había ido con otra psicóloga, y esa psicóloga ya me había dicho "no, por estrés, por esto, por eso y por esto, tiene ansiedad, tiene esto, tiene fatiga, dolor de cabeza, mareos, vértigo, dolores de estómago", o sea una lista así... interminable. Me siento como en el capítulo de Los Simpsons, en el que mandan a diagnosticar al Mr. Burns y le dicen que tiene tantas enfermedades que no presenta ninguna porque se tapan. Tenía tantos síntomas que estaban, así como en medio, como sentía todo al mismo tiempo, entonces no expresaba nada, porque ya era tanto... que ya" -Patricia, 32 años.

"varias veces fui a psicólogos, psiquiatras y todo, te decían diferentes cosas, que eres bipolar, que eres neurótica porque eres mujer... entonces le tuvimos que dar un chance porque tuve antidepresivos, anti ansiolíticos, tuve bastantes medicamentos, uno que otro medicamento... y como que sí, y después no... entonces al momento que me dieron el diagnóstico fue mucho de expectativa porque no sabía si unos meses después iba a volver todo lo que era antes, y yo no quería, de hecho creo que por eso mismo creo que los primeros 2 años no me aventaba a hacer nada, porque decía: "ésta nube de rosa en cualquier momento se va a volver negra otra vez" -Patricia, 32 años.

"Que era neurosis, que era neurótica, una vez me dijeron que era bipolar, otra vez que tenía tiroides, que estaba depresiva, pero eso sí era cierto, me dieron antidepresivos, también... cuál otra que me habían dicho... me habían dicho otra cosa, algo de personalidades..." -Patricia, 32 años.

"también tengo micro diagnósticos de depresión, trastornos de angustia." -Julia, 45 años.

"tuve que tomar talleres de relación interpersonal porque no, me costaba relacionarme, me costaba un mundo relacionarme en el colegio." -Julia, 45 años.

"ella tenía intentos de suicidio, y yo también los tuve" -Julia, 45 años.

"las mujeres somos muy subdiagnosticadas, sobre todo nos dan diagnósticos de depresión, ansiedad, pánico, pánico social, trastornos alimenticios, bulimia, anorexia, porque también tenemos problemas con la hiperselectividad de la comida, etc. Básicamente nos medican con cualquier cosa y terminamos peor, porque en definitiva no es eso. Y cuando ya encuentras un profesional, cumpliste 30 años." -Maria, 34 años.

"ella ha tenido muchos diagnósticos de bipolaridad, depresión, ansiedad, y nunca ha salido de ese pozo digamos" -Maria, 34 años.

"ella con 52 años se enteró recién que es autista, así que imagínate, y toda esa medicación que le han dado... (...) mi hermana ha sido diagnosticada tantas veces con tantas cosas que le han dado mucho clonazepam. Y ella tiene 22 años tomando esa medicación, la han vuelto adicta. Entonces para ella poder tomar una medicación acorde a su condición tiene que hacer una desintoxicación, es muy grave, porque esto es mala praxis, y esto trae consecuencias a nivel neurológico. Y ella con 22 años tomando clonazepam, ya no puede hacer una vida normal. (...) Ella para cambiarle su medicación a una medicación específica para nuestra condición, tiene que hacer todo un proceso de desintoxicación, que le va a llevar por ejemplo, si tiene 22 años de adicción, le lleva casi lo mismo más o menos porque es muy difícil, es muy difícil. Así que le han arruinado la vida. Por tanto subdiagnóstico, le han arruinado la vida porque ella es dependiente de esa droga." -Maria, 34 años.

"yo a los 17 años yo colapsé y me agarró una depresión muy profunda, un ataque de angustia, llegue como a la manía. Y llegué a un psiquiatra, pero este no era especialista en autismo, así que él me diagnosticó como "depresiva con ataques de angustia", entonces también me dio clonazepam, y encima me diagnostica con fobia, porque yo le había comentado que yo tenía mucho miedo a los cohetes. Y nada que ver, yo no le tengo fobia porque mi problema es mi sensibilidad auditiva. (...) Y bueno me han medicado... luego gracias a Dios me sacaron la medicación, y hemos hecho bien el tratamiento para sacarla (...) y después cuando a mi hijo lo diagnosticaron yo también estaba muy colapsada, entonces vuelvo a otro psiquiatra y me vuelven a diagnosticar con depresión y ansiedad, porque supuestamente yo venía con ataques de pánico por todo esto de que mis hijos estaban enfermos y yo era joven y tenía que ir por muchos médicos. (...) Ahí quedo mi último diagnóstico, hasta que llegué con este psiquiatra que me diagnostica bien" -Maria, 34 años.

"Mi hijo no sabe cuando tiene ganas de ir al baño para hacer caca, le tengo que decir "hijo hace cuánto que no vas al baño?" " creo que ayer" y le digo "entonces anda hoy". Encima me habían diagnosticado que el niño era constipado, le empezaron a dar

laxantes y nada que ver, no tenía ese problema, entonces me di cuenta de que necesitaba que yo le recordara. Automáticamente le decía andá, y él hacía.

Entonces a veces pasaba una semana y se le inflamaba mucho el estomago y no sabía que era porque tenía que ir al baño, yo le preguntaba si acaso no sentía un dolor de panza o sensaciones... o sea se llama hiposensibilidad visceral. Tuve que hacerle un calendario para recordarle cuando fuera al baño y decirle que podía pasar un día sin ir pero no dos." -Maria, 34 años.

"Y la típica de que te mandan al psicólogo porque te haces pis, porque seguramente hay un problema y no. Luego de que te dan el diagnóstico tú dices, "ah por eso me hacia pis o hacia tales cosas"." -Maria, 34 años.

"explicaba mucho la ansiedad que yo tenía" -Barbara, 26 años.

"a que me iba a enfrentar ahora: a una persona con un diagnóstico y no a posibles depresiones o ansiedades, diferentes tipos de cosas." -Barbara, 26 años.

"entonces me di cuenta que no era un problema de depresión, no eran esas cosas que yo pensaba que estaba mal o que quizás estaba loca como me decían a veces, si no que solamente era un problema que a mí me costaba sociabilizar y que las personas con algún espectro autista tienen mucha ansiedad, solo eso, son muy cuadrados, son muy ansiosos entonces no es malo." -Barbara, 26 años.

"estoy enferma los riñones parece y fue un medicamento que tiene que ver con malos diagnósticos físicos y también psiquiátricos que me afectaban a los riñones, entonces se fue acumulando y me fueron causando molestias, piedritas, cálculos" -Rubí, 36 años.

"yo no estaba deprimida cuando la doctora me dijo que estaba deprimida, me pasaba esta cosa, que es normal en autistas" -Rubí, 36 años.

"cuando la doctora dijo que tenía un ataque de manía por "supuestamente" ser bipolar, no tenía un ataque manía yo estaba en un meltdown, nada que ver" -Rubí, 36 años.

"cuando tomaba los medicamentos podía dormir, pero traían efectos secundarios tan importantes que me afectaban también mi salud física y emocional, no solamente la física, entonces yo no quiero a estos medicamentos, yo quiero buscar otros recursos como para poder superar eso y en caso extremadamente necesario recurrir a lo mejor a un ansiolítico" -Rubí, 36 años.

"hay comorbilidades como el TDAH que puede tener un autista. (...) En mi caso me confundían con eso, o sea, yo si me distraigo mucho, pero sigo pensando en lo medular"  
-Rubí, 36 años.

"Ya estaba tomando los medicamentos psiquiátricos en ese momento, uno que calma la ansiedad y otras cosas, pero no me hacían bien y me calmaban muchísimo las emociones, hasta el punto de que en ese momento no sentía emociones, yo no viví el duelo de mi madre" -Rubí, 36 años.

"¿si soy asperger? tengo razón de que no soy bipolar y ahí me interesa, no soy bipolar, yo sé que no soy bipolar, entonces quizás si soy asperger" -Rubí, 36 años.

"desde chica yo creo que habré empezado con psicólogas a los 14 años." -Rubí, 36 años.

"Yo caí a la psiquiatra porque a los 13 años me quise suicidar" -Rubí, 36 años.

"no me ayudaba la psiquiatra, entonces lo que sí me hizo ver es que necesitaba ayuda y entonces cuando yo pude empezar a trabajar iba juntando mi dinero y lo que trabajaba en una semana era una sesión para la psicóloga y es como que le pagaba y no me servía y era un muy frustrante durante muchos años fue muy frustrante, hasta ahora" -Rubí, 36 años.

"no tengo TOC, no tengo depresión" -Rubí, 36 años.

"soy cíclica como todos y más como mujer con los problemas hormonales y todo lo que implica" -Rubí, 36 años.

"y tampoco soy hipocondríaca como me lo vinieron diciendo por años" -Rubí, 36 años.

"vivía depresiva porque no sabía lo que me pasaba, no niego que tuve depresiones y que puedo llegar tener momentos depresivos incluso ahora por todas las cosas que he vivido" -Rubí, 36 años.

"Entonces le dije que me estaban acosando y le dije que me iba a morir, me iba a terminar matando y eso la gente desde afuera no lo entiende dicen, pero cómo, "si tú eres inteligente no puedes dejar que otra persona influya en ti", pero no es solo una persona porque al final esa persona hace que las demás también te maltraten."  
-Carolina, 42 años.

“pero si hubiera estado como hace 4 años atrás cuando no tenía redes, estaría tratando de matarme de nuevo porque sentiría que me están despreciando nuevamente.”

-Carolina, 42 años.

“Por ejemplo, antes cantaba en público y después del acoso laboral ya no puedo cantar en público porque el estrés me gatilló un pánico que ya no puedo y cuando estoy sola me sale bien, pero si alguien está escuchando se me cierra la garganta y no puedo hablar más y hasta me duele” -Carolina, 42 años.

“antes dominaba mucho mi voz, incluso hacía imitaciones y montón de cosas, pero luego del acoso no pude y me salió esta voz rasposa; me salió como típica, en el diagnóstico que tenía esta típica voz de autista rasposa cuando pierde aire me explicaba la fonoaudióloga y claro, yo antes no tenía eso, me quedó después del acoso laboral me quedo como una secuela del estrés post traumático.” -Carolina, 42 años.

“las ganas que tenía de matarme, más que de matarme era de morirme, yo medito mucho y en mis meditaciones yo lo único que pedía era que alguien me buscara y me sacara de este planeta.” -Carolina, 42 años.

“a mi me fascinaba ser gorda, pero el tema del acoso me generó un problema alimenticio que también tengo hasta ahora que es que cuando tengo estrés no me da hambre, no puedo comer nada” -Carolina, 42 años.

“Dije: Aaah, entonces por eso me daban ataques de ansiedad cada que conozco personas nuevas, situaciones nuevas, y digo: ah, no era algo... porque yo pensé que tenía ansiedad sola, sin nada, pero ahora me dice el psiquiatra que el Asperger en mi caso, una comorbilidad es el trastorno de ansiedad. Así que digo: ahh ok.” -Elena, 24 años.

“psicólogos más que nada, pero yo les decía: “tengo ansiedad”, pero nadie se ponía digamos a investigar...” -Elena, 24 años.

“he pasado por muchos diagnósticos pequeños hasta llegar hasta autismo en femenino” -Aurora, 17 años.

“en algún momento me trataron por bipolaridad, por trastorno de ánimo” -Aurora, 17 años.

"Bueno en esos momentos también uno dice "yo no quiero estar aquí, yo quiero desaparecer" y la cosa esta de desaparecer es que "ya busquemos una forma de suicidarnos", no llegue a tal extremo, pero o sea no puedo negar que en verdad lo pensé" -Aurora, 17 años.

"en ese mismo periodo hubo hartoo cambio de medicación, por lo mismo y hubo uno en específico, que no sé cuál fue porque han nombrado tantos, que me tenía dopada hasta las patas y andaba feliz de la vida y no cachaba nada y andaba saltando no podía quedarme quieta y era como "yo no soy esta persona", pero obviamente eso no lo veo yo, lo ve el entorno y le dicen a mi mamá ¿qué le pasa a la Aurora? como que ella no se mueve, no le tira la goma a nadie, ¿Qué onda le pasa algo? y es como "guau" y claro en ese caso fue que el medicamento me hizo mal, me dio el efecto contrario que me debía dar que era estar más quieta, como mirando al frente y haciendo nada, me dio el efecto contrario" -Aurora, 17 años.

"he pasado por haber pongamos como por cuatro psicólogos, más o menos, todos como super opuestos entre sí mismos" -Aurora, 17 años.

"tal vez entre 12 o 13 años, como que ahí llegamos a una cosa llamada psiquiatra donde fue "¿qué hago aquí? no sé, pero estoy aquí donde tengo que estar", los adultos hablaban y yo escuchaba como "no tengo idea de que estoy haciendo aquí, pero se supone que me tiene que hacer sentir bien, así que escuchemoslos" y claro fue así, a la larga fue así, igual fue bonita la experiencia, pero si la miro igual es como media oscura (risas), como que no la pasaba tan bien, pero a la larga si, se encontró la luz y todo está bien." -Aurora, 17 años.

"de hecho me dieron hasta ritalin y ese tipo de medicamentos (...) sí era hiperactiva" -Claudia, 27 años.

"empecé a generar crisis de pánico" -Catalina, 44 años.

"de cabra pensaba en el suicidio, pasé 4 veces por esa etapa, cuadros depresivos donde me empastillaban (...) eran muchos los medicamentos para dormir, antidepresivos, estaba dopada casi todo el día y al final la cosa no era nada eso, eran descompensaciones debido a mi condición" -Catalina, 44 años.

"yo comorbilidades físicas tengo dos, una es mi sensibilidad auditiva (...) Lo otro es que mi campo visual es un poco más chico, pero eso del campo visual lo sabía de antes" -Catalina, 44 años.

"La otra comorbilidad es mi déficit atencional" -Catalina, 44 años.

"empiezo a aplicar las técnicas de respiración que me ha ido enseñando mi psicóloga y con eso voy así como bajando la intensidad" -Catalina, 44 años.

"tengo déficit atencional" -Alison, 36 años.

"en el último tiempo estuve tan ansiosa que era una cuestión de que no me podía quedar sentada." -Alison, 36 años.

"Yo me acuerdo de que como a los 10 años me llevaron al doctor porque yo decía que sentía ansiedad, que sentía que estaba nerviosa, yo me acuerdo poquito, no me acuerdo bien y ahí me empezaron a dar pastillas." -Alison, 36 años.

"a lo mejor claro porque me llevaron a psiquiatras y como que eran pastillas no mas po, nunca el psicólogo, que el psicólogo a lo mejor te ayuda más, no cacho -Alison, 36 años.

"antes todo yo apretaba todo, yo bruxo de día y de noche, tomo pastillas para eso porque siempre estoy dura" -Alison, 36 años.

"ahí me diagnosticaron que tenía depresión" -Ana, 18 años.

"estuve harto tiempo con tratamiento, porque... a ver, me lo diagnosticaron cuando tenía 16-15 por ahí, tenía depresión y ansiedad, y lo pasé pésimo pésimo pésimo pésimo... creo que nunca me había sentido tan mal... podía estar todo el día acostada... no comer, no hablar con nadie, encerrada, y era... era heavy, sí." -Ana, 18 años.

"siempre tuve problemas con.. como con ansiedad y esas cosas, de hecho hasta el día de hoy tengo ansiedad y soy un poco hiperactiva, asique si me muevo mucho es por eso (risas)" -Ana, 18 años.

"no vas a poder estar como 8 horas en un avión porque te puede dar una crisis de ansiedad" -Ana, 18 años.

"pensar que siempre fue depresión, ansiedad, temas de personalidad, era como "ya filo, onda, yo estoy mal" -Ana, 18 años.

"Terapia, psicoterapia con psiquiatras y pastillas me acuerdo de que tomaba un psicotrópico y pasaba volada todo el día, no sabía dónde estaba, me sentía en las nubes iba así al colegio, igual es penca pensar que tus papás te cuidan de las drogas, pero igual te meten psicotrópicos." -Ana, 18 años.

"cuando terminé mi relación de casi dos años, lloraba todos los días, dejé de comer dos días, vomitaba todo el día" -Ana, 18 años.

"estaba con un trastorno ansiedad" -Victoria, 35 años.

"antes pasé por la típica depresión (...) siempre la depresión, todo lo que tenía era depresión e incluso llegué a pensar de que tenía hasta esquizofrenia, como que me sentía distinta entonces decía "algo me pasa y no entiendo qué es" entonces decía que era algo, como que había otra persona en mí" -Victoria, 35 años.

"eso era lo que me dijo el psiquiatra, tú no eres depresiva, estabas en estado depresivo, las cosas te generaban esas sensaciones depresivas" -Victoria, 35 años.

"ahora estoy con una crisis de ansiedad, pero nada que ver con el diagnóstico" -Victoria, 35 años.

"era horrible de verdad y ahí entré en ese estado depresivo que me decía el psiquiatra" -Victoria, 35 años.

"yo estaba en constante estado de querer morirme, entonces de cierta manera es un peso que se nos pone obligatorio" -Victoria, 35 años.

### **"Se te empezó a separar la personalidad**

Si, hasta ese punto y eso lo explica, el psiquiatra me dijo "sí, pero tú no tienes esquizofrenia"" -Victoria, 35 años.

"yo voy a la psicóloga porque tengo que ir para el tema de la ansiedad, me dijo el psiquiatra que tengo que ir" -Victoria, 35 años.

"la paso muy mal por mi ansiedad" -Becca, 37 años.

"empecé a tener crisis de pánico y tampoco lo supe diagnosticar de niña, o sea yo me sentía muy mal, y terminé en consulta psiquiátrica, medicada y fue la psiquiatra la que me hizo varios test..." -Becca, 37 años.

"Sigo tomando sertralina, clonazepam, pero solo con rescate" -Becca, 37 años.

"cuando tenía 8 años fue la primera vez que dije que quería morirme" (...) si recuerdo la cara de espanto de mi mamá que me llevó a la primera terapeuta, que le dijo que tenía depresión infantil y que había sospecha de que yo había sido abusada, me hicieron todos los tests, todas esas cosas que hacen los psicólogos y todo y me hablaban y para mí no tenía sentido nada de lo que decían. Pero si después de eso seguí la primaria... cuando llegué a los 13 años volví a tener esas ganas de decir "nada, yo... no funciona, este mundo no es para mí". (...) cuando eso ya le habían dicho a mi mamá que no tenía depresión que yo era bipolar" -Becca, 37 años.

"un tema de abuso, de... me encontré con el cigarrillo y lo usaba como autoagresión" -Becca, 37 años.

"sobre las autoagresiones, ellos nunca se dieron cuenta que yo me auto agredía y yo me di cuenta ahora, con las terapias después de los 35 años." -Becca, 37 años.

"yo tenía reacciones raras, al miedo, a la ansiedad" -Becca, 37 años.

"tuve varios diagnósticos, toc, el trastorno bipolar... lo dijeron porque yo como era muy callada, de repente era como que no soportaba más y explotaba y decía todo de una... o de repente, yo estaba muy calmada y sucedía algo y yo me volvía muy ansiosa muy activada entonces yo creo que por ahí vino, no sé..." -Becca, 37 años.

"como que me desvanecía en algunas situaciones y pensaban que era hipoglicemia que era qué sé yo mmm... diferentes diagnósticos médicos... ah, parasitosis, ¡Dios mío! me llenaron de remedios para los bichos no los puedo oler, no los puedo ver, porque toda la vida era, "ah está llena parásitos, por eso tiene anemia y se desmaya". (...) siempre tuve así malos diagnósticos médicos (...) como soy ansiosa, hiperventilo entonces hago hipercapnia y eso es lo que hace que me desmaye" -Becca, 37 años.

"mi profesión no tiene un lugar para mí porque soy especialista en autismo y no soy neuróloga, y no soy pediatra y no soy psicóloga y no soy esto. Entonces como que estaba tan... que entré en crisis y dije no, yo no tengo lugar aquí, y hasta me desconecte de mis hijos, es como que estaba pensando así como dejar todo ordenado y yo me voy." -Becca, 37 años.

"ansiedad generalizada y no me acuerdo qué otro más" -Becca, 37 años.

"estuve medicada con asitalopram con sertralina por casi un año, rescate clonazepam. Tomaba gotas cada vez que tenía las crisis de pánico y eso." -Becca, 37 años.

"también tengo TDAH, pero mi hiperactividad es mental. Físicamente soy muy sedentaria pero mentalmente iba a 1000, y eso lo noté cuando tomé la primera pastilla de sertralina (...) ese día que yo tomé la primera pastilla yo sentía como si fuese que me hubiesen puesto la película en cámara lenta o cuando la batería se va acabando y yo como que

tenía que hacer un esfuerzo lento para responder y recuerdo que mi marido, que me conoce hace 14 años... ese día yo había tomado la pastilla con el desayuno y vamos a salir en familia.

Y yo no le conté que empecé a tomar, pero él se dio la vuelta y me miró así me dijo estás rara, y yo le dije ¿por qué? y me dijo por qué te estás tomando el tiempo para responder, o sea yo era tan Speedy González mental que yo iba respondiendo y hacia la vida diciendo y haciendo y haciendo... que a mí me pareció en esas dos horas de diferencia de que tome y está... y hablaba y me relacionaba con la gente, yo sentía como que estaba lenta y torpe y parecía como "dios mío esto me va a matar", yo voy a hablarle a la psiquiatra y le voy a decir que esto no va, pero después mi marido me dijo, estás rara, estás respondiendo bien, y yo le dije "no, estoy torpe siento que se me traba toda la lengua" y me dijo "no, esto es lo normal...". La psiquiatra me dijo también, "no Becca, esto es lo normal, la gente normal vive a esta velocidad. Lo que tenías antes era hiperactividad, eran unas conexiones aceleradísimas, estabas a 10000 por hora y ahora esto te va a regularizar". Y creo que tardé unos 15 días en acostumbrarme a esa velocidad, que es la que ahora tengo, o sea esta persona que, con la que yo hablo, que tartamudea que está como uhm... buscando la respuesta esta es otra a la que era antes. O sea tenía un cerebro tan eficiente, tan tucutuctuctucu, que cuando me medicaron yo me sentía así como torpe toda..." -Becca, 37 años.

"tuve una etapa de abuso de sustancias pero era experimental (...) del tabaco, yo sé que lo usaba como autoagresión porque no es que yo agarraba y disfrutaba el cigarrillo y no sé... el hormigueo. No, al contrario yo estaba muy alterada y empezaba a fumarme toda la cajetilla hasta que me daba un "capum" en la cabeza y casi me desvanecía y me quedaba así como era como para anestesiarme... (...) con la bebida alcohólica era porque yo escuchaba que la gente decía que los borrachos no recuerdan nada. Yo quería probarlo en mí misma si eso era cierto... siempre tuve muy buenos amigos como dije siempre 1 o 2, entonces yo iba y le decía al amigo que estaba en la discoteca ese día le decía a Luciano, "hoy me vas a cuidar", y yo empezaba a tomar hasta que me apagaba. Y después al día siguiente nos poníamos a tratar de recordar qué era lo último que yo recordé, y entonces era como que yo estaba buscando probar eso." -Becca, 37 años.

"en ese entonces dijeron que yo estaba deprimida" -Becca, 37 años.

"Mira yo creo que el caso más horrible con el que me he topado fue con el de una chica -suspira- que llegó conmigo a los 23 años y ya venía arrastrando un historial de salud mental super bizarro, no hay otra forma de describirlo, bizarro, desde más o menos los 14 años, dentro todos los diagnósticos bizarros que traía porque son diagnósticos que no existen, el más llamativo era "pre-esquizofrenia", un psiquiatra le puso "pre-esquizofrenia" en su expediente.

Era super heavy, por ejemplo, ella tenía muchas dificultades sensoriales, como a través del procesamiento auditivo y mucha dificultad como para poder distinguir sonidos y en la noche era terrible porque ella escuchaba perros que ladraban, no se po, a 10 cuadras de su casa y eso para los doctores era un claro síntoma de pre-psicosis.

Era super, super heavy y de hecho la enviaron a una evaluación completa por trastorno a la personalidad, cualquiera, cualquiera les servía: así como que probablemente no es un trastorno de la personalidad y la persona que la evaluó era colega mía y nos pusimos a conversar, y yo le dije: "oye están super perdidos, tu cachai que esa cuestión a todas luces es autismo, por donde lo mire", tiene ecolalia que más encima es inmediata, ni siquiera es diferida como para decir "uy que raro que repita cosas" ¿cachai?, sino que es inmediata, tiene dificultad del lenguaje desde chica, tiene dificultad en el área social y además de eso tiene sensibilidad sensoriales, iio sea, hello!!, ella me dijo que nunca había escuchado esto del autismo." -Lisa, 33 años.

"yo lo considero que es como cuando uno comprime los archivos al computador y luego se descomprimen. (...) En el colegio estas comprimido, comprimido, comprimido, comprimido tienes que comportarte, tienes que conformarte, no puedes quedarte mirando por la ventana porque viste una hojita volar y que te llamó mucho la atención y el color era precioso ¿cachai? entonces estas comprimido, llegas a la casa te empiezas a descomprimir, pero descomprimir ocupa un montón de recursos, es igual que los computadores y mientras más grande el archivo y mientras más te comprimiste en el colegio, más recursos vas a ocupar en la casa para poder volver a llegar a su estado natural ¿cachai? y estos recursos eventualmente, la única forma de dejar de ocuparlos es como llorar, quedarse inmóvil mirando el techo, que mucha gente piensa en catatonia, no, eso no es la catatonia porque la persona está consciente de lo que está haciendo y lo hace "apropósito" ¿cachai? y de algún lado tienen que salir los recursos cognitivos y de energía. (...) Aparte que también muchas veces tiene que ver, por ejemplo, con que los inputs de energía, en términos de qué cosa estoy haciendo para que me motiven, no son los suficientes para hacer todas las cosas desagradables que tengo que hacer como ponerme ropa que no me gusta, o sea, ahí lo que hacemos es como disminuir la cantidad en el colegio y poner más horas en las cosas que te gusta, o sea, este niño por receta de la psicóloga tiene que andar en patineta al menos una hora al día mínimo y eso es escrito, certificado, timbrado y se va. El colegio de repente se ponen un poco -se ríe- histéricos con este tipo de recomendaciones, pero funciona." -Lisa, 33 años.

## **7. Impresiones del entorno. (en directa relación con la categoría "Identificación de su sí mismo)**

### **a) antes de su diagnóstico.**

"toda la vida me han dicho que yo soy así, que no veo el doble sentido" -Juana, 40 años.

"siempre me dijeron mañosa por cosas como esas" -Juana, 40 años.

"me encontraban muy ingenua." -Juana, 40 años.

"la gente me decía que algo había raro, que no estaba normal digamos" -Sol, 35 años.

"todo el mundo siempre han intentado hacerme utilizar otro tipo de zapatos pero yo no puedo." -Francisca, 33 años.

"Muy callada quizás, muy reservada, muy tranquila" -Patricia, 32 años.

"estaba esperando que me den el documento y todo, y viene este compañero y se me acerca y yo: "¿qué onda con este tipo que se me acerca?", y me dice: "he estudiado 2 años completos contigo y es primera vez que escucho tu voz". y yo: "ajá... ¿y?". "Se me quedó mucho eso porque nunca he escuchado tu voz". y yo: "¿para que la querías oír?, si da igual" (risas)." -Patricia, 32 años.

"Comentarios de mi personalidad, que era muy inteligente, que era muy despierta." -Elena, 24 años.

"me han dicho que "la Claudia es especial para tus cosas" -Claudia, 27 años.

"ahí una compañera dijo "tú eras super rara en el colegio" y yo como que me reí y le dije "sí, eso tiene un motivo"." -Alison, 36 años.

"siempre fui tachada como la aburrida, como la amargada porque no seguía la misma línea de mi hermana" -Victoria, 35 años.

"de hecho después de que me casé siempre recibía cuestiones así como de "oye, tú no te arreglas, no te pintas, después tu esposo te va a dejar" bueno si me deja me deja nomás, pero no me voy a pintar la cara porque no me gusta, porque siento como que

tengo un peso en la cara y me pasaba que me miraba al espejo y yo no me reconocía”  
-Victoria, 35 años.

“me decían antisocial y desagradable” -Becca, 37 años.

## **b) reacciones al conocer el diagnóstico.**

“cuando ya le conté a toda la familia y fue como que le expliqué, y dijeron “ah... con razón” ” -Camila, 30 años

“sobretudo mi ex pareja, él me dice “ah... Con razón te molestaban los ruidos y la gente y por eso no podíamos salir tranquilos, y te molestabas cuando estabas con mucha gente” y como que todo ya para ellos empezó a cobrar sentido.” -Camila, 30 años

“Y cuando se lo leí a mis papás y les dije “oigan... creo que mi hijo puede tener esto”, mi mamá fue la primera que me dijo “pero si tu eras así cuando eras niña” -Cecilia, 38 años.

“de mi parte hacia ellos hay muchísima comprensión, que yo no tenía... Y bueno de ellas hacia mí, pues algunas personas, no? algunas personas que sí entienden y que si me dicen “ah pos tú eres así no” -Cecilia, 38 años.

“Pues principalmente con mis papás, no? o sea sí les costó también, ya les costó mucho con mi hijo, mucho mucho porque es el único nieto, entonces les costó demasiado, han sido años muy difíciles para ellos, hasta ahorita están entendiendo... pero siento que mi diagnóstico ayudó a que puedan como aceptar a mi hijo... que todavía están con él... como querer cambiarlo y conmigo igual, toda la vida han querido como cambiarme y ahora que ya tengo el diagnóstico ya no... ya como que llegó la aceptación a ellos.”  
-Cecilia, 38 años.

“sí les vi como tristes, como “en serio lo tiene, con razón”, no?, así como que muchas cosas se les despejaron, pero si como que en ese momento los vi como que decaídos, luego ya después fue la aceptación de que “ya pues, son así” ” -Cecilia, 38 años.

“mi esposo de alguna manera ya lo sabía, o sea él me lo dijo, me dijo “yo sé que tú lo tienes.” -Cecilia, 38 años.

"Con mi hermana no, o sea, ella sí necesitaba un papel para decir "si lo tienes"." -Cecilia, 38 años.

"Ella cuando yo le he llegaba a decir que yo sospechaba y así, "no pues a mí hasta que no me muestres un papel" entonces... (...) yo no le dije a mi hermana, ya que no tengo una buena comunicación con ella, pero mis papás le comentaron entonces ahora pues ya lo entiende un poco más" -Cecilia, 38 años.

"ella sabía que mi hijo era autista y yo le dije "sabe qué, yo también lo soy", y ella me dijo "ah... entonces por eso eres tan tranquilita" " -Juana, 40 años.

"ahora ellos ya entienden, porque siempre me andaban reclamando que andaba con mis tapones, que por qué andaba con mis tapones en los oídos, "que le molestamos nosotros" y ahora ellos ya entienden" -Camila, 30 años

"tu familia si no creen eso... pues te miran como loco, o simplemente te tratan como siempre, y no es que te tengan que tratar diferente, sino que siguen sin entenderte, entonces si es muy complicado la verdad." -Sol, 35 años.

"la familia te trata como siempre.... sin entenderte, es como que "tu no me dijiste nada, tu para mí eres igual", pero sigue habiendo ese rechazo por ellos... Si, es complicado." -Sol, 35 años.

"creo que no me dijeron gran cosa porque no le he dicho a muchas personas, pero siempre que si le comentas a alguien y el típico: "que es eso?, y después que les explicas dicen: "no.... no creo que tengas eso", y yo: "no es algo que me pueda quitar o poner"... pero bueno..." -Patricia, 32 años.

"Primero mis amigos eran de que: "ay, no es nada, seguro que no es eso... todos tenemos un poco de eso" -Patricia, 32 años.

"darme cuenta de que guau, tienes que ser una persona muy fuerte, muy valiente, y más cuando muchas personas no se dan cuenta de eso, y vienen y dicen: "no es que no tienes nada, es que no te pasa nada". Ese no tienes nada, no te pasa nada, es la razón por la que sigues acá y sigues haciendo tu vida y tus cosas, te digo que si duele y lastima un poco pero yo vuelvo a pensar: "y que ellos saben, no saben nada y no se van a tomar el tiempo y no afecta sus vidas por lo tanto no les interesa, no les afecta, está bien es su punto de vista y no van a cambiar el mío y no me van a hacer retroceder, o sea no tiene sentido"." -Patricia, 32 años.

"Igual mucha gente habla, habla y habla, pero no sabe nada del tema, entonces por más que te quiera hacer sentir mal tú sabes que no tiene razón entonces para que le sigues..." -Patricia, 32 años.

"pocas personas saben de mi condición, no porque lo tenga en el closet, sino simplemente no me gusta que... (...) están los que "ay pobrecita" y te catalogan de otra manera y que flojera que te vean diferente o algo." -Patricia, 32 años.

"Mi papá ya está light, mi hermanito también, si a veces hasta bromeamos con eso y todo" -Patricia, 32 años.

"Mi hermanito ya está super, mi mamá también, aunque a veces les tengo que explicar cosas" -Patricia, 32 años.

"A mis hermanitos les tomó un poquito más... como que... como que aceptar la cuestión." -Patricia, 32 años.

"Y mi papá dijo: ¿qué? y mi mamá así como que... si fue como... no un boom... pero sí fue como una noticia como media fuertecita, pero al mismo tiempo fue mi mamá de: "Ay por fin, algo de que nos podemos agarrar"." -Patricia, 32 años.

"Esa reacción es típica, yo cuando digo "soy autista" todos se sorprenden y quedan como callados y es como que sienten que me tienen que tratar diferente, me empiezan a observar, empiezan a indagar, dicen que no se me nota, que por qué hablo y bueno me tengo que poner a dar cátedra diciendo que no todos los autistas somos iguales." -Maria, 34 años.

"Los más cercanos, bueno no soy de amigos, pero los más cercanos que son adultos, ya más grandes me dijeron que ya lo sabían, que ya lo sentían y que en realidad seguía siendo yo y ellos me querían así. A diferencia también de los que no eran más cercanos y los pocos que supieron decían que con razón yo era como tan rara y diferente; hay gente que no lo entiende bien" -Barbara, 26 años.

"ahora decirlo y que me crean, ¿viste?. No es que no me crean, si no como diciendo... te miran raro como diciendo: "ésta quiere llamar la atención" -Elena, 24 años.

"¡Si no voy a tener que ir con informe bajo del brazo, mostrándole el informe a todo el mundo para que me crea!" -Elena, 24 años.

"es como que todos te empiezan a mirar extraño, como "tú eres la Aurora, pero como que ya no eres tan la Aurora", entonces es como incómodo." -Aurora, 17 años.

"algunos se me acercaban, así como "¿tú escuchas igual o no?" como haciéndome preguntas como porque les quedaron de la vez pasada y eso fue como wow, como bonito, así como yo puedo decir lo que quiera y no me voy a sentir como si estuviera intentando esconderlo." -Aurora, 17 años.

"les impactó, así como "ya...", el estereotipo: "tú no eres así", pero lo tomaron súper bien como que no hubo nada de rollo, como que "está bien, si tú eres así, eres así" -Aurora, 17 años.

"a cualquier persona que le hablo y que le he contado que tengo autismo o leve autismo me quedan mirando, preguntando si estoy segura" -Claudia, 27 años.

"Prefiero no decirlo, prefiero quedarme callada, mi pololo y la gente justa lo sabe." -Claudia, 27 años.

"ahora mis compañeros ya saben que soy asperger entonces saben porque son mis enojos o mis arrebatos o porque según ellos contestaba enojaba porque para la mayoría de la gente yo siempre estoy enojada" -Catalina, 44 años.

"a ellos también se les olvida que yo soy asperger porque dicen que no se me nota, eso lo escucho todos los días" -Catalina, 44 años.

"de hecho mi trabajo lo adaptaron igual" -Catalina, 44 años.

"una de las últimas colegas que le conté que yo era autista lo típico que me dicen, "pero si no se te nota" y yo "si porque he tenido que disimular toda mi vida" -Catalina, 44 años.

"mi hijo es super relajado y fue como "ah mamá, no, qué bueno" y yo me puse a llorar ese día que lo conté y me dijo "es que pensé que te pasaba algo grave", entonces para él ni siquiera era un tema" -Catalina, 44 años.

"mi mamá también, o sea, le ha costado un poco más adaptarse porque bueno, generación más antigua, para ella todavía es una enfermedad y ella sabe que no es una

enfermedad, que es una condición, pero cuando me habla del tema me habla de la enfermedad" -Catalina, 44 años.

"mis hermanos al principio como que costó un poco, "¿tu autista? pero cómo" y ahora ya lo aceptan" -Catalina, 44 años.

"luego del diagnóstico igual él entendió un montón de cosas, el igual fue a algunas terapias... y ahora estamos como super bien" -Alison, 36 años.

"mi hija de hecho; los niños son como super comprensivos con estas cosas, yo creo que también va en que ahora se conoce, mi hija tiene como dos compañeros con TEA, es super amiga con uno de ellos, entonces yo cuando le conté ella comprendió ciertas cosas y ciertas actitudes que tengo y que a veces también la hieren a ella." -Alison, 36 años.

"como que igual a mis papás les costó digerir el tema... yo creo que a mi mamá también pero no tanto porque yo creo que mi mamá también tiene autismo, o ES autista... (...) ella como que claro igual le hicieron sentido muchas cosas" -Alison, 36 años.

"mi papá yo siento que... no sé yo creo que me ve como si yo soy media tontita o no sé, pero yo creo que ha estado como más... mi papá no ha estado como muy presente a lo largo de su paternidad, pero siento que está como más ahí cachai, me ayuda..." -Alison, 36 años.

"mi pareja igual po, le calzaron muchas cosas, y finalmente en ese momento crítico el tuvo que decidir po, le dije que este era el momento po, o seguimos bien o terminamos para siempre, cuando tenía mi diagnóstico, porque tenía una depresión tan absoluta, que era ese el momento para estar bien deprimida y después salir a flote y él tomó el camino de quedarse, y ha funcionado bacán." -Alison, 36 años.

"no les cuento a todos. Les cuento a los que me generan confianza" -Alison, 36 años.

"les conté "no es que sabís que estoy con pastillas y bla bla bla y ahí le dije, no sabís que? me diagnosticaron autismo" y me dijeron "ah no pero buena, porque ahora sabís porqué todos los problemas... y bacán" -Alison, 36 años.

"¿Autismo a ésta edad?!" cachai? salen como ese tipo de cosas... y también me ha pasado dentro de los familiares de que "no es que todos somos autistas, todo tenemos algo de autistas" hay cosas que son muy cliché!" -Alison, 36 años.

“ay pero cómo, si tu hablai” (risas) “pero cómo si tu te maquillai” -Alison, 36 años.

“hay autistas que logran trabajar super bien, y salen esos “ay pero cómo si tu tienes un trabajo... te sabes vestir bien, hablas bien...” cachai? como que te cuestionan.” -Alison, 36 años.

“me dijo “autismo? no pero tu eras como retraída en el colegio pero no te veo como con signos autistas” y yo vah, “te creís psiquiatra” le dije (risas).” -Alison, 36 años.

“les conté que soy asperger y quedaron todos callados, así como que dije tengo sarna, no sé, tengo clamidia porque quedaron así como... y el silencio absoluto y dije “ya si no es tan grave”. (...) Pero quedaron para la embarrada, como que hubiera dicho algo terrible.” -Alison, 36 años.

“es como “haber, tu tienes la capacitación? no, no tienes la capacitación como para poder decirme que soy o qué no soy.” “onda hicimos con toda la familia como una investigación dos meses, tratamientos y todo para que tu me vengai a decir que yo no soy TEA... no.” -Ana, 18 años.

“a mis papás como que les hizo mucho sentido... como que quedaron super tranquilos” -Ana, 18 años.

“en ese entonces yo estaba pololeando cuando me dieron mi diagnóstico, y mi pololo me dijo como “ah ya, si, te apoyo” y la cuestión, pero su familia me decía “pero tu no eri TEA, qué onda?” onda, “no... si ellos son como enfermitos” y yo como “ya, chao” yo me enojé, me fui, me paré de la mesa y me fui, y no... fue super molesto la verdad, y de hecho terminamos.” -Ana, 18 años.

“le conté que me había hecho la evaluación y como que fue un cambio, mi mamá fue un cambio, de hecho como que dejó de ser más pesada, no es que sea más comprensiva, pero como que le dio la tranquilidad de “ah no es porque mi hija está fallada” no, pero como que ahora me apoya de cierta manera, a su modo me entiende o en realidad ya no me lesea, es lo mejor que hizo mi madre, de hecho me pregunta como estoy, como me ha ido con el psicólogo, cómo está tu tratamiento, estoy tomando pastillas entonces me dice cómo va todo, ¿estás tomando tus pastillas?” -Victoria, 35 años.

“le dije a todas las personas... que son pocas las que saben de mi diagnóstico formal, o sea yo no se lo he contado a todo el mundo.” -Becca, 37 años.

"Pero sí a las personas que saben y que trabajan en el área conmigo que ahora vienen a entender por qué yo hacía crisis y en plena reunión, yo salía y tenía que ir a caminar por el estacionamiento." -Becca, 37 años.

"cuando le conté a la amiga psicóloga mi diagnóstico, empezamos a hablarlo y desmenuzarlo. Ehm... me miró así y me dijo "quién hubiera dicho que esta brillante niña tenía tantas discapacidades". (...) Y ahí fue que me dijo "brillante camuflaje, no se notaba, te lo chupabas todo..." -Becca, 37 años.

"o sea de hecho la gente que me ve, no va a decir que lo tengo, la gente que me conoció de niña no va a decir que lo tengo, o lo tuve." -Becca, 37 años.

## **8. Infancia y adolescencia.**

"yo tuve una infancia... no fue difícil pero sí complicada." -Camila, 30 años

"Y en la adolescencia también, fue más complicado todavía" -Camila, 30 años

"de chiquitita siempre me decían que había algo raro conmigo, siempre andaba con los oídos tapados, que andaba escondida mirando hacia abajo." -Camila, 30 años

"era una niña super rara" -Camila, 30 años

"En la primaria yo recuerdo que yo no hablaba, yo recuerdo que llegue ese día y no hable nada, y la maestra al otro día hablo con mi papá y le dijo "su hija habla?" "si... si habla, ¿por qué?" "no, es que no ha hablado con nadie..." (...) si trabajaba pero no hablaba con nadie (...) mi papá me había dicho que yo tenía que ir a la escuela a hacer lo que la maestra me decía y cumplir con lo que me decía, y pues yo literal, eso y ya". -Cecilia, 38 años.

"mi papá, al decirme eso también me ayudó en el sentido de que me dijo siempre tienes que sacar 10 y la forma de sacar 10 es hacer lo que el maestro te pida, complacer al maestro. Y toda la vida me la pasé así, a puro 10, puro 10, puro 10, porque entendí el sistema, aunque no aprendiera, entendí que yo tenía que complacer al maestro, punto". -Cecilia, 38 años.

"yo aprendí a leer a los cinco años, cuando mi hermana empieza a aprender a leer"  
-Cecilia, 38 años.

"simplemente observando las tareas que ella hacía yo empiezo a leer, no? y a escribir."  
-Cecilia, 38 años.

"ya después en la primaria el problema fue que cuando yo empecé a hablar, pues hablaba mucho, y de mis temas de interés, entonces obviamente que eso a todos los demás les molestaba..." -Cecilia, 38 años.

"ese año fue así de que "ya que se acabe, ya quiero entrar a la secundaria para que ya esto ya no sea igual" afortunadamente la secundaria fue más amigable (...) entendieron que yo era diferente y como que me apoyaron, ya no fue ese bullying, sino que me explicaban muchas cosas, en la secundaria recuerdo que me explicaban muchas cosas me decían "esto se refiere a esto", o cosas que no entendía me las explicaban, me decían "es que tu eres así, y no debes ser así por esto" no?." -Cecilia, 38 años.

"en la universidad ya no porque ya me aislaba, me aislé completamente, obviamente si saludaba y todo, pero yo igual no pertenecía a ningún grupo ni nada, solamente iba estudiar" -Cecilia, 38 años.

"Un burro en un rebaño de ovejas... Porque, nunca me sentí parte de un grupo" -Juana, 40 años.

"yo llegué a primero medio jugando a las muñecas, y me topé con compañeras que una tenía una hija, tenían sus pololos, se iban a discos, se arrancaban de sus casas, tomaban, y yo jugaba a las muñecas." -Juana, 40 años.

"yo desde niña tuve muchas complicaciones a nivel social y a nivel personal" -Sol, 35 años.

"Yo siempre pasé por mala alumna, aunque yo pasé la universidad sin estudiar, pero pasé por mala alumna porque no hacía las tareas, no respondía bien los exámenes ya que me confundían las preguntas, o sea como todo lo tomas literal, había preguntas que estaban mal estructuradas y me confundía" -Sol, 35 años.

"Entonces en la infancia si tuve muchos problemas, pues con la comida: no aceptaba comer otras cosas; jugaba sola, desde niña fui muy ansiosa, no me gustaban los

cambios, en la adolescencia pues todo el proceso hormonal, más eso, más esa situación... pues sinceramente si fue una de las épocas más horribles." -Sol, 35 años.

"el periodo menstrual no lo aceptaba y lloraba todos los días." -Sol, 35 años.

"La verdad si fue algo que marca tu desarrollo, pues esa ansiedad social siempre la tuve desde niña entonces pues entonces la fui arrastrando hasta la adolescencia, en la juventud, y pues todavía (risas)" -Sol, 35 años.

"fueron épocas muy complicadas, porque sabes yo siempre fui como la niña rara. La niña rara, que no le gustaban las muñecas, a mi me gustaban mucho los dinosaurios, entonces yo me sabía los nombres de los dinosaurios, las épocas en las que vivieron, los lugares en que encontraron los fósiles, y yo quería ser paleontóloga" -Francisca, 33 años.

"normalmente siempre estaba muy sola." -Francisca, 33 años.

"los marginados eran mi círculo de amigos, los niños esos raros, los que hacen voces, los que nadie quiere porque caminan raro, porque están gorditos o qué sé yo, yo con ellos me juntaba porqué me sentía cómoda, era como que lo raro en mi, que tal vez no se podía ver, se combinaba con lo raro en ellos" -Francisca, 33 años.

"pues a veces sí me llegué a preguntar a mi misma "¿Por qué a mi no me hacen una fiesta de cumpleaños para que todo el mundo vaya?" -Francisca, 33 años.

"la unica vez que me invitaron a una fiesta de cumpleaños terminé llorando porque habia mucho ruido y hasta estalló un globo junto a mí, entonces pues no me sentía cómoda" -Francisca, 33 años.

"yo misma me echaba a un lado, para no tener que lidiar con pláticas que no me interesaban, para no tener que lidiar con gritos o con música que no me gustaba, o con cualquier tema que no me hiciera sentir cómoda." -Francisca, 33 años.

"siempre he sido como muy rara, entonces no encajaba cuando las niñas querían jugar o cuando las niñas querían hablar o escuchar música, y yo me cansaba, si lo intenté pero me cansaba mucho, el tener que fingir que me gustaban las cosas que a ellas les gustaban" -Francisca, 33 años.

"desde muy chica mi mamá había notado que yo era diferente en ciertas cosas" -Patricia, 32 años.

"conforme fui creciendo y fui cambiando de ámbito, se fue haciendo más notorio la dificultad de incluirme en otros lados, y dependiendo del ambiente social, era como me portaba." -Patricia, 32 años.

"Obviamente en mi casa era "Destroyer", hacía, movía y todo; y en la escuela era así... con trabajo hablaba, con trabajo tenía compañeros, pero si tuve compañeros en la primaria, en la secundaria más o menos, en la prepa mmmmm... y conforme fui avanzando mi mamá le decía a mi papá: "Oye, hay algo distinto"." -Patricia, 32 años.

"yo era muy rápida y yo hacía sola mi tarea, aprendí a leer rápido, solita. Yo llegaba y "tin tin tin" como maquinita hacia rapidita mi tarea, no hubo esa necesidad de llevarme a algún lugar para que yo pudiera hacer mis cosas. Pero en lo que si tropezaba era en lo social, que era lo que no se veía a simple vista." -Patricia, 32 años.

"creo que varias veces cuando empezaba la escuela era cambiar escuela, amigos, lugar, todo... era como "no quiero ir"... o "tengo dolores de panza aquí o acá". Ya que pasaba el primer semestre, el primer periodo, ya más o menos me acoplaba, y como yo me enfocaba a la escuela, era tareas, tareas, tareas, y de la escuela a la casa y tareas, y al otro día a la escuela. O sea, no era de los que salen y se quedan ahí baboseando, comiendo sus papitas, haciendo amiguitos... yo de ahí a mi casa y no, no, no... no socializaba ni nada." -Patricia, 32 años.

"a mí me costó mucho acoplarme, porque el nivel de calificar era otro sistema. Había reglas, pero no eran reglas escritas porque era como: "ustedes ya son adultos, ustedes ya saben cómo se mueven, saben cómo hacen, no tiene que estar alzando su manita para salir al baño, ustedes saben cómo se mueven, las tareas y trabajos están aquí, ustedes saben si hacen, o si no entran", había maestros que anotaban o no anotaban cuando entrabas, entonces eso a mí me causaba ruido." -Patricia, 32 años.

"En ese primer semestre me dio muchísimo trabajo adaptarme, hasta en un momento pensé ya no quiero volver a ir, pero pues por una o por otra cosa y ya... me costó muchísimo más adaptarme, pero lo logré y ya llevé bien esto" -Patricia, 32 años.

"yo soy así como la mateita, entonces siempre tenía promedio arriba de nueve y ya con este cambio de sistema y todo me acuerdo de que el primer semestre creo que una

materia la lleve a revalidación, o sea, terrible, recuerdo que la pase con 6, o sea, fatal.”  
-Patricia, 32 años.

“sí sufrí la cuestión de que no me ajustaba mucho. En la universidad era como vamos a fiestas, vamos aquí, vamos allá... y yo no, yo era solita haciendo mis tareas y todo, era muy separada.” -Patricia, 32 años.

“¿Que sufría?... mmmm... los trabajos en equipo, el tener que hacer trabajos en equipo, especialmente cuando nos hacían hacer trabajos con personas aleatorias y yo noooo! Y a veces como yo soy muy nerd, acababa haciendo la tarea sola. Les decía sabes qué, mándame tu parte y yo lo hacía porque estaban fatales sus trabajos.” -Patricia, 32 años.

“yo sentarme y estudiar lo hacía sin ningún problema, tenía buenas calificaciones, el problema era socializar, tratar con personas, o que a cada rato te estén cambiando de maestro” -Patricia, 32 años.

“cruzar el centro, el ruido, el esto y todo, regresar ya cansada de todo y tener que seguir estudiando. Pero lo que es la estudiada... no tenía problemas.” -Patricia, 32 años.

“mi compañera me dijo “no, lo que pasa es que rayan a las vacas y por eso esta la leche en polvo” (...) Y eso me hizo más sentido, entonces preguntaron, preguntó la profesora y yo contesté eso, y fue como que todos “jaja”, y yo no entendía, yo así miraba y no entendía, no entendía.” -Julia, 45 años.

“en la media tampoco era como, yo era la bicho raro y porque no entendía tampoco los códigos, yo nunca me daba cuenta de nada” -Julia, 45 años.

“una profesora me dijo, me dijo que a ella le daba miedo que saliera de cuarto medio porque era como otra variedad y que yo no estaba preparada para esa realidad. (...) Creo que ella fue la primera persona que se dio cuenta que en mi había algo más.” -Julia, 45 años.

“Lo penca es que siempre los profesores te sacan como de ejemplo, porque era bien portada (...) los compañeros son como “te odio”. Es lo peor. (...) Claro, en vez de hacerme un favor, te están jodiendo más.” -Julia, 45 años.

“yo llegaba al colegio y si llegaba muy temprano ponía mi bolso y me ponía a dormir (...) en los recreos salía con compañeras que iban más arriba (...) si no me iba donde la inspectora.” -Julia, 45 años.

"no me sentía cómoda, me costó tener amistades" -Julia, 45 años.

"Yo tenía otros intereses y no, no, me costaba relacionarme mucho con mis compañeras, demasiado." -Julia, 45 años.

"recuerdo que una profesora nos hablaba de eso, de que no podíamos sentir, que éramos mujeres y que no podían gustarnos las mujeres, nos hablaban tanto de eso, en vez de decirnos no sé alguna otra cosa. Aparte yo siempre estudié en un colegio de monjas, entonces siempre estaba con compañeras" -Julia, 45 años.

"no tenía con quien juntarme, y con la única persona con la que me juntaba era con ella" -Julia, 45 años.

"tenía muy sensible mi cabeza (...) un compañero en tercero básico me tiró el pelo, de la cola, y fue atroz, le saque la cresta" -Julia, 45 años.

"De mis compañeras de curso no hablo con ninguna, tampoco tengo esa relación que yo veo que hay varias que se juntan y que, yo salí en el 92', y en el día de hoy se juntan y a mi no me interesa." -Julia, 45 años.

"cuando era chica era la Juana tres cocos" -Julia, 45 años.

"ya eres Juana tres cocos, y después que tienes los sentimientos como hombre, tu llegas y das vuelta la página, y yo siempre, como que te relacionan con los hombres, no, si yo soy yo Julia, soy una mujer" -Julia, 45 años.

"la estructura, esta cuestión de la competencia, por ejemplo, claro, a mi no me costaba aprender y me ponían siempre de ejemplo, y claro, en vez de hacerme un favor me jodían más." -Julia, 45 años.

"o jamás tuve dificultad en el aprendizaje porque como no me interesaba socializar, no me afectaba mucho esa situación y me enfocaba solamente en aprender, era mi interés restringido realmente. Yo a los 4 años ya digo que ya sabía leer, escribir, multiplicar, dividir. Entonces yo pasé toda la primaria en bibliotecas, en libros, y lo social no existía porque yo no tenía amigos y más encima me tiraba más a jugar con varones, las pocas relaciones que tenía en mi barrio por ejemplo, eran con varones." -Maria, 34 años.

"Ahora analizando lo del TEA es porque el varón es mucho más simple, entonces mi relación con el hombre era mucho más fácil." -Maria, 34 años.

"El varón -bueno te lo digo porque estamos en privado-, es más tonto (risas), es más básico. Te juega a la pelota. Te juega a las bolitas, te juega con las cartas y ya está."

Las mujeres te miran la ropa, cuestionan tu comportamiento, si estás a la moda, etc. Entonces yo me empecé a enfocar en juegos más de varones, yo jugaba más a la pelota, a las bolitas, a las cartas. Era como un varoncito más porque yo me sentía más a gusto con ellos porque había menos prejuicios, las mujeres neurotípicas son muy prejuiciosas.” -Maria, 34 años.

“los varones no, veras tu que en los grupos de varones que se acerca otro niño chiquito y le dicen “querés jugar?” “bueno”, y juegan, ya está (...) La mujer como que si, que no, entonces yo no encaje mucho en ningún lado ahí” -Maria, 34 años.

“Entonces tuve más relación con varones o con gente mucho más grande que yo. Siempre he hablado mucho más formal o como si fuera más grande, que eso nos pasa mucho” -Maria, 34 años.

“Las nenas ya empezaban a presumir y yo nada, era como un chiquito más” -Maria, 34 años.

“y además no me sabía ni vestir, agarraba lo primero que encontraba y me lo ponía, y capaz que era una ridícula. (...) las medias las niñas se las ponían normal y yo me las ponía hasta las rodillas, así cualquier cosa, porque para mí iba hasta la rodilla, entonces era como la ridícula. O todas iban peinadas, con su trencita y yo iba toda despeinada, no me daba cuenta que había un ojo espectador.” -Maria, 34 años.

“en secundaria yo era la ortiba, nunca me complotaba para cosas raras, para hacer bromas, o para las salidas o jodas. Yo tenía una o dos amigas con las que hablaba porque yo era la que sabía, pero no era la que te avivaba una fiesta, jamás en la vida” -Maria, 34 años.

“En la niñez sí, adolescencia también, porque no entiendes que es lo que te pasa pero a medida que vas comprendiendo y aceptando que eres rara, llega un momento en el que te gusta. Más allá de que me hayan hecho bullying, siempre he disfrutado de ser distinta porque me daba cuenta que era mi fortaleza ser distinta” -Maria, 34 años.

“no tenía problemas de aprendizaje.” -Barbara, 26 años.

“el ambiente escolar me estresaba, entonces no me permitía hacer las clases normales” -Barbara, 26 años.

"en el colegio tuve más problemas." -Barbara, 26 años.

"Fue súper difícil (...) yo también era diferente y me sentía diferente, y eso era como lo más complicado, sentía que no me entendían." -Barbara, 26 años.

"recibía mucha información y yo la podía captar toda en mi cabeza bien, pero las clases me costaban, me costaban las disertaciones, me costaban las pruebas, pero era buena estudiante, me costaba más la sociabilización con los compañeros." -Barbara, 26 años.

"La adolescencia fue lo más difícil, porque en la adolescencia por esto mismo de yo no poder tener una buena comunicación con las demás personas, me afectaba mucho y sufrí mucho (...) pero de cierta forma el proceso solo de la adolescencia fue súper importante para poder yo enfrentarme al mundo, porque de otra forma yo no lo hubiera hecho" -Barbara, 26 años.

"lo que me pasaba en la escuela, la profesora estaba hablando un tema y hacia estos gestos raros que yo no entendía en qué situación era, entonces me era más fácil mirar la mosca para seguir escuchando a la profesora y poder prestar atención a sus palabras y a su voz y ver lo modular que era lo que estaba queriendo conversar y de lo que nos estaba enseñando y no estar prestando atención a sus gestos, de su rostro y a todo eso que estaba mostrando con las manos y que estaba haciendo gesticulaciones tanto ademanes como gestos de la cara, como los ojos y tener que estar la mirando a los ojos porque veía todo eso, entonces la mosca me ayudaba a prestar atención a lo que estaba hablando." -Rubí, 36 años.

"no estoy ni ocultando nada, ni estoy avergonzada, ni estoy mintiendo como dijo la otra vez, estoy escuchando lo que está diciendo" y entonces hablaba y no le entendía nada de lo que decía, era más fácil de entender mirando el suelo que estar mirándola a ella." -Rubí, 36 años.

"son recursos para poder captar lo que la otra persona dice porque es tan aburrido mirar todos los gestos, ya lo entendí eso, no quiero seguir mirando prefiero mirar otra cosa y mirar un poco la pared que hay manchitas y en concentrarse en la historia que estaba pensando la semana pasada de esa manchita y de repente mirar de vuelta a los ojos y entender lo que está diciendo y después mirar la mosca y después mirar el piso y mientras tanto me retaron porque quizás estaba desconcentrada cuando yo estaba buscando las maneras para concentrarme." -Rubí, 36 años.

"Yo me acuerdo mucho de cuando era chica desde los 2 años en adelante, tengo muchas memorias de chica y lo que más me molestaba era que la gente hablara de mí como sin importarle que yo estuviera ahí" -Carolina, 42 años.

"Siempre estuve muy sola no tuve amigos, tenía una que otra amiga, yo era como muy atrasada, era como una niña pequeña, en general, jugaba como en paralelo con los otros niños y yo ahora que soy educadora lo veo así, los niños podían estar al lado mío y yo estaba haciendo otra cosa en paralelo a ellos, pero no interactuaba con ellos, pero cognitivamente era muy avanzada" -Carolina, 42 años.

"En la media tenía una amiga, era como que la niña que recién llegaba al colegio y no socializaba con nadie y yo la introducía y después ella se iba con otra persona y yo era re fome porque no iba a carretear, no tomaba copete, empecé a fumar en 4 medio y no era mucho, entonces como que no encajaba con ellos, de hecho, mi mamá me obligaba a ir a las fiestas y que no tenía que volver antes de las 10 de la noche y yo a las 8 ya no quería más, trataba de evadirlo, una vez mi mama hizo un carrete para mi cumpleaños, era una sorpresa y con ayuda del profe fueron todos mis compañeros, pero era como que era la fiesta de ellos, la pasaban bien todos, pero yo como "que están haciendo en mi casa." -Carolina, 42 años.

"me cansaba los gritos de las niñas y decía que para que iba a estar cerca de alguien a quien le iba a decir que me molestaba sus gritos, que era hueca, no iba a ser una buena compañía, entonces me iba a la biblioteca, conversaba con los profes, fuera del colegio tenía oras amistades, no amistades, pero gente con la que conversaba cosas mas de grande, a mi me interesaba hablar de extraterrestres, de filosofía" -Carolina, 42 años.

"desde más pequeña, más chica, me costaba hacer vínculos de mis pares, hablar con mis compañeros, estaba sola siempre, en los recreos estaba sola" -Elena, 24 años.

"mi infancia fue genial, jugaba por todos lados, saltaba, corría, pero en lo social más o menos porque no me relacionaba con nadie." -Elena, 24 años.

### **"¿Y cómo fue la época en la que entraste a la adolescencia?"**

iUff terrible!, terrible, me preguntaba el porqué de un montón de cosas, también me costaba un poco, digamos socializar, pero lo hacía, estaba sola en la etapa escolar, estaba sola también en los recreos, ¿viste?" -Elena, 24 años.

"yo quería estar sola." -Elena, 24 años.

"me preguntaba un montón de cosas, como: ¿para qué estoy acá? ¿para qué estoy viva?, cosas tipo existencialistas." -Elena, 24 años.

"yo creo que me sentía más inteligente que mis compañeros porque para mí me parecían medios tontos, yo no sé porqué no sabían tal cosa si yo me la sabía, cómo que eso se fue descubriendo." -Elena, 24 años.

"habían situaciones, por ejemplo en el colegio, donde era así como "yo aquí como que no encajo, como que todos están felices con amigos y yo aquí sola y retraída" (...) y también hubieron situaciones donde eso pasó la cuenta y uno dejó de ir al colegio también" -Aurora, 17 años.

"yo tenía como hartos amigos, como 10 amigos pongámosle y era muy sociable, no extremadamente sociable, pero era como una persona común y corriente, pero allí como a las 14 años pasé a tener como dos amigos con mucho esfuerzo, como que fue un cambio muy grande en la relación social, de ahí como que se empezó a notar como ya en grande que aquí pasaba algo" -Aurora, 17 años.

"en general todo estaba bien, pero una como persona a veces como que se pregunta "yo estoy aquí, pero en verdad no estoy aquí" y como "estoy con el curso, pero no me siento parte del curso" o de este ambiente social como que estás, pero no estás" -Aurora, 17 años.

"tú estás sola y yo estoy sola, pero también queremos estar como acompañados, entonces acompañémonos entre nosotras dos, seamos amigas" -Aurora, 17 años.

"cuando era más pequeña, bueno ahí es cuando digamos no estaba como en un buen periodo de mi vida, me enfermaba cada 20 días, pasaba 20 días enferma, me recuperaba 10 y me volvía a enfermar y así pasé como un año más o menos en el colegio y claro fue porque en verdad la situación social, colegio cualquier cosa todo lo grande y lo pequeño me afectaba, como que no podía estar bien yo sola, ni con mis papás, ni con nadie." -Aurora, 17 años.

"me descuidaban 5 segundos y yo me estaba mandando un cagazo, no es que no fuera inquieta, yo era como el bebé que se mandaba cagas, o sea desaparecía y me estaba mandando un cagazo, daba vuelta el cloro, el detergente, una vez le desarme la guitarra a mi tío y le saque las cuerdas." -Claudia, 27 años.

"Me saque los pañales a los 6 meses" -Claudia, 27 años.

"el problema es que yo tampoco hablaba, recién empecé a hablar aproximadamente a los 6 años (...) a mi mama igual le daba miedo que yo disertara, porque como no hablaba y no decía nada. Pero claro, cuando diserté por primera vez se llevó la sorpresa de que... (risas) de que si hablaba, de que no tenía problemas de habla, entonces ahí mi familia comprendió que yo hablo y digo palabras cuando yo quería en ese momento, no cuando me obligaban." -Claudia, 27 años.

"Me iban a adelantar de curso, iba a quedar en el mismo curso que mi hermana, pero no me adelantaron porque tenían que ver si yo era lo suficientemente madura para pasar a primero porque estaba en kínder y cuando llegó el momento de la entrevista, porque obviamente un niño de kínder o de primero habla... yo no, yo no hablaba, y la directora me empezó a conversar "Claudia cuéntame... cómo ha sido tu experiencia" y ese tipo de cosas y yo así callada. Y no dije nada y no me adelantaron de curso por eso." -Claudia, 27 años.

"como a los 6 años y en todo caso yo nunca tuve problemas para leer, yo leía seguidito..." -Claudia, 27 años.

"durante la media tampoco es que hubiese tenido malas notas, de hecho no tuve ningún rojo durante toda la media" -Claudia, 27 años.

"mi mamá me contó que yo tenía tiempo para hacer maldades porque no me mantenían ocupada, me daban una tarea y terminaba de las primeras, entonces tenía una hora en la que no hacía nada y en esa hora me ponía a hacer maldades." -Claudia, 27 años.

"que había un niño -yo tenía el pelo con más rulos que ahora, me salían desde el casco-me tocó el pelo y yo le pegué" -Claudia, 27 años.

"mi mamá me decía "le desarmaste la guitarra a tu tío Ricardo cuando tenías dos años" y yo así "qué niño chico a esa edad desarma un guitarra para sacarle las cuerdas" -Claudia, 27 años.

"desde niña tenía amigos imaginarios, jugaba sola, tenía mi propio mundo" -Catalina, 44 años.

"Jugaba, imaginaba y con el tiempo esa imaginación se empezó a transformar, fue como raro porque como que esa imaginación la empecé perder y empecé a ser súper estructurada" -Catalina, 44 años.

"nunca encaje con mis compañeras, la etapa de adolescencia fue horrible." -Catalina, 44 años.

"la etapa escolar para mí no es algo que yo recuerde con agrado" -Catalina, 44 años.

"En el colegio me pasaba mucho, ponte tú, me sacaban a la pizarra y yo quedaba en blanco, entonces la profesora empezaba "si no terminas la tarea no sales a recreo". (...) Entonces yo quedaba en blanco, mas nerviosa me quedaba empezaba a escuchar los ruidos de mi compañero y yo lo único que quería era taparme los oídos y decir por favor ya cállense porque escuchaba como todos gritando, el profesor por otro lado apurándome, afuera la campana, entonces eran muchos estímulos al mismo tiempo y yo ya no hallaba que hacer y me quedaba paralizada, al final siempre tenía que llegar a

alguien "como a rescatarme" y me sacaban de ahí, pero fue una época poco agradable en mí." -Catalina, 44 años.

"en la niñez no fue tan marcado porque igual tenía una o dos amigas que eran bien tranquilas entonces con ellas me lleva bien, compartía con ellas" -Catalina, 44 años.

"en la adolescencia en mi curso estaba muy marcado como les digo yo "las barbies" y las que eran muy estudiosas, entonces yo estaba al medio, entonces no encajaba por ningún lado porque me costaba estudiar" -Catalina, 44 años.

"con las chicas no me identificaba (...) yo soy como más chica, como mentalmente o psicológicamente, porque ellas estaban en una edad donde pensaban en el pololo, que salir, el carrete y yo seguía pensando en muñecas por así decirlo" -Catalina, 44 años.

"pero armar un grupo de trabajo me costaba mucho por lo mismo" -Catalina, 44 años.

"y hasta que ya salí del colegio, me costó, pero terminé." -Catalina, 44 años.

"igual fue charcha po'... es que de nuevo: no tenía ni idea de donde estaba parada. Estaba sola... no tenía amigas, solo pololos." -Alison, 36 años.

"lo normal era tener tu grupo de amigas pero nunca enganché con ninguna! tenía amigas, claro, socializaba... pero no esa cuestión que alomejor tu haces con tus amigas "juntémonos amiga, tomémonos unas chelas"... nunca. No era considerada en los grupos." -Alison, 36 años.

"yo creo que todo ese proceso de autoconocimiento, sobre todo sexual hasta grande fue como medio confuso." -Alison, 36 años.

"yo recordaba y pensaba en mi infancia, en mi niñez, en por qué no lo notaron po... pero habían signos: no quería ir al colegio, no me gustaba ir al jardín... inventaba las medias historias para que me fueran a buscar, aparte de que no toleraba el uniforme, me cargaba la camisa, me picaba; y no me gustaba ir al colegio, no me gustaba, no me gustaba, lo único que me gustaba, ponte tú cuando iba en primero básico era teatro, música y arte: me encantaba, yo pedía para mis cumpleaños, para todos mis cumpleaños pedía lo mismo: lápices, témperas, pinturas, plastilinas." -Alison, 36 años.

"yo no quería ir al colegio en primero básico, no quería ir al colegio, no me gustaba el colegio, cachai?" -Alison, 36 años.

"mi transición por el colegio no fue muy buena (risa), fue un poco inestable, bastante inestable..." -Ana, 18 años.

"en octavo básico ya me di cuenta que no era... como que el colegio no era lo que a mí me gustaba, como que iba porque tenía que ir nomás y lo pasé super mal" -Ana, 18 años.

"cuarto medio lo tomé a la mitad por así decirlo porque estuve medio semestre presencial y medio semestre en mi casa... (risas) Porque... porque no me daba, no me sentía cómoda... me molestaban los espacios y como que me sentía súper agobiada" -Ana, 18 años.

"tuve un segundo medio bastante... complicado" -Ana, 18 años.

"mis profesores por lo general como que siempre me retaban porque en clase yo hacía las tareas, terminada y me ponía a hacer manualidades... hacía sopas de letras, era un desastre en el colegio (risas). Y me llamaban al apoderado y le decían "pero si tu hija, onda es todo el día, yo voy a empezar la clase y ella está sacando el papel ilustre, las tijeras, que el pegamento... Y yo era así, siempre me retaron por eso, y nunca lo tomaron como una posibilidad de que yo era distinta, como "no, ella no quiere pescar mis clases porque no sé, le caigo mal" y era como "no me cae mal, no tengo ningún problema, hago todas mis clases, hago todas mis tareas pero, pero así soy yo, eso lo que a mí me gusta" como que me nace y es como "vamos a hacer algo" y es como la inspiración del momento." -Ana, 18 años.

"siempre fui distinta, a mis amigas como que les gustaba y era como "ay mira a ese niño, jiji" y yo como que seguía con los papeles, los tazos, los gogos, y yo estaba como muy metida en mi mundo" -Ana, 18 años.

"una amiga tenía una polly pocket que es una muñequita chiquita y yo le hacía como toda una ciudad de papel, su casa, el estacionamiento y todo, viendo que hacía con mi vida, pero lo pasé bien, como primero y segundo básico." -Ana, 18 años.

"siempre me quedaba sentada en la puerta de la sala, al recreo me quedaba sentada en la puerta de la sala esperando a que tocaran e irme" -Ana, 18 años.

"yo creo que eso también me ha jugado en contra con el tema de la decisión de carrera porque yo no me siento lista de poder ser capaz de terminar una carrera, porque tuve pésima experiencia en el colegio y no voy a poder lograrlo, onda como que me siento súper incapaz y muy temerosa de meterme al mundo de estudiar." -Ana, 18 años.

"cuando chica estaba super light, no me importaba nada y mi mayor preocupación era que no me molestaran en el colegio y que me dejaran tranquila, pero tampoco me gustaba quedarme sola" -Ana, 18 años.

"tengo hasta mis libretas de la básica del año 99 para atrás, la mayoría donde decía "es promovida a tal curso y abajo decía observación: debe compartir más con sus

compañeros" por lo menos cuatro de mis libretas decían lo mismo, porque yo no compartía con ellos, no jugaba, no era de este juego simbólico o era más introvertida" -Victoria, 35 años.

"tenía problemas de lenguaje, pero de comprensión de los textos, de hecho odio los cuentacuentos, no me gusta." -Victoria, 35 años.

"la infancia fue bien introvertida porque no me quejaba de nada, no era llorona, era callada y no me gustaban los abrazos, entonces para mi familia hasta ahora después del diagnóstico como que entendieron más" -Victoria, 35 años.

"no tenía este tipo de necesidades como de sobresalir, por el contrario como que trataba de pasar desapercibida, siempre andaba en los grupos más callados" -Victoria, 35 años.

"siempre hacía las tareas sola, no me gusta así como "ya júntense 3" y yo como "profe la puedo hacer sola" o si me obligaban a permanecer en grupo yo hacía los trabajos, era como no se preocupen que yo lo hago aunque no nos juntáramos, nunca estuve en un grupo así." -Victoria, 35 años.

"pasaba desapercibida, era la sombra de todo, trataba de llevar lo menos atención posible porque no me gustaba la atención." -Victoria, 35 años.

"Yo tuve un amigo imaginario hasta los 6 años" -Victoria, 35 años.

"de niña, de joven, en la universidad fue una tortura pero sobreviví" -Becca, 37 años.

"yo era muy aislada, tenía una sola amiga, era muy literal" -Becca, 37 años.

"me tomé una amiga en la escuela. Entonces era como que cuando me decían antisocial y desagradable... yo ponía, "tengo una amiga, esta es mi amiga." -Becca, 37 años.

"También iba muy a menudo a ser llamada por la psicóloga de la escuela por inadaptada, por respuestas fuera de lugar, por conducta fuera de lugar" -Becca, 37 años.

"Así pasé la adolescencia, pero después vinieron los novios, todas esas cosas de las chicas, lo que hacen las chicas y lo que yo quería hacer y lo que ellas no, no querían hacer, yo no quería hacer y el tema de los grupos... lo pasé muy mal." -Becca, 37 años.

"la viví muy dura." -Becca, 37 años.

"la gente tiene una idea, porque vengo de una familia medianamente acomodada estuve en colegios privados" -Becca, 37 años.

"siempre fui muy inteligente o más inteligente que el promedio porque aprendí a leer muy muy chica, sola." -Becca, 37 años.

"demostre mucha inteligencia de chiquita. Mi mamá era maestra y yo tenía muy buenas notas, tenía muy poca habilidad con las manos pero al principio no. O sea yo sé que mi hijo tuvo esta misma, esta... mi hijo cuando era chiquito también tuvo problemas motores en la escritura, un montón de cosas y supongo que yo también los tuve porque yo recuerdo a mi mamá poniéndome a amasar, poniéndome a pintar. O sea me hacía muchos ejercicios de manos." -Becca, 37 años.

"ellas me hacían el feo y era todo muy feo, entonces pues no quería ir a las reuniones familiares me encerraba en la pieza, era horrible, prefería estar subida a los árboles (ríe)... subía todos mis juguetes y subía a los árboles o me encerraba en la penumbra. O sea ponía la cortina en mi dormitorio para que no sepan que estaba o apagaba las luces y jugado en la penumbra y yo hasta que venía alguien me descubrían y me decían "vaya allá afuera a jugar con los niños", entonces como que yo iba a regañadientes..." -Becca, 37 años.

"no fue una infancia muy feliz." -Becca, 37 años.

"la adolescencia la pasé mal también por los mismos motivos." -Becca, 37 años.

"ellas ya estaban con el tema del contacto físico con los muchachos... yo intenté hacerlo pero me iba mal. Tenía mucha rigidez al respecto, para mí era absurdo, ellas lo hacían igual, me obligaban... yo era muy rígida y no se... entonces yo pasaba a ser la creída, la despreciativa" -Becca, 37 años.

"Ahí si llegue a tener dos amigas... (...) eso sí ya estaba más madura (...) Entonces si yo ya era capaz de explicar que no me gustaba y ellas eran muy respetuosas, en el sentido de que si yo no lo hacía, bueno ellas no lo hacían y eran como más abiertas" -Becca, 37 años.

"no tuve una infancia tranquila, ni adolescencia tranquila." -Becca, 37 años.

"yo no tenía filtro para responder y me costó mucho, que mi mamá me tuvo que enseñar a tener paciencia cuando los demás no entendían lo que yo estaba hablando o planteando, yo los miraba con cara y "¿que comen, pastean porque no lo entienden?" y mi mamá me hablaba y me decía "mi hija, ellos no leen lo que has leído, tampoco conocen lo que tu conoces, tienes que tenerles paciencia y explicarles lo que sabes para que te puedan entender". Mi primera reacción era ser pedante, pero en realidad era porque yo asumía que todo lo que yo sabía... por qué ellos no lo sabrían y eso me gano mucho bullying" -Becca, 37 años.

"resulta que varios de mis compañeros de grado habían sido también... estaban enamorados de mí cuando eso yo no lo registraba. Entonces los chistes empezaron por ahí, que ellos trataban de hablarme y que yo hablaba raro, elevado e indescriptible, que

ellos solamente me miraban y que yo les miraba con cara de... son cosas así, que yo no recordaba." -Becca, 37 años.

"las costumbres femeninas no las entendía, nunca fui de las... mis amigas se sentaban a escuchar música romántica, se ponían a suspirar por el fulano y yo no entendía..." -Becca, 37 años.

"me mandaron al psicólogo de chica porque tenía muchas dificultades en el colegio, tenía promedio 7 hasta octavo básico, nunca estudié, no iba al colegio casi nunca, me cargaba, pero tenía muchas dificultades para seguir instrucciones, atarme a las reglas, ir con uniforme, cosas super básicas y, por ejemplo, mi psicólogo me decía "¿que sientes tú que es la tristeza?" una pregunta super bizarra.

Una pregunta bizarra, muy extraña, entonces yo decía "bueno el otro día yo pensaba, vi una película y la persona se puso triste porque falleció el perro, no, la tristeza es como cuando uno se siente que fallece alguien importante", entonces mi psicólogo check lo dijo bien y yo no tenía ni idea de lo que estaba respondiendo" -Lisa, 33 años.

"yo tenía dificultades severas para hacer las tareas o para hacer cosas como académicas en el colegio, pero tenía promedio 7, pero el colegio a mí no me descontaban si no hacía una tarea y en la universidad si, en la universidad tenía promedio 3, 2 o 4 pasaba así los ramos, pero en los trabajos tenía 7, era en las pruebas mi problema. (...) Las selecciones múltiples, yo no puedo responder selección múltiple, no sé cómo se responde, no me hace sentido, salvo que tenga como la respuesta muy de memoria" -Lisa, 33 años.

"eran ramos complejos, psicología social es compleja, sociología, antropología, no las entiendo, entonces era muy complejo y teníamos también un ramo que era el equivalente como de un magíster de filosofía que lo comprimieron en dos semestres que era como el ramo colador de la carrera y ahí, por ejemplo, iba a la oficina de mi ex psicólogo que me había visto en el colegio, él trabajaba en una universidad cercana y yo iba y él me leía los textos en voz alta y me ayudaba a hacer como el resumen y entender de qué se trataba y yo salía de ahí directo al quiz y después de eso materia estudiada, materia olvidada porque nunca lo entendí." -Lisa, 33 años.

"Además de eso justo tuve la suerte de que empezaron como con unas evaluaciones edumétricas que son evaluaciones donde la nota final no es la primera que obtienes, sino que una vez que tu trabajas nuevamente sobre lo tuyo y sigues avanzando y tienes hasta 3 oportunidades para entregar tus trabajos, tus pruebas incluso y puedes optar a subir tus notas con ciertos topes dependiendo cuántas veces se han revisado, entonces yo cuando me llegaba la prueba de vuelta yo decía fallaba en esto, esto y esto otro, a mi

recién me había sentido lo que tenía que responder, antes de eso yo no sabía lo que el otro quería escuchar.” -Lisa, 33 años.

“Fue bizarra, para mí yo creo que lo difícil fue la adolescencia porque ahí era como que mucha la presión para adaptarse al mundo y yo no soy adaptable y no soy sugestionable, yo no soy manipulable a mí alguien me trata de mentir y para mí es como “hmm no tiene sentido, esto es extraño, lo decidiré otro día”, entonces no me podí manipular porque yo lo dejo para después” -Lisa, 33 años.

“nos dimos cuenta porque... por la forma en que jugaba, todo en línea, formada sus autitos, los juguetes o cuando le hablábamos no hacía caso...” -Camila, 30 años

“Ella siempre ha recibido como... no críticas, sino que... llamadas de atención, en el colegio, en los jardines... que no ponía atención, que vivía como “en una burbuja” me decían que ella estaba en su mundo, por ejemplo en el jardín me decía la tía, la educadora, que estaban todos los niños sentados haciendo actividades y ella no, ella andaba mirando el cielo... las hojas, entonces era como que estaba en su mundo...” -Camila, 30 años

“me dicen que yo jugaba así, era como siempre solita, siempre sola y que formaba como todo en línea, todo en fila los juguetes, los peluches, y podía estar todo el día jugando sola y hablaba muy poco, era muy literal.” -Camila, 30 años

“mis papás como que sabían que era distinta en esta parte de que yo aprendía muy rápido. No, todo súper rápido y como soy visual, es todo en imágenes aquí en mi cerebro, no?. Entonces como que ellos sospecharon en algún momento que yo podía ser superdotada, eso era como lo es que pensaban “es que es muy inteligente” ” -Cecilia, 38 años.

“yo no estudiaba, yo con lo que escuchaba en clases hacía las tareas, tenía super buenas notas (...) yo no estudiaba y me sacaba super buenas notas. (...) yo veía el ejercicio y me acordaba de lo que me había dicho el profesor, entonces yo hacía todas las cosas, pero si tú me preguntas qué estaba haciendo, que me pidieron... no tenía idea.” -Juana, 40 años.

“por ejemplo en séptimo grado, que es cuando ya estás por pasar a la secundaria, ahí las nenas iban todas arregladas, depiladas. Yo iba con pelos en las piernas, despeinada, desprolija, porque de verdad los autistas no entendemos para qué rayos sirve todo eso.” -Maria, 34 años.

"y yo era muy aferrada a las reglas, si decían "no pueden salir de clase" y todos salían porque no los veían. Después venía la profesora y decía "¿quién salió de clase?" y yo decía "ella y ella..." claro no me quería nadie, y yo no me daba cuenta porque no me querían, si yo contestaba lo que correspondía." -Maria, 34 años.

"aprendí a leer temprano, a temprana edad, aprendí inglés a temprana edad" -Elena, 24 años.

### a) **Bullying y aislamiento**

"ellos me hacían burla." -Camila, 30 años

"yo recién cuando salí del colegio empecé como a analizar ciertas actitudes, (...) Y claro, ahí me di cuenta de que efectivamente algunas bromas no eran tan bromas sino que eran comentarios super ofensivos" -Camila, 30 años

"Pasamos por dos primarias particulares y... muy feo... nos trataron muy feo, nos discriminaron... que a fuerzas querían un diagnóstico..." -Cecilia, 38 años.

"nos trataban super mal, no?" -Cecilia, 38 años.

"para mí fueron muchos problemas, fue mucho sufrimiento para mi hijo, o sea, bullying, no aprender nada... ir y que no aprendiera nada."

"en la prepa no, otra vez empezó el bullying, por vestirme diferente, por ser diferente, por pensar diferente... o sea, otra vez." -Cecilia, 38 años.

"en sexto de primaria nadie me hablaba, yo me la pasaba dando vueltas en los recreos porque nadie hablaba, ya nadie me quería hablar, obviamente si me saludaban, pero ya yo no formaba parte de ningún grupo, de nada." -Cecilia, 38 años.

**"te aislaban de cierta manera.** Si, y yo no entendí, en ese momento no lo entendí." -Cecilia, 38 años.

"ahora lo entiendo, no? ahora digo "claro, si jamás hablaba de qué sabe qué", que no es divertido para ellos, no? mi presencia". -Cecilia, 38 años.

"mi infancia fue muy aislada, sufría mucho lo que es el bullying, precisamente creo que las personas que tenemos esto sufrimos mucho eso, porque somos "el raro, la rara, la que no se adapta, la que no habla".

"todo el mundo pensaba que me podía hacer cosas" -Francisca, 33 años.

"Sí mucho, porque era como un cúmulo de cosas, era la niña rara que se sentaba siempre sola, y que comía sola y siempre se la pasaba leyendo libros y además tenía lentes y además era muy flaca, muy muy flaca, entonces por cualquier cosa, estando en el salón me molestaban, estando afuera en el receso me molestaban, mis propios primos y todo, me hacían a un lado y me molestaban, entonces si hubieron muchos momentos en los que me sentía muy mal, pero me acuerdo que eso me hacía preguntarme "Bueno y ¿qué voy a hacer para me dejen de molestar?", entonces me volví pelionera, me volteaba contra los niños y niñas que me estaban molestando y los empujaba"  
-Francisca, 33 años.

"mi propia idea de defenderse no era ir a llorarle a los adultos, era hacer algo en el momento, entonces si, ellos me molestaban pero yo respondía y era algo que ellos no se esperaban" -Francisca, 33 años.

"si sufrí bullying no me di cuenta." -Patricia, 32 años.

"Fue una que otra vez que escuché cosas, pero estaba tan abrumada, tan encerrada en mí que pff... da igual." -Patricia, 32 años.

"a veces ella me decía algo y se notaba que ellas me hacían sentir mal, y para que yo no... O sea, ellas venían y te decían cosas que te hacían sentir mal, y después: "ah toma, te compre esto". O te regalan lo otro, pero como yo tengo... como que son personas que supuestamente son tus asesores, de tesis, de esto y todo, son personas de autoridad, lo que estas personas te digan es porque es para tu bien, pero pues igual tú no tienes pendiente de que hay cosas como que te ayudan, pero realmente no es así, y pues en ese momento yo no coordinaba." -Patricia, 32 años.

"quiero pensar que no es que quisieran... quiero pensar positivamente, quiero pensar que quizás no quisieron aprovecharse o manipularme así maliciosamente, solo que ella quizás en su forma de ayudarme, trataron o manejaron las cosas así" -Patricia, 32 años.

"tampoco sentía que esas palabras que me habían dicho yo me las había ganado, entonces yo no sabía qué hacer, entonces llegó un momento que mi asesora, me dijo,

por una o por otra cosa, "no, pues si tú quieres hacer las cosas así, atente a las consecuencias". O sea, literalmente me amenazó, y yo me quedé "ah, muy bien, gracias", cerré la puerta y me fui, y no regresé." -Patricia, 32 años.

"sufrí mucho bullying, eh, se burlaban mucho de mí, y caí en las trampas que me ponían, caí en ser el chiste de, (...) se rió todo el curso, fue un chiste que duro mucho, como que siempre después tiraban como cosas así y yo no lograba entender" -Julia, 45 años.

"siempre era porque me decían que era la tontita, que era como la rara" -Julia, 45 años.

"De eso se burlaban, se llegaban a burlar de eso, de que yo nunca cachaba nada." -Julia, 45 años.

"Todo el mundo se reía o me criticaban" -Maria, 34 años.

"Así que sí, el bullying ha estado presente siempre" -Maria, 34 años.

"Entonces más allá del bullying, más allá del que me hagan o me digan, era la segregación, la exclusión, yo ya no existía para ellos." -Maria, 34 años.

### **"¿En algún momento sufriste bullying o aislamiento?"**

Si, pero me gustaba estar sola, prefería eso, me gusta estar sola sobre todo cuando era más chica" -Barbara, 26 años.

"tener otra jefa que era muy narcisista que me empezó a hacer acoso, empezaron a aflorar todas las conductas autistas que tenía cuando era niña" -Carolina, 42 años.

"me trataban de hacer bullying y me trataban de mentirosa y me sigue pasando" -Carolina, 42 años.

"me hicieron bullying; una compañera de mi escuela en ese entonces me había hecho bullying, y bueno, para lidiar con esto, me enviaron a una psicóloga" -Elena, 24 años.

"bullying nada más dos veces, uno con una profesora de educación física y otro por una compañera, y después nada más" -Elena, 24 años.

"a veces en la primaria a mí me hacían el chiste" -Elena, 24 años.

"Pero me lo ocultaban, me lo ocultaban, sabían que me molestaba, me molestaba, ipero igual lo hacían!, estaba tipo: "ipara!, no lo hagas más" -Elena, 24 años.

"yo encuentro que fue beneficioso haber ido a un liceo de mujeres, porque ahí pude desarrollar mejor mi personalidad entre comillas, como que mejore mi personalidad pero sociabilizar no mucho" -Claudia, 27 años.

"Yo sufrí bullying más pequeña, por el peso ya que estaba gordita." -Claudia, 27 años.

**"En algún momento sentiste que te dejaban de lado, que te aislaban?"**

Sí, era normal. De hecho hasta el día de hoy es normal eso, y me pregunto por qué pasa, y siempre me he preguntado lo mismo, no sé si será que a la gente no le gusta estar conmigo, o yo soy de cierta forma que no les gusta..." -Claudia, 27 años.

"sufrí una situación súper penca, hubo un carrete al que yo fui, fueron puros hombres, lo pasamos súper bien y todo y después la semana siguiente una de las chiquillas estuvo de cumpleaños, y yo ni me enteré, me metí al grupo que teníamos todos juntos en el trabajo y me habían eliminado, yo me sentí super mal." -Claudia, 27 años.

"lo terrible era que yo llegaba a la oficina y ellos me miraban y me pelaban (porque me daba cuenta, yo no soy tonta)" -Claudia, 27 años.

"si era una forma de bullying en el que de repente se reían y me decían autista, porque te molestaban con eso, era como un insulto." -Catalina, 44 años.

"más encima tolerar a las viejas culias -disculpa la expresión-, las mamás de las compañeras de mi hija, uf que me hicieron la vida imposible esas mujeres..." -Alison, 36 años.

"yo creo que más chica que 13 años, yo creo que de hecho, de los recuerdos que tengo fue como de tercero/cuarto básico hasta como segundo medio... no, hasta más grande... Me ofrecían combos porque si, así como que "te voy a pegar a la salida" "¿por qué?" "porque tu dijiste..." no sé, cualquier cosa.

**Pero tú no entendías...**

No po', no cachaba, onda cagá de miedo no más. No cachaba, me echaban la foca... las minas después cuando era más grande ponte tu, no se po, hacían una revista del colegio, de los cahuines y me metían a mi, y yo estaba como "qué onda" no cachaba, no entendía nada." -Alison, 36 años.

"me eligieron presidenta, o sea, no me eligieron así como Alison presidenta del curso, sino que la profe me tiró a la balanza y dijo "¿usted puede? porque nadie quiere" "ya -dije yo-, pero que me ayuden", me hicieron la vida imposible, entonces ya era como

terrible ir a todas las reuniones de apoderado, una tipa me humillo por WhatsApp me dijo como que poco menos me había robado una plata y que después la devolví a fin de mes, onda ella no tenía idea realmente porque no había devuelto la plata, así cachai.”  
-Alison, 36 años.

“Cuando chica me hicieron harto bullying (...) me dejaban sola, no me pescaban, no me hablaban, me decían que era fea y era como “¿qué te hice para que me digas eso?””  
-Ana, 18 años.

“Siempre me escondía en el deporte en ese sentido” -Ana, 18 años.

“yo igual cuando era más chica era muy flaquita, tenía las piernas largas, mido 1,72 entonces como que me pegue un estirón cuando era más chica y era como muy alta en comparación a algunos y me decían el caballo porque tenían los dientes para adelante, por culpa de eso en sexto básico me puse frenillos y estuve tres años con frenillos y siempre fue un show la verdad, siempre se dijeron cosas a mi espalda, “es que su hermana es más linda, ¿por qué ella no es tan linda como la hermana?”, con mi hermana somos casi idénticas y es como ¿qué pasa?, pero también me molestaban porque donde soy alta, soy grande, tengo las manos grandes y también tengo el pie grande obvio, entonces me decían “mira la media mano, te va a pegar” o “pie grande” y cosas así , en verdad lo pasé pésimo” -Ana, 18 años.

“No, no entendía y me sentía pésimo po, me sentía súper mal y era como yo no les he hecho nada y me molestaban, me dejan sola, me daba mucha pena, hasta el día de hoy me da pena no tener amigos porque yo te puedo decir que a mis 18 años yo tengo 1 amiga y 0 conocidos, ha sido una vida bastante solitaria la verdad, de hecho me paso algo como super F, para mi cumpleaños número 17 invité como a 20 personas y no vino nadie, solo mi pololo de ese entonces.” -Ana, 18 años.

“fue como ya chao, los odio a todos y me encerré en una burbuja y ahí no quise hacer nada más nunca más” -Ana, 18 años.

“las burlas como estándar no por ser rara, sino por las gafas que era cuatro ojos, pero trataba de pasar desapercibida” -Victoria, 35 años.

“para lo que trabajo, lo que pasa es que yo sufrí antes del diagnóstico y sufrí muchas más molestias por algunos profesionales, como que tenían un poco de celos, no sé, me decían que eran celos profesionales por tener la habilidad de y yo cuestionaba todo”  
-Victoria, 35 años.

"me empezaron a atacar diciéndome que yo era antisocial y que no tenía amigos"  
-Becca, 37 años.

"Bullying directamente lo sentí sí, y pues así no solamente lo sentí, lo hicieron porque era muy distinta a las niñas de mi escuela, de mis grados... no me entendían entonces me aislaban en la escuela y las primas en la familia." -Becca, 37 años.

"yo le hacía bullying al resto. (...) Si, porque tenía compañeros que eran súper pesados con otros chicos, yo me fui en bus escolar hasta 4º año, y resulta que como no los dejaban tranquilos, yo los amenazaba a esa gente para que los dejaran de molestar y a mi me conocían justamente porque yo iba a conversar contigo super piola, me decí que sí "perfecto, bacán, gracias por dejar de molestar a mi amigo o conocido", si no lo dejaban de molestar y yo ya no conversaba contigo, te tocaba el hombro y te pegaba."  
-Lisa, 33 años.

## 9. Diferencias vs personas neurotípicas

"Si porque los demás hacen sus cosas, y tienen problemas, y tienen estrés y todo, pero no se tienen que estar preguntando quienes son, porque siento esto, qué sigue, o cosas así. Lo que ya está para ellos así marcado, yo lo tengo que construir... no sé cómo puedo decirlo... creo que así... sí estoy sintiendo algo y me siento rara, "¿y qué sientes?", "no sé, me siento rara" y tengo que analizar que hice ayer y hoy, quizás estoy estresada y tengo que hacer algo, pinto, escucho música, no sé... es como que nosotros estamos en manual y los neurotípicos en automático, nosotros tenemos que estar mirando, adaptando, modificando todo el tiempo porque cambia, ellos están en automático y además se actualizan constantemente solitos. Nosotros somos la versión de celular que tienes que estar metiendo los comandos y además actualizando manualmente..."  
-Patricia, 32 años.

"No tengo energía para estar gastando en personas que no me aportan ni me interesan o que no hay reciprocidad, yo tengo que ser pragmática y económica, voy a gastar energía en mis amigos y familia que me están respondiendo, voy a involucrarme a aportar en las personas que: "¿cómo estás hoy?, ¿qué hiciste?", en los demás no le veo sentido porque no hay, pero en las personas neurotípicas es lo usual gastar energía en todo." -Patricia, 32 años.

"De eso viven, o sea siento que los neurotípicos son como los americanos, tienen tanto dinero que lo gastan en pendejadas. Yo no tengo eso, tengo que economizar. De hecho, hasta yo tengo páginas específicas de memes, no todos los memes me dan gracia ni me llaman la atención, no todos los programas me entretienen ni me dan gracia, son estúpidos. Simplemente hay cosas que no me van. Dicen: "ay, es que ustedes son muy pedantes", no es que seamos pedantes es que somos más sinceros, no usamos energía en estar adornando o enmascarando las cosas." -Patricia, 32 años.

"Para que avances en socializar, tienes que estar basada en la socialización, y la observo mucho en mis hermanitos, porque mi hermanito ahorita tiene un trabajo con sus conexiones con sus amigos y todo, está haciendo sus empalmes para su producto, o mi hermanita para conseguir trabajo da clases de esto y lo otro, por su amigo, por su licenciatura, por su carrera está consiguiendo conexiones y yo como... cri cri cri... o sea, todas las cosas las tengo que conseguir desde cero porque no tengo esas conexiones, no tengo la facilidad para hacerlo, muchas de mis amistades son de mis hermanitos, no las tengo por mi propia, las únicas son de la universidad, que las hice en la universidad por el pretexto de que convivíamos en el mismo lugar y a fuerza tuvimos que hacer equipo, porque si yo hubiese trabajado sola quizás tampoco hubiese hecho amistades." -Patricia, 32 años.

"hay una tendencia a normalizarnos, cosa que no es correcta y nosotros primero que nada por lo menos los autistas que tenemos funcionalidad en términos técnicos, no creemos ser normales, porque nuestra normalidad es esta, no existe una normalidad distinta. Es más, como el neurotípico nos ve a nosotros raros, nosotros a ustedes los vemos más raros aún. Porque la falta de frontalidad, la hipocresía, la mentira, el lenguaje siempre con doble sentido, las vueltas que tienen como entenderles los gestos o situaciones no muy directas, nosotros los vemos a ustedes, pensamos que ustedes son unos extraterrestres." -Maria, 34 años.

"y te puedo asegurar que yo aguanto un berrinche de un niño autista que está saturadísimo de tanto que grita, que de un neurotípico. Y es algo como una conexión química. En cambio el neurotípico, a veces no se aguantan ni a sí mismos." -Maria, 34 años.

"Es que el neurotípico no te dice, porque sería más sencillo que me digan "Maria haces mal esto" y yo ahí lo entiendo" -Maria, 34 años.

"Porque el neurotípico mata y muere por amor, hace muchas cosas por las emociones y nosotros tenemos muchas emociones pero las pensamos mucho más, vemos las

consecuencias porque nos anticipamos a todo. Es muy raro que un autista actúe de manera imprevista sin pensarlo, sin calcularlo" -Maria, 34 años.

"nuestro cerebro es distinto, estamos hablando totalmente de que venimos de otro planeta o sea que estamos conviviendo con dos generaciones de una evolución, quizás, no lo sé. Pero somos un cerebro distinto, no es casual que tenemos tanta sensibilidad con nuestros sentidos. Cuando el ser humano primitivo se maneja más por el olfato, nosotros tenemos nuestros sentidos muy sensibles" -Maria, 34 años.

"Hay gente que no le gusta que yo haga la comparación pero veo muchas cuestiones que se hacen demasiado problema en cosas que sí hay soluciones y se ciegan por lo emocional, y a nosotros eso no nos perjudica tanto. Nosotros vivimos de manera horizontal, no tenemos la verticalidad del neurotípico de respetar las jerarquías, es como que de niños que nos dicen que a los adultos se les respeta, que a los papás no se les contradice, que a los maestros hay que escucharlos. El autista vive de manera horizontal, para nosotros somos todos iguales y por eso también chocamos de soberbios o de pedantes." -Maria, 34 años.

"A mi hijo le han querido enseñar religión y le dijeron que había que amar a Dios por sobre todas las cosas, y él se levantó y dijo que porqué tenía que amarlo por sobre todas las cosas, "si yo amo a mi mamá por sobre todas las cosas".

Me llamó la profesora, y yo le dije que era lógico, porque para su lógica incluso yo soy su Dios, me ve como su referente y soy su mamá. El cuestionaba todo lo de la Iglesia y ya no sabía cómo contestarle a la maestra.

Porque él no te entiende una metáfora y la iglesia es pura metáfora, encima criticaba todo, y cuando había que tomar la ostia porque era el cuerpo de Dios, él decía "como me voy a comer a dios" y tengo que explicarle que el neurotípico es tan rebuscado que a todo le pone una metáfora o un doble sentido y nosotros tenemos que convivir con eso, no hay de otra." -Maria, 34 años.

"lamentablemente la gente neurotípica lo único que le motiva es la plata, yo no he visto que les motive otra cosa realmente y allá no hacen las cosas porque es lindo hacerlo o por los niños, no, aunque lo digan, no es así, eso es algo que yo me he fijado desde que nació." -Carolina, 42 años.

"los neurotípicos, son entorpecedores emocionales eso de que sienten de que uno los denigra porque cuando yo digo que soy inteligente "ay me estas diciendo que soy tonta" no, te estoy diciendo que yo soy inteligente, no que tu seas tonta" -Carolina, 42 años.

"a gente neurotípica, es que a veces son molestos, que te obligan digamos, a ver a los ojos, que te obligan a hacer cosas que vos tipo no entendés, por ejemplo, en mi caso mirar a los ojos, saludar; tipo cuando vos sos chica y te dicen saluda al abuelo, saluda a tal, tal, y tal. ¿Qué pasa si no quiero?, o sea no es por ser mala gente, pero ¿qué pasa si no quiero saludar a tal a tal persona?, tal persona me cae bien, pero si no la saludo ¿Qué?, ¿Qué pasa? ¿el mundo se va a acabar por eso?, ¿todos vamos a morir? Pero ¿por qué tipo te obligaban?!, que la saludo cuando quiera, ¡punto!" -Elena, 24 años.

"¿por qué mienten? ¿No es más fácil decir la verdad?" -Elena, 24 años.

"Ese es el tema que me carga porque dentro del proceso no son honestos, no te dicen la verdad, la gente en sí finge, igual es como complicado vivir en este mundo que no es tan adaptado para nosotros porque las bromas pueden ser piolas, pero uno no entiende." -Claudia, 27 años.

"la gente dice "uh ¿por qué haces eso? te van a estafar" no me ha estafado nadie, porque uno no puede ser confiado en cierta manera, si me va a joder ¿quién va a salir más perjudicada yo o la persona? la persona, yo no, a mí no me afecta, es algo material lo recupero, yo creo que eso también le hace falta a los neurotípicos, andan siempre así como con la maldad, desconfiados" -Victoria, 35 años.

"las claves sociales no son inmediatamente aparentes po. Entonces la mayoría de la gente aprende a hacer ese tipo de contacto, no porque sea... "evolutivamente llegamos a esto y todos nos dimos cuenta de que era mejor", no necesariamente, sino, que tiene que ver con que uno aprende porque lo ve en el otro, porque lo ven en otro, entonces las personas que están dentro del espectro no están viendo el otro, están viendo un montón de cosas separadas que no logran hacer como un todo (...) Entonces no necesariamente se están fijando, "ah, él habla en que va en sincronía con la mirada, en sincronía del cómo muevo mi cuerpo, que va en sincronía si es que te estoy mirando o si te estoy tocando", sino que son cosas separadas.

Me pasa mucho con los niños más chicos que veo, tengo un adolescente que me encanta, que lo adoro, pero él cuando me habla como que de repente tiene sus chispazos en los que se acuerda que me tiene que mirar o se tiene que dar vuelta porque lo que los papás le dicen, entonces él le habla a la pared, le habla a la ventana, a los juguetes, se habla así mismo, se mira, se toca (...) Entonces eso pasa po, está completamente dessincronizado porque la forma natural no es la sincronía para la persona autista porque nunca lo han visto, realmente visto, observado profundamente. (...) para las personas autistas, no está el cerebro absorbiendo la información de esa manera, eso normalmente se absorben por pedazos, por detalles, no se unen todos y

una vez que tienen todos todos los detalles, pero, así como hasta el más mínimo detalle, la gente dice: "ahhhh esto era a lo que quería llegar", la mayoría de la gente parte desde aquí, esto es y se descompone en todo esto.

Entonces tú entiendes a dónde va todo, ¿cachai?, cómo formar el todo, pero la otra persona, autista, usualmente parte desde los detalles, entonces usualmente llegan hasta aquí, pero no tiene sentido, les falta toda esta parte de la pirámide, y dicen: "aaaah ya, voy a investigar", y se pasan a otro tema y que queda ahí po." -Lisa, 33 años.

"La socialización obligada, principalmente eso, es netamente de crianza y sociedad.

Es principalmente eso, porque en el colegio no se, a pesar de que hoy en día se ha luchado harto con el tema del género, del que no hay que ser discriminador, que uno no tiene que sentarse como señorita, etcétera, etcétera. Igual hay cosas que te obligan po, porque las niñitas son más así, que son más tímidas, que las niñitas son esto, que las niñitas juegan esto otro y de alguna forma siempre te están presionando, uno tiene que cumplir con ciertos roles, "vaya a preguntar al papá que qué quiere porque llegó triste, dele un abracito", y son cosas súper simples, así como no se po, de repente me pasa, incluso lo veo en sesión, está el hijo, está la hija, pero a la hija tiene que darle cómo algún tipo de valor sentimental a lo que se está haciendo.

No tenemos que esperar lo del varón, entonces, tampoco se desarrolla." -Lisa, 33 años.

## 10. Mensajes a los lectores

"es difícil darte cuenta de que no solo las mujeres, sino muchas personas que están en busca de eso aun no lo encuentran, me he dado cuenta de eso, quizás no lo encuentran, y me he dado cuenta porque he estado leyendo blogs, en hombres el diagnóstico no significa un gran cambio, y en la mujer es todo, lo es todo. El simple hecho de que se enteren 20, 30 o 40 años después, es un cambio porque tienen tiempo de vida para poder disfrutar otra vez su vida, su hijo, su pareja, su perro, o lo que sea que quieran disfrutar. Cuando me dijiste qué hubiese sido de ti si no tuvieras el diagnóstico, yo me pongo a pensar que antes no disfrutaba nada, no había eso, asique es importante, super mega importante, que a las mujeres no se les haga de atrás en el diagnóstico y que si se les oiga de verdad, por eso creo que tiene mucho poder los blogs de personas escritas en primera persona, porque las personas neurotípicas siempre quieren poner su idea y su opinión porque ellos saben más, para ellos, saben más. Y si, quizás tú puedas saber más así escrito porque lo estás viendo a tu lado, pero tú no sientes lo que yo siento todos los días, tu no pasas por todos los procesos que yo paso todos los días, es que los

sonidos a ti no te molestan, pero a muchas cosas que a nosotros no solo nos abruman, literalmente nos causan dolor, estás haciendo tus cosas o haciendo tu vida con dolor, y son niveles de dolor que no se pueden explicar porque no hay palabras en el vocabulario o no encontramos la forma para expresarlo porque nos cuesta expresarlo, pero entre nosotros nos entendemos, entonces como que esa cuestión es lo que creo que hace mucho ruido que las personas neurotípicas se creen con el poder que pueden hablar por nosotros. Para mí es muy importante este tipo de estudios y todo (...) Porque puede ser que sea, como dicen, es solo una tesis, no un artículo que se publique o algo así, pero va a ser una base para otras personas que van a seguir trabajando, y como son personas adultas que ya tuvieron el diagnóstico y ya trabajaron y estuvieron en el proceso, eso va a servir de background terriblemente -para bien-, para niñas o adolescentes que tengan las mismas incertidumbres, puedan leer o buscar referencias o puedan acercarse a alguien.” -Patricia, 32 años.

“esa cuestión de que la competencia, que las notas y todo, pucha que es penca po, y esto no tiene que ver con que uno tenga un diagnóstico o no, si no es reconocer al ser y eso es importante.” -Julia, 45 años.

“estamos pidiendo que exista inclusión o que no exista una diferencia, que seamos todos iguales” -Julia, 45 años.

“No pidamos diferencia, no busquemos que existan diferencias, porque nosotros mismos las estamos poniendo y al ponerlo nosotros no se lo ponemos nosotros para nuestros hijos, lo ponemos para todos” -Julia, 45 años.

“no queremos que hayan barreras, entonces no hay barreras para nadie, que todos necesitamos tener nuestra identidad, que necesitamos tener nuestro diagnóstico, si, es necesario, porque es para saber, para conocernos, para saber que herramientas con las que contamos, pero no para decir “ok, yo tengo esto así que por favor ten pena de mi (risas) y cuídame, ten cuidado, protégeme”, no es eso.” -Julia, 45 años.

“vemos las necesidades de las familias, conversamos con las familias y vemos que hay mamás que necesitan mucho apoyo, vemos niños que necesitan mucho apoyo, los buscamos por todos lados, los conseguimos también, pero son necesarios, son super necesarios, porque nosotros vivimos... lo que hablaba con mi psicóloga, nosotros quedamos embarazadas y aprendemos a ser madres culpables, madres con culpa y es una cuestión que llevamos siempre, porque lo mismo que conversábamos, es tanto lo que se nos dice, que uno vive con culpas todo el tiempo.” -Julia, 45 años.

"y coincido algo en muchas mujeres, queremos que nos digan autistas, es lo que somos (...) asperger es un apellido, es del tipo que bautizó y lo puso ahí, pero yo soy autista, así que qué le voy a hacer, no soy otra cosa, mi nombre es Catalina (apellido) y soy autista, punto. (...) Yo soy autista, mi cerebro es distinto, el cerebro funciona diferente, percibo, siento, veo las cosas desde un punto de vista totalmente distinto, pero no soy menos persona" -Catalina, 44 años.

## **Modelo del consentimiento informado**

### **CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Yo....., Cédula de Identidad N°..... acepto participar en el estudio "**Mujeres dentro del espectro autista: dificultades en el diagnóstico y su relación con su sí mismo**", y declaro lo siguiente:

1. Se me ha indicado claramente el objetivo general y los objetivos específicos del estudio.
2. Se me ha informado que la participación en este estudio, de carácter voluntaria, consistirá en una entrevista semiestructurada que será grabada.
3. Se me ha informado que la entrevista será anónima y confidencial, y que una vez transcrita, los audios se conservarán como respaldo para este estudio. Por lo tanto, reconozco que la información que he facilitado para este estudio no será usada para ningún otro propósito distinto a los objetivos expresados y en todo momento se verá resguardada mi identidad.
4. Se me ha informado que el presente estudio se suscita en de la realización de una investigación para obtener el título profesional de psicólogo/a de la Universidad Academia de Humanismo Cristiano.
5. Entiendo que una copia de esta ficha de consentimiento me será entregada, y que puedo pedir información sobre los resultados de este estudio cuando éste haya concluido.
6. Si requiere comunicarse por cualquier motivo relacionado con esta investigación, puede contactar al docente guía de la investigación:

Mauricio Rodriguez

Email: mauroorodriguez@gmail.com

---

**Firma de Participante**

---

**Firma Investigadora, Dominique Buré**

Santiago, 27 / 10 / 2020

**Mujeres dentro del espectro autista: dificultades en el diagnóstico y su relación con su sí mismo.**

**RESUMEN**

En la presente investigación se pretende comprender los sentires de las mujeres TEA que han sido diagnosticadas de manera tardía y/o mal diagnosticadas a causa de una desinformación de sus particularidades dentro del espectro. Esto se llevará a cabo mediante un análisis de discursos, desde una mirada del enfoque Análisis existencial.

### **OBJETIVO GENERAL**

El objetivo general propuesto del presente artículo es: analizar cómo afecta a las mujeres TEA ser diagnosticadas a una edad tardía, y ver cuál es la relación de este diagnóstico con la relación que construyen con su sí mismo, desde una mirada del análisis existencial.

### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- a) Comparar mediante apoyo biográfico, testimonios recuperados de redes sociales, contenido multimedia y entrevistas semiestructuradas las diferencias que se dan entre mujeres y hombres TEA
- b) Identificar las posibles dificultades que se pueden presentar con el constante uso de *masking* en situaciones sociales
- c) Analizar estas dificultades y asociarlas con el enfoque análisis existencial
- d) Identificar posibles dificultades en el diagnóstico tardío que pudieron obtener.

### **TRANSCRIPCIÓN DE ENTREVISTAS.**

Ana, 18 años. Edad de diagnóstico: 18 años. Chile.

Se comienza la entrevista saludando a la participante y haciendo una breve descripción de lo que será la entrevista y que lo más importante es que se sienta cómoda en todo momento, haciendo énfasis en que se grabará la entrevista sólo por motivos de transcripción, a lo que ella accede y se comienza a grabar.

### **Cuéntame un poco de ti, qué te gusta, qué es lo que haces en el día, como para conocerte.**

*Ya a ver, tengo 18 años, voy a cumplir 19 en diciembre, me gusta dibujar, soy bastante deportista por así decirlo; jugué boley durante muchos años de mi vida, 10 la verdad (risa)... emm pucha, emm (risa nerviosa) no sé qué más contarte. De momento estoy estudiando inglés porque no sé qué carrera quiero estudiar realmente, salí el año pasado de cuarto medio, mi transición por el colegio no fue muy buena (risa), fue un poco inestable, bastante inestable...*

### **Si? ¿Por qué?**

*Porque siempre como que me costó acostumbrarme a esos espacios cerrados y a esas cosas, o sea, eh pucha, estando ya en octavo básico ya me di cuenta que no era... como que el colegio no era lo que a mí me gustaba, como que iba porque tenía que ir nomás y lo pasé super mal. Cuando chica me hicieron hartoo bullying, pasé como por cinco colegios creo, durante toda la media...*

### **Harto...**

*Si... A ver, mira, estuve de primero a séptimo básico en el "Inmaculada concepción de Vitacura", después de séptimo a segundo medio en el "Boston College de Alto Macul", tercero medio lo pasé en el "Antuquenu Andino" y cuarto medio lo hice en el "Alcántara de Peñalolén", pero... cuarto medio lo tomé a la mitad por así decirlo porque estuve medio semestre presencial y medio semestre en mi casa... (risas) Porque... porque no me daba, no me sentía cómoda... me molestaban los espacios y como que me sentía súper agobiada. Ehh segundo medio me pasó lo mismo, en el "Boston" porque ahí me diagnosticaron que tenía depresión, entonces tuve un segundo medio bastante... complicado (risas) y... estuve igual... sí, estuve hartoo tiempo con tratamiento, porque... a ver, me lo diagnosticaron cuando tenía 16-15 por ahí, tenía depresión y ansiedad, y lo pasé pésimo pésimo pésimo pésimo... creo que nunca me había sentido tan mal... podía estar todo el día acostada... no comer, no hablar con nadie, encerrada, y era... era heavy, sí. Y... y como que siempre tuve problemas con.. como con ansiedad y esas cosas, de*

hecho hasta el día de hoy tengo ansiedad y soy un poco hiperactiva, así que sí me muevo mucho es por eso (risas)

**(risas) Si... yo estoy haciendo mi práctica en psicología clínica entonces también atiendo pacientes al mismo tiempo que hago la tesis, entonces es algo que se ve... no solo en los pacientes sino también en mí, yo también tengo ansiedad y también tengo depresión (risas)**

*Es que hoy en día es súper normal eso la verdad...*

**Si, y sobre todo cuando es diagnosticada con TEA**

*Ah sí poh*

**Porque las comorbilidades son súper frecuentes, en las mujeres sobre todo.**

*A mí igual me diagnosticaron TEA hace poquito, llevo como dos meses con mi diagnóstico... y nunca entendí cuando chica qué era lo que me pasaba... que por qué no encajaba... que por qué no me sentía cómoda... siempre fué como una constante batalla conmigo misma de que "es tu culpa el porqué no encajas", y en verdad nunca fué mi culpa, yo era así y yo veía las cosas de otra manera*

**Y hasta ahora con el diagnóstico darte cuenta de que en verdad nunca fue tu culpa**

*Si poh, y casi tener 19 años y enterarte que tienes TEA igual es como... fuerte, pero igual es liberador, a mí mi diagnóstico me fué súper liberador, porque me hizo darme cuenta de que no era yo la del problema, y que yo era distinta (risas)*

**Oye y ¿cómo fue el proceso del diagnóstico para ti? ¿Cómo entraste primero al mundo del TEA? ¿Cómo llegaste a pensar siquiera que podías ser autista y entrar al proceso de diagnóstico?, el que me imagino fue súper largo**

*Ehh sí, a ver, llegué al mundo del TEA con mi psiquiatra, que una vez me dijo algo así como "no has pensado en que puedes tener TEA?" y yo como "qué es eso", onda nunca lo había escuchado y yo como "¿qué es TEA?", y me dice: "autismo", y yo como "pero no soy igual que los hombres, onda, hablo mucho, no soy encerrá..." y me dice "pero es que el TEA en mujeres es distinto" y ahí yo... se me abrió un mundo completamente distinto... y cachando nada, mis papás también, así que dijimos "ya veamos... si sí eres, bien, y*

sino bien también" y... y nada estuvimos con la fundación, que nos atendieron super bien de primera instancia, son todas un encanto... no, super grato como el ambiente que tienen en la fundación, y estuve dos meses como con sesiones de psicóloga, fonoaudióloga y con la coordinadora la Claudia, ahí me hicieron como hartos análisis, me hicieron preguntas, cosas sobre mí, cosas sobre mi infancia, y todas esas cosas... y ahí me pudieron decir después de dos meses que coincidía como con los perfiles por así decirlo.

### **Y ahí te enteraste**

*Si... ahí me enteré, y después me enteré que yo no debería haber estado cuando lo dijeron (risas)*

### **¿Por qué?**

*Porque la reunión era con mis papás nomás, y me dijeron "ya ven a la reunión también" y yo estaba ahí en la reunión también (risas) pero era para mis papás no más.*

### **Bueno igual tenías 18 años**

*Si...*

**Pero claro, puede ser que a veces la noticia de que seas autista sea difícil para algunas personas, entonces por eso contactan a tus familiares como para que haya contención en el momento en el que te lo cuenten a ti**

*Ah si obvio, si... si pero de igual manera como que en ningún momento me lo tomé mal ni nada, como que en verdad fue como súper liberador, como que ya había pasado por tantas cosas que esto ya en verdad, no era nada (risas)*

**Y me imagino que tu igual antes de que te dijeran que eras autista, igual lo pensaste, como cuando te dijeron las características y empezaste a averiguar más, como a leer.**

*Sí... porque mi psiquiatra me mandó así como archivos, documentos, unos power, así como harta información, así como "lee estas cosas y ve si te hacen sentido, si no te hacen sentido entonces no importa, pero si te hacen sentido y como que crees que encajas, tómalo en cuenta" (risas). Ehh, si, sentí que encajaba con casi todo (risas), y era como "¡esa soy yo!"*

**Eso suele pasar... Pero que difícil el tema de las comorbilidades, porque uno no sabe.. Por lo general las mujeres TEA ni siquiera saben de este mundo, no saben que existe un autismo que es diferente al de los hombres, porque lo que nos han contado toda la vida es que el autismo es quedarse solo en una esquina y no mirar a los ojos, y en mujeres se presenta totalmente diferente, sobre todo con el tema del masking, o el camuflaje, no sé como tu lo conoces...**

*Igual como que conozco super poco del tema del mundo del TEA, pero como que todo lo que sé y lo que cada vez intento informarme un poquito más, y porque es como... algo a lo que pertenezco y me siento cómo... me siento parte de algo, y no, es súper bacán porque igual en la fundación hay un taller como de arte... y ahí hay más niñas con TEA, y es un ambiente muy bacán, cómo que nunca había sentido que había encajado tan bien...*

**Suena muy bien...**

*Sí...*

**Y el poder también soltar la necesidad de tratar de encajar... porque ya sabes que eres esto, que no es que seas rara.**

*Si... como que siempre me ha costado el tema de encajar como en general... porque no se poh, siempre me he llevado mejor con los hombres, como que me cuesta más socializar con las mujeres... como que, siempre me he considerado un poco más madura de lo que es mi generación en general. Porque... no sé po, se peleaban porque "no porque tu le diste un beso a mi amigo y yo no quería que le dieras un beso" y era cómo "pero weón! ¿que pasa?" (risas). Entonces... eran como super enrollás y yo era como tan light... y era cómo "ya.. si si si"*

**¿Qué sientes que significa ser autista para tí?¿Cómo lo significas tú?**

*Ehh... la verdad... a mi me gusta, me siento como... muy parte de eso y ya como que me siento orgullosa de decir que soy TEA... es como "mírenme soy TEA!" (risas). Pero... Igual es un poco complicado porque cuando uno lo dice, hay gente que desconoce el tema, en verdad hay mucha gente que desconoce el tema, y es como "y por qué, noo... entonces yo también tengo eso" y es como... "no" (risas)*

**Y también pasa con el tema de que te digan "no... tu no tienes eso".**

Si... y es como "haber, tu tienes la capacitación? no, no tienes la capacitación como para poder decirme que soy o qué no soy." "onda hicimos con toda la familia como una investigación dos meses, tratamientos y todo para que tu me vengai a decir que yo no soy TEA... no." (risas)

### **Suena complicado el mundo de las relaciones...**

Si... es un poco complicado...

### **¿Cuáles sientes que fueron las impresiones de los demás?**

Eh... a mis papás como que les hizo mucho sentido... como que quedaron super tranquilos y... como que igual... no sé, así como que mi familia en general me apoyó mucho, porque siempre he sido distinta, siempre he sido como... muy artista, extrovertida pero, siempre se dieron cuenta de que yo era diferente. Y nada, me apoyaron y me dijeron así como "que bacán" y como que tampoco es un tema como que "no ella tiene TEA así que como que no puede hacer estas cosas", no po, como que me dejan ser, onda "si queri hacer esto, dale, si no queri hacer esto, no lo hagai". De hecho con el tema de los estudios han sido como súper comprensivos con eso... porque yo no sé qué quiero estudiar y me dijeron "tómame el año, onda, tómame el año y tómame 2 o 3 si queri, pero no quiero que entres a estudiar una carrera que no te guste y después me digai que te equivocaste de carrera". Pero también en ese entonces yo estaba pololeando cuando me dieron mi diagnóstico, y mi pololo me dijo como "ah ya, si, te apoyo" y la cuestión, pero su familia me decía "pero tu no eri TEA, qué onda?" onda, "no... si ellos son como enfermitos" y yo como "ya, chao" yo me enojé, me fui, me paré de la mesa y me fui, y no... fue super molesto la verdad, y de hecho terminamos.

**Pucha, si po, me imagino que esas cosas deben pasar harto porque la desinformación es mucha... si incluso los profesionales están desinformados al respecto, es super importante que hayas llegado a una psiquiatra que sepa y que esté informada al respecto, porque si te hubieras atendido con un psiquiatra que no hubiera sabido, tal vez en este momento no sabrías que eres autista.**

Si, caleta... no sabría que soy autista, sí. Es que en mujeres es como algo super pionero, como en todo el mundo, por así decirlo... yo por lo que supe, por lo que leí como que en Estados Unidos igual está desarrollado el TEA en mujeres, pero como que aquí en Chile... la salud mental en Chile como que no es muy importante en general, y es algo

sumamente importante porque si uno no tiene buena salud mental y no puede hacer nada, entonces hay que cambiar muchas cosas.

**¿Cómo sientes que fueron las impresiones antes de que te diagnosticaran?, o cuando eras chica, como el tema de que te dijeran que eras rara...**

No se... siempre como que me miraban distinto, mis profesores por lo general como que siempre me retaban porque en clase yo hacía las tareas, terminada y me ponía a hacer manualidades... hacía sopas de letras, era un desastre en el colegio (risas). Y me llamaban al apoderado y le decían "pero si tu hija, onda es todo el día, yo voy a empezar la clase y ella está sacando el papel ilustre, las tijeras, que el pegamento... Y yo era así, siempre me retaron por eso, y nunca lo tomaron como una posibilidad de que yo era distinta, como "no, ella no quiere pescar mis clases porque no sé, le caigo mal" y era como "no me cae mal, no tengo ningún problema, hago todas mis clases, hago todas mis tareas pero, pero así soy yo, eso lo que a mi me gusta" como que me nace y es como "vamos a hacer algo" y es como la inspiración del momento.

**Es difícil como que vean... es que por lo general las personas neurotípicas suelen tratar de que toda la gente sea igual que ellos... entonces la gente diferente es difícil mantener también, el saber tratar de entender de que son diferentes.**

Si, igual es como que en todos los casos, siempre que hay alguien distinto, como que... no sé, lo tratan como si uno fuera tonto y a mí eso me molesta mucho porque es como "soy distinta, tengo una condición que me impide ser como "normal" para la gente, lo cual me hace ver así como que "ah ya, te vamos a hablar más lento...", así como que "no soy tonta"

**Pero por lo general también pasa que las personas que son autistas hay cosas que no entienden, como las reglas de la gente neurotípica, como por ejemplo el tema de mentir, por lo general la gente autista es como "ya pero por qué" "¿cuál es el sentido de eso?"**

Si, a mí me cuesta mucho mentir, soy pésima, pésima, pésima, y también lo otro que me cuesta mucho identificar el sarcasmo, me cuesta y es como "es sí y no?". O lo que también me cuesta harto es poder identificar lo que piensa el otro, lo que siente el otro. Para mí es todo el día están enojados conmigo, todos están enojados, es como "ya, que hice?" pero en verdad no están enojados y es como la cara de seriedad, pero como que me cuesta interpretar como las expresiones de los demás.

### **¿Qué haces en ese caso? ¿Preguntas?**

Pregunto si, es un poco incómodo igual, porque es como "oye ¿estás enojado?", y me dice "no, ¿por qué?" y le digo "tienes cara de enojado". Con mi papá me pasa mucho que le pregunto unas cinco o seis veces en el día si está enojado o no, porque está trabajando todo el día entonces está súper serio, concentrado en la pega, "¿estás enojado?".

**Imagino que eso igual debe ser como cansador para gente que no entiende.**

Si, igual si, como que cuando empiezo a conocer gente como que me evito hacer esas preguntas porque no saben el trasfondo de todo, entonces es como ya: no preguntes, no preguntes y pregunto "¿estás enojado?", me intento resistir, pero no puedo, tengo que preguntarlo.

### **¿Cómo fue el tema del bullying? ¿Por qué te hacían bullying cuando eras chica?**

Porque pucha siempre fui distinta, a mis amigas como que les gustaba y era como "ay mira a ese niño, jiji" y yo como que seguía con los papeles, los tazos, los gogos, y yo estaba como muy metida en mi mundo, una amiga tenía una polly pocket que es una muñequita chiquita y yo le hacía como toda una ciudad de papel, su casa, el estacionamiento y todo, viendo que hacía con mi vida, pero lo pasé bien, como primero y segundo básico.

**Deben ser los años más fáciles, después las relaciones con mujeres se ponen muy difíciles y por eso uno se empieza a juntar con hombres.**

Es verdad, igual es como complicado tener relaciones con las mujeres, es que las mujeres son complicadas, siendo TEA o no siendo TEA, somos complicadas.

### **¿Tú te acuerdas de que era, por ejemplo, lo que te decían cuando te molestaban?**

Pucha, es que siempre me quedaba sentada en la puerta de la sala, al recreo me quedaba sentada en la puerta de la sala esperando a que tocaran e irme, pero no sé, me dejaban sola, no me pescaban, no me hablaban, me decían que era fea y era como "¿qué te hice para que me digas eso?", soy simpática por lo menos.

Siempre me escondía en el deporte en ese sentido y yo igual cuando era más chica era muy flaquita, tenía las piernas largas, mido 1,72 entonces como que me pegue un estirón cuando era más chica y era como muy alta en comparación a algunos y me decían el caballo porque tenían los dientes para adelante, por culpa de eso en sexto básico me puse frenillos y estuve tres años con frenillos y siempre fue un show la

verdad, siempre se dijeron cosas a mi espalda, "es que su hermana es más linda, ¿por qué ella no es tan linda como la hermana?", con mi hermana somos casi idénticas y es como ¿qué pasa?, pero también me molestaban porque donde soy alta, soy grande, tengo las manos grandes y también tengo el pie grande obvio, entonces me decían "mira la media mano, te va a pegar" o "pie grande" y cosas así, en verdad lo pasé pésimo porque actualmente calzo 41,5, igual tengo el pie grande y ahora me río y me da lo mismo, pero igual me ofusca un poco porque intento buscar zapatos y no hay y es como "ya chao" y ya no hago el esfuerzo de buscar.

**Que lata eso igual, que las cosas no sean más unisex.**

*Sí, me dan más ganas de irme de Chile porque no entro aquí.*

**Para encontrar de todo.**

*Si, ábranme las puertas de EEUU, me voy.*

**¿Tú sientes que en ese momento entendías porque te molestaban?**

*No, no entendía y me sentía pésimo po, me sentía súper mal y era como yo no les he hecho nada y me molestaban, me dejan sola, me daba mucha pena, hasta el día de hoy me da pena no tener amigos porque yo te puedo decir que a mis 18 años yo tengo 1 amiga y 0 conocidos, ha sido una vida bastante solitaria la verdad, de hecho me paso algo como super F, para mi cumpleaños número 17 invité como a 20 personas y no vino nadie, solo mi pololo de ese entonces.*

**¿Nadie, nadie?**

*Nadie, y fue como ya chao, los odio a todos y me encerré en una burbuja y ahí no quise hacer nada más nunca más, para mi cumpleaños 18 lo celebré solo con mi familia y ahora este año yo creo que va a ser lo mismo, no sé la verdad, no sé que se puede hacer este año.*

**¿Amigos hombres?**

*Tuve, pero tuve como una mala relación al final porque mi amigo se metió como en el mundo de la marihuana y esas cosas, entonces dije esto a mí no me hace bien, no es un ambiente sano, no es bueno, así que decidí alejarme, pero de momento tengo solo una amiga que la conocí en el penúltimo colegio que estuve que era como un colegio Montessori y ella es súper parecida a mí, somos del mismo porte, tenemos la misma talla de pantalón, todo, entonces como que hacemos match en personalidad y todo porque también tiene depresión, ansiedad, muchas cosas, entonces nos llevamos súper bien, como que en verdad nos entendemos.*

**Bueno, por lo menos encontraste alguien que te entiende, aunque sea una persona, sería peor si no tuvieras a esa persona.**

*Peor es nada.*

**Igual este año no hay mucho que hacer para el cumpleaños.**

*Si, igual me queda, ya estamos entrando a desconfinamiento en la Florida, creo que estamos en fase 4.*

**Bueno a mí me pasó cuando yo era chica y nunca más hice un cumpleaños, me acuerdo que tenía 6, 7 años o más, como 8 algo así era chica, invite a todos mis compañeros del colegio a que fueran a la casa y fue solo mi prima, estaba mi hermana claramente y quedé con toda la comida y fue tan triste que nunca más hice ningún cumpleaños hasta creo que el año pasado que cumplí 23, fue la primera vez que dije "ya, voy a celebrar el cumpleaños y voy a ver si es que me resulta".**

*Es que es heavy como que uno después de eso queda con mucha inseguridad y ¿si hago algo?, ¿si no hago algo? y ¿si vienen?, ¿si no vienen?*

**La inseguridad te queda para todo, incluso para Instagram para subir una foto y todo.**

*A mí me pasa mucho con el tema de las redes sociales.*

**¿Cómo es para ti?**

*Me cuesta mucho la verdad, porque siempre he sido la sombra de mi hermana, como nos parecemos mucho siempre me he sentido como opacada como por ella porque ella es la hermana bonita, la deportista y todo, el tema de los seguidores igual me afectaba, pero decía ya filo pero tampoco he sido de tener pocos seguidores, porque el mundo del voleibol me hizo ser un poco más conocida, pero el tema del autoestima pésimo, pésimo y todos dicen "si eres bonita" y es como "no, ¿qué te pasa?", lo otro que también me afectaba un poco en el tema de las redes sociales es el tema de los likes, si tienes pocos es como "¿qué hice mal?, onda mi mamá me dijo que la foto estaba bonita, porque no le dan likes".*

**Es más fácil solo subir historias.**

*Si es más fácil, vean mis historias, igual es complicado porque yo igual ahora en este tiempo me he hecho muy dependiente del teléfono, de tener que estar hablando constantemente con alguien, a mí me cuesta mucho ser independiente, soy muy dependiente de alguien, tengo que tener ese alguien que esté preocupado por mí, que me diga "hola ¿cómo estás?, buenos días" y cosas así, yo soy muy de piel, soy muy*

cercana a cualquier persona que conozca uno es como "¿amigo cómo estás?" de toda la vida, pero los demás responden "sí, hola, filo", es como "ah, tela".

### **¿Eso ha sido difícil?**

¿Qué cosa?

### **El tema de tener a alguien siempre ahí en el teléfono.**

La verdad sí, igual un poco porque siempre he sido de estar en relaciones porque no me gusta estar sola, no puedo estar sola, me cuesta mucho estar sola, de hecho creo que mi mayor miedo es estar sola, pero no así como sola en la casa, sino sentirme que estoy sola en mi interior porque este último tiempo no me ha pasado, porque como te había dicho yo estaba pololeando y dure casi dos años, estaba súper pendiente todos los días, tierno, bacán, porque llamaba en la noche por FaceTime a veces en el día y me gustaba tener la atención de alguien constante, pero mi mamá también tiene esa atención constante pero no es lo mismo, no es como mamá te voy a ir a dar un beso gracias.

### **La relación es diferente.**

Si es distinta y ahora igual estoy más cercana a mi hermana y eso igual me ha ayudado un poco, porque somos todo lo contrario, ella es súper independiente, es arisca y pesada.

### **¿Cuáles son las diferencias más grandes que sientes entre ser una mujer autista y un hombre autista?**

Yo creo que todo, en todo sentido, pero igual depende de la mujer porque son distintos tipos de autismo en las mujeres, todas son distintas, pero todas son del mismo grupo, igual es complicado porque el hombre es callado o no te mira, es como no sé.

Pero, en cambio, las mujeres, en el grupo que estoy del taller es un ambiente súper grato, hay una niña que es súper activista de ir a las marchas, del liceo 7, amiga, hermana, sororidad ante todo y hay otra que no habla nada, es súper tímida, es como "hola, sí" tú le puedes estar hablando como media hora y ella te va a escuchar así contenta, pero es un grupo muy bacán la verdad, estoy muy agradecida de poder haberlas conocido.

### **Hablando ya de ti, de tu relación contigo misma ¿cómo te defines?**

Me cuesta harto poder definirme, saber cómo realmente soy, pero sé que soy muy alegre, soy muy extrovertida y por lo que me han dicho soy fácil de querer porque soy piolita, llegadora, si tú me dices vamos a acampar al río Mapocho yo digo vamos, como que te apaño en todo, si me dices vamos a tirarnos de un puente yo voy, soy súper light en varios sentidos, soy como muy relajada, pero eso.

### **¿Sientes que te cuesta hacer eso? El ejercicio de mirarte a ti misma.**

*Si me cuesta, muchas virtudes que tengo que yo sé que las tengo, pero no me creo el cuento entonces como no, no las tengo y mi mamá me dice eres súper inteligente y yo digo "no, yo soy súper tonta, no pude estar en el colegio y con suerte salí de cuarto medio, no me acuerdo como se divide cachai" y cosas así y yo creo que eso también me ha jugado en contra con el tema de la decisión de carrera porque yo no me siento lista de poder ser capaz de terminar una carrera, porque tuve pésima experiencia en el colegio y no voy a poder lograrlo, onda como que me siento súper incapaz y muy temerosa de meterme al mundo de estudiar.*

**Bueno hay hartos temas que tocar, porque el tema de elegir una carrera cuando uno está saliendo de cuarto medio, imagínate que uno sale con 17, 18 años, uno es súper chico y te piden que decidas que quieres hacer para el resto de tu vida, entonces por lo general la gente se toma un año en un PREU o hacer otra cosa y si entran a una carrera por lo general se salen de una, dos o tres porque es súper difícil elegir tan chicos lo que quieres hacer por el resto de tu vida, porque no te dicen que puedes estudiar más de una carrera si tienes ganas y puedes hacerlo o estudiar algo que te gusta pero no dedicarte a eso.**

*Si pasa, pero ahora yo en verdad no sé qué quiero estudiar, no se para que lado tirarme, mi sueño top number one era ser tripulante de cabina, pero como que me aterrice un poco porque me dijeron que solo quería viajar, "si no vas a poder estar como 8 horas en un avión porque te puede dar una crisis de ansiedad o va a haber un tipo que te caiga mal y no chao tienes que atenderlo igual", entonces fue como "si, tienen razón" entonces fue como descartado, entonces como igual estoy buscando mi carrera de momento me está llamando mucho la atención veterinaria, pero como no sé porque tiene biología, anatomía y yo digo que no me la puedo y eso me tira para abajo.*

**Pero por lo general el tema, por ejemplo, la biología en el colegio es muy diferente a la biología que se ve en la universidad y están más ligadas a lo que tú vas a hacer o te puedes dedicar, puede que sea diferente y tal vez no tan difícil, ahora la idea es que pienses si vas a estar sufriendo cada vez que se te muera un animal.**

*Si por eso fue como no sé, igual soy media asquienta entonces me va a llegar una fractura expuesta y no, pésimo, por lo mismo no sé qué estudiar realmente.*

**¿Sientes que no poder definir lo que quieres, lo que te gusta y lo que eres tiene que ver con que hayas pasado toda tu vida sin saber realmente lo que eres hasta ahora?**

*Igual sí, pero no tanto porque al estar tanto tiempo sabiendo que no tenía idea de lo que tenía y pensar que siempre fue depresión, ansiedad, temas de personalidad, era como "ya filo, onda, yo estoy mal", pero no sabría cómo decirte, según yo no.*

**Pero ahora me estás diciendo eso mismo, de que estabas pensando en eso y estabas mal, pero realmente ahora te estás dando cuenta de que no eres tú la que está mal, entonces cómo es la relación con tu persona ahora en comparación a antes.**

*No lo sé, es que cuando chica estaba super light, no me importaba nada y mi mayor preocupación era que no me molestaran en el colegio y que me dejaran tranquila, pero tampoco me gustaba quedarme sola, ahora mi mayor miedo de querer estudiar algo es si me caen mal mis compañeros de carrera o tengo que hacer un trabajo en grupo y ellos me pelan, no sé, son muchas inseguridades y no quiero entrar a estudiar ahora, ya no quiero.*

**Por lo general las relaciones en la universidad igual suelen ser más simples que en el colegio.**

*Si totalmente, igual la gente es distinta porque en el colegio te pasa que ya todos se conocen como de kínder y son amigos de toda la vida, pero en la universidad son todos nuevos.*

**Son todos normales entre comillas, son todos iguales, a todos les gusta lo mismo.**

*Me dan muchas ganas de querer estudiar, pero me da mucho miedo.*

**Pero igual me sigue llamando la atención, porque imagínate que tú fuiste diagnosticada con TEA tardíamente a los 18 años, entonces toda tu vida pensando que no eras lo que los demás esperaban, no eras también lo que tú esperabas ser, porque tú querías ser como los demás para poder pasar desapercibida, también tenías depresión y ansiedad y todos esos tipos de cosas y ahora te das cuenta de que todo eso que tú pensabas y todo eso que tú te esforzaste en superar tenía una razón de ser.**

*Igual era súper loco porque en ese tiempo si tú dices que tengo depresión y ansiedad eran super mal visto y la sociedad te critica mucho por eso, me da mucha vergüenza decir lo que tengo porque van a criticar, me van a dejar sola, me van clasificar de loca cachai, de hecho me voy a ir más en la profunda, en los momentos que tuve depresión tuve muchos problemas con mi papá biológico, yo ya estoy desligada de él, me estoy cambiando el apellido, pero tuve una pésima relación con él porque igual es más a la antigua, pero cuando yo le conté que tenía depresión me dice que es mentira no tienes*

depresión, eso no existe, y es como ya, son tus amistades, tus malas juntas que te hacen tener depresión me decía y yo no tenía amigos y le decía "si, ya, mis amistades, mis amigos invisibles" y era difícil porque con él pase por muchas etapas complicadas porque estoy casi segura que tiene bipolaridad, problemas de ira y cosas así pero no sé, tenía 16 años y él para un cumpleaños me amenaza con suicidarse, sabí lo fuerte que fue para mí, 15 años, hablando en un acto para el colegio, hablando por teléfono y él gritándome por teléfono que se iba a suicidar, que fui un error, fue horrible yo explote en llanto y "chao, no quiero nada más con ese caballero y me desligo completamente" y eso hice, fue la gota que rebalsó el vaso, fue super heavy.

**Pero igual súper bien el modo en que lo enfrentaste y lo resolviste, porque te fuiste cuando te hacia mal, pero tal vez podrías haber tenido una reacción mala.**

Pero igual fue un poco extraño porque igual es como complicado sentir que tu papá no te apoya y que duda de los profesionales que dedicaron toda su adultez, que tienen estudios del tema que él no sabe y me dice que yo no tengo depresión, entré como un modo de colapso, lloraba todos los días, no iba al colegio, me empezaron a dar pastillas porque tuve como dos o tres intentos de suicidio, casi me internan en un hospital psiquiátrico, de hecho me dieron hora y todo pero no hicieron nada porque no estaba tan mal y para la casa, pero lo pase pésimo.

**¿Estuviste con terapia en ese momento o solamente con pastillas?**

Terapia, psicoterapia con psiquiatras y pastillas me acuerdo de que tomaba un psicotrópico y pasaba volada todo el día, no sabía dónde estaba, me sentía en las nubes iba así al colegio, igual es penca pensar que tus papás te cuidan de las drogas, pero igual te meten psicotrópicos.

**¿Cómo es tu relación con las drogas?**

Drogas en general yo creo que he probado marihuana y cigarro, pero no es algo que me encante, cigarros la verdad no fumo, no me gusta y marihuana hace mucho tiempo que no fumo porque no me gusta, no me gusta no estar en todos mis sentidos como que siento que me desligo de mi cuerpo y me mareo y lo pasé pésimo la vez que fume, lo unico que me agrada es el alcohol, pero piola no es que me vaya a baldear.

**Hartas cosas, cambiaste harto imagínate desde tu infancia, cuando te molestaban, cuando te sentías bien en primero básico y luego te empezaste a sentir mal, cuando empezaste a cambiar, cuando trataste de cambiar cómo eras tú, cómo te relacionabas con los demás para poder encajar, pasar por depresión, ansiedad y todo ese tipo de cosas, y de repente llegar al punto de que te digan de que todo lo que pasaste no fue porque sí, porque en realidad eres autista y todo lo que viviste fue por eso.**

*Cuando me dieron mi diagnóstico fue muy liberador, en verdad me sentí en paz.*

**¿Sientes que ahora tienes la tarea de redescubrirte?**

*Si, completamente estoy en un proceso de redescubrimiento así pero total, a tal punto que estoy pensando que creo que me gustan las mujeres, pero no sé, estoy llegando a ese punto.*

**A soltar también.**

*Si, totalmente, todos los días intento crecer un poquito más como persona, porque cuando terminé mi relación de casi dos años, lloraba todos los días, dejé de comer dos días, vomitaba todo el día y fue como no vale la pena, levántate, entonces ahora estoy descubriendo un mundo muy distinto de muchas cosas que todavía me quedan por descubrir.*

**Oh, qué potente eso, queda harto viaje todavía entonces.**

*Mucho.*

**Creo que con eso hemos hablado de todo, muchas gracias por la entrevista, no sé si me quieres contar algo más.**

*No, creo que ya te conté todo, fue un pequeño resumen de toda mi vida.*

**Bueno, yo ahora lo que voy a hacer es terminar con las entrevistas y hacer el análisis, pero si quieres cuando esté lista la tesis, en verdad será a fin de año, te la puedo enviar si quieres leerla.**

*Si obvio, la espero.*

**Muchas gracias de verdad por participar.**

*Gracias a ti.*

**Y por contarme tan abiertamente todo.**

*Si es que siempre he sido muy libre no tengo nada que perder, que más me van a criticar.*

**Mucha suerte en tu viaje y quiero que sepas aunque no nos conocemos, que estoy aquí disponible para ti, estoy haciendo psicoterapia, no significa que te haga psicoterapia a ti, pero puedo ser un buen oído y una buena persona con la cual puedas conversar.**

*Muchas gracias, chao que estés súper bien.*

**Tú igual.**

Aurora, 17 años. Edad de diagnóstico: 15 años. Chile.

**¿Tienes alguna pregunta sobre la investigación?**

*En este momento no tengo porque no se me ocurre, sé a qué vine, pero como que tampoco sé muy bien a qué vine, entonces todo abierto.*

**Ok, entonces cuéntame un poco de ti, como para conocernos mejor ¿qué es lo que te gusta? ¿qué haces normalmente? ¿estudias?**

Yo estoy terminando tercero medio, en general soy una persona introvertida, me gusta leer, dibujar, pintar como todo lo relacionado en ese ámbito artístico, más tirado por la pintura que más por la música, no sé cómo seguir.

**No sé, por ejemplo, cuéntame ¿cómo fue el proceso de tu diagnóstico?**

*Bueno, estuve buscando un diagnóstico cerca de cinco años, tal vez más, solamente que igual es como extraño buscar cuánto tiempo fue exactamente y claro como que he pasado por muchos diagnósticos pequeños hasta llegar hasta autismo en femenino, ósea, habían situaciones, por ejemplo en el colegio, donde era así como "yo aquí como que no encajo, como que todos están felices con amigos y yo aquí sola y retraída", entonces como ya, y ¿por qué sucede esto? y también hubieron situaciones donde eso pasó la cuenta y uno dejó de ir al colegio también, entonces un camino largo duro diría, como desde la vivencia porque en verdad no me acuerdo mucho como que es un borrón en mi memoria todo el camino al diagnóstico, todas las crisis, pero es como algo racional que uno sabe que fue un momento duro y por eso no está, pero si uno lo conversa con mi mamá, con mi papá o personas que en verdad como que me conocen en ese periodo es como "si, o sea, tú estabas como drogada, andabas a veces como por las nubes" y no te acuerdas; es como impactante.*

**¿Pasaste por otros diagnósticos antes?**

Sé que pase por varios, sinceramente no sé cuáles, nunca tuve muy claro eso, pero es casi seguro que en algún momento me trataron por bipolaridad, por trastorno de ánimo como que siempre estuvimos por esa idea, también había otros, pero en verdad no me acuerdo y no me sé los nombres.

**¿Cómo fue tu infancia? ¿recuerdas un poco?**

Yo sé como desde dentro que fue como una infancia feliz, porque fue como bien acompañada, bien acogida; no me tiraron a la vida, yo siempre fui como la guagua de la familia, entonces como que en general fue bien yo de lo que recuerdo, o sea, no sé digamos o no como a partir de los 7 años o 10 como por ahí porque para atrás como que repito lo que escucho, pero para adelante es como yo tenía como hartos amigos, como 10 amigos pongámosle y era muy sociable, no extremadamente sociable, pero era como una persona común y corriente, pero allí como a las 14 años pasé a tener como dos amigos con mucho esfuerzo, como que fue un cambio muy grande en la relación social, de ahí como que se empezó a notar como ya en grande que aquí pasaba algo, "cómo pasé de esto a esto", pero en general no soy fan de actuar en público, ni hacer cosas así muy grandes, pero yo tuve una infancia feliz como que no es algo que me pese en la vida.

### **Y como, por ejemplo, ¿en algún momento tuviste bullying? ¿sufriste bullying en el colegio?**

Yo diría que no, porque, o sea, tuve mucha suerte que porque estoy ahora en un colegio desde el segundo básico donde -bueno en todos los colegios dicen "el bullying está prohibido" y cosas así-, pero tuve la suerte que en este colegio a pesar de que se dice eso, como que fue muy apoyador tenerlos atrás, como que hasta ahora me ayudan en todo lo que yo necesito, como que aquí los profesores son super comprensivos y todo y entonces es como otra familia más.

### **Que bacán, que suerte, entonces en ningún momento sentiste como bullying o como sentirte aislada por los demás**

No en ningún momento, o sea, en general todo estaba bien, pero una como persona a veces como que se pregunta "yo estoy aquí, pero en verdad no estoy aquí" y como "estoy con el curso, pero no me siento parte del curso" o de este ambiente social como que estás, pero no estás, pero eso ya es como un tema particular no es que en verdad me hagan bullying y me sienta así, no para nada solo que uno se pregunta el ¿por qué uno no encaja? O no está como con todos los demás de esa manera tú lo ves como súper felices como que se amigan, todos abrazan y aquí uno mira uno acepta la felicidad del otro, pero uno no la va a buscar.

### **Entiendo, pero entonces como que hay un sentimiento como de rareza también**

Yo creo que en general como seres humanos sentimos el sentimiento de rareza porque, o sea, todos somos iguales, pero también somos muy diferentes y claro eso es como la particularidad que nos hace especiales, solamente que hay que aprender a sobrellevarla y que no te hunda porque, o sea, sentirte distinto es bacán, es como aceptarte como persona distinta, "esto me hace especial así que sigamos la vida" y no decir "pucha yo

soy distinto, entonces por esto no me quieren" o cosas así, ahí lo importante es mirarlo desde un enfoque más positivo y más proactivo donde uno pueda seguir y que no te bote o que no te choque tanto o que tus pares por ejemplo, no te miren mal porque eso también te pasa y te choca, porque es como que todos te empiezan a mirar extraño, como "tú eres la Aurora, pero como que ya no eres tan la Aurora", entonces es como incómodo.

### **¿Eso es cuando recibiste tu diagnóstico?**

Si, es cuando recibí el diagnóstico sí.

### **¿Tú lo recibiste a los 15 años o no?**

Mira yo lo comenté y lo pregunté bien.

### **Porque la Claudia me dijo que a los 15 años, por eso te pregunto**

Si es que hoy día lo estamos conversando porque yo sabía que iba a salir tu pregunta y en verdad salió a principios del año pasado el diagnóstico.

### **¿Cuántos años tienes tú?**

Ahora tengo 17, pero en ese momento tenía 15 probablemente porque ese año cumplí los 16 y claro a ver ya no recuerdo muy bien cómo fue, todo ese momento fue como "oh me llegó el diagnóstico" es como "ya, que tiene" porque es un nombre solamente, como que no me llenó, solo explicaba muchas cosas que me pasaban, pero ese mismo año como en el segundo semestre, digámoslo tal vez Agosto, Septiembre fue como "ya contemos en el curso" porque, o sea, hay cosas que ya no se pueden como esconder, entonces "hay que sacarlo a la luz", los profesores ya lo sabían, estaban capacitados como que todo se empezó a mover, pero faltaba el curso, bueno ahí mi mamá y otra persona más como que hicieron un taller, más o menos, como de distintas facetas, distintos módulos como de cosas sensoriales con lijas, como con agua y con cosas así, para representar como hay cosas que uno siente y no siente porque en general, por ejemplo con el dolor las personas como no sé, se pinchan con algo y es como "oh me dolió, me pinche", pero yo personalmente si me pincho es como "oh me pinché" como que no es tanto dolor, por ejemplo, soy muy resistente al dolor. Siento dolor, pero tiene que ser algo muy grande como para decir "me está doliendo", entonces esa era como una finalidad o uno de los objetivos como para mostrárselo al curso así a veces pasa esto y a veces no, a veces uno entiende una cosa y otras veces no, como con el sentido figurado o la literalidad y por eso no se toma mucho algo muy literal y no es tan así y bueno ese periodo fue un momento muy grande de estrés como que no podía mirar a nadie a la cara, no por vergüenza ni nada, sino, porque era como incómodo ser el centro de atención.

**Tú te estabas presentando sola contra el curso, que me imagino eran hartas personas.**

*Por suerte no, somos 19 personas, es un curso pequeño por suerte.*

**Pero igual son 18 ojos mirándote más los profesores.**

*Pero, o sea, yo creo que a todos como que les impactó un poco la situación porque era algo como nuevo que no había hecho, entonces era como ¿Qué onda? Pero, o sea, después las semanas, meses que siguieron, no hubo ningún rollo, nada, como que yo era la Aurora que todos conocían como que a lo más algunos se me acercaban, así como "¿tú escuchas igual o no?" como haciéndome preguntas como porque les quedaron de la vez pasada y eso fue como wow, como bonito, así como yo puedo decir lo que quiera y no me voy a sentir como si estuviera intentando esconderlo.*

**Como que podías ser más libre ¿o no?**

*Fue muy bonito ese momento en que fue muy estresante.*

**Me imagino, si por lo general esas liberaciones como que ocurren más con las familias, pero tú tuviste una liberación no sólo con la familia, sino, que también te presentaste a todo tu curso y dijiste "hola aquí estoy yo y soy así."**

*Si, pero era necesario porque, o sea, a fin de cuentas, si yo hubiera decidido decir "no le voy a contar nada a nadie" igual está bien, tal vez nunca salga a la luz o tal vez sí, pero es como dar el paso a atreverse, a mostrarse uno como es, yo tengo esta falla y esta fortaleza y aquí estoy, está bien que yo sea así, tú me apoyas, yo te apoyo, todos nos apoyamos, sigamos adelante.*

**Y como que los demás entiendan de que en verdad es no es que cambies en el momento del diagnóstico, sino que como que le pusiste nombre a lo que ya estaba.**

*También curiosamente coincidió en que otras personas del curso, que en verdad son anónimos para mí nunca me lo dijeron yo solo lo supe, también se sentían identificados con muchas cosas que se dijeron en ese momento y fue como chuta ¿yo también seré? como que surgió en el momento y en general como con todas las personas que se toca el tema ya en profundo y como que se meten bien es como "sí, yo también soy" como que tengo rasgos como que todos en algún punto se sienten identificados.*

**Bueno quizás cuántas mujeres hay allá afuera que no saben, por el mismo tema del desconocimiento de las características de la poca formación de los profesionales al respecto también, tal vez varias de tus compañeras también eran autistas y no sabían y no saben.**

Ahí lo curioso es que uno busca sus pares de forma inconsciente porque, o sea, yo partí diciendo como que soy para adentro, que ahora no tengo muchos amigos, pero tengo mi grupo de amigos, pero todos son especiales yo me refiero así, pero son personas comunes no tienen nada como que destacan, no para nada, pero sí uno se pone a analizarlos como que también tienen muchas cualidades que le hacen a este diagnóstico y a muchos otros, como que uno busca sus pares que también sienten lo mismo y eso es algo inconsciente en mi caso, por lo menos, donde yo lo hago como "oh tu estas solo y yo estoy sola, estemos solas juntas".

### **Como acompañamiento también.**

Claro, pero es como en el acompañamiento consciente de dónde es como tú estás sola y yo estoy sola, pero también queremos estar como acompañados, entonces acompañémonos entre nosotras dos, seamos amigas en este caso.

### **Suena muy bien ¿cuál sientes que son como sus diferencias con tus amigos? Con la otra gente.**

Bueno este año me pasó que tuve una situación donde en verdad no pude distinguir bien el lenguaje literal y el lenguaje figurado y me estuvo atormentado como dos meses, pero igual se trabajó y todo, pero ahí fue como chuta, yo no entiendo igual que los demás, me estoy quedando atrás ¿qué hago? si eso fue principalmente lo que me hizo sentir mal porque me recalcó lo diferente que puedo ser también en algunas cosas, pero ahí como fue puesto todo este tema que salió de una clase x como "ya hagamos algo" como independiente, entiendes o no entiendes, busquemos con una salida para ver hasta dónde llegas, hasta donde en verdad puedes entender esto del literal no literal y hasta donde en verdad no puedes más, porque no te da, en qué casos sí y en qué casos no, ahí el apoyo estuvo por parte de mi familia como "chuta nunca se nos presentó ninguna situación así, de la nada llega entonces tenemos hacer algo" y también tuvo que actuar el colegio porque si no podemos perder la unidad entera.

### **¿Qué unidad era? dame un ejemplo de algo en concreto.**

Bueno la clase era en lenguaje y había una actividad donde había que escoger un Twitter de un político que nos dijeron, nos dieron una lista y nosotros teníamos que buscar y todo y después teníamos que analizar este Twitter y ver qué había adentro, si decía ironías, como hacia dónde me quieres llevar y cosas así, había que analizarlo y yo lo vi y fue como "no tengo idea que me estás diciendo, como que no lo entiendo, está en chino" y todos los demás seguían bien y yo allí no te entiendo nada, esa fue como la situación concreta que en verdad sucedió y ahora bueno lo que se hizo en ese momento fue hablar con el colegio como mira sucedió esto ¿qué podemos hacer? y ahí lo que se decidió fue como tomar una clase en paralelo, está el curso y yo voy aquí entonces

vamos iguales, pero vamos como en paralelo, entonces donde yo vine trabajando justamente este tema con sentido figurado, ironía y cosas así como para ver también hasta donde entiendo y hasta dónde no y haciendo un trabajo muy similar al que estamos haciendo en la misma clase, pero como más acotado y más sintético, más simple para entenderlo y después sin ningún problema volví al curso y seguimos adelante con los próximos trabajos y unidades.

### **Pero lo solucionaron super bien ¿ese fue trabajo de la fundación?**

Sí, bueno yo partí con el colegio, pero también me puse a hacer fono con ese tema, fue entretenido y todo, pero sinceramente siento que en verdad no me ayudó porque es como algo que salió de la nada y se escondió de la nada porque yo entiendo por ejemplo, leer entrelíneas, cine, libros, a veces Twitter, pero curiosamente en esta ocasión no pude, entonces bueno por ahí dicen "ah, no pudiste ésta, no puedes ninguna", pero en verdad no es así, entonces fue como ya como que te dieron tips que uno que son útiles y que te sirven en verdad, pero que no es que te imposibilite todo sólo que apareció, pero ahora no me ha vuelto a tocar ninguna situación así donde diga "ya, puedo utilizar esto que aprendí aquí", no se puede porque en verdad no entiendes, entonces eso es muy raro como que viene y se va, es raro eso.

### **Como que nunca pudiste poner en práctica los consejos que te dieron.**

Exacto quedaron en el aire hasta nuevo aviso.

### **Y eso es como lo que tú más ves como diferencia**

Bueno eso en verdad es como el caso más grande que me llegó como que me dolió en verdad, pero si yo me pongo a analizar ¿qué diferencias tengo? bueno socialmente soy mucho más baja que los demás, como que no soy de andar en fiestas, como que yo estoy sola y estoy bien, no me invitan a cosas, como que en lo social se me nota que como que soy bien retraída.

### **¿Más introvertida?**

Si, ahí como que se notan varias diferencias.

### **¿Sientes que hay otro ámbito en el que se note?**

Cognitivamente no puedo decir que soy la mejor ni la peor, sólo estoy en el medio, entonces ahí no se me notan mucho las diferencias si es que hay o no hay porque en verdad no sé si va a haber o no va a haber, porque en verdad si entendiste o no entendiste, es como muy amplio para decir que hay una gran diferencia ahí, pero yo diría que la mayor diferencia sin decir algo concreto sería todo lo relacionado con el ámbito social.

## ¿Conoces hombres TEA?

No, no sé, como en persona no.

**O, por ejemplo, el estereotipo del hombre TEA, como el de las películas o el de las series.**

Bueno ahí sí, como aquí en verdad por la fundación, por mi mamá y por mí misma también uno indaga sobre cómo son todos y claro uno dice hombre TEA es como no sé, de repente le cuesta hablar, otras veces no mira a los ojos y como los típicos estereotipos que pueden haber, no conozco ninguno en persona, pero por ejemplo, no hablaban tampoco.

Que es como de personas, no sé de 20 tal vez un poco antes de los 30, donde como que se nota que llevan una vida normal como cualquier persona, pero no dices "tú eres algo, como que se te nota", pero no se te nota en verdad, pero es como por los estereotipos, pero en general, si uno dice autismo como a cualquier persona lo primero que uno se le viene a la cabeza es mirada perdida, no puede hablar, no puede hacer nada solo, donde en verdad no es así, están los distintos niveles de autismo y todo, pero no todos son así, ¿por qué siempre mirar el caso extremo?, hay muchos tipos en especial ahora, bueno es como ver el femenino y es como "wow", uno no sabe que es así.

**Bueno supongo que, ya llevas ya hartoo tiempo informándote sobre autismo, conoces el término "masking" dentro del mundo del autismo en femenino**

Bueno uno vive haciendo eso, literalmente uno vive haciendo eso, como en este mismo caso en algún momento ¿he dejado de sonreír?

No

Ahí está como el primer detalle, o sea, estoy feliz y todo, pero por ejemplo no puedo dejar de sonreír, por esta situación es una cosa concreta, eso sería el camuflaje en este caso como videollamada, que solo se puede ver la cara, pero puede pasar con la ropa, con la forma de ser, con todo, o sea, cuando estaba en cuarto básico yo tenía una amiga cercana, la Violeta, tenía esta amiga y ella tenía su propia forma de ser, pero una vez un día x yo llego acá a mi casa y no dejaba de tocarme el pelo de cierta manera así como haciendo rulos, y mi mamá me dijo "yo no quiero una Violeta, yo quiero a una Aurora" y en ese momento no sabíamos qué onda pasaba y ahora si uno mira para atrás es como "wow, yo estaba haciendo exactamente lo mismo que mi amiga, solo para intentar ser igual en el sentido de "yo quiero encajar" y ahí bueno, hasta ahora uno lo hace inconscientemente, pero eso es un evento como concreto que me pasó y que ahora en verdad lo reconozco.

**Y que seguramente te pasó muchas veces no sólo con tocarse el pelo, sino también con frases como repetir frases del resto.**

*También, si pasa en todo, pero mientras uno lo tenga consciente como que ya uno puede seguir como dando pasos pequeños para, no para quitarlo porque no se puede quitar, pero como tenerlo consciente y, es decir, yo no soy de esta manera y no estoy copiando a este porque quiero ser como él, yo quiero ser como yo soy, pero tengo que primero darme cuenta y descubrir quién soy yo también.*

**Ese es un punto súper importante ¿sientes que el masking ha sido una herramienta? ¿cómo para comunicarte con los demás muy importante?**

*Sí yo diría que sí es importante, pero no te podría decir cómo exactamente, porque es importante porque es algo tan inconsciente a veces, que uno en verdad no se da cuenta que lo hace, pero probablemente sin él, como ya si me voy a un caso extremo probablemente estaría sola sentada en una esquina.*

**Es que eso te ayuda como a pasar bajo el radar, es lo que hace que no te noten, que no se den cuenta de que eres diferente ¿sientes que esto también ha sido como un arma de doble filo?**

*También, sí porque uno se pierde en quien es, uno intenta como encajar tanto que finalmente uno deja de mirarse a uno mismo, entonces como ya, yo sé que me gusta, ya si ok, dibujar, leer y todo, pero ¿quién soy yo en verdad? ¿cómo actuó yo en verdad? Porque, o sea, todos somos de diferentes formas con quien esté delante nuestro, entonces como ya "cómo soy yo en verdad, si actuó contigo, con mi mamá, con un amigo sin intentar copiar a otro de forma inconsciente".*

**Y darte cuenta tarde igual a los 15 años y decir "wow entonces ¿quién soy yo? Si no soy esta persona ¿quién soy yo?"**

*Ahí empieza un camino de autoconocimiento en eso y en todo, porque cuando ya uno es más grande yo tampoco soy tan grande, pero, por ejemplo en fiestas yo soy nula. Es como un detalle como de la edad común que es no sé, ir a fiesta, salir, tomar algo o cualquier cosa y como que yo no sé si puedo hacerlo aún, como que aún me estoy conociendo tanto que no me puedo tirar tanto a la piscina porque me puedo ahogar, entonces como tengo que ir mucho más lento por ejemplo en eso que mis pares de la edad.*

**Igual ya llevas como un año y medio con el diagnóstico ¿sientes que éste ha sido como un año y medio sólo de conocer? ¿como de redescubrirte?**

*En parte sí, pero creo que desde hace muchos años atrás e incluso antes de recibir el diagnóstico como tal, ya había empezado con esto solamente que no lo tenía muy*

consciente, ahora también está la motivación de "yo quiero ser quien yo soy, entonces tengo que buscarme yo", pero yo creo que ese camino empezó mucho antes.

**Sólo que en el momento del diagnóstico te diste cuenta del tema del masking que como que lo hiciste consciente y esa fue la diferencia.**

Sí ahí apareció el diagnóstico y abrió muchas más puertas y explicó muchas cosas, yo cuando era más pequeña, bueno ahí es cuando digamos no estaba como en un buen periodo de mi vida, me enfermaba cada 20 días, pasaba 20 días enferma, me recuperaba 10 y me volvía a enfermar y así pasé como un año más o menos en el colegio y claro fue porque en verdad la situación social, colegio cualquier cosa todo lo grande y lo pequeño me afectaba, como que no podía estar bien yo sola, ni con mis papás, ni con nadie. Bueno en esos momentos también uno dice "yo no quiero estar aquí, yo quiero desaparecer" y la cosa esta de desaparecer es que "ya busquemos una forma de suicidarnos", no llegue a tal extremo, pero o sea no puedo negar que en verdad lo pensé y ahora lo veo y es como "wow" llegué a tal extremo, donde en verdad uno como que tiene que ir corriendo a buscar una lucecita que te saque de toda esta oscuridad, de todo esto malo que estás sintiendo, sin saber qué estás sintiendo en verdad, ahora yo entiendo que sentía, pero en ese momento no, ni mi mamá ni yo lo entendíamos, nadie la entendía, pero es como "ya busquemos como algo que te saque a flote por lo menos 10 días" después te caes, pero te volvemos a sacar a flote, entonces ese momento bueno si bien fue bien oscuro para mí, para mi entorno cercano, creo que fue uno de los momentos donde uno más aprendió, dónde que hacer y qué no hacer, cómo ayudar, como mejor qué cosas no decir.

**Suena que estuviste bien unida con tus papás en esto.**

Sí desde siempre, desde el inicio, por suerte, como que agradezco al mundo tener la familia que tengo porque es como super apoyadora en todo esto hasta ahora como que siempre caminan al lado mío, si me caigo me esperen a que me pare o me ayudan a pararme como que no me dejan sola, siempre están allí atrás como dándome ánimos.

**Qué bueno y qué suerte, me imagino que si pensaste, si tuviste ideación suicida fue porque en algún momento estuviste con depresión.**

Yo creo, en verdad no lo sé, no me acuerdo.

**O por lo menos con bajones de ánimo feos.**

Si yo eso sé que estuve y que, o sea, no sé si tuve tan feos, pero tuve, estuvieron presentes, bueno lo que voy a decir a continuación es como lo que escuché porque en verdad yo no me acuerdo y no sé qué pasó, pero hubo como pongamos que en ese mismo período hubo hartos cambios de medicación, por lo mismo y hubo uno en

específico, que no sé cuál fue porque han nombrado tantos, que me tenía dopada hasta las patas y andaba feliz de la vida y no cachaba nada y andaba saltando no podía quedarme quieta y era como "yo no soy esta persona", pero obviamente eso no lo veo yo, lo ve el entorno y le dicen a mi mamá ¿qué le pasa a la Aurora? como que ella no se mueve, no le tira la goma a nadie, ¿Qué onda le pasa algo? y es como "guau" y claro en ese caso fue que el medicamento me hizo mal, me dio el efecto contrario que me debía dar que era estar más quieta, como mirando al frente y haciendo nada, me dio el efecto contrario y así hasta encontrar como la dosis y medicamento justo y que me tuviera a raya bien.

### **Y esto ¿fue con neurólogo o con psiquiatra?**

Con psiquiatra.

### **En algún momento ¿estuviste con psicoterapia también?**

Si he pasado por haber pongamos como por cuatro psicólogos, más o menos, todos como super opuestos entre sí mismos y claro el último psicólogo que tuve yo misma decidí que ya no lo necesitaba, eso fue muy bonito como que se notó el cambio, pero por ejemplo al inicio estuve con una persona de otra área médica llamada Celeste que era, o sea, puede que haya sido una buena psicóloga, pero a mí no me sirvió.

### **¿Por qué?**

Era realmente dura, muy dura, no tenía pelos en la lengua para nada, o sea, yo creo que iba a todas las sesiones y por lo menos lloraba 20 minutos o toda la sesión entera, como que a mí personalmente no me hacía bien esa mujer.

### **Como ansiedad pura.**

Si y bueno, por eso mismo fue "no más, busquemos otra persona"

### **¿Cuánto tiempo estuviste con ella?**

No sé, tal vez dos o tres sesiones, si estuve muy poco porque fue "no es para mí no más, como que te escucho y me haces daño entonces no es, me vas a dejar más mal de lo que estoy", ahí llegué al perfil opuesto donde era como "ay cosita, que bonita" y yo al principio como que ya sigamos, incómodo, feliz, pero ya era mucho como "cuéntame qué fue de tu día hoy" y fue como yo no te quiero contar tanto mi vida, tanto mi día como mucha resistencia, así que mejor no, ahí con la Erika estuve varios meses, no sabré decir cuántos, pero estuve varios.

### **Pero igual hiciste un "proceso".**

Claro, si hizo un proceso, pero era muy empalagoso el proceso.

**Es que eso es lo que pasa con los psicólogos, tienes que encontrar a alguien con quien te puedas abrir y con quien te sientas cómodo, creo que eso es lo más importante de un proceso terapéutico, el lazo que se genera.**

*Y ahí es como llegué a mi tercer psicólogo o cuarto, en verdad no sé, que era el Marcelo era psicoterapeuta, no mentira era arte-terapeuta, así es, estudio o hizo algo así y después fue psicólogo entonces ahí hubo una conexión realmente útil porque no era tanto de a hablar, así como no sé, "cuéntame tu día, ¿cómo te sientes?" no, así no partíamos la sesión, si no que era como "ya mira aquí tienes una hoja en blanco y pinturas, dime cómo te sientes" y me hacía pintar lo que yo sentía, en verdad es lo que más funciona para sacar una emoción que uno no conoce, entonces uno lo ponía ahí y ahora es como el ejercicio contrario donde "ya explícame qué es lo que hiciste ahí" entonces ahí la conexión fue muy diferente a los otros psicólogos anteriores porque me agarró de un lado como super artístico donde es "explícate sintiendo lo que ves en la pintura" y claro yo diría conscientemente que ahí fue como el punto con psicólogo y con mí misma donde entendí bien que el arte está relacionado a mí y para que me pueda expresar sin tener que hablar.*

**Wow que intenso, sabía que antes te gustaba el arte, pero te gustó más por esa conexión que sentiste con el arte en ese momento.**

*Si, es que claro a mí desde antes me gustaba pintar, dibujar cualquier cosa, pero ahí en verdad me di cuenta que estas podrían ser mis manos y mi boca al mismo tiempo, entonces ahí el enfoque cambió rotundamente, entonces "te sientes mal pinta, dibuja, haz algo", el fondo que tengo atrás es un cuadro grande como de 2 metros de largo, más o menos, que lo pinte sintiéndome mal, para en verdad no decir me siento mal, sino expresémoslo de otra manera, entonces hasta ahora es la voz que uno no tiene cuando se siente mal o en verdad uno no quiere hablar con nadie.*

**Y ¿ese fue tu tercer psicólogo?**

Sí porque también está mi psiquiatra que me acompaña hasta el día de hoy, que hemos tenido altos y bajos.

**Perduró en el tiempo.**

*Si, es que ella hizo todo el camino conmigo de hasta llegar al diagnóstico, entonces estuvo desde el inicio completamente donde hubieron altos y bajos donde a veces me hacía llorar y otras veces me hacía reír, nunca tanto, pero estas bien sigue adelante, nos vemos menos y hasta ahora que no nos hemos visto cerca de 3-5 meses, más o menos, y sólo tengo que ahora que por ir medicación, porque en verdad estoy bien anímicamente, socialmente también como que estoy estable, entonces no hay necesidad de buscar donde no hay que buscar por ahora.*

**¿En qué momento empezaste todo este recorrido? ¿En qué momento llegaste a un psiquiatra? ¿cuántos años tenías?**

*Sinceramente no lo sé, pero estimando tendría tal vez entre 12 o 13 años, como que ahí llegamos a una cosa llamada psiquiatra donde fue "¿qué hago aquí? no sé, pero estoy aquí donde tengo que estar", los adultos hablaban y yo escuchaba como "no tengo idea de que estoy haciendo aquí, pero se supone que me tiene que hacer sentir bien, así que escuchemoslos" y claro fue así, a la larga fue así, igual fue bonita la experiencia, pero si la miro igual es como media oscura (risas), como que no la pasaba tan bien, pero a la larga si, se encontró la luz y todo está bien.*

**Ahí el ojo atento de tus papás de que te llevaron chica al psiquiatra.**

*Bueno ahí también es suerte de que mi mamá desde, no sé, digamos que desde siempre ha trabajado con personas con discapacidad, alta, severa, baja de todo tipo, entonces como que igual tenía un ojo médico en eso, como súper agudo donde es como "no caminaste a los dos años y ya veamos cómo sigues, pero sino entonces busquemos algo" sí bien llegué un poco tarde, igual no llegué tan tarde por este ojo agudo.*

**¿Sientes que, en algún momento, no sé tal vez tuviste un episodio depresivo donde te sentías muy mal, pero pudiste pasarlo sola, como desapercibida?**

*No, diría que no.*

**En ningún momento, estaba muy alerta ese ojo.**

*No, es que yo soy alguien que en verdad no habla mucho, como que prefiero no hablar, por un tema cómodo, pero hay cosas que yo no me puedo guardar que es como, por ejemplo, me siento mal, pero no sé porque me siento mal; eso no se puede quedar conmigo, siempre lo tengo que hablar con mi mamá, en este caso, que es como la figura más fuerte para mí, entonces nada se le escapa a ella porque yo se lo digo todo también.*

**Ahí entonces la comunicación fue clave**

*Sí, yo esas cosas no me las puedo guardar, por nada del mundo como que me pudren por dentro y me hacen sentir peor de lo que estoy, entonces sácalo, díselo, busca ayuda porque bueno uno no se da cuenta que uno no puede salir solo de esto, uno siempre como que necesita una ayuda externa que te diga "tú puedes" o que en verdad te ayude a levantarte.*

**¿Qué impresiones recibiste de tu familia? me imagino que dentro de que como estuvieron en el proceso contigo no fueron muchas las impresiones, pero ¿qué**

**impresiones te llegaron de los demás? como de familia más externa tal vez, así como del resto cuando tú dices "yo soy autista"**

*Bueno probablemente les impactó, así como "ya...", el estereotipo: "tú no eres así", pero lo tomaron súper bien como que no hubo nada de rollo, como que "está bien, si tú eres así, eres así" porque también ahora hace cinco años nació mi prima o mi sobrina, no sé qué es, que también es TEA entonces como es como "ay isomos iguales!" y como algo común entre la familia, en general, no es tema.*

**¿Qué impresiones recibiste también cuando era más chica, pero antes de recibir el diagnóstico, como de amigos que tú sientas que como que significaron algo, como que tú ahora dices si lo que me dijo esa persona era por esto?**

*Que difícil porque no sé, creo que no soy una persona, ni era, alguien que pedía como la opinión de los demás como abiertamente, así como "¿cómo me ves tú?"*

**O que te la dieran simplemente.**

*Es que en verdad creo que en verdad era, no puedo decir, bueno sí era como "normal" como de comportamiento de chica y de ahora, en comparación, a los demás por el camuflaje obviamente, entonces como que nunca recibí como la crítica, así como y ¿por qué es tan callada? o sea si me llegó, pero me dio lo mismo porque yo soy callada entonces daba lo mismo, pero no es como una crítica que me llega, como que me haga doler, como que me remueva, no, pero es algo que yo ya sé.*

**Pero algún comentario que tal vez no te dolió, pero que ahora tú dices ya, pero me lo dijo porque en verdad era TEA. Como por ejemplo el haber sido callada o como que alguien te dijera como "qué raro como pensai".**

*O sea, yo creo que sí sucedieron, pero en mi memoria no están, como que nunca, bueno como que esos pensamientos como que quedan un poco como discriminaciones, pero creo que como que no me llegaron, como que me pasaron por el lado, entonces no podría decirte cómo en específico, sólo sé que sí sucedieron y que probablemente en ese momento me llegó y me dejó pensando un tiempo y que después sólo se olvidó y seguí hasta que el próximo y así, ahora que los recibo como o me afectan o en verdad es como "si yo soy así, me da lo mismo".*

**Bueno creo que estamos cerca del final, para terminar me gustaría que me dijeras ¿cómo te defines? y ¿cuál es la relación que tienes contigo misma?**

*No sé cómo me defino, soy alguien incompleto por ahora y que aún se está buscando para ver en verdad qué rostro tiene o qué forma tiene y nada porque en verdad no hay mucha forma que decir de mí, así tal cual, como que no tengo forma, aún me la estoy dando, estoy viendo cómo me gustaría ser, porque yo diría que voy atrasada como dos o*

*tres años como en mi mentalidad, no tengo como la mentalidad que tiene mi cuerpo, entonces voy un poco más atrasada y estoy buscando desde esa perspectiva, porque sí también me tiro con cosas que en verdad hacen los demás como solo para encajar y que en verdad yo sé que no va a ir como por buen camino, no debo ir por ahí, no me va a gustar, entonces hay que ir a paso lento, seguro y buscarse la forma que uno quiere ser.*

**Me parece, ¿sientes que si el diagnóstico hubiera sido, no sé, cuándo eras chica cinco años o incluso antes ¿te hubiera cambiado mucho la vida?**

*Yo creo que sí, explicaría y advertiría muchas cosas de las que sucedieron y que posiblemente van a suceder, pero yo creo que seguiré haciendo la Aurora que soy ahora porque, o sea, si bien me llegó un poco tarde, se sobrellevo bien, hubieron detalles que tal vez se podrían haber evitado, tal vez no, pero creo que la finalidad si hubieran llegado al diagnóstico antes, hubiera terminado donde mismo: en la aceptación y en decir "me da lo mismo lo que tú pienses, yo soy así" y en superar algunas barreras.*

**Me parece, no sé si quieres contarme algo más.**

*No sé, cómo que soy mala hablando, así como de la nada, sin una pauta.*

**Siento que tocamos todos los temas, hablamos de muchas cosas, hablamos de tu infancia, de cómo fue tu época escolar, cómo fue el tema de tu diagnóstico, qué significa esto para ti, cómo te sientes tú ahora, así que creo que estamos bien.**

*Un detalle como que me gustaría recalcar, es que yo creo que soy una persona super afortunada porque ahora yo estoy en un taller como habilidades sociales -que aún no hacemos nada social (risas), según yo- donde conozco otras chicas de mi edad que son TEA, pero es como "wow, yo tuve suerte" porque escuchar los testimonios de ellas y como "chuta" todas con rollos familiares, como con males psicológicos que chocaban en verdad y yo por mi parte decía "yo no tuve nada de eso".*

**Y las experiencias escolares...**

*Si yo ahí... soy una persona super afortunada, cuando tuve la oportunidad de escuchar otras vivencias de otras personas que también pasaban por cosas así y ahí me sentí diferente, incluso entre mis diferencias, entre las demás (risas), pero eso fue bueno, como que estuve en un ambiente super acogedor, super seguro, como que en ningún momento se me presentó ninguna situación mala que en verdad me hiciera dudar de algo y ahí sí, eso como que me gustaría como que se note, porque es algo que en verdad como que no me marcó, fue hace poco, pero me sorprendió, como que incluso entre mis pares TEA fui afortunada.*

**Se nota también en tu discurso, en tu experiencia también.**

**Bueno eso es todo gracias a mi mamá, yo lo sé.**

**Muchas gracias por la entrevista, mira yo te ofrezco que cuando termine la tesis y la entregué y todo el proceso de evaluación y todo que realmente va a ser como a final de año, tal vez en Diciembre o Enero, pero si quieres cuando esté terminado yo puedo mandartela para que tú sepas como en qué participaste, porque las otras niñas que he entrevistado me lo han pedido, entonces si es que a ti te gustaría yo puedo en ese momento contactarte, decirte "está listo, te lo mando" para que tú lo veas, lo revises y sepas como en que participaste.**

*Ya, sería muy bonito.*

*Si, sería muy bonito, sería muy bacán como saber dónde estoy.*

**Bueno eso, muchas gracias por la entrevista, muchas gracias**

*Gracias a ti, por tenerme aquí.*

**Gracias por ofrecerte, aquí bueno, es difícil encontrar personas que sean mujeres, que sean autistas y que estén diagnosticadas, así que gracias.**

*No hay de que, es para abrir un mundo que en verdad uno no conoce y recién se está abriendo y en serio, donde todos empiezan a preguntarse si esto en verdad sucede, "entonces en verdad existe" ¿por qué sólo en hombres y no en mujeres" y ¿por qué se nota y por qué no? entonces es bonito participar en algo así y ser parte de ello.*

**Bueno muchas gracias, que esté súper bien, cualquier cosa si tienes alguna duda me hablas solamente, yo siempre estoy disponible, incluso si es que solo quieres hablar.**

*Gracias, cuídate mucho.*

Camila, 27 años. Edad de diagnóstico: 4 años. Chile.

*Cerca de los 13 años descubrí las artes marciales y de ahí en adelante han sido puras artes marciales para mí. Por el lado de los médicos y eso, mi mamá se supone que era la responsable de mí y tenía que seguir llevándome al psicólogo o al neurólogo, pero no lo hizo... igual estoy bien (risas), porque parezco normal, pero en el fondo igual no lo soy, entonces más que nada es eso, si igual por ejemplo, ahora yo he estado buscando un*

psiquiatra o un neurólogo que vea autismo pero todos son infantiles, he llamado por ejemplo a la clínica Dávila, a la integra médica y me dicen "pucha... tendrían que elegir un neurólogo o un psicólogo así al azar y ver qué pasa". Entonces no hay solución, ¿Por qué? Porque la psiquiatra que ve autismo es psiquiatra infantil, entonces igual dejan afuera a los adultos.

**Oye pero lo que podrías hacer sería acercarte a una fundación que se llama "en primera persona"**

*¿"En primera persona"? lo voy a anotar, espérame...*

**Yo me contacté con ellos para hacer el tema de la tesis y para entrevistar a una de sus pacientes y ellos lo que hacen es acompañar a las personas en el proceso de diagnóstico con psiquiatras, psicólogos y casi atienden a puras mujeres, entonces están especializadas en autismo en mujeres y en personas adultas, porque el autismo en mujer se suele diagnosticar en la adolescencia o adultez.**

*No y aparte sabes que lo otro, a nosotras no se nos nota tanto porque por ejemplo yo conocí a dos chicos autistas, hombres, y han tenido problemas para tener pareja. Y siempre me dicen "no es que a las mujeres se les hace más fácil", y yo creo que obviamente es que el factor que se les hace fácil porque claro una tiene el físico y los hombres como son calientes... digamos las cosas como son: les da lo mismo si... si la mina está loca o no, o tiene algún problema o una afección, entonces no...no les afecta, en cambio a los hombres autistas me he dado cuenta de que son como diferentes, como una mujer es como más... más fijona en otros detalles y no tanto en el físico por ejemplo, no sé, son como indecisos, como que piensan que sí y después que no, y no saben qué hacer, entonces yo creo que eso a una mujer "normal" así obviamente que le aburre, entonces por eso te digo que es como diferente los dos sexos*

**Si po, aparte el tema del masking no se si tu sabes sobre eso**

No

**El enmascaramiento... Las mujeres como que tienen una especie de herramienta o habilidad, que no tienen los hombres, que es poder enmascararse dentro del ambiente social, o sea que, ven una reacción o una emoción en otra persona y la copian, y hacen que sea como propia, entonces funciona como modo reflejo, como un espejo, entonces lo que hace esto es que los profesores y los psicólogos no se den cuenta y no los puedan diagnosticar**

**porque el estereotipo del TEA es que no miran a los ojos, que son súper inhibidos sociales o que al contrario son súper introvertidos...**

Mira, yo por ejemplo igual, sabes que yo le agradezco mucho a mi mamá porque me dejó ser independiente, y yo creo que el problema de mucha gente adulta que tiene TEA que no los dejan ser independientes. Mi mamá por ejemplo ya, hasta 8vo básico nos iban a buscar al colegio, nos iban a dejar, y cuando pasamos a la media yo me iba con mi hermana de repente en micro o a veces mi papá nos iba a dejar, pero de vuelta si o si nos veníamos en micro, ningún problema con eso, pero si te puedo decir que por ejemplo en la niñez mi mamá a mí nunca me dijo que tenía autismo, fue cuando yo estaba más grande, a mí siempre me trataron como a una persona normal, lo que sí nunca entendí era porque siempre estaba en colegios con pocos alumnos o con enseñanza más personalizada más que nada y nunca lo había entendido hasta que un día pregunté y me dijeron.

**Ah.. pero en el colegio sabían que tú eras autista y todo.**

Si... si de hecho me echaron del jardín y yo no tenía ni idea y me lo contaron cuando tenía como 18 años y ahora tengo 28... y yo le pregunté a mi mamá que porque me habían echado del jardín, y ella me dijo "hija lo que pasa es que usted cuando era chiquitita...", un día mi tía Flora me estaba cuidando y me llamaba y me decía que yo estaba sorda supuestamente según ella y me llevaron al fonoaudiólogo y yo tengo el oído súper sensible, por ejemplo los ruidos fuertes me molestan, soy sensible a la luz también, cuando me ponen la luz de frente siempre me molesta. ¿Entonces que paso?, que claro, el fonoaudiólogo le dijo a mi mamá que fuera al neurólogo, fue al neurólogo y ahí le dijo que si tenía TEA pero leve, de hecho me dieron hasta ritalin y ese tipo de medicamentos, pero mi mamá...

**¿Pero tenías hiperactividad?**

Además, sí, sí era hiperactiva, tipo me descuidaban 5 segundos y yo me estaba mandando un cagazo, no es que no fuera inquieta, yo era como el bebé que se mandaba cagas, o sea desaparecía y me estaba mandando un cagazo, daba vuelta el cloro, el detergente, una vez le desarme la guitarra a mi tío y le saque las cuerdas. Me saque los pañales a los 6 meses entonces, claro, y el problema es que yo tampoco hablaba, recién empecé a hablar aproximadamente a los 6 años, de hecho yo en el colegio particular en el que iba que era especial para los niños desordenados y con ciertas especialidades, porque yo no sabía en ese tiempo, para mí era un colegio solamente, aunque mis papás igual pagaron plata. Me iban a adelantar de curso, iba a quedar en el mismo curso que mi hermana, pero no me adelantaron porque tenían que ver si yo era lo suficientemente

madura para pasar a primero porque estaba en kínder y cuando llegó el momento de la entrevista, porque obviamente un niño de kínder o de primero habla... yo no, yo no hablaba, y la directora me empezó a conversar "Claudia cuéntame... cómo ha sido tu experiencia" y ese tipo de cosas y yo así callada. Y no dije nada y no me adelantaron de curso por eso.

**Oh... y ahí empezaste a hablar a los 6 años...**

Si, como a los 6 años y en todo caso yo nunca tuve problemas para leer, yo leía seguidito... de hecho a mi mamá igual le daba miedo que yo disertara, porque como no hablaba y no decía nada. Pero claro, cuando diserté por primera vez se llevó la sorpresa de que... (risas) de que si hablaba, de que no tenía problemas de habla, entonces ahí mi familia comprendió que yo hablo y digo palabras cuando yo quería en ese momento, no cuando me obligaban. Porque mi mamá me decía, no sé po si le pedía la sal le hacía como así (hace gestos de señalar algo) no le decía "pásame la sal por favor" como lo hacía mi hermana mayor, que ella desde chica habló super claro y super bien, no, yo como que le indicaba así qué era lo que quería. Entonces igual a medida que fui creciendo, igual gracias a ella porque yo iba constantemente al fonoaudiólogo, fui mejorando esa habilidad, y mi mamá trato siempre de mantenerme con mucha gente, o sea, ya, de la básica te puedo decir que eran colegios en los que habían máximo 15 alumnos por sala, pero ya en la media pasamos de 15 alumnos a 30, y ahí para mí fue como un mundo nuevo. Lo bueno es que aunque digan que no, yo encuentro que fue beneficioso haber ido a un liceo de mujeres, porque ahí pude desarrollar mejor mi personalidad entre comillas, como que mejore mi personalidad pero sociabilizar no mucho porque nunca he sido de muchos amigos la verdad de las cosas... onda por ejemplo tengo una mejor amiga y sería, nada más. Igual lo otro es que, dentro de la media... yo soy como muy literal, porque cuando tiran tallas por ejemplo o dicen "oye se cayó la profe" para mí sí, se cayó la profe, pero para otra persona era como no, una broma. Entonces lo que si me pasa hasta el día de hoy es que me tomo las cosas muy literal. Entonces, ¿Qué pasa?, cuando tiran una broma no me río porque pienso que de verdad si paso y después me dicen "Pero Claudia no, si era broma" y ahí recién capto que era una broma, aunque durante la media no tuve ningún problema, en lo que sí te puedo decir que nosotras como mujeres en el tema del apego por ejemplo, pero yo no tengo apego con las personas...

**¿Cómo es eso?**

Le tengo apego a mi perrita, mi bebé.

**A los animales.**

Sí. Mira, por ejemplo, yo empecé a pololear... como para explicarte un poco. Yo creo que ahora me estoy conociendo un poco mejor porque claro, como nunca había conocido a un hombre, no sé si dependencia, pero por ejemplo mi pololo a mí me acepto tal y como soy, así con mi genio porque yo soy idiota más encima. Si por eso practico artes marciales porque entre comillas las artes marciales a mí me ayudan a bajar un poco el nivel de estrés, de que algunas cosas me saquen de quicio, gente que a la gente no les saca de quicio, a mí sí.

### **Te baja los niveles de irritabilidad**

Exacto, ¿Entonces, qué pasa?, por ejemplo... yo igual no es que siempre haya sido cariñosa con mis papás pero yo no soy por ejemplo de las típicas hijas hostigantes que anda todo el rato abrazando y diciéndole "te amo" a sus papás, yo no soy así, y mi mamá por ejemplo, yo no entiendo porque ella no me entiende a mí siendo que ella sabía que yo tengo autismo, porque de repente llego a la casa, paso y no saludo, se me olvida porque (risas) saludo primero a mis perros (risas) y luego la saludo a ella y le digo "hola mami, como estas?", "bien", y después me dice "oye y mi beso?", y como que yo la quedo mirando como con una cara de "no quiero darte ningún beso", y se lo tengo que dar obligada porque si no después se siente mal, entonces no sé si a las mujeres que son TEA sienten lo mismo que yo. Yo por ejemplo de repente me siento obligada a hacer ciertas cosas que yo no quiero hacer, entonces el tema por ejemplo, es que claro, yo no soy de andar diciendo "te amo", de hecho mi pololo a los primeros meses de que me conoció me dijo "oye que eres fría", y yo le dije "pucha, si, lo siento, soy así, no soy muy expresiva", la verdad de las cosas po, o sea igual obviamente soy preocupada porque eso es lo que yo le decía, yo demuestro mis cariños como, no se... "oye como te fue?", "te levantaste bien?", "dormiste bien?", y ese tipo de cosas po, entonces yo por ejemplo, yo igual entre a estudiar a todo esto, soy ingeniera en minas, lamentablemente, si ejercí pero no logré lo que era mi objetivo porque eran muy pocos años de experiencia y la verdad de las cosas las mineras no te toman en cuenta sin experiencia.

### **Ya, y por ejemplo, ¿Cuánto trabajaste?, ¿Cuál era tu objetivo?**

Trabajé 6 meses para una empresa y mi objetivo era... mira la realidad de las cosas, ni siquiera estudié lo que realmente me gustaba, partamos por eso. Estudié ingeniería en minas porque igual me gustaba la carrera, era corta y se podía ganar plata, y dije ya, después lo complemento con lo que a mí me gusta realmente que es bioquímica, pero claro, como los profes y todos te pintan así como al principio de año de la u "no, si ustedes van a salir con trabajo, si hay trabajo, si los ingenieros en minas aquí son todos se los pelean" y ese tipo de cosas... bueno, fue mentira, cuando llegue a fin de año del

último año (risas), mira, yo no tengo problema con ningún ramo que sea como matemático, físico o químico o de biología, pero por ejemplo si tuve problemas con ramos cuando... bueno, durante la media tampoco es que hubiese tenido malas notas, de hecho no tuve ningún rojo durante toda la media, pero por ejemplo en lenguaje e historia, esos ramos me aburrían y en realidad no los tomaba mucho en cuenta. Me pasó en la universidad con un ramo que a pesar de que tiene matemáticas es fome igual, "estadística", que yo nunca iba a clases... y de hecho la pase a la tercera porque dije "ya, tengo que parar, si tengo que pasar el ramo", y aparte que era prerrequisito de un ramo que era casi de los últimos, entonces tenía que pasarlo sí o sí. Me paso con inglés, que para mí inglés igual es fácil, no me sacaba malas notas, entonces la profe... eh... yo tenía todo el promedio sobre 6, pero faltaba mucho y me hizo repetir el ramo porque tenía inasistencia, así que si, ahí aprendí algunas cosas de la universidad que uno no se puede confiar de ciertas cosas... y si por ejemplo tú me preguntas en cuanto experiencias con compañeros, igual no me juntaba con mucha gente, no pasaba solitaria porque igual tenía compañeros, teníamos que estudiar, entonces igual tenía que saber cómo manejarlo. Y con respecto a los hombres, yo he tenido muchos amigos hombres, entonces... ya estaba acostumbrada a estar en el ambiente de hombres, ya estaba como ambientada porque como yo hago artes marciales, practican puros hombres, entonces... Ya sabía más o menos como era el ambiente en la u, no me costó ningún ramo en realidad, pero sí pasé por un momento de estrés que fue cuando me eche casi todo un semestre, porque trabajaba en la noche durante el fin de semana para ayudar a mis papas, y trabajaba por ejemplo, viernes en la noche, sábado en la noche y domingo en la noche y a veces estos tipos me dejaban de domingo a lunes. Entonces en eso igual como que me afectó un poco el tema de trabajar en la noche, pero después me cambié de trabajo como al fin de semana y ahí todo normal, porque igual yo trabajo bien bajo presión. Ahora por ejemplo el otro tema es que yo me tuve que moldear porque antes las entrevistas eran presenciales, y yo tuve que aprender a auto grabarme, porque todas las entrevistas para minería eran videograbación, entonces imagínate cuantas veces falle y me sentí frustrada porque claro, no te sale la entrevista como tu quieres, porque en el momento igual tu te pones en blanco e igual mas encima cuando te dan consejos te dicen "no, es que tienes que sonreír, evita mirar hacia arriba, evita mirar hacia abajo, que tienes que ponerte esta ropa, con cierto peinado, que tienes que estar maquillada", entonces es como todo un protocolo con mucha información, y yo no te voy a mentir, las primeras entrevistas que hice por videollamada fueron horribles, no te voy a mentir, así que tuve que aprender a adaptarme y seguir practicando. Ahora por ejemplo claro, no trabajo en minería por el tema que te comenté de que, uno porque son machistas y dos por la experiencia, así que... estoy trabajando en H&M y ellos no saben que tengo autismo, de hecho en ningún trabajo han sabido que tengo autismo, porque tampoco tengo el papel, porque hace tiempo que no voy al psiquiatra ni al psicólogo, eeh... soy

una persona así como normal, pero el problema que he tenido, que he sentido que varias personas lo comparten conmigo, no sé si es porque somos TEA que no duramos mucho en el trabajo y no es que sea porque nosotras vamos a algo que no... sino que la gente de afuera como que no se porqué no nos escogen a nosotros, por ejemplo cuando hice la práctica, fue en una empresa que le prestaba servicio a la mina, duraba tres meses, pero yo llegaba a la hora, mandaba los informes antes de la fecha estipulada o en la fecha que correspondía. Mi jefe me decía "Claudia hace esto" "ya", cuando no me parecía algo que decían, yo igual les comentaba como "no, saben que es mejor no cambiarlo por tal y tal razón" porque igual obviamente hay que discutir ciertos temas, pero por ejemplo otra compañera... llegaba tarde, terminaba los informes cuando se le daba la gana y todo eso, y a ella la dejaron y a mi no... y yo dije "ya, no importa", y esa misma compañera después renunció... entonces a lo que voy es que de repente la gente no aprovecha a las personas que tienen trabajando, porque si me hubiesen dejado yo hubiera seguido trabajando... aunque tampoco pagaban mucha plata, eran como 500.000 pesos, pero ya por comenzar algo es algo, pero ella no... esperó a que la echaran y la echaron... entonces es a eso a lo que voy, que por ejemplo en donde trabajé en ingeniería que fue la empresa que le prestaba servicio a las minas, que ahí trabajé 6 meses, un compañero que también era de la U, que ya nos conocíamos... o sea, no nos teníamos mucha confianza pero el una vez me trato de "ahueoná", así, literalmente, y yo lo quede mirando y le dije "oye, no me vuelvas a tratar así porque yo no te he tratado a garabatos, un poco más de respeto"... y el otro empezó con "ay que le poni color", porque era medio flaute y cuestiones, y yo le dije al Bastián, que era como nuestro supervisor en esos momentos... el tipo no hizo mucho y le mandó un mensaje a mi jefa explicándole la situación, ¿y sabes lo que hicieron?, al otro día llegaron y dijeron "no, es que esta situación no puede llegar a los oídos de la empresa, porque si llega a ninguno de los dos los van a contratar" y yo así de "me trataron de ahueoná y ¿tengo que aguantar eso?" y yo dije ya... lo voy a dejar pasar porque igual quiero quedar ¿y sabes que paso?, ya, nos hicieron abrazarnos, que se yo, bla bla bla... paso el sexto mes y...

### **¿Y los hicieron abrazarse como cabros chicos?**

Si, y yo lo encontré ilógico porque más encima a mí no me gusta que me toquen tampoco y el pelo tampoco, me carga que me toquen el pelo hablando de eso... Entonces no quería pero ya, lo tuve que hacer. La cosa es que a fines de esos 6 meses se supone que nosotros íbamos a seguir contratados porque (nombra una empresa) tenía otros proyectos... cuento corto justo en esa época todas las faenas se pusieron a despedir como locos a la gente. Ya, se cortaron los proyectos, ¿y adivina a quien dejaron?, al único... a él, al que me trató de "ahueoná"... y yo quedé decepcionada de la empresa, de

verdad... Yo dije o lo dejaron porque tenía una hija, porque él era el único que tenía una hija de todo el grupito... entonces yo dije ya, filo, no importa, pero igual que lata que se hagan ese tipo de injusticias porque claro, yo a él en ningún momento lo trate mal y él a mi si me trato mal, porque a mi no me gusta hablar con garabatos, lo encuentro como super ordinario y no, no me gusta... entonces ese es el tema, que ahí yo ya me aburri y dije "ya, voy a buscar en unos meses más a ver qué pasa"... le hable a mi antigua jefa y le dije "hola, buenas tardes, disculpa la intromisión, quisiera saber si hay puestos de trabajo disponibles o ese tipo de cosas", y me dijo "si, si hay", y yo le dije "hay alguna página a la que pueda postular o si tu me puedes como mover el curriculum", pidiéndolo como favor, porque ella sabía como trabajaba... cuento corto me dijo "no, porque necesitamos hombres como ayudantes de geología para estar en la faena con viento, con nieves, con bajas temperaturas", entonces yo dije ah ya, adiós minería, me carga que sean tan misóginos en su pensamiento, entonces yo dije "adiós minería"

**Pero que ridiculez si tu también podías estar ahí a bajas temperaturas, con viento, con niebla, con toda la cuestión po**

Exactamente... entonces es ese el tema, por eso no lo seguí intentando con minería porque mira, aunque haya más dotación de mujeres en algunas faenas, aunque haya aumentado, sigue el machismo, porque por ejemplo para subirte de puesto los jefes siempre te van a estar diciendo "ah pero salgamos a tomar algo", es normal y muy pocas son las mujeres que les dicen "mira, ¿sabes que?, no... yo subo por mis méritos no porque...", entonces eso, ese es el tema, más que nada eso fue lo que me pasó como en la universidad como principalmente y en el trabajo lo que te comente... y en H&M por ejemplo no discriminan, ellos te evalúan según como tu trabajas, por como te desempeñas

**¿Y tú estás trabajando como ingeniera?**

No, como vendedora... o sea, no nos pagan por venta, nos pagan por un sueldo fijo. Yo trabajo 30 horas y son 6 horas al día, entonces igual no es tanto, son 430, entonces igual no es malo... eh... ¿Qué tengo que hacer ahí? igual no tomo mucho en cuenta a los clientes porque he trabajado también, eso es lo otro po, desde que salí del colegio tuve que aprender a trabajar en retail porque no había otro trabajo más para las mujeres, porque tu sabes que operario de producción era como para hombres y ese tipo de cosas hace 10 años y ahora ya cambió la cosa, antes no era así... así que **tuve que aprender a cómo relacionarme más con los clientes, aprender a cómo envolverlos, a meterles por ejemplo como estuve trabajando en "canon" a meterles más ropa de cama, meterles otros productos, como para aumentar la conversión y ese tipo de cosas. Ahora por ejemplo, claro, en H&M lo que tiene es que no piden muchos puestos de ingeniería**

porque lo mismo... cuando tú estás contratado ellos mismos hacen promociones adentro, por ejemplo necesito un ingeniero en el "DC" que es como la bodega, entonces tú ahí te postulas si eres ingeniera y tienes estudios uno postula y ahí te llaman... que es lo bueno que tiene la empresa, claro, que el problema que tuve yo porque igual la pasé pésimo porque se supone que yo pasaba a indefinido a fines de marzo... lamentablemente no pasó por la pandemia, nos cortaron, así que **en ese momento me sentí super frustrada, menos mal que estaba mi hermana, ella me pudo como consolar porque ella sabe mi condición obviamente,** mi familia igual entonces estaba para la embarrada, porque dije "ya, esta fue la mía, si quedo indefinida me quedo aquí y no busco mas y veo la posibilidad de ir subiendo de a poco", entonces pasó eso, y lo bueno es que me llamaron ahora y volví a trabajar, así que con eso no he tenido problema, en el trabajo en realidad nunca he tenido problema... el otro día no más que un cliente... que me mandaron a Los Dominicos, allá en el Plaza Norte, un cliente de allá arriba no mas que se andaba probando ropa y le habían dicho no se cuantas veces que no se la probara y yo lo pille probándose un poleron y como que me acerque a él y le dije... **yo no soy suavcita para decir las cosas tampoco, que es también un problema que tengo,** y le dije "hey no te puedes probar las prendas acá adentro, por favor me tienes que entregar el poleron" porque se mandan a sanitizar al tiro, si uno ve a alguien probándose algo en H&M tiene que prácticamente quitarle la prenda al cliente y hay que llevarlo a sanitizar según el protocolo y el tipo me empezó a gritar "que por qué tengo que pasarte el poleron" y yo lo miraba así... y me seguía gritando y yo me asomé, vi a un manager que es como tu jefe y le dije "oye, puedes venir ¿por favor?", me dijo "que paso?" y yo le dije "lo que pasa es que el cliente se andaba probando ropa y ya tuvo problemas con otros compañeros y yo le dije que por favor se sacara la prenda y que me la entregara", y ahí fue para allá y le empezó a decir "es que esta cabra chica y esta me dice que me saque el poleron y que se lo entregue y que esto y que lo otro" bla bla bla, y yo estaba al lado de mi jefe, así (hace gesto de mirar hacia arriba), mirándolo tranquilita, porque el tipo igual era alto y yo no dije ni pi, ni nada, ni una palabra, yo estaba calladita, y él "que porque tratan así a los clientes y eso y lo otro" y él le dijo así mira "disculpa si no fue correcta la forma de decirlo de mi compañera, pero en la entrada hay un anfitrión y ellos mismos te dicen que no te puedes probar la ropa ni siquiera encima y se está voceando cada cinco minutos que no se puede probar la ropa porque hay que sanitizar" y el tipo "no, es que yo ya tengo la media vena con H&M porque el verano pasado vine y se me quedaron unos lentes y nunca más aparecieron y salieron 140.000 pesos" y el Guido así como que "acaso ¿yo tengo que cuidar las pertenencias del cliente? No" entonces lo quedó mirando y le dijo "no mezcle peras con manzanas que estamos hablando de esta situación, así que por favor trate de calmarse" y ese tipo de cosas. Bueno cuento corto desapareció el cliente y apareció mi manager que es el de mi departamento y me dijo "ya cuéntame que paso" y se lo conté igual que a ti. Y me dijo

"pucha Claudia mira lo único que te puedo decir es que fuiste muy al choque, tú debiste haberte acercado al cliente y haberle dicho "disculpe ¿usted podría entregarme la prenda?. Porque por temas de salubridad usted no se la puede probar" y yo dentro de mi así como que "y usted cree que el cliente entendió las primeras veces que se probó los gorros, los lentes antes de llegar al poleron?" y me quede callada nomas porque me quedo callada cuando me dicen esas cosas y digo "ya, si, ya, si, ya. Okey, no lo haré" y esas son mis respuestas, por ejemplo cuando alguien me viene a corregir algo, porque yo no soy de discutir así totalmente. Ahora claro cuando soy la del tema ahí si discuto pero con fundamentos. Entonces eso básicamente y con respecto a mi relación, con mi pololo por ejemplo está todo super bien, pero se fue a España.

### **¿Se fue a estudiar?**

A trabajar y a vivir y yo me voy después.

### **Ah y te vas a vivir con el**

Si, si me tengo que llegar a casar, aunque no me gusta el matrimonio pero bueno, todo sea por la nacionalidad. No, si igual me quiero casar con él pero hubiese sido mejor si me hubiera pedido matrimonio, no saber que nos tenemos que casar como por obligación por la nacionalidad más que nada. Él se fue y claro él me estuvo preparando como un año antes "hija acuérdate que me voy a ir"

### **¿Te dice hija?**

Si, me dice hija

### **¿Por qué te dice hija?**

Todos en su familia... por ejemplo mi suegro también "hija" entonces ¿cómo se llama? Me decía "hija esto", "hija lo otro" emmm se puso como un poco más pesado y yo igual sufrí y le dije "por qué te pones así?" y me dijo "me voy a ir, no voy a estar contigo, va a ser diferente", y sí fue diferente porque se fue y ¿sabes qué? como que me metí en mi mundo. Por ejemplo en la casa no hablo mucho, claro te estoy contando esto a ti porque tú lo necesitas para investigación, pero en la casa en sí no hablo mucho, paso abajo igual con mi familia, pero no hay mucha interacción.

Ya y ¿cómo se llama? claro me puse más pesada con respecto a que se me acercaran y me tocaran. Mi hermano como estaba en la cuarentena me molestaba a cada rato, me tocaba y yo: "ya, córtala, aléjate de mí, aléjate de mí" no quería que nadie me tocara, solamente mis perritos; entonces igual fue como un proceso difícil. Los primeros meses, no te voy a mentir, para mi fue super penca. Él no lo sabe porque claro necesita estar

fuerte, entonces si a mí me ve débil, mal, ¿cómo va a aguantar él ahí sabiendo que yo estoy mal acá? Entonces en realidad tampoco a nadie se lo he contado, solo a ti por el tema que te había mencionado de la investigación y ese tipo de cosas porque para que vean que las mujeres cuando pasamos por ciertos procesos, no reaccionamos igual que otros po, porque las demás niñas que yo he conocido me dicen: "pero si tu pololo se fue a España tú estás soltera po", de verdad, me dicen: "si po tú estás soltera, yo lo hubiese dejado hace rato" y yo les quedé mirando y les digo: "¿qué onda su cabeza?"

### **Aquí hay un compromiso**

Sí, exactamente, eso mismo les digo, de hecho mis compañeras dicen como "¡ay! qué si ese weon te va a cagar allá" y yo: "problema de él y mío ¿qué se andan metiendo? es mi relación, no la de ustedes"

**Sientes que a veces como que no percibes bien las reglas sociales, como ese tipo de cosas como que la gente miente por mentir y uno dice así como que "ya, pero ¿cuál es el motivo de esto?"**

Si! y ese es el otro problema que tengo, no puedo mentir porque me pillan al tiro. Mi mamá me mira y me dice: "¿Estás segura?" y yo: "sí" y de repente de un momento a otro me pongo a reír y digo: "ya, sí, no estoy segura". Mi pololo también pues entonces, yo no le puedo mentir. Y no, tampoco tengo la necesidad de andar engañando, porque no es fundamental para mí la necesidad carnal de digamos que de tener contacto con alguien, así que no tengo yo mayor problema.

Entonces ese es el tema y aparte igual, no sé por ejemplo, mi pololo se ha portado conmigo como todo un siete porque me ha mandado plata de allá; yo le retiré el 10% y me dijo que pagara la operación de mi mamá y eso hice con ese 10%, y yo le dije que no lo hiciera porque ese era mi responsabilidad y la de mi familia y no la de él. Pero como él es muy desapegado de sus papás, osea que sus papás no son como sus papás realmente, entonces le da lo mismo, me dijo: "hija, me da lo mismo, si tus papás son mis papás y yo los amo y los quiero ver bien", así que...

### **Que lindo**

Sí, yo puedo decir que tuve suerte con mi pololo, sí tuve suerte, mira y eso que él es más chico que yo

**Sí?**

*Sí, tiene 21 y yo tengo 28, sí, lo que pasa es que a mí cuando era más chica me pasó una cuestión penca, antes no la podía contar, pero ahora sí porque ya han pasado los años y...*

### **Está como decantada la cosa**

*Sí, ya lo he superado, y eso igual gracias a mi familia más que nada porque eso es lo bueno, que he tenido el apoyo de mi familia por lo menos. Cuando tenía como 18 años, fuí a un carrete con unos amigos, estaba acostumbrada a pasar con hombres, porque nunca me sentí cómoda con las mujeres, bueno porque eran muy cahuineras*

### **¿Desde que estabas en el colegio?**

*Si, del liceo, me cargaban... me cargaban porque todas eran cínicas "¡ay! amiga esto, abrazo, abrazo", se daban media vuelta "oye la hueona ¿la viste?" (risas). No y de verdad, de repente la amiga así "¡ay! ¿te va a venir a buscar tu pololo?" y sin mentirte, pasaba un mes y el pololo terminaba con la mejor amiga y la otra ahí andaba con el pololo, y yo así "no -dije-, si las mujeres son bien..." No todas, pero son bien pencas.*

### **Calaña (risas)**

*Si, cuando pueden, te la hacen (risas). Entonces, yo estaba haciendo pre universitario, estaba estudiando y justo trabajaba también, no de noche, pero estaba trabajando en el Doggis entonces terminaba muy tarde y no había dormido muy bien, entonces yo tampoco soy buena para tomar, ni fumar, ni nada de eso, trato de cuidar mi cuerpo, por eso también hago la dieta que te dije, bajo en carbohidratos porque trato de cuidarme. Entonces, ¿qué pasó? pasó que ya fui y los chiquillos ya tomaron, fumaron marihuana, pero todos super piola y había uno que no era de king boxing, que era de kung fu y hacía de repente king boxing. Entonces ¿Qué pasó? pasó que él se quedó con otras personas mas, y eran puros hombres y dos niñas que andaban con los chiquillos que se fueron a acostar al dormitorio obviamente a hacer sus cosas*

### **Ya, ok**

*...personales, y yo me quedé durmiendo en el living, me quedé dormida y este tipo se llamaba Julio y acostó a lado mío, pero con distancia pues, como yo acá en esta punta y él allá en la otra, cuento corto, yo en ese tiempo tenía el sueño tan pesado que tú me movías así, me hacías así, yo no despertaba, ahora ya no lo tengo así, después de eso... estaba durmiendo así y de repente como que despierto y me tenía... no me alcanzó a penetrar, pero sí me tocó varias de mis cosas, de mis partes, entonces... mira, en el momento, tú debes de decir "ya, pero sabes artes marciales, ¿no le pegaste?, ¿no le*

sacaste la chucha?" en ese momento yo me quedé en blanco, yo me quedé así, me quedé congelada, no sabía como reaccionar, le dije "para porfavor", lo corrí con el brazo porque más encima, estaba tomado, estaba drogado y el tipo llevaba años haciendo artes marciales y yo no sabía cómo iba a reaccionar si le pegaba y en el momento tampoco lo pensé, no se me ocurrió como pegarle y la cuestión es que lo corrí y el tipo me insistió, me insistió como 15 minutos cuando ya caché que no... que quería seguir con la cuestión, me paré y me fui. Estuve callada toda una semana y un día me puse a llorar frente al computador y... puta llegó mi primo, me pilló justo y yo no sentí la puerta, porque si yo soy esa persona que si llora, llora sola, si paso la rabia, la paso sola. No como que no me gusta andar diciéndole al mundo "¡ay! tengo pena, ven" no...

### **Como para dentro**

Sí, para adentro, exactamente. Y de hecho, por eso también tengo ese problema con mi pololo, porque también con él es la única persona con la que me puedo soltar entre comillas, como si me pongo a llorar, me pongo a llorar en frente de él. Y ¿qué pasó? pasó que mi primo me encontró llorando "pero Claudia, dime, ¿qué onda, qué onda?" y no podía hablar, porque cuando lloro no puedo hablar, no me salen las palabras, no puedo hablar, me tengo que tranquilizar, y ya después de tranquilizarme, después de un rato ahí recién puedo hablar. Y ahí, después de que me tranquilizó, después de un rato le conté. Le contó a mi mamá y mi mamá habló con el profe del gimnasio. Y el profe del gimnasio le sacó la chucha y le dijo que no volviera más. Y ya a mi papá... Le pedí y le rogué a mi mamá que no le dijera a mi papá porque mi papá si se hubiera enterado lo iba a matar, y yo le decía "no quiero que mi papá se vaya a la cárcel por lo que me pasó". Y en ese momento igual yo dije "ya... si no fue tan grave, porque no hubo penetración" pero igual... Quedé mal psicológicamente, porque no quería que ningún hombre se me acercara y así estuve como 1 o 2 años.

### **¿Y tú estabas pololeando en ese momento?**

No, estaba soltera. Hasta que conocí a mi ex... que ese weón fue como el pico conmigo, por no decirlo de otra forma. Mi ex me manipuló totalmente... fui... porque más encima yo nunca he sido buena para pololear, mi hermana si, ella trajo siempre pololos desde los 14 años y yo nunca. Él era el primero que traía, tenía 23 años, y claro, a mis papás no les gustó, pero yo creo que a todas las mujeres nos pasa que cuando tu papá te dice "no! si él no te corresponde, busca a otra persona" como que uno dice "ah... no, tengo que estar con él para llevarle la contraria a mis papás". Bueno me pasó algo así y si tenían razón, porque ya ponle tu, la relación fue tormentosa, me cago durante un año, yo al principio no sabia pero despues me di cuenta, pero no tenía como pillarlo, y cuento corto, a fin de año me enteré que se iba a casar, con la otra niña. Yo lo corté y al otro

día a mi papá le llegan fotos, porque este tipo cuando estábamos juntos... bueno a mi no me gusta mucho que me saquen fotos porque yo me saco fotos sola (risas) autofotos...

### **¿Como en la intimidad me dices tú?**

Si, me sacaba fotos así y yo le decía "porfa borralas" y nunca las borró. Y ahí me enteré de muchas cosas, le mandó las fotos a mi papá como diciéndole "oye sabes que, me encuentre este celular y esta es su hija", así como que se hizo pasar por una persona que se encontró un celular. Mis papás no me dijeron nada, pero mi papá agarró el teléfono y fue donde trabajaba y le sacó la chucha. Le dijo que si veía alguna de mis fotos en la dark web y cualquier cosa así le iba a tirar a la PDI porque mi papá tiene familiares en la PDI. Así que esa fue como mi experiencia penca en el amor. Y después apareció mi pololo, y en todo caso mi ex también era más chico que yo.

### **¿Se te hacen más fáciles las relaciones con personas menores?**

Si, sabes por qué? porque siento que mas personas mayores te obligan... es como por ejemplo, no se si será un juicio mio pero yo me he fijado que las personas mayores son como "oye yo quiero sexo ahora y dámelo ahora", en cambio cuando es más chico que tu como que hay un cierto respeto, es como " es cuando ella quiere, no cuando yo quiero", porque por ejemplo, al principio de la relación con mi pololo era como cuando nos veíamos sí o sí, si nos veíamos 4 días, los 4 días, eso fue los primeros meses. Pero después empezaron a ser una vez a la semana, y después una vez cada dos semanas, y así sucesivamente. Ahora, bueno ya estamos separados (risas), ya sabemos que nos amamos entonces sabemos que podemos pasar harto tiempo sin tener relaciones, pero a lo que voy es que por ejemplo cuando yo estaba durmiendo "Z", y el como que me decía "(apellido de ella), despierta, por qué no..." y yo le decía "pucha estoy cansada, quiero seguir durmiendo" y él me decía "ya... sigamos durmiendo". Entonces igual al ser una persona menor es como más maleable. Puedes moldearlo, no como te apetezca totalmente, pero si puedes como moldearlo a algo más parecido a lo que a tí te gusta. Y aparte que él, te sigo insistiendo, nunca me faltó el respeto, nunca anduvo mostrando mis fotos, no es de esas personas a las que por ejemplo le hablan al amigo "noo es que mi polola... y su poto... no, es que mira te voy a mostrar las fotos". Mi ex era así, yo no tenía idea pero todos sus compañeros de trabajo y todos sus compañeros de la U me conocían desnuda.

Entonces no... fue fatal para mí ese año, entonces eso más que nada en cuanto a relaciones, no sé si quieres saber algo sobre otra cosa...

**Creo que eres la persona más pequeña que me he encontrado, hablando sobre tu edad de diagnóstico, me gustaría saber cómo fue ese proceso, si te acuerdas o si tus papás te contaron en algún momento...**

*Si, mira, mis papás me contaron... el proceso primero fue: ¿te acuerdas que te conté que mi tía Flora dijo que supuestamente yo estaba sorda? no, no estaba sorda, ya. Yo no tenía ni idea, yo seguía haciendo mis travesuras, dijeron que tenía el oído súper sensible al igual que los ojos a la luz y que tenía TEA leve. Le recomendaron el ritalin a mi mamá porque en ese tiempo tampoco habían medicamentos para gente con autismo entonces el ritalin era una opción para que yo me quedara tranquila y hiciera todo más tranquila, pero mi mamá me dio la mitad de la dosis del ritalin y me dijo que me miró y dijo "no, no le doy nunca más" y yo cuando grande le pregunté "¿Y por qué no me diste, alomejor sería más tranquila, no sé?" y me dijo "no porque hacías todo en cámara lenta, como si estuvieras drogada". Mi mamá me dijo "yo preferí decir chao medicamentos, tendré que aguantarla así" yo no dormía siesta. Yo me acostaba a las 9 de la noche y si me despertaban a las 3am yo no podía seguir durmiendo, a esa hora me despertaba, entonces; por ejemplo mis dos hermanos si eran "pancito de Dios" porque dormían siesta, dormían hartos y no le daban mucho que hacer a mi mamá, pero yo si, ella me decía "tú eras como tres guaguas en una". Y más que nada así fué el proceso, mi mamá cuando entré a kinder me dijo que tenía que estar pendiente de lo que yo me echara a los bolsillos, porque a mi me echaron de un jardín porque una vez fui con piedras en los bolsillos y le empecé a tirar a la gente, y le llegó a una señora y la señora fue a reclamar. Aparte de eso fueron varias cosas más, y como mi hermana se iba del jardín la directora le dijo a mi mamá "aproveche de llevarse a su otra hija al tiro, no la voy a aceptar el próximo año". Mi mamá empezó a pensar en qué colegio me podía meter, le preguntó a la directora y ella dijo que como yo tenía TEA que fuera al (nombre del colegio), dijo "es súper bueno y reciben niños especiales" y ahí me dejó. Ese fué el colegio donde te conté que no hablaba, pero ahí hacía todo lo que me pedían, ahí me mantenían la mente ocupada, porque por ejemplo en el jardín, mi mamá me contó que yo tenía tiempo para hacer maldades porque no me mantenían ocupada, me daban una tarea y terminaba de las primeras, entonces tenía una hora en la que no hacía nada y en esa hora me ponía a hacer maldades. Una vez también me dijo, porque fué otra de las razones por las que me echaron, que había un niño -yo tenía el pelo con más rulos que ahora, me salían desde el casco- me tocó el pelo y yo le pegué, y la mamá fue a reclamarle a la directora, porque no le pegué un combo, lo dejé rasguñado, entonces se le notaba mucho. Y ahí mi mamá me defendió, ya que él me había tocado el pelo a mí, sin mi consentimiento, y la señora tampoco sabía que yo tenía TEA.*

*Bueno continuando con la historia, pasé por el (nombre del colegio), mis papás me acostumbraron a sufrir cambios bruscos, porque después nos fuimos a vivir a otra*

región, y allá fui a otro colegio, nunca tuve problemas ahí, excepto con una profesora, porque yo no suelo prestar atención directamente cuando están hablando, no miro mucho a los ojos, sin embargo escucho todo, y aprendo escuchando. Entonces ella tenía problemas con mi falta de atención en clases, porque yo me daba vuelta en la silla mientras ella hablaba. Le dijo a mi mamá que me iba a hacer una prueba, ella le dijo que la hiciera, que no había problema, era de matemáticas. Ella fue a hablar con la directora y le dijo "si le hace la prueba y a mi hija le va bien, el problema es su profesora, no mi hija", en el colegio sabían que yo tenía TEA, hice la prueba, me saqué un siete y a la profesora la tuvieron que echar del colegio. Porque yo no era la única a la que trataba mal, había otro niño en la clase que también tenía autismo pero peor que el mío, yo tenía leve y él tenía como dos grados más altos que yo. Se manejaba super bien en inglés te juro, tenía 10 años y hablaba inglés perfecto, pero el niño era muy retraído y a veces se ponía agresivo. Yo por ejemplo, también soy un poco agresiva, pero gracias a las artes marciales me sé controlar, porque hubo un tiempo en el que no fui al gimnasio y ahí mi pololo sufrió. Me decía algo y yo le pegaba en el hombro "ya córtala", no aguantaba algo y le pegaba. Hasta que un día me dijo "ya (apellido de ella) para". Ahí me metí a artes marciales y ya se me bajaron las revoluciones, Entonces el niño de allá si era muy agresivo, después me devolví a Santiago de nuevo, pero fue a mitad de año. Ahí tuve un compañero que también tenía autismo, aunque más leve que el niño que te contaba, a él le hacían bullying. Yo pasaba piola, y además de que mi mamá consideraba que no era necesario decirle a todos los directores de los colegios que yo tenía autismo. Yo sufrí bullying más pequeña, por el peso ya que estaba gordita.

### **El bullying lo sufrías desde las niñas?.**

Sí, siempre era desde las niñas.

### **En algún momento sentiste que te dejaban de lado, que te aislaban?.**

Sí, era normal. De hecho hasta el día de hoy es normal eso, y me pregunto por qué pasa, y siempre me he preguntado lo mismo, no sé si será que a la gente no le gusta estar conmigo, o yo soy de cierta forma que no les gusta... por ejemplo, en el trabajo todos siempre se hacen amigos, pero yo no tengo como esa capacidad.

(la llaman por teléfono, contesta, conversa un rato y corta) Ya y eso es lo otro, no me gusta hablar por teléfono, siempre trato de dar la cortá y como que me siguen hablando. Bueno, y volviendo al tema, ese es el problema que tengo. Yo no tengo problema en hablar con cualquier persona desconocida, en entablar una conversación, pero en entablar una relación sí. Mantener una relación es difícil. Por ejemplo, mi hermana tiene

muchos amigos en el trabajo, yo no. Si tú me preguntas, yo llevo ocho meses trabajando en la misma empresa, ¿tengo algún amigo? No, no tengo ningún amigo. Tengo buena onda y todo, y a veces dejo que me abracen porque son conocidos de mi hermana y ella les tiene confianza, pero cuando yo recién llegué, sufrí una situación súper penca, hubo un carrete al que yo fui, fueron puros hombres, lo pasamos súper bien y todo y después la semana siguiente una de las chiquillas estuvo de cumpleaños, y yo ni me enteré, me metí al grupo que teníamos todos juntos en el trabajo y me habían eliminado, yo me sentí super mal. Ahí llegué a mi casa llorando, me preguntaba qué era lo que yo había hecho para que me eliminaran así. Después me enteré que decían que yo era la sapa, que contaba que ellos hablaban en los probadores, que se tomaban más minutos de descanso, o que se sacaban fotos en el trabajo. Yo no estaba ni ahí, si los miraba, porque estaban infringiendo las normas de la empresa, porque imagínate tú; si es que tu descanso es de 15 minutos y te demoras 15 minutos más, ¿quién se va a atrasar? Tu compañero, no yo. yo no le estaba afectando a nadie, sin embargo ellos si afectaban con su comportamiento a otras personas. Y me eliminaron, entonces lo terrible era que yo llegaba a la oficina y ellos me miraban y me pelaban (porque me daba cuenta, yo no soy tonta) Lloré un día completo, y después mi pololo me dijo "ya hija, no llores, total ¿qué importa, quienes son ellos?" Y yo pienso, claro que importa porque ahora me estoy dando cuenta de que sí tengo problemas para mantener relaciones sociales. Con mi pololo no fue difícil, porque es como que él sabe como controlarme, no sé cómo decirlo, él me conoce y me aceptó tal como soy.

**Sí claro, y es que además hay un nivel de intimidad diferente.**

Exactamente, entonces con la otra gente me cuesta mucho. Y esa es la otra cosa, me carga la gente mentirosa, o tonta, que ese es mi otro problema de, por ejemplo, mi pololo es super inteligente, de hecho, por eso me gustó porque él a pesar de que su vida fue penca desde que nació hasta hoy día, porque su papá no es papá es amigo, él lo había echado de la casa hace poco y más encima estaba solo en España, pero ya lo arreglaron. Mi suegra lo dejó botado y mi pololo pasó de casa en casa de familiares, con decirte eso, con eso maduro muy rápido, mira mi cuñada mejor dicho mis dos cuñadas y el hermano más chico, yo una vez le dije a mi pololo, "sabes que tu hermanos son tontos" y una vez yo le dije a mi pololo que no quería decir que no son inteligentes, son tontos porque no saben usar su inteligencia porque, por ejemplo, el Agustín que era el más chico dejaba que su hermana mayor le hiciera las tareas y yo siempre hice mis tareas sola, yo le dije ¿qué le estás inculcando al niño? Que le hagan todo, otra razón porque me carga la familia de mi pololo por parte de mamá, no de papá porque mi suegro es súper inteligente, por ejemplo una vez fui donde la tía y me dijo que si podía pasar la u copiando lo haría todos los años y yo pensé que si te cuesta mucho un ramo

que lo pase copiando porque si esa es tu única opción hazlo, pero pasar todo copiando por copiar no y lo otro también es que no me gustaba ir a ninguna de sus casas porque son tan cahuineros y peladoras, iba donde mi suegra "y es que la Paola, -que es la tía de mi pololo-, la Paola es aquí, de esta forma" y luego se veían y era como "hermana te amo" y yo así.

### **Si, obvio que harían eso contigo.**

Si, aparte eso le decía a mi pololo que me deben pelar de lo lindo cuando me voy y de verdad a mí se me nota en la cara cuando no quiero estar en algún lugar y una vez fui a una fiesta con sus familiares, yo soy tranquila, trato de buscar un ambiente tranquilo donde no sea tan ruidoso, escandaloso, ni nada de eso, me senté y tenían la música y más encima son gritones, yo estaba aburrida, obviamente, en el sillón y como mi mamá y mi pololo me inculcaron que no siempre tengo que decir la verdad, que no es necesario en algunos casos, entonces se acerca mi cuñada y me pregunta "qué te pasa Claudia" y le dije que me sentía mal, que andaba con dolor de estómago, me ofrecían sopaipillas y yo decía que estaba enferma del estómago, no estaba ni ahí con cagarme de hambre, pero prefería decir eso porque la cara no la podía cambiar y mi pololo después me decía que "tanto me costaba cambiar la cara" y yo le dije que no me obligara a estar en un lugar que no quería estar porque yo no lo obligo a ir donde él no quiere ir, "si a tí no le gusta estar donde mis abuelos no vayas, yo no te obligo, fin del tema, si a mí no me gusta estar con tu familia no voy, fin del tema voy por el rato y luego me devuelvo y chao", entonces eso es lo que pasa, pero si fallo en el tema social a mí me cuesta mucho mantener relaciones, hasta de la misma universidad, muchos de los chiquillos se siguen juntando que eran los grupos en donde yo estaba de repente y a mí no me tienen agregada al WhatsApp, no me hablan.

### **Y el tema de los comentarios ¿qué tipos de comentarios recibiste alrededor de tu vida como por el hecho de ser autista?**

Lo que pasa es que no toda la gente sabe.

### **Eso mismo te quería preguntar.**

Porque, por ejemplo, mis compañeros de básica, que una vez hicimos una junta, supieron hace poco en esa junta porque decían que les daba lata haber sido de esa forma con él y yo les decía que yo también tenía autismo y me quedaron mirando y me dijeron "¿en serio?" y yo les dije que sí que solamente no se me notaba y claro yo en ese momento yo no lo sabía porque mi mamá me lo dijo más grande.

### **¿A qué edad te enteraste?**

Cuando tenía como 18 años.

## **¿Sentiste que ese momento como que fue un cambio para ti?**

*Sí, porque comprendí muchas cosas, por ejemplo actitudes que yo tenía que no eran normales, una reacción por ejemplo mi hermana si le pasa algo al perro, mi hermana lo toma y lo lleva al veterinario, mi reacción si le pasa algo el perro me pongo llorar, no sé qué hacer, me quedo en blanco y me pasa en todas las situaciones fuertes que he pasado, por ejemplo una vez mi papá se estaba ahogando y yo me puse a llorar y no paraba y mi mamá se acercó a mí y me dijo "hija tranquilízate", no sé cuantos minutos habrán pasado que yo ni podía tranquilizarme y después me tranquilizo y claro son reacciones que yo tengo y no toda la gente tiene, igual por ejemplo con el tema que me dé cuenta de los chistes, lo tomo muy literal y los demás no lo toman literal y comencé a comprender porque yo era así y empecé a investigar y no tengo problemas para hablar porque yo puedo hablar con cualquier persona, pero el tema es que si tengo problema para mantener las relaciones y tomo todo literal y de eso me fui dando cuenta y, por ejemplo, hay gente que no le molesta la luz, los ruidos fuertes y a mí sí me molestan.*

**Empezaste a mirar para atrás y empezaste a entender la razón por la cual eras así.**

*Si exactamente y me irrita mucho porque yo me siento en el sillón y me carga que mi papá suba el volumen de la tele, me molesta, me pongo idiota, yo me pongo idiota, lo asumo, tengo que la tele en 20 o 25 máximo lo puedo escuchar hasta 30 más de eso me empieza a molestar y en lo otro que me he fijado es que si a mi hermana no le sale algo, para ella es simple no le salió y lo que vale es la intención, pero si a mí no me sale algo me siento tan frustrada y me dan ganas de destruir lo que hice porque lo hice mal pero si a mi hermana no le sale algo "ya no me salió, pero lo que vale es la intención" y para mi si no salió, perfecto no quiero que lo vean y quiero hacerlo desaparecer y otra de las cualidades escondida que tengo, que en el trabajo no la uso, pero en mi casa si porque es mi zona de confort es que cuando me siento frustrada me pasa eso, me dan ganas de pegarle a algo, pegarme a mí misma o romper algo, tengo esa necesidad pero me sé controlar, que es el punto que quiero llegar, que me puedo controlar, no tengo problemas de hacer show y ese tipo de cosas, por ejemplo me pasa que cuando salgo con los perros me estreso porque yo saco pasear a dos que son los míos, pero saco tres, uno que es la de mi mamá porque no tienen tiempo, más los de mi hermana y a veces el de mi hermano, pero cuando voy con los tres de repente a uno se le sale la correa, los otros me están tirando y hay que colocarle la correa colapso y lo único que hago es gritar que la corten y mi mamá me pregunta "pero que te pasa Claudia" y dentro de mí digo "si me conoce y pregunta".*

**Tantos años ya.**

El otro día también, se me estaba arrancando uno de mis perros porque se le salió la correa, la toña con la pelu estaban así y estaba mi hermana al lado y me dice "ya tranquilízate" y yo así "ya respira" y me fui tranquilita, entonces ese es el tema que la gente me conoce como de forma superficial, pero no es que ellos tampoco están interesados en conocerme más allá.

**¿Qué pasa por ejemplo de que tú no les dices que eres autista, pero hay comentarios de que eres rara, como si estuvieras fuera del mundo "normal"?**

A mí me han dicho que "la Claudia es especial para tus cosas" y yo quedo mirando y hago así (levanta los hombros) y no me importa, mi mamá me inculcó mucho con mi papá que no me debe importar la opinión de los demás que es más importante tu propia opinión y la de tus cercanos que realmente te aman.

**En este caso tuviste como una red de apoyo muy grande, como cuando fuiste a la básica, pero en ese momento que te diste cuenta de que eres autista empezaste a mirar para atrás y ¿había muchas cosas que se explicaron por eso?**

Si, cosas que yo no entendía, por ejemplo mi mamá me decía "le desarmaste la guitarra a tu tío Ricardo cuando tenías dos años" y yo así "qué niño chico a esa edad desarma una guitarra para sacarle las cuerdas" y claro me dijo que yo era maldadosa, que me gustaba andar haciendo cosas, vi a mi abuelo cuando era chica enderezar la patente y me dijo que yo después tomé el martillo y lo golpeé, pero no lo deje derecho obviamente pero estaba haciendo lo que él hacía, entonces como tú dijiste esa cuestión de espejo es verdad porque yo por ejemplo veía a alguien haciendo algo y yo lo hacía, entonces en realidad ese es el tema como que siento que el mundo no está preparado para la gente así.

**Lo que pasa es que las personas en general tienen esto de que lo diferente los asusta y se alejan de eso y las personas neurotípicas hacen eso, pero por mil.**

De partida nos tratan como enfermos, a mí no se me nota porque parezco normal, de hecho a cualquier persona que le hablo y que le he contado que tengo autismo o leve autismo me quedan mirando, preguntando si estoy segura, ¿Qué pasa? Mira le echo la culpa a las propias mamás que criaron a sus hijos como a la gente de alrededor ¿Por qué? porque si tú estás constantemente, y yo creo que gracias a eso también soy así, mi mamá nunca me dijo "tu eres una niña especial o enferma, tienes autismo, tienes TEA" no, a mí me fue a contar cuando yo era grande, entonces me crió como una persona normal y yo crecí pensando que era normal, igual el cambio no fue brusco porque me dijo eso y yo empecé a comprender muchas cosas que pasaban antes y que dije "ah sí es verdad".

Entonces ¿Qué pasó? las mamás de ahora tienden a sobreproteger a sus hijos, en el grupo de TEA de Facebook varias mamás me han dicho "oye tu estudiaste, ¿Cómo lo hiciste?" y yo les digo que cuando sus hijos entren a la media los dejen ser, porque cuando él te necesite te dirá, pero deja que vaya solo al colegio, que vaya al carrete solo, obviamente con supervisión de que si esta la oportunidad de ir a dejarlo y a buscarlo bien, pero tiene que pasar el proceso solo porque si no no crece y terminan siendo dependientes, por ejemplo este niño al que conocí lo terminé eliminando porque ya me tenía chata con que las mujeres éramos aquí o allá, él decía que estuvo con una mujer que había estado no sé con cuántos tipos antes y para él era puta, entonces esos pensamiento a mí no me atrajo. **En verdad el ambiente no está adaptado para ciertas personas**, por ejemplo, yo igual pude adaptarme en un colegio donde había mucha gente porque yo no lo sabía.

**¿Tú crees que si lo hubieras sabido, hubieras manejado mejor ciertas situaciones?**

Si, una vez en el liceo una compañera me tiró un estuche en la cara y después me enteré que yo le caía mal y éramos un grupo de amigas supuestamente.

**¿Tú no te habías dado cuenta de eso?**

No porque es como fingir, fingen que les caigo bien, y yo no me voy a preocupar más allá de eso, tampoco era mi mejor amiga.

**No te das cuenta de que no es así porque entiendes todo literal.**

Pero, como obviamente yo practicaba artes marciales, me tiró el estuche tonteando supuestamente, yo pensé me tengo que aguantar y respirar, no decir nada y cuando me enteré que le caía mal y le dije que porque no me decía las cosas en la cara en vez de andar tirando estuches, le dije que ni siquiera me interesaba la razón de caerle mal pero que me dijera las cosas a la cara y para mí se acabó el tema, yo soy así y sigo siendo así, porque me carga cuando andan con cuchicheos y a mí me gusta que anden sin rodeos, si hice algo mal en el trabajo diganmelo, no es necesario que anden suavemente, lo bueno de H&M es que no te retan, te tratan de corregir de una forma positiva eso es lo que me gusta de la empresa.

**¿Pero en el trabajo no saben que eres autista?**

No y no sé en qué podría afectar, porque **es un tema que a muchos les asusta.**

**Te empiezan a mirar y tratar diferente.**

Prefiero no decirlo, prefiero quedarme callada, mi pololo y la gente justa lo sabe.

**¿Qué pasó cuando tu pololo se enteró?**

*No cambió en nada su actitud.*

### **Pero el darse cuenta y saber esto.**

*Él sabía del principio, siempre le dije que era especial para mis cosas, nunca le mentí, a mi ex si admito que le mentí, pero a él no, al principio no le dije nada, pero después cuando nos empezamos a conocer, llevábamos como tres meses cuando le dije que tenía una condición que no se me nota, pero que tengo autismo y claro quedó sorprendido porque se imaginaba una persona como casi Síndrome de Down, es que ese es el tema, no cambió su perspectiva respecto a mi y claro igual entendió varias cosas, por ejemplo a la tía del Bryan me decía, porque igual le dije, si yo tengo autismo de chica y me decía "usted tiene otra cosa" y así como se lo dijo un neurólogo a mi mamá que va a andar mintiendo, si fui al fonoaudiólogo hasta los 14 años, claro que yo no sabía para qué eran las terapias pero sí tengo problemas para pronunciar la letra "r" y por eso me llevaron al fonoaudiólogo aparte nunca lo aprendí a decir bien, por eso si de repente me oyes hablar y digo alguna palabra rara con "r" es porque me cuesta pronunciarla.*

### **No me había dado cuenta.**

*Por eso te digo que son cosas que no se notan, no sé, pero te puedo decir que el mundo no está preparado para las personas que tienen ciertos problemas.*

### **O ciertas características diferentes, si al final ustedes no tienen problemas, solo que se mueven en el mundo de una manera distinta a los demás.**

*Exactamente, yo por ejemplo en el liceo había estudiado técnico en enfermería, era sequísima, pero no estudié medicina porque dije cuánto años son, cinco medicina en general más la especialización que yo quería hacer tanatóloga serían 12, y yo dije no, adiós, olvídalo, son muchos años estudiando mejor no y si hubiera la facilidad de salir a los 26 años uno dice "si, es buena edad" pero salir a los 30 por estar estudiando toda tu vida, no.*

### **Sin tener un trabajo en ese momento.**

*Aparte que vi cuanto salía la carrera y yo me fui para atrás, no voy a dejar que mis papás me paguen esto, yo estudié con beca y crédito, entonces imagínate dije voy a estudiar bioquímica y después encontré ingeniería en minas porque en el Inacap no había bioquímica, me podía meter a la USACH, pero pasaba en paro y mi prima igual había estudiado ahí y me dijo que al final uno termina sacando la carrera en tres años más de lo que deberías salir por el tema de los paros, entonces dije "no voy a estudiar en la USACH, filo, en el INACAP son 4 años, la universidad no pasa en paro y no es malo porque mi primo igual había estudiado ahí, tiene trabajo y se compró casa y ahí me metí*

y estudie esa carrera, igual me quise cambiar en algún momento pero mi mamá no me dejó.

**¿Sientes que tu relación contigo misma cambió en algún momento al enterarte que eres autista? ¿Tuviste que entrar en un proceso de redescubrimiento?**

Si, tuve que hacerlo porque claro pasaron cosas como tú mencionaste que fui entendiendo cuando me dijeron, dije yo soy así por tales razones, entonces, por ejemplo, volver a.

**Entonces era como "no era rara, era esto".**

Si y no solamente eso, sino redescubrirme y cuestionar mis reacciones, por ejemplo, hay situaciones que pasan cosas y yo no las pienso a veces y como que reacciono y después la pienso y la mayoría de la gente piensa primero y después reacciona.

**Eres como impulsiva.**

Si y me empecé a cuestionar, que tenía que calmarme un poco y pensar lo que diría, me pasó con un tipo que me mandó muchos mensajes y no los pesque por la misma razón, ese tipo llega y me dice "te mande un texto diciendo: le salió tan chico el pescado que no nos sigue comprado vecina, si nosotros repartimos en todo parque central" y yo así como que como, o sea problema mío si no quiero comprar o no y le mandé el texto diciendo que primero que todo que porque coloca este texto siendo que es problema mío si quiero comprar o no y voy a comprar cuando yo quiera o pueda, me contestó y me mando como seis masajes, no sé qué respondió y ni me interesa, yo había borrado un mensaje que era muy pesado antes, entonces dije que mejor iba a responderle más suavemente, ese es el tema que ahora trato de pensar más mis reacciones.

**¿Crees que las reglas sociales o los protocolos son difíciles para ti?**

En realidad si, por lo menos acá en Chile no puedes decir las cosas como son, no puedes ser una persona directa siempre tienes que andar diciéndolo suavemente, muy indirecto, no puedes ser tú, siempre hay que fingir ser una persona en el trabajo, entonces yo creo que ese tema igual es complicado para la persona que es autista, porque hay días que no tengo ganas de estar sonriendo ni nada eso, pero lo tengo que hacer porque trabajo en una tienda donde trabajan personas y clientes, entonces uno no puede ser siempre como uno quiere, también me pasó en la práctica en donde el jefe era medio machista tampoco podías decirle "oye, pero esta cuestión está mal", sino que también tenía que aprender a quedarme callada, lo otro que también me carga y hasta el día de hoy me sigue cargando que, por ejemplo, yo con mi hermana nos amamos y nos llevamos bien, pero cuando discutimos mi mamá desde chica siempre me dijo cállate y que ella hablara, entonces siempre me he cuestionado la razón de tener que quedarme

*callada ¿Por qué no puedo decir las cosas? Y claro porque si yo lo pienso, si le empiezo a decir las cosas a mi hermana como que se le aviva el fuego y será peor, no parará nunca y será más pelea, entonces cuando discuto con ella me quedo callada, cosa que a mí no me gusta.*

*Entonces mi mamá y mi pololo me enseñaron como a quedarme callada en ciertas situaciones, porque por ejemplo mi suegra "ay mi hijo, lo amo" y yo en mi cabeza "ay, sí su hijo...".*

*Una vez le mandé un mensaje a mi pololo le dije directa, "deja de llorar por tu mamá, ella no te merece, ella prefiere otra cosa que a un hijo", así yo le puse y el celular llegó a manos de ella porque se lo pasó al hermano chico y al Bryan se le olvidó limpiarlo para que pudiera tenerlo el hermano chico y leyó la conversación, y el Bryan no estaba ni ahí y le dije que si me decía algo yo misma le iba a parar los carros y yo que me venga a decir algo a mí porque se lo podría decir en la cara porque no me interesa porque es verdad, y no poder decir las cosas hace que uno termine pelando y yo no soy de andar pelando, la verdad, a mí me gusta ir de frente diciendo las cosas de frente porque mi conciencia está tranquila y yo encuentro que en esta sociedad a todos de alguna forma nos hacen callar.*

**Si a veces no es viable poder hacer eso en el mundo que vivimos.**

*Por ejemplo en el trabajo uno tiene que aprender a callar y es obvio, pero en otras situaciones como familiares no.*

**Son las reglas sociales, hay que seguirlas.**

*Eso es lo que me molesta un poco y también el tema de que yo tengo rulos y el tema del maquillaje a mí no me gusta maquillarme mucho, pero de vez en cuando, yo me pongo, cuando yo quiero, me maquillo cuando yo quiero no cuando el mundo me diga "oye, pero porque no vienes con falda", me carga que acá se impone algo, cuando yo hice la práctica iba con mi cara de trasero al trabajo y mi mamá dijo "hija usted va así al trabajo, pero si usted trabaja en oficina, no puede ir así" y por eso me tuve que maquillar, entonces son reglas que no deberían pasar porque no deberían fijarse en ti como persona, sino como tu haces tu trabajo y ese es el tema que me molesta porque debes cumplir con ciertos estándares sociales.*

**¿Sientes que, con tus características, tu personalidad, para ti no es tan lícito vivir en el mundo en que vivimos?**

*La verdad no, no es fácil porque por ejemplo, a mí el tema de buscar trabajo se me hizo difícil, estar estable en un trabajo también, mantener relaciones también, igual no tengo necesidad de mantener relaciones porque me gusta mi soledad y siento que no soy una*

persona que necesita cariño porque mis papás y mi familia me dan mucho amor y cariño y mis perros obviamente, entonces no necesito nada más allá, ahora no sé cómo será para las personas que si le hicieron falta la parte cariño mamá y papá, pero por lo menos en mi caso no, entonces igual si cuesta adaptarse porque si voy a una entrevista yo sé que tengo TEA, pero la persona que me entrevistó no, entonces me pasa que cuando no me llaman o me dicen que no quede porque estoy sobrecalificada porque sé mucho y una vez si me pasó y no me dejaron porque mi papá y mi mamá me dijeron y le pregunte a esta persona y dijo "tu puesto no era como para ser, por ejemplo, ser la cajera de coca-cola" pagaban \$700 mil pesos y eso es lo que le pagan a una persona que lleva recién un año en minería y a mí me daba lo mismo, la cuestión era trabajar.

Entonces pasa que siempre quedo con la duda de el por qué no me llamaron, siendo que ellos te dicen te vamos a mandar un correo diciéndote un feedback y nunca lo hacen, entonces yo creo que una persona normal te dice ya no me llamaron y chao, pero una persona con mi condición queda mal, queda metido en el tema, imagínate la primera vez que yo tenía práctica y estaba entre comillas asegurada, pero no salió porque el gerente llegó y dijo necesito un hombre no una mujer, entonces dejó al niño y a mí no, yo ese día llegué y mi mamá me tuvo que contener porque estaba llorando y no podía parar.

Entonces a eso es a lo que voy, por ejemplo, en el tiempo que encontré práctica, otra compañera encontró práctica, pero ella había salido como un año y medio antes, entonces imagínate ella no estaba frustrada, así como yo.

### **Tú necesitas que las cosas sean más directas y más honestas.**

Ese es el tema que me carga porque dentro del proceso no son honestos, no te dicen la verdad, la gente en sí finge, igual es como complicado vivir en este mundo que no es tan adaptado para nosotros porque las bromas pueden ser piolas, pero uno no entiende.

### **Te pueden estar molestando incluso y uno no se percata de eso.**

Exactamente eso me pasa de repente, me pasó que mi mejor amiga tiró una talla y yo no la entendí pero era una talla de doble sentido, por ejemplo de un fármaco y yo dije "ya, pero si esa cuestión está en la farmacia ahumada" y me quedaron mirando y mi amiga me dijo "mi amiga tan inocente que es" y me tuvieron que explicar el chiste, lo bueno es que mi amiga siempre me aceptó tal cual como soy, yo creo que el mayor problema es que uno se termina adaptando a los demás cuando debería ser mutuo.

### **Creo que abarcamos todos los temas que queríamos tocar.**

Espero que te sirva mucho y que te vaya muy bien en tu tesis porque yo sé que es difícil, porque igual hice y el tema igual es complicado, igual hay otras niñas en el grupo y hay una que se enteró grande que era TEA y sus hijos también lo son.

**Por lo general pasa que cuando las mujeres tienen hijos y le dicen que tiene TEA, se dan cuenta que hay algo que también encaja con ellas, comienzan a investigar y se dan cuenta que también son autistas.**

*Si ese es el tema.*

**Bueno, muchas gracias por abrirte tanto conmigo.**

*Si, el tema de investigación, es tu tesis, entonces no puedo no ayudarte porque yo también pasé por lo mismo y es complicado.*

**Al final hay que empezar a leer entre líneas y analizar los discursos de esa manera.**

*Si tú hubieses sido otra persona y me dice conozcámonos no le cuento sobre mí porque no me da confianza, tú tienes un respaldo, ya es diferente, de verdad muchas gracias y cualquier duda me escribes.*

**Muchas gracias a ti y cuando tenga la tesis y la entregue te la voy a compartir para que sepas en que participaste.**

*Muchas gracias, sería muy interesante leer eso.*

Camila, 30 años. Edad de diagnóstico: 25 años. Chile.

**Bueno Camila, para comenzar contándome un poco sobre ti.**

*Bueno, yo soy Ingeniera química, pero actualmente no estoy trabajando porque estoy dedicada a mis hijos que también están en evaluación para espectro autista.*

**¿Cuántos años me dijiste que tenían ambos?**

*10 años la mayor y tres años y medio. Ya perfecto eso, bueno... Vivo con mi pareja, con mis papás y eso, llevo una vida relativamente tranquila fuera del tema de la terapia y todo eso que tengo que tengo que hacer con los niños.*

**¿Tus dos hijos son autistas?**

*Ehh... Si, están en el proceso de evaluación. Con mi hija ha sido más difícil, ella tiene 10 años, y ella está desde los dos años en evaluación y todavía no se le entrega un*

diagnóstico formal. Y ahora estamos, bueno he visitado muchas neurólogas y finalmente el año pasado encontré una neuróloga especialista en espectro autista, ella la está evaluando y bueno, le mandó hacer unos exámenes, la mandó a una evaluación con la terapeuta ocupacional, fonoaudióloga, una evaluación multidisciplinar super completa. Entonces, ahora que tenemos toda la información, ella ya está realizando como la evaluación final, para poder dar por fin el diagnóstico.

## **Ah.. entiendo**

Si, y con mi hijo menor, él tiene rasgos más visibles, tiene 3 años y medio y recién está empezando a hablar. Eh... bueno, él tenía también como rabieta, todavía las tiene: grita... pero es un niño súper dulce, súper carismático también. Eh.. bueno, y nos dimos cuenta porque... por la forma en que jugaba, todo en línea, formada sus autitos, los juguetes o cuando le hablábamos no hacía caso... Era como que estuvo atrapado en una burbuja, en su mundo, hasta los dos años y medio que él... no miraba, no hacía contacto visual con ninguno de nosotros. Esto cambió cuando estaba un poquito más grande, ahora ya interactúa un poquito más con nosotros, mira a los ojos... así que... bueno, pero el igual tiene sus temas, es como muy cuadrado en algunos aspectos. Por ejemplo... no sé, si le sirvo la comida y llegó el vaso en un lugar y alguien se lo mueve, "no", el devuelve el vaso al lugar, y ese tipo de cosas. Así que, bueno en eso las terapias igual se han visto un poco retrasadas por el tema de la pandemia, hemos estado sin terapia con ellos, pero bueno, esperemos que las podamos retomar pronto.

**Claro... Es difícil el tema de las terapias ahora que estamos en pandemia, sobre todo con niños, ya que es difícil que mantengan su atención en una pantalla tan pequeña... teniendo en cuenta que antes tenían un box lleno de juguetes con los cuales comunicarse.**

Claro, y bueno mi hijo igual ahora está con un poco de fobia social... persona desconocida que ve, le da un ataque como de histeria. Eso es lo que ha sido más difícil en este último tiempo. Bueno... Las veces que ha venido visitas, o algo así es todo un tema. Hay que esconderse con él... así que... bueno, con eso nos hemos estado dando vueltas últimamente.

## **¿Y tu hija?¿Cómo te diste cuenta de que podía ser autista?**

Cuando me hicieron mi diagnóstico... Bueno, ella siempre ha tenido dificultades, desde que va al jardín. Ella fue a dos jardines infantiles y después ha estado en un mismo colegio hasta el día de hoy. Ella siempre ha recibido como... no críticas, sino que...

llamadas de atención, en el colegio, en los jardines... que no ponía atención, que vivía como "en una burbuja" me decían, que ella estaba en su mundo, por ejemplo en el jardín me decía la tía, la educadora, que estaban todos los niños sentados haciendo actividades y ella no, ella andaba mirando el cielo... las hojas, entonces era como que estaba en su mundo... entonces ella nunca se adapta a los otros niños.

### **Y ¿Cuántos años tenía ella cuando tú fuiste diagnosticada?**

Ella tenía 5, no, a ver... Esto fue a los 25... 5 años, claro, más o menos.

### **Y en ese momento tu dijiste "mmm mi hija... también"**

Claro, me calzó. Pero a mí en primera instancia me diagnosticó un psiquiatra... y bueno, yo me asusté con el diagnóstico... no lo acepté. Entonces me quedé callada, no le dije a nadie... y bueno, por sucesos de la vida... volví nuevamente a tratarme con psiquiatra, y nuevamente, otro profesional distinto me volvió a hacer el diagnóstico, después de algunas sesiones me diagnosticó y ahí me explicó que no era algo malo... entonces como que ya... ahí ya empezó a cobrar un poco más sentido todo. Ahí también pude entender a mi hija y también empezar a ayudarla.

### **Y ¿Cómo llegaste a este diagnóstico?**

Eh... bueno siempre he tenido problemas como ansiedad, entonces... siempre he requerido tomar medicamentos, bueno se me han dado diferentes medicamentos por el tema de la ansiedad... he tenido insomnio... insomnio muy grave, no podía dormir. Entonces... Estas cosas me hicieron consultar con un especialista y... y bueno ellos me hicieron como una entrevista, me han estado haciendo preguntas, y ahí como que ellos llegaron a esa conclusión.

### **Y tu tenías 25 años cuando pasa esto, cuando recién te dijeron "mira, podría ser este tu diagnóstico"**

Claro, ese fue el primer diagnóstico, el que no lo quise aceptar y ya el segundo fue... cuando ya le conté a toda la familia y fue como que le expliqué, y dijeron "ah... con razón". Claro, sí. Ah el tema también, muchas cosas, de que me molestaban los ruidos, los olores, las texturas, la gente... todas estas cosas empezaron a cobrar sentido. Y claro, ya el segundo diagnóstico fue a los 28, hace dos años atrás.

**¿Cómo fue tu infancia, tu adolescencia? me imagino que en tu adolescencia también necesitaste atención psicológica o psiquiátrica, por el tema de la ansiedad.**

*Sí, yo la necesité pero nunca la tuve. Bueno, por el tema de la desinformación también, mis papás no sabían sobre el autismo en mujeres. Se conocía como el cliché del autismo: El típico niño que no habla, que no mira, que no levanta la cabeza. Entonces se desconocía, esto se viene conociendo hace muy poco. Entonces, claro, yo analizando hacia atrás, veo que sí me habría hecho muy bien recibir ayuda, terapia ocupacional, psicólogo, fonoaudiólogo.*

**O sea, te hubiera gustado recibir el diagnóstico antes.**

*Claro, yo tuve una infancia... no fue difícil pero sí complicada. Yo me acuerdo que era como que todo el mundo avanzaba en cámara rápida y yo como que no sabía qué hacer porque todo iba muy rápido. Entonces, nunca sabía que había que hacer, por ejemplo en el colegio: había tarea, cosas y yo nunca supe, nunca entendía, a pesar de qué siempre... No me ha costado... O sea, no tengo problemas de aprendizaje, pero sí de concentración, de saber lo que tenía que hacer, de trabajar en equipo. También mirando, dándome cuenta hacia atrás, me costó mucho hacer amigos también, siempre que me invitaban a jugar a la pinta, al tombo, nunca sabía... Nunca entendí esos juegos. Viendo eso, claro: fue complicado si lo analizo. Y en la adolescencia también, fue más complicado todavía; nunca logré conectarme con mis compañeros, con la gente de mi edad. Siempre tuve gustos como un poco diferentes y un poco obsesivos, entonces claro, ellos me hacían burla.*

**Entonces sufriste bullying en el colegio.**

*Eh... sí, pero no siento que me haya afectado.*

**Suele pasar que las mujeres con autismo y que sufren bullying en el colegio, en general cuando son niñas, no se dan cuenta de que le están haciendo bullying.**

*Eso! claro! yo recién cuando salí del colegio empecé como a analizar ciertas actitudes, y ahí como que me empezó a calzar algunas cosas. Y claro, ahí me di cuenta de que efectivamente algunas bromas no eran tan bromas sino que eran comentarios super ofensivos, entonces... eh... Ese es como mi punto débil, como que a veces no sé cómo enlazar algunas ideas con lo que me ha pasado, como que no sé crear esa conexión,*

como que no relaciono bien algunas cosas; como que una persona dice algo y yo me puedo dar cuenta a los días después "ah... por eso". (risas) sí, en ese sentido soy bien lenta.

**ya, entonces te molestaban y tú no te dabas cuenta de que te estaban molestando.**

Claro, o simplemente... Las cosas de repente me las decían mis compañeros " oye dijo tal cosa" y yo no había escuchado, es que siempre estaba como metida en mi cabeza, estaba con mis temas, en ese tiempo quise aprender alemán, entonces estaba todo el día en mi mente practicando alemán, practicando las palabras en alemán, tratando de escuchar música en alemán, entonces, con eso me estaba dando vuelta yo. Ah, y leía mucho también, siempre he leído mucho. Entonces ese era mi mundo, entonces nunca tuve como el tiempo de preocuparme por lo que pasaba fuera.

**¿Y en qué momento empezaste a tener ansiedad? de tener la necesidad de obtener ayuda, o sea ¿en qué momento se comenzó a escapar de tus manos?**

cuando tuve mi primera separación con el papá de mi hija mayor, eh... Ahí yo quedé super mal, porque ahora entendiendo, me sacaron de mi estructura. Bueno, nosotros teníamos planes, íbamos a comprar una parcela, nos queríamos casar, mi hija ya tenía 4 o 5 años, Entonces, él de un día para otro se fue y eso como que me desestabilizó completamente. Y no sé si es tanto que yo lo quería, a lo mejor ya no lo quería sino que era como un amigo nomás, pero los planes, eso me frustró mucho como, como que ya me vi sin nada, sin ningún plan, todo lo que habíamos planeado ya no estaba, entonces eso me frustró mucho, y lloraba... y no, ahí fue mal entonces ahí tuve que visitar al psiquiatra. Claro, eso fue, yo creo que fue más el tema de qué me desestabilizó el tema de los planes.

**¿Y tú tenías 21 años?**

25, o 24 por ahí. 24, sí. Entonces ahí consulté, y ahí recibí el diagnóstico. Y ahí no... Bueno, ahí estuvo un tiempo en tratamiento y... Bueno, lo dejé porque entré a trabajar, justo había egresado de mi carrera y me dijeron que iban a hacer unos exámenes pre ocupacionales y me comentaban algunas compañeras que uno no podía estar tomando remedios y esas cosas, porque como uno trabaja con reactores químicos, con instrumentos con calor, uno tiene que estar atento al 100%, entonces por ese motivo dejé el tratamiento. Y ahí después seguí mi vida normal por algunos meses, un año, dos años más o menos. Ahí trabajando, haciendo mi vida con mi hija, entremedio conocí a

mi pareja de ahora, bueno ahí lo conocía desde mucho antes, años atrás, pero... empezamos a estar juntos más o menos unos seis o siete meses después de mi quiebre de la primera relación, y bueno, **la segunda consulta fue nuevamente porque terminé con el papá de mi hijo**, el mas chiquitito. Ahí consulte nuevamente, **y ahí fue el segundo diagnóstico**, y nada pero después con él nos arreglamos y estamos juntos y no... No hay problema.

**Bueno hartos "sube y baja". ¿Cómo fue tu tipo de juego cuando eras chica, como lo que hablabas de tus hijos?.**

Ah... Bueno mi mamá ahora que sabe del tema, mi abuela, observa en el más chiquitito sobre todo y **me dicen que yo jugaba así**, era como siempre solita, siempre sola y que formaba como todo en línea, todo en filita los juguetes, los peluches, y podía estar todo el día jugando sola y hablaba muy poco, era muy literal. Me acuerdo que me cuentan siempre de una vez que andaba paseando en el centro y dicen "oye mira para arriba", y yo me fui todo el camino mirando para arriba. Entonces después ellos me explicaban que no, que yo siempre caminaba mirando para abajo, entonces ellos querían que yo mirara al frente, entonces yo estuve un buen rato, una media hora caminando mirando hacia arriba. Entonces ese tipo de cosas me cuestan, que **soy muy literal**. Igual que mi hija ahora, que mi hija no aguanta bromas, Se enoja... Yo también era así, ahora gracias a mi pareja me he soltado un poco más en ese aspecto, porque él es como bien sarcástico, bien bueno para las bromas, entonces ya me he relajado un poco más, he entendido las cosas. Pero mi hija yo la veo igual a mí en ese sentido.

**claro, has tenido que aprender igual, el lenguaje de la gente que habla de ese modo, de manera sarcástica.**

claro, no y en ese sentido, el tener a mi segunda pareja me ha servido mucho, él es completamente lo opuesto a mí. Entonces él también me ayuda, y **desde que él supo también mi diagnóstico**, él me asiste, me ayuda, es como mi cuidador como se dice, entonces cada vez que tengo que hacer alguna cosa, algún trámite, yo lo llamo a él y él me dice "tú podrías hacerlo así" o "no le hables con ese tono a la persona porque no le puede parecer bien", y ese tipo de cosas, él me ayuda bastante.

**¿Sientes que has sido como una liberación para ti?.**

Eh... sí.

**me dijiste que en el principio no, que te dio miedo. ¿Pero luego cuando lo asimilaste sientes que te ayudo a entenderte a ti misma de cierta manera?**

claro. Entender muchas cosas y yo no sabía... Bueno, siempre supe que había algo raro conmigo. Mi familia también, siempre supo que había algo extraño conmigo. Bueno, de chiquitita siempre me decían que había algo raro conmigo, siempre andaba con los oídos tapados, que andaba escondida mirando hacia abajo. Entonces... Y yo siempre me sentí diferente, yo sabía que algo pasaba conmigo, entonces ya saber que era, y que no era algo tan malo cómo podría haber sido otra cosa, algún... Esquizofrenia, trastorno de la personalidad, que son cosas un poco más complejas, o bipolaridad. Eh... no, me sentí aliviada, de saber que bueno, soy diferente nomás, no soy mala, yo pensaba en algún momento que yo era mala porque a mí me molestaban los ruidos por ejemplo. Entonces ya... Eso... Como que ya es una liberación super grande. Y bueno, ahora veo que a lo mejor estas cosas, que uno es así, es por algo, o sea, a lo mejor necesito hacer algo como que me haga concentrarme mucho, entonces tal vez por eso nació así, es como la explicación que tengo. O a lo mejor, por mis hijos. Como que he tratado de encontrarle explicación, o sentido.

**¿Cómo es para ti ser mujer y ser TEA en este mundo? ¿Qué significa?**

la verdad es que igual es, bueno la verdad es que yo estoy en varios grupos de Facebook y cosas, y como que se romantizó el término del autismo, y bueno tan maravilloso no es, porque uno sufre harto. Eh... Yo por ejemplo hoy en día, ahora mismo he tenido algunas dificultades con profesores de mi hija, con algunos apoderados porque yo sí tengo que reclamar o decir algo, si tengo que defender a mi hija, yo lo hago. Entonces, como que ahí de repente choco con las personas, entonces es complejo y bueno, hay un par de mamás que también son TEA en el curso de mi hija, entonces con ellas nos entendemos un poco más, pero aún así somos super frontales, y eso como que nos hace tener dificultades con las otras personas, entonces, no es tan bonito ser autista, es difícil. Y por ejemplo para mí es súper complicado también, porque tengo que andar todos los días con los oídos tapados, porque todo ruido me molesta, entonces de repente me hablan y no escucho... Y es como, es difícil. Bueno, mi familia ya sabe, lo que pasa es que acá vivimos harta gente, vivimos con mis abuelos, vivo con mis papás y con mi tía además de mis hijos y mi pareja, somos hartas personas. Entonces, ellos saben que no me pueden hablar todos al mismo tiempo, porque me bloqueo, entonces aquí en mi casa yo me siento en mi área de confort, me siento segura porque todos me entienden, todos me comprenden, entonces ir afuera por ejemplo y que toda la gente me hable al mismo tiempo y que no entiendan porque no respondo o me enoja, es difícil, es complicado para mí, estarle explicando a todo el mundo "bueno, soy TEA... me pasa esto... por esto

tengo estas reacciones tal vez... no es que esté enojada, siempre mi cara anda así como enojada". Entonces, yo encuentro que es difícil, ah... Y en el trabajo también me costó harto, está el tema de... Bueno, yo siempre iba al día con mi trabajo, incluso adelantada pero... Qué pasa, que mis compañeros iban atrasados y ahí me llamaba mi jefe y me decía "¿tú sabes que ellos están atrasados?" "sí" "¿Y por qué no les ayudas?" "bueno porque es su trabajo" Entonces es como la falta de iniciativa que le llaman, pero a mí nunca me dijeron que yo podía ayudar a mis compañeros, entonces son ese tipo de cosas que uno va aprendiendo con el tiempo, que a lo mejor para los demás es como super normal, para mí no lo son, como empatizar con los demás, yo no... "Porque tengo que hacer el trabajo de otros si yo tengo que hacer mi trabajo" Entonces lo encuentro difícil.

**Y en ese momento en el que le dices a otras personas que eres autista, ¿qué impresiones has recibido de la gente, qué comentarios has recibido?**

Eh... La verdad es que no he podido como... Le he comentado solo a mi círculo más cercano, que es mi familia, la familia de mi pareja, a mi ex pareja que nosotros somos amigos ahora y claro, ahora ellos han tenido una super buena recepción, han averiguado, se han informado. Y la verdad es que me aceptan, me apoyan bastante, y sobretodo mi ex pareja, él me dice "ah... Con razón te molestaban los ruidos y la gente y por eso no podíamos salir tranquilos, y te molestabas cuando estabas con mucha gente" y como que todo ya para ellos empezó a cobrar sentido. Entonces ellos ya aceptan super bien el diagnóstico y me apoyan.

**me dijiste que andabas en la calle como con los oídos tapados, ¿eso es literal, andas con tapones?**

Con tapones, sí.

**¿Y cómo te relacionas con la música?**

La música me gusta harto, de hecho me da por temporadas con algunas músicas. El año pasado me dio con la música electrónica, no, hace como tres años que vengo con la música electrónica, que es tanta la pasión que sentí por esa música y bueno lo siento todavía, que si hay algo por fuera que me llegara a molestar como que mi pasión por la música lo bloquea. De hecho, fui a un festival de música electrónica y no tuve problema, o sea, estuve disfrutando todo el tiempo en la música.

### **A pesar de que había mucha gente.**

*Si... Como que no... Yo estaba alucinada con las luces, con la música, ver a los Dj's famosos que estaban ahí, verlos por fin así como en vivo, escuchar su música en vivo, y ver a la gente como disfrutaba, para mi fue completamente algo nuevo el disfrutar a la gente, porque estaban disfrutando algo igual que yo.*

### **Wow, que potente.**

*sí*

### **Y por ejemplo el uso de audífonos, si es que vas escuchando en la calle música, ¿te gusta hacer eso?**

*sí, siempre ando escuchando música, si no estoy con los tapones ando escuchando música en la calle. Aquí en la casa igual, hago aseo, pongo la música. Así que, no tengo problema, yo creo que es como selectivo el tema de los ruidos me parece, porque hay ruidos que me molestan mucho, pero la música no.*

### **Pero si está la música fuerte, no importa.**

*pero si me molesta por ejemplo la gente cuando come.*

### **Ah ya, como el sonido.**

*claro, o cuando traga saliva o los tacos de las personas, como ese tipo de sonidos más cortos, más leves puede ser.*

### **¿Qué pasa si pasa un carro de bomberos, eso te afecta de alguna manera?**

*antes, yo diría hace algunos años atrás, sí, me molestaba bastante, de hecho yo soy la típica vecina que le echa los carabineros a los vecinos (risas) porque bueno, hay fiesta, hay gritos, y yo digo "por qué se tiene que reír tan fuerte, pero por qué tienen que estar ahí en el patio" entonces claro, pero ya me he ido relajando un poco con ese tema, porque digo "pucha la gente también tiene derecho disfrutar, igual como yo lo hago, a lo mejor a ellos también les molesta mi música" entonces, ya como que he ido mejorando la empatía en ese aspecto.*

### **¿Y el tema de la empatía te ha sido difícil?**

... Sí, pero lo he ido trabajando, de hecho **mi pareja siempre me ha dicho que era la persona más fría del mundo**, o sea que nunca había conocido a alguien como yo, nunca le hacía regalos para su cumpleaños, no lo saludaba, y en todos los días cuando nos estábamos conociendo él me decía "buenos días ¿Cómo estás?" y yo "bien" (risas) Y era como sí, y él siempre me mandaba flores, chocolates, tenía detalles "oye -me decía- y ¿te llegó algo a la casa?" "sí" (risas). Y era como, ya en esas cosas he aprendido a trabajar más, **entonces ya hace un par de años atrás, empecé a entender que a él también le podría gustar recibir cosas, entonces para un cumpleaños le mandé un oso con unos chocolates al trabajo**, y me llamó llorando y todo, que yo había hecho eso, que cómo había hecho eso, que nunca pensó que yo iba a ser algo así, qué iba yo a buscar un sitio de internet, buscar, cotizar, llamar, pedir, que nunca pensó que yo me iba a dar todo ese trabajo. Porque hasta para hablar por teléfono a veces yo no quería, entonces como decía, es gracias a él que me he ido encaminando un poco más hacia la normalidad.

**Claro, como a las normas sociales, a los protocolos.**

Claro, entonces eso, eso con respecto a eso.

**Y ¿cómo es tu empatía con los animales?**

Eh... yo diría que igual que a las personas, o a lo mejor más alta, puede ser porque yo tengo una perrita y yo le hablo, le hago cariño igual, si veo perritos en la calle me gusta mucho, y les hablo, bueno, yo diría que es bastante más empatía con los animales a lo mejor. Claro, y a mi hija igual le gustan mucho los animales, entonces sí, **hay harta empatía con los animalitos**. He tenido tortugas, peces.

**¿Qué pasa en el caso de que bueno, tú tienes un hijo hombre, una hija mujer, y son todos autistas, entonces qué diferencias ves, como en lo referente a sexos?**

¿Como entre ellos dos? ¿Cómo características del autismo?

**Sí, y también contigo.**

Bueno, **en hombres, como he leído por ahí es mucho más notorio, eso yo no sé a qué se debe pero las mujeres es como que...** Somos más observadoras, intentamos camuflarnos por así decirlo, **entonces, yo me acuerdo que siempre estaba mirando a los demás, porque yo no sabía reírme tampoco, y tampoco sabía llorar.** Entonces yo empecé a

reírme cuando nació mi hija, yo tenía 20 años, empecé a ver cómo se reía la gente a carcajadas y a mí no me salían, y era como empezar a observar para aprender hacer lo mismo, y yo veo lo mismo de mi hija, pero los niños no, como que son más... Como que ellos son nomás, como que no hay relación, o como que no hay una relación más fuerte con el entorno, no hay una preocupación. Eso es lo que yo veo a la corta edad de mi hijo.

**¿como que no le interesa mimetizarse?**

no, no. Pero nosotras sí, yo siempre quise como pasar desapercibida y no lo logré pero (risas) Y aparte, sobre todo en el colegio, mi mamá era profesora y entonces como que todos me conocían y más encima era una niña super rara, entonces me costó hartito.

**Me estabas hablando de qué te camuflabas, de qué pasabas desapercibida, ¿tú conoces el término del masking o camuflaje en el autismo mujeres?**

No.

**Bueno, el masking es como una herramienta que tienen las mujeres autistas, que es esta manera en la que miran a los demás e imitan, como una especie de espejo. Entonces, una amiga se empieza a tocar el pelo y siempre lo hace, y tú te empiezas a tocar el pelo, pero es algo como que viene desde adentro como que pasa nomás. Entonces esas cosas, sobretodo el masking hace que el autismo en hombres sea mucho más notorio que en mujeres, y que los profesionales no se den cuenta ya que cuándo evalúan a una niña se dan cuenta de que ella mira los ojos, de que ella habla super bien, de que conversa con los demás, como que tiene gestos super sociales, como el gesto de tocarse el pelo pero no saben que lo aprendió de su amiga, que lo está copiando de allá...**

Claro, bueno en el caso de mi hija la neuróloga que le evaluó ahora último, me dice que hay escaso contacto visual, ella habla pero siempre mirando para el cielo, a la pared, pero hay muy poco contacto visual. Pero si me fijaba en eso, como que de repente llega con nuevas formas de hablar del colegio y yo como "ya..." o habla como con otro tono de voz por ejemplo, o habla como mexicano porque ve YouTube, se le pega. Entonces ahí yo me he fijado en eso sobre todo en ella, ya que la puedo observar, yo cuando más chica como no sabía no... Yo todo esto lo aprendí sola sin darme cuenta.

**bueno tú me dijiste que el proceso de diagnóstico había sido importante, como el darte cuenta de cosas que no te habías dado cuenta antes, y el entender**

**porque habían pasado esas cosas... ¿Cómo es tu relación contigo misma después de enterarte de esto, después de empezar a reconocerte?**

*Eh... Mucho mejor, hay un entendimiento mucho más grande conmigo misma, como que recobraron sentido muchas cosas, ahora como que me siento más libre de hablar, de decir lo que me gusta, de hacer lo que me gusta. Y lo bueno es que con mi familia y con mi pareja tengo bastante apoyo entonces, ellos ya saben que cuando me obsesiono con algo es como "uh... Vamos a aprender todo de eso" por ejemplo ahora nos dio con el tema de Corea con mi hija y nos gusta la comida coreana, y la música coreana, y es todo sobre Corea. Todos los días aquí en mi casa preparamos comida coreana (risas) entonces ya es como... Un entendimiento mejor conmigo misma, ya no tengo esa vergüenza de hacer ciertas cosas.*

**claro, como que te empezaste a reconectar, como en verdad a pensar que era lo que te gustaba, que era lo que no te gustaba, cuál es eran tus reacciones que realmente eran tuyas...**

*claro, y sobre todo lo que más me afectaba siempre fue el tema de los ruidos, de hacer sentir mal a los demás por siempre estar con los oídos tapados, o de repente no querer comer con mi familia por el tema de los ruidos. Y ya como que eso pasó a segundo plano, entonces como que ha sido mucho más... Se me facilitó mucho más el camino cuando recibí el diagnóstico.*

**Suena liberador.**

*sí. Y ahora ellos ya entienden, porque siempre me andaban reclamando que andaba con mis tapones, que por qué andaba con mis tapones en los oídos, "que le molestamos nosotros" y ahora ellos ya entienden, entonces ya no hay problema con eso.*

**Puedes ser tú misma hora.**

*Claro... claro.*

**¿Qué crees que hubiera pasado si es que nunca hubieras recibido este diagnóstico?**

*Uf... Tal vez a esta altura ya estaría en una crisis más o menos, porque son tantas cosas acumuladas que uno no entiende, tantas reacciones que de repente uno no se puede*

*explicar tampoco... Entonces sería... No lo sé, sería súper difícil. Sobre todo considerando que mis dos hijos también son TEA, entonces creo que no sería nada bueno mi presente y mi futuro si no hubiera recibido un diagnóstico.*

**Wow, ¿qué hubiera pasado si por ejemplo hubieras recibido el diagnóstico a la edad de tu hijo menor alrededor de los dos años, tres años?**

*bueno, hubiera tenido una vida mucho mejor. No digo que mi vida sea mala, mi vida es súper buena, tengo una vida súper tranquila, tengo mucho apoyo, me llevo muy bien con todos, con mi familia, con mis hijos, con todos, como que tengo una vida muy armoniosa. A lo mejor hubiera tenido un poco más de éxito pensando en lo laboral, a lo mejor hubiera tomado otros caminos, a lo mejor me hubiera enfocado un poco más en el tema laboral. Yo siempre le tuve como rechazo al trabajo, como miedo, y tal vez si hubiera tratado eso antes en ese momento hubiera estado como... Tal vez hubiera estudiado lo mismo, o lo que siempre soñaba que era estudiar astronomía, a lo mejor lo hubiera hecho.*

**¿Crees que hubiera cambiado algo en tu niñez, o en tu adolescencia, con el tema de haber sabido quién eras?**

*sí, bastante. Yo creo que de haber sabido me hubiera gustado que todos los demás hubieran sabido también, que yo era diferente. Y que también existen otras personas que son como yo, que son diferentes. Y bueno, también me gustaría que la gente nos incluyera a todos nosotros, entonces... Creo que si hubiera cambiado bastante haber sabido antes, y me hubiera gustado que todos lo supieran también, para que me pudieran aceptar un poco más.*

**¿Crees que para las mujeres autistas es lícito ser como son en el mundo en el que vivimos?**

*¿Qué es lícito?*

**que es permitido, que pueden ser como son.**

*yo creo que... Depende, depende del contexto y del entorno en el que se desenvuelva la persona, por ejemplo en mi caso yo ahora puedo ser como soy, pero hay gente que tal vez... Está desenvuelta en otros tipos de ambiente y no es como válido para ellas ser como son. No se les valida su forma de ser tal vez.*

**¿Y en el caso de que nunca hubieras recibido el diagnóstico, crees que sería lícito ser como eres?**

*claro, si no hubiera recibido el diagnóstico, claro, todavía estaría encasillada. Claro, ahora mi familia entiende que me siento cruzada de piernas para comer, que como con las manos, entonces por así decirlo en mi entorno se me permite casi todo o todo, porque igual no son cosas tan terribles las que hago por ejemplo comer con las manos o andar con tapones en los oídos entonces... O hablar todo el día sobre Corea, o de Turquía. Entonces, por ejemplo en mi ambiente, en mi entorno yo creo que sí, puedo hacer como soy, pero depende de cada mujer, cada persona, cómo se desenvuelve, qué tipo de familia tiene, o en qué tipo de trabajo está, todo eso.*

**bueno, estamos llegando al final de la entrevista, ¿Te gustaría contarme algo más?**

*Eh... no lo sé, bueno creo que... Comentar que igual ahora entendí con el tema del diagnóstico que es importante también darme tiempo para mí, para poder descansar, para poder hacer mis cosas, porque sino se me va a acumulando como la ansiedad de hacer lo que me gusta y después me puedo frustrar, entonces si quiero hacer algo trato de hacerlo, entonces ahora ¿qué hago? Corro, tengo mi máquina trotadora y corro todos los días, también juego PlayStation (risas) Alomejor juego cosas de hombre pero eso es lo que a mí me gusta, y es necesario hacerlas porque si no como que se me va juntando la ansiedad y después ando enojada y todo me molesta... Entonces eso, como que entendí que es mejor darme mis gustos también.*

**Cómo liberar energía.**

*Claro.*

**Muchas gracias por todo, por la entrevista, por la confianza también, por abrirte, el querer contar por ejemplo cómo fue tu infancia, qué fue lo que sentiste con esto, te agradezco.**

*no, de qué, espero que te vaya muy bien en tu tesis. Éxito!*

Rubí, 36 años. Edad de diagnóstico: 35 años. Argentina.

### **¿Cómo estás?**

*Ahí estoy, de salud no ando muy bien y anímicamente ando bien.*

### **Eso es algo bueno**

*Mi perrita quiere salir a pasear y me interrumpe.*

### **No hay problema. Cuéntame ¿qué te pasó con el tema de la salud?**

*Tiene que ver un poquito con todo, estoy enferma los riñones parece y fue un medicamento que tiene que ver con malos diagnósticos físicos y también psiquiátricos que me afectaban a los riñones, entonces se fue acumulando y me fueron causando molestias, piedritas, cálculos, también puede ser por el agua de la zona y también tiene que ver porque yo me olvido de ir al baño y aguanto mucho, entonces hay varios factores llegó a piedra nefritis que es una infección en los riñones cuando la infección urinaria se va hacia arriba y es como muy grave, entonces estoy en eso.*

### **Ojalá que tengas suerte ¿tú crees que fueron por los psicofármacos?**

*Sí, son muy pesados, son muy pesados y los mismos médicos lo están reconociendo, no lo querían reconocer, pero sí han sido los psicofármacos.*

**Bueno hay mucha gente que le pasa lo mismo y qué raro que se te olvide ir al baño, me he encontrado con otras mujeres autistas que se les olvida ir al baño y como que no sienten como esa presión corporal como de necesidad.**

*No, dentro del autismo hay muchas que nos pasa eso, por eso es importante el diagnóstico porque a medida que vas conociendo y sabiendo tanto las características buenas del autismo, como estas cosas que son dificultosas, puedes entender un poco más y decirle a un médico "no ese medicamento me hace mal", "a mí me pasa esto, entonces tengo esta dificultad" y a lo mejor influyen en lo que me está diciendo, "no es tan así como usted me dice, pero entiendo lo que me dice", entonces es como que a medida que uno va aprendiendo un poquito más de todo.*

*No es que uno sea hipocondríaco, por ejemplo, es que necesita saber qué es lo que está diciendo un médico para saber cómo va a actuar en relación a mi caso, por ejemplo, con mi enfermedad de los riñones y cómo sanarme, porque quiero sanarme de esto, no quiero seguir y no quiero que un medicamento me enferme más, por algo que a lo mejor ya tengo, porque sé que también tengo problemas hormonales que tienen que ver con la paratiroides y esta controla el calcio y si yo tengo un desequilibrio y el calcio en vez de irse a los huesos, a los dientes lo que sea, se va a los riñones y se estanca y junto con lo*

que se estanca de los remedios más el agua que es dura y otras cosas entonces sé que puedo trabajar para ir sanando esto, si el agua es dura voy a tener que consumir otra agua, si el medicamento es pesado no lo puedo tomar si yo tengo problemas hormonales hay que tratar los problemas hormonales para que no pase eso.

Entonces no se trata de ser hipocondríaco, sino que saber eso y de ahí a mí me han salido muchos diagnósticos porque he estado ocho años con el problema de los riñones y no estoy deprimida porque estoy enferma los riñones, lo único que no quiero es que siga avanzando y llegar a diálisis y no soy pesimista, es que yo sé que ahora se puede detener y que puedo mejorar porque mis riñones están sanos, las funciones y los análisis de sangre no saldrían eso y no estoy buscando entender el análisis de sangre, ni estudiar medicina para entender el análisis de sangre, el doctor me dice "está bien, esto está así y así" y le puedo preguntar un poquito más en relación a eso, pero con el interés de sanarme, no con el interés de estudiar medicina, ni ser hipocondríaca, ni decir estoy súper enferma de los riñones no voy a hacer nada en mi vida, me voy a quedar acostada y no voy a hacer nada, en ese sentido a mí me ha ayudado porque me despoje de esas cosas y pude dejar los psicofármacos, también me dejó otras cosas el haber dejado los psicofármacos.

**Me imagino, pero que bueno el tema de que por el diagnóstico te hayas dado cuenta de que tienes que prestarle atención a por lo menos ir al baño a tomar agua.**

Tiene que ver con el sistema interoceptivo, creo que es, que es de las sensaciones internas y externas.

Un autista puede ser súper hipersensible, como en mi caso, soy muy sensible a muchas cosas, e hiposensible es no sentir mucho, pero ¿cómo uno sin un diagnóstico puede saber eso? ¿cómo uno puede entender lo que siente la otra persona? pero cuando yo era niña veía que lloraban todos mis compañeros cuando nos vacunan en la escuela, no todos, pero en su mayoría y hasta los varones, entonces decía "que exagerados si es un pinchazo, como un mosquito" o cuando me rompí el mentón y me tuvieron que coser a los 6 años y el médico me estaba cociendo y la anestesista le dice al doctor "no le puse la anestesia" y él dice "pero si voy en el cuarto o quinto punto y esta niñita no dijo nada, o sea, hace un par de gestos, pero no dijo nada" no es que yo no sintiera cada pinchazo los sentía cada uno, pero no era una cosa que me imposibilitara y que no pudiera estar quieta sintiendo todo eso porque mientras él me cosía yo veía las luces del pabellón, sentía los olores de los medicamentos, sentía el sonido de las pisadas, de los ruidos de afuera, estaba concentrada en tantas cosas que él podía estar haciendo eso y me concentraba en mis hipersensibilidades y podía superar esa parte del dolor que no era

*tan grande y distraerme porque me molestaba más el ruido las bocinas, la sirena que entraba en el hospital que el que me estuviera cocinando.*

*Si me hubiesen puesto un calmante de la anestesia, me hubiese relajado y no hubiese estado en esa tensión del bochinche de hospital y hubiese estado tranquila igual, pero yo tuve otros recursos como para estar tranquila en ese momento y que se pueden considerar dificultades para otras personas, para mí si bien me acarrea dificultades, pero no son dificultades permanentes, entonces es como que yo puedo compensar mi hiposensibilidad con mi hipersensibilidad y he buscado recursos, si esto era algo que hacía los 6 años imagina las cosas que puedo aprender ahora sabiendo que soy autista y entendiendo y diciendo "con razón me pasa eso".*

*Entonces, por ejemplo, yo no estaba deprimida cuando la doctora me dijo que estaba deprimida, me pasaba esta cosa, que es normal en autistas o cuando la doctora dijo que tenía un ataque de manía por "supuestamente" ser bipolar, no tenía un ataque manía yo estaba en un meltdown, nada que ver y esas cosas.*

**Claro, además que son muy manejables también, por ejemplo, el tema de los ruidos muchos autistas y autistas mujeres se ponen audífonos o tapones para los oídos para salir a la calle y no tienen ningún problema, pero también tienen que saber eso, que son esto como para poder manejarlo y que no es que sean raros y que sean como alaracos como a veces algunas familias dicen.**

*Es que son recursos, yo acá puedo superar muchas de esas cosas porque vivo en un pueblo chiquito que no hay tanto bullicio ni nada, pero por ejemplo yo ahora en cuarentena duermo super bien porque estoy encontrando este equilibrio al saber que soy autista y otra es porque las discotecas o boliches no están funcionando, yo tengo una cerca de mi casa que cuando son los fines de semana me dejan la cabecita mal y cuando tomaba los medicamentos podía dormir, pero traían efectos secundarios tan importantes que me afectaban también mi salud física y emocional, no solamente la física, entonces yo no quiero a estos medicamentos, yo quiero buscar otros recursos como para poder superar eso y en caso extremadamente necesario recurrir a lo mejor a un ansiolítico porque pero yo saber, o sea, en que me explique ¿en qué consiste el ansiolítico? ¿cuáles son los efectos secundarios o cuáles no? para poder tomarlo en cuenta porque dentro de esos efectos secundarios hay un 5% de que me toque y me toca que se me duerme la lengua, me pique la piel y es irritable, o sea, me voy a irritar por otro lado, entonces si yo ya sé que puede provocar ese efecto secundario yo determinare si estoy dispuesta a soportar ese efecto secundario o no, no es por ser hipocondríaca estar buscando todas las cosas para ver si me enfermo de eso, no, es para anticiparme, los autistas nos anticipamos a muchas cosas porque somos sobre analíticos, entonces nos interesa*

nuestro bienestar, sabemos nuestras dificultades y también podemos entender nuestras fortalezas a través del diagnóstico.

**Esto te afecta en algunas otras cosas, como el ser sobre analítica, te afecta en áreas, por ejemplo, las relaciones sociales, como una relación de pareja o de amigos que pasa algo y uno como que empieza a pensar y sobre analizar la situación?**

*Eso estoy tratándolo con la psicóloga, o sea, es como ¿que quiso decir con lo que dijo? ¿qué fue el gesto ese? ¿eso fue un gesto de aprobación? ¿un gesto de molestia? porque no entiendo este gesto que me hizo ¿qué quiere decir? ese gesto lo hizo antes, pero ¿en qué momento? ¿en qué situación social? lo hizo cuando está enojado ¿por qué está enojado? y es como que, por ejemplo, ahora que yo tengo una mayor comunicación con autistas, en ese sentido hacemos una determinada cosa para algo, un gesto para eso y si no es esto hacemos un paréntesis, le decimos al otro autista no este gesto es por tal cosa, entonces el otro "ah ya era eso" y seguimos con lo de uno.*

*En la comunicación autista está una cosa medular que sería el tronco de una conversación y después vienen las ramificaciones donde son paréntesis y de los paréntesis hay un paréntesis de un paréntesis, pero después vuelta el tronco y en toda esta conversación, pero esto es así de alguna forma que ese paréntesis sobre eso, pero no me pierdo entonces qué pasa a la diferencia que a veces pasa que hay comorbilidades como el TDAH que puede tener un autista.*

*En mi caso me confundían con eso, o sea, yo si me distraigo mucho, pero sigo pensando en lo medular y entonces vuelta a lo de si las relaciones sociales me afectan, sí, porque yo con mis 36 años he querido tener una pareja y no he tenido porque no entendía cómo se comunicaban, o sea, me han venido y me han dicho "qué bonito que te queda el peinado así", "pero si mi peinado no es bonito, me hice una cosa" y me quedo pensando en el peinado, no en que me estaban halagando, entonces es cuando veo la sonrisa que me está haciendo y pasan los meses y digo "no me estaba hablando del peinado", pero ese hombre ya dejó de tener interés en mí y quizá esté de novio con otra persona y ahora él me interesa, entonces ahora yo tengo que dejar eso de lado porque no puedo hacer nada, entonces si me ha afectado en mis relaciones porque es como "¿que estaba queriendo decir?" entonces es difícil.*

**Pero no significa que como autista seas como distraída, sino que tu atención se fragmenta en muchas partes a la vez, entonces cuando estás haciendo algo tal vez hay una cosa que está llamando mucho la atención entonces tienes que llegar a eso y poner mucha atención en eso, pero eso no significa que seas como que ¡ay pasó una mosca!**

*Es que también puede pasar una mosca y me distraigo con la mosca.*

**Pero pensando en la mosca, como de verdad concentrada en la mosca.**

*Sí concentrada la mosca, en el sonido que hace, como está aleteando y a que dirección va y en cómo viene, pero son muchos detalles que se pueden estar haciendo así.*

**Como que la concentración está aquí en un punto y como que va cambiando de punto, no es que la concentración se disperse, sino que va cambiando.**

*Por ejemplo, lo que me pasaba en la escuela, la profesora estaba hablando un tema y hacia estos gestos raros que yo no entendía en qué situación era, entonces me era más fácil mirar la mosca para seguir escuchando a la profesora y poder prestar atención a sus palabras y a su voz y ver lo modular que era lo que estaba queriendo conversar y de lo que nos estaba enseñando y no estar prestando atención a sus gestos, de su rostro y a todo eso que estaba mostrando con las manos y que estaba haciendo gesticulaciones tanto ademanes como gestos de la cara, como los ojos y tener que estar la mirando a los ojos porque veía todo eso, entonces la mosca me ayudaba a prestar atención a lo que estaba hablando.*

Entonces después venían y después estaba el problema o mirar al suelo porque el suelo había un rectángulo del piso y podía tener un montón de manchitas, si podía ir contando las manchitas que estaban en el piso mientras escuchaba a la profesora, ¿qué es lo que miraba la profesora? que estaba mirando con la vista baja y no la estaba mirando a ella, entonces "Rubí, presta atención, ¿qué estábamos hablando en la clase?", "pero si estoy prestando atención", "no, tienes que mirar a los ojos porque las personas que no miran a los ojos es porque está ocultando algo o porque está avergonzada de sí misma" y yo como "no estoy ni ocultando nada, ni estoy avergonzada, ni estoy mintiendo como dijo la otra vez, estoy escuchando lo que está diciendo" y entonces hablaba y no le entendía nada de lo que decía, era más fácil de entender mirando el suelo que estar mirándola a ella.

*Entonces sí influye y en todo sentido ha influido esto, o sea, no hay una distracción como piensan y son recursos para poder captar lo que la otra persona dice porque es tan aburrido mirar todos los gestos, ya lo entendí eso, no quiero seguir mirando prefiero mirar otra cosa y mirar un poco la pared que hay manchitas y en concentrarse en la historia que estaba pensando la semana pasada de esa manchita y de repente mirar de vuelta a los ojos y entender lo que está diciendo y después mirar la mosca y después mirar el piso y mientras tanto me retaron porque quizás estaba desconcentrada cuando yo estaba buscando las maneras para concentrarme.*

**¿A qué edad te diagnosticaron?**

*El año pasado, bueno este año en realidad, el año pasado supe que era autista, en octubre del año pasado.*

**Entonces tenías 36 años, la edad que tienes ahora.**

*Tenía 35, este año en julio cumplí los 36 y las evaluaciones me las hicieron entre marzo y mayo.*

**¿Por la fundación?**

*No fue con Claudia, fue en Argentina y acá no hay centros complejos donde yo vivo que haya un equipo médico, así que las mías son hasta el momento solo evaluaciones de psicólogas que después se las tengo que presentar bien a la psiquiatra o a un neurólogo, en realidad prefiero presentárselas a un neurólogo del hospital público que son los que cierran el diagnóstico más o menos acá en Argentina, pero los psicólogos pueden hacer las evaluaciones si están capacitados como para que luego el psiquiatra las mire, las chequee y diga que están bien.*

Entonces las evaluaciones mías están, o sea, que en sí diagnósticos oficiales no tengo por decirlo así, pero tengo ya la afirmación.

**¿Cómo fue tu proceso? ya me contaste, pero como para que lo conversemos aquí en la entrevista.**

Mi proceso fue que tuve que ir a Chile para unos trámites, mi mamá falleció el año pasado y tenía que ir a declarar todo eso al registro civil de Chile, me tocaron todas las revoluciones chilenas las viví en el momento, incluso los cabros se subieron y levantaron cerca del cerro de san Cristóbal en Santiago.

**¿Plaza dignidad?**

*Si, estuve en ese sector y entonces era sentir todo el bochinche mientras tenía que hacer el trámite de mi mamá, mientras todos los helicópteros, una situación bastante estresante que la vi bastante bien.*

*Ya estaba tomando los medicamentos psiquiátricos en ese momento, uno que calma la ansiedad y otras cosas, pero no me hacían bien y me calmaban muchísimo las emociones, hasta el punto de que en ese momento no sentía emociones, yo no viví el duelo de mi madre, yo fui todo pensando en... no sentí ninguna emoción y ahora estoy trabajando en aprender emociones.*

*En esta situación fui a Chile, estuve en la casa de un medio hermano que no me conocía porque hay mucha diferencia de edad en Santiago y después fui a San Felipe a estar otro tiempo con otro medio hermano, también en una convivencia familiar y vi todo como un conjunto, como un clan, como una cosa así y ahí está mi hermano con su*

esposa y dos niños, uno de ellos también supuesto de asperger y en la en la misma parte en otra casita viven los suegros y en otra casita pero en el mismo terreno vive la cuñada de mi hermano, o sea, la hermana de la esposa que es psicóloga y yo estuve en ese ambiente después de estar en el ambiente de tensión en Santiago.

Estuve ahí y entonces yo necesitaba calmarme y reencontrarme con mi familia era mucho para mí, más pensar en los trámites de mi mamá entonces yo tenía esos momentos en que íbamos a un cerro, yo para calmarme necesitaba estar en contacto con la naturaleza y pensar un montón de cosas que pienso a la vez, entonces en ese momento ellos me decían que me acercara que conversara con ellos, hasta me tomaba un par de copas, algo, porque los medicamentos psiquiátricos no eran contraproducentes con el alcohol a diferencias de hora y eso me relaja un poquito más incluso el alcohol y de repente tenía que apartarme de ellos y seguir caminando por el cerro, a veces jugaba con los niños, me llevo muy bien con los niños, y ella iba mirando esas cosas, la psicóloga, de repente en un ambiente familiar, en un ambiente festivo, necesitaban estar tranquilos por toda la situación y el caos social, entonces aprovecharon de hacer la reunión familiar por mí, para reencontrarse entre copas de por medio ya relajada ella y se les soltó la lengua y me dice "tú eres asperger" y yo como "¿Qué onda?" porque mi sobrino es asperger y yo quedé como "¿Qué pasó? ¿Qué me estás diciendo?" y yo, así como con unos tragos de más, pero sin estar ebria y me relajo total así todo placentero por lo que había disfrutado el cerro como "¿Qué me estás diciendo? si fuera asperger se hubiesen dado cuenta la psicóloga y la psiquiatra que me atienden en el hospital".

#### **Aparte de que ya tengo suficientes diagnósticos.**

Tenía un montón de diagnósticos físicos, de todo y ella empezó a explicarme sobre las características del asperger y otras cosas más y yo como "a mí me pasa eso" "yo soy hipersensible", "pero es mucha información y no voy a estar informándome de más", "¿será cierto?", "pero mi mamá murió hace poco, estoy pensando en mi mamá y me falta terminar este trámite y me falta resolver el tema económico y no voy a estar pensando en eso, pero que interesante el tema del asperger", es así más o menos es mucho más veloz mis pensamientos.

"Entonces y ¿si soy asperger? tengo razón de que no soy bipolar y ahí me interesa, no soy bipolar, yo sé que no soy bipolar, entonces quizás si soy asperger y el trámite que tengo que hacer de mi mamá del registro civil y después tengo que viajar a Argentina, que caótico tener que viajar de vuelta a Argentina, ¿seré asperger?" es así como, más o menos, mi pensamiento.

"Pero y qué me va a decir la psicóloga que me viene atendiendo hace cinco años", entonces me guarde todos esos pensamientos y en un estado de ansiedad tremendo,

más todo lo que había vivido en Chile, con los helicópteros y los ruidos y todo lo demás es como que quedé súper cansada de ese viaje a Chile, muy cansada y eso fue en octubre, pasó noviembre, diciembre, enero y lo seguía pensando así todos los días y "la psicóloga que me viene tratando supuestamente por bipolaridad, pero la psicóloga duda que yo sea bipolar y mientras que la psiquiatra dice que son enfermedades permanentes, la psicóloga dice que uno se puede sanar de esas cosas y la otra vez la doctora que me atiende por los riñones dijo que mi pensamiento era divergente."

"¿A quién voy? se lo digo a la psicóloga o se lo digo a la doctora, pero la doctora me dijo divergente, que yo pensaba distinto que por eso tenían varios pensamientos a la vez, ¿me va a entender la doctora o me va a entender la psicóloga? porque la psicóloga no creo que me entienda, voy a probar con la psicóloga porque si no el tema con la doctora va a ser muy complicado porque tengo que esperar, iré con la psicóloga porque puedo ir cualquier día, es así yo iba cualquier día, un día iba el lunes, otra vez el martes como no tenía muchos pacientes siempre podía tener disponibilidad de que me atendiera y en algunos casos hasta dos veces por ser por semana y así durante cinco años, entonces es como "me voy a animar".

Octubre, noviembre, diciembre, enero, más o menos, creo que fui y le dije todo ese pensamiento caótico fue como "usted sabe que cuando fui a Chile y le conté sobre la reunión familiar y todo eso".

### **Pero ¿esperaste cuatro meses para decirle? o ¿cuatro meses para ir a terapia?**

Cuatro meses para decirle, iba casi todas las semanas menos diciembre que ella estuvo con licencia y después iba toda la semana y hasta a veces pasaban tres semanas que no iba y a veces iba dos veces por semana y así es como los tiempo que yo necesitaba porque también me decía la psiquiatra que tenía que seguir yendo a la psicología y era como "otra vez, no quiero ir a la psicóloga, ya he tenido varias cosas que no me entiende a mí y no quiero gracias, pero es la que me toca y no tengo plata para pagar psicóloga, bueno iré donde ella, ¿qué le voy a ir a decir a la psicóloga?".

Entonces llegó un momento en que no me sentía cómoda y en ese momento fui y le dije "se acuerda que yo le dije toda esa situación que viví en Chile, que la hermana de mi cuñada es psicóloga y ella me dijo que mi forma de ser y todo esto que yo a mí me pasa es por ser asperger y entonces estaba por decirle más cosas cuando de repente se pone seria, me mira y me dice "vos no sos asperger, si vos fueras asperger yo me hubiese dado cuenta", así muy dura y ahora como "¿qué digo? Y sí voy con la psiquiatra y me dice lo mismo? y si voy donde la doctora que me seguía diciendo que yo soy de un pensamiento divergente ¿me ira a entender?, pero si la psiquiatra va a querer que yo siga tomando medicamentos y yo no quiero más medicamentos porque estoy con el

problema de los riñones y yo sé que ese medicamento me hace mal a los riñones" y así empezó mi velocidad mental y la psicóloga me decía muy calmadamente "porque vos no sos asperger, porque no tenés estas características" y mi mente se revolucionó y empezó y creo que en ese momento tuve una crisis porque yo llegué a mi casa y lloré, me arrancaba el pelo y me ponían mal y "no me cree" y empecé así con los pensamientos y todo lo demás, todo a la vez no es que seguía "no me crees", sino que todo lo otro.

Me calme y pasaron un par de semanas y me animé a ir a con la doctora y le dije lo mismo "se acuerda que me dijo que yo era así" y ella "Rubí no te conviene seguir pensando en estas cosas -me dijo la doctora- porque resulta que tu mente sobre analítica va a estar pensando en que realmente(...) y si no fuera el caso vas a estar pensando en esto..." y me empezó a decir "cuando yo estaba estudiando y me enseñaron acerca de esto yo creí que tenía TOC, porque yo soy..." y todo ese cuento "¿y si tiene razón?, hace un montón me dijeron que tenía un tumor y yo averigüe si realmente tenía un tumor y hoy resulta que no tenía, pero yo me fui a la fuente, me fui a Buenos Aires a preguntar si era así o no con la médica especialista para poder sacar esto.

La doctora seguía hablando de que "no te conviene porque..." "entonces ¿qué hago? voy con la psiquiatra, no, no voy donde la psiquiatra" y ahí fue más o menos entre diciembre y enero, antes de hablar con la psicóloga, yo ya me había informando de autismo, y son tan caóticos y tan con el pensamiento de la patología que confunden más, entonces yo me metí a grupos de mujeres por sugerencia de Claudia que también la encontré ahí, como que la fui encontrando En Primera Persona y como que, más o menos, me aclaré después de que Claudia hizo un vídeo con Daniela Albornós que me aclaró muchísimas cosas, pero lo vi muy por encima por el susto que me dio la doctora también de que no me fijara mucho y tenía razón de algún modo, yo nunca dije que no tuviera razón la doctora.

Entonces con mi mente rápida empecé a buscar con la lupitas a las integrantes de los grupos y hasta que encontré si eran de Córdoba, si eran de San Luis eran de la zona donde esto vivo para preguntarles dónde habían sido diagnosticadas y no encontraba ningún centro más que PANACEA que es argentina y no encontraba ningún centro integral con varios especialistas, no encontré nada en la zona donde yo vivo, empecé desde la zona donde vivo que sabía que no iba a encontrar y empecé a ampliar y ampliar hasta que encontré a PANACEA pero no me satisfacía al costo de la evaluación y no entendí lo que me manifestaron por mail y en eso le pregunté a una de las chicas en un grupo creo que en "asperger chicas" donde la habían evaluado porque había visto que era de Córdoba así en la lupa, así buscando y encontrando cosas y me dijo "sí, en tal lugar" y todo el "Centro De Despertar" llame al centro de despertar no encontraba y le

dije después de haber visto el vídeo con Daniela "ustedes hacen evaluaciones de adultos TEA", "si -me dice- hacemos evaluaciones" "¿ustedes hacen evaluaciones para mujeres adultas TEA?" "si, hay una psicóloga especialista" entonces ok me quedo con eso, entretanto me encontré con otro grupo que estaba en una zona más cercana a mí, es en la provincia de San Luís y me contacté con una madre que está en una asociación de autismo, no es tan cercano, es como a 300 kilómetros de donde vivo, pero está en mí misma zona por decirlo así, entonces le pregunté a ella donde hacen evaluaciones y dijo que para adultos es complicado, "no es tan fácil me costó con mi hijo y no hay" y "tienes que ir a esto, a aquello" y entre eso me dijo "hay una mujer" y yo no le pregunté si era psiquiatra o psicóloga y me empezó a hablar tan lindo de ella y me dice por ahí te puede servir y le digo "yo no ando buscando eso, yo ando buscando un centro".

Después de hablar con la que era muy lejana y me dicen que es una psicóloga yo digo "bueno si voy a ir a una psicóloga mejor me voy a la psiquiatra que me estaba hablando esta persona y ya no encuentro un lugar con tanta gente y yo quiero psicólogo, psiquiatra y neurólogo que es lo ideal y si no encuentra lo ideal bueno tendré que buscar métodos, las formas, pero necesito estar completamente segura de esto para poder investigar de qué se trata el autismo" y la volví a llamar a esta madre y le dije "quien es la persona que me mencionaba la otra vez" que me dijo es una psicóloga y entonces ¿cómo me va a evaluar? pero podría ir con ella para ver si ella ve aspectos de mi personalidad y si voy por un buen camino para la evaluación "ah bueno dígame los datos de ella" me dio su número y estaba tan nerviosa, estuve pensando una semana y "le mandó mensaje, no le mandó mensaje, le mando un WhatsApp porque es profesional y si yo la llamo, pero si yo la llamo le puede interrumpir las consultas, no la voy a llamar" y le mande un WhatsApp y mientras tanto yo iba y venía caminaba recto, caminando en círculos y decía ¿qué hago? ¿cómo se lo escribo?

Me animé y se lo mandé, me contestó en el momento y así no me hizo esperar una respuesta y le dije algo así como "mire su contacto me lo dio tal persona que me dijo que podía comunicarme con usted, yo estoy interesada en saber si soy asperger o no y quisiera saber si puedo ver algún diagnóstico en la zona" y me comentó de usted y cosas por el estilo, tendrá un turno en estos días sabiendo que me iba a generar un viaje, que iba a ser complicado que yo no conozco bien esa ciudad que me pierdo a veces con los mapas, pero eran las partes más cercanas y supo que yo estaba en otra localidad y me dijo "que complicado" y yo le digo que soy súper adaptable y yo no quería ir a ese lugar, pero yo tengo contactos, tengo amigos que me podía ir un día antes, incluso quedarme ahí y esa misma persona me ubicara a llegar al lugar, entonces como que era caótico, pero podía hacerlo y yo sabía que puedo realizarlo.

Me fui con ella primero antes de la que me quedaba más lejos de Córdoba, desde aquí a Córdoba son más de cinco horas de viaje, en cambio, a la otra es más cortito al viaje, pero entro a muchas localidades y se torna en un viaje de tres horas y media prácticamente, pero ahí yo tengo conocidos podía quedarme un día antes, descansar, relajarme, ir con tiempo al otro día y era distinto, en cambio, en el otro tengo que irme, tengo que salir a las 2 de la mañana y llegar a las 7 aproximadamente, despejarme, tomar un desayuno en un ambiente de una terminal totalmente caótica de una ciudad grande y caótica como en Santiago y ahí ir pensando lo que tengo que hacer ¿tomo taxi o tomo micro? y todo eso lo que involucra a mí un viaje y sin que alguien me esperara en una ciudad que ubico mucho mejor que San Luis porque he tenido que ir para otros trámites ahí y me podía ubicar y sabía que también soy capaz, pero era mucho más cansador porque iba a dormir mal de la noche y de ahí ir al centro que no lo conocía y todo lo demás que ya lo había buscado en el mapa incluso, dónde tenía que ir cuantas cuadras eran desde la terminal, hasta donde tenía que ir, todo eso ya lo había analizado y me resulta y soy capaz, pero es muy caótico y no quiero ir.

"Voy a ir allá a ver si es necesario que vaya a Córdoba" y fui y era tan amorosa la mujer, es tan lindo como me atendió, yo fui y me quedé con un tío que le llamo porque es chileno y me conoce de cuando estaba en Chile, después él se vino a vivir a Argentina, para mí es tío y entonces me quedé en la casa de él con la esposa y él muy amablemente me acompañó al consultorio y a él no le gusta esperar mucho así que fue todo también para él, pero porque me tiene cariño me llevó caminando, conversamos y también le conté la historia un poco y la psicóloga me dijo "¿vas a pasar con él?" me vio mis características y me dijo "si vos tenés las características, habría que ir viendo un poquito más pero sí, tú no miras a los ojos".

No sé qué vio en ese momento y mi tío me dijo "que te dijo" y que "es que creo que sí" y yo mientras tanto pensando en la psiquiatra y la psicóloga que me dijo que no, que la doctora que me dijo que no lo pensara y que tengo que ir a Córdoba porque va a ser necesario ir a Córdoba, que esta psicóloga me dio la advertencia, de que no atendía a adultos autistas entonces yo ya sabía que no eran adultos autistas, por tanto, tampoco tenía conocimiento en el autismo de mujeres entonces la evaluación con ella no iba a ser tan buena, pero ella me dijo que sí que yo tenía las características entonces ella saber ver las características ¿por qué las sabe ver? ¿qué hago? no, pero ésta no me va a ayudar y si me hizo un par de test, pero fue muy poquito para lo que yo pensaba que eran los test.

Bueno seguí y fui dos veces más con ella, hasta incluso perdí el transporte y me anime a ir a dedo, tenía que ir a otra localidad porque tenía tanta desesperación por saber si era así o no esto, que sí que me fui a dedo porque perdí el transporte y no tenía otra forma

*de ir y yo había viajado a dedo a localidades de pueblos chicos que uno se ubica y sabe quiénes son y con quién se sube y todo, y yo creo mucho en Dios, entonces yo iba orando, si esta es la salida, ayúdame a que no me pase nada por favor, entonces hacía oraciones y llegue haciendo dedo y la tercera vez fue no sé y yo es esto los autista no lo hacen, entonces no soy autista.*

*De a poquito yo seguí con ella y se hizo marzo y llegó la cuarentena, no pude ir a Córdoba y la cuestión es que era presencial, yo sabía que era importante que fuera presencial porque podía ver gestos y cosas y no quería seguir averiguando y la cuarentena no terminaba y yo estuve a punto de viajar porque ya tenía todo listo para viajar y ya había empezado a contactarme con gente que ya conocía de Córdoba y ya había empezado a tramar todo el viaje y todo lo que significaba hacer un viaje tranquila y la cuarentena y yo no le tenía miedo al Covid, pero todavía estaba pensando en el Covid, cuán problemático podría ser y yo "pero me tengo que hacer evaluar porque sigo enferma de los riñones y esto me está haciendo mal" y tampoco podía viajar a San Luis por lo mismo de la cuarentena, entonces le escribí a la psicóloga y le decía "¿cómo podemos hacer para que yo siga?" y la llamaba por teléfono y le decía "puede ser que me atiendan por teléfono" y ella tampoco estaba preparada para hacer videollamada y me empezó a atender de a poquito la de San Luis y en un momento yo le digo que necesito la evaluación, yo voy a llamar a la de Córdoba para ver si me puede hacer test porque la de San Luis me decía "yo voy a consultar con un psiquiatra que es amigo que si me permites comentarle tu caso, también lo de la bipolaridad y todas las otras cosas" y yo le decía bueno si, yo veía las inseguridades de la psicóloga, pero también veía que me entendía y quería seguir con ella, pero me entiende, no me entiende y era así y me transmitía paz, pero por otro lado también me transmitía inseguridades ella y necesitaba el diagnóstico.*

*Le mande un WhatsApp a la psicóloga que me quedaba más lejos, la de Córdoba y le pregunté "¿existe la posibilidad que se pueda hacer por videollamada?" porque yo la había stalkado y ella había puesto de que estaba enseñando cómo hacer evaluaciones, pero por las cuarentenas se quedaban suspendidas las clases porque necesitaba ser presencial, y yo decía esta mujer prefiere hacer las cosas presenciales ¿será capaz de hacerme una evaluación por videollamada? ¿cómo lo hacen en PANACEA? No sé, es muy caro lo de PANACEA, necesito la respuesta entonces me contestó que sí y que de ser necesario podía ir de forma presencial.*

*Fueron como seis sesiones, muchos tests cansadores de todo tipo y en un momento ella me dice "vamos por buen camino, creo que no vamos a necesitar hacer más test, si presentas características" y yo si presento características, ¿soy o no soy? ¿Qué significa que presente características? tranquila, ya me va a decir.*

Me termino los test y medio la retroalimentación y me dijo que presentaba todas las características de asperger y yo le digo a la de San Luis "dijo que sí" y la de San Luis mientras tanto me había empezado a hacer videollamadas semanalmente por gusto, porque ella quería seguir aprendiendo y no me estaba cobrando, yo tampoco podía pagarle a la de San Luis y ella lo supo y es como que después me dijo "yo quiero tomar tu caso porque sos..." bueno y no se le agrade y me siguió atendiendo en forma gratuita y no tenía que estar pagándole honorarios y por mi lado seguía pensando "¿tengo que pagarle honorario?" y todo muy caótico lo mío y toda nerviosa, así que le mando un mensaje a la de San Luis y le digo "la psicóloga de Córdoba dijo que todavía le falta el informe escrito, pero ya me dijo que sí" y la de San Luis se animó e hizo su evaluación porque si bien me hizo test, pero después me fue escuchando, entonces en su evaluación puso que tenía autismo de altas capacidades, algo así, y la de Córdoba cuando me mandó la evaluación me dijo "asperger", otra cosa más para averiguar porque una me dice autismo altas capacidades.

Entonces seguimos y ahí ya me di la libertad de empezar a leer en grupos de los que ya estaba de antes y ninguno me satisfacía, muchos meses leyendo, esto me pasa, esto no me pasa, esta persona está diciendo una cosa que antes me pareció completamente de acuerdo, pero otra está diciendo una cosa más, hasta que encontré un lugar donde estaban hablando de los nuevos paradigmas de la neurodiversidad y me empezó a tranquilizar lo que iba aprendiendo de ahí e iban traduciendo muchas cosas de autistas adultos anglosajones y se entiende mejor estas cosas y me hacía pensar mucho más esto, pero ya en un nivel de ansiedad como que "mira lo que dice, eso me pasa y es super entendible lo que está comentando es así" y entonces me fui más para ese lado de investigar sobre lo que era la neurodiversidad, qué es el autismo en mujeres, ¿por qué los test eran totalmente diferentes entre el hombre y la mujer? ¿por qué era mala la terapia ABA? ¿por qué algunos se enojaron tanto con el psicoanálisis? había tenido una discusión con la psicóloga justamente porque me estaba generando más ansiedades y se calmó y lo entendió y fuimos por otro lado.

### **¿Por qué te generó ansiedades?**

Porque hace eso, de lo que yo te decía de que uno tiene un tronco de pensamiento y hace paréntesis, pero ella esos paréntesis los tomaba como troncos y los seguía analizando y no entendía los paréntesis, entonces me hacía daño, yo explicaba cosas y ella creía que yo tenía un trauma con esa cosa, entonces lo quería sanar y no era por ese lado, entiendo que tengo, pero no quiero tratar ese en este momento, estoy tratando otro tema y eso fue un paréntesis, entonces me hacía mal porque me generaba, en vez de tranquilizarme con ella, me generaba más ansiedades, pero a su vez yo sentía que era la persona como correcta porque tengo muchos traumas de mi

niñez, entonces necesitaba averiguar porque los autistas decían que el psicoanálisis estaba mal ¿por qué consideraban que la terapia conductual estaba mal? ¿por qué decían que esta terapia estaba mal? ¿Cuál es la terapia correcta? ¿Qué me va a ayudar a mí a comer mejor? ¿Qué es lo que me va a ayudar a tener mejores herramientas para tener una mejor calidad de vida? entonces empecé a escuchar, a leer las críticas del psicoanálisis y yo decía no es así este psicólogo, no es como lo están planteando, la que es así es la otra psicóloga y la otra que me atendía porque **venía buscando saber mis dificultades desde hace mucho,** desde chica yo creo que habré empezado con psicólogas a los 14 años.

### **¿Te llevo tu mamá?**

No, yo sola.

Yo caí a la psiquiatra porque a los 13 años me quise suicidar, entonces después resultaron muchas formas de saber los porque, los cómo y los cuándo y no me ayudaba la psiquiatra, entonces lo que sí me hizo ver es que necesitaba ayuda y entonces cuando yo pude empezar a trabajar iba juntando mi dinero y lo que trabajaba en una semana era una sesión para la psicóloga y es como que le pagaba y no me servía y era un muy frustrante durante muchos años fue muy frustrante, hasta ahora, entonces sentía que todas esas otras psicólogas eran de la rama de psicoanálisis, hasta me metí en un grupo de psicología de Buenos Aires hace muchos años para entender ¿qué es lo que estaban estudiando los psicólogos? para poder ver con qué psicólogo podía ir, hasta ese punto de llegué y no lo lograba entonces me reía de los mismos memes que hacían los psicólogos que se burlaban del psicoanálisis, de la terapia conductual y los conflictos que hay entre sí para poder captar a quien iba a ir yo.

Entonces cuando empecé a preguntarle a los otros autistas ¿por qué consideran que el psicoanálisis está mal? o ¿les hace bien el psicoanálisis? todos decían que no hace mal y yo decía "a mí me hizo mal" pero esta psicóloga no es así, quiero seguir con ella aparte se está adaptando súper bien conmigo y me está ayudando, me ayuda a tranquilizarme.

### **¿Qué es lo del psicoanálisis que les hacía mal? ¿Que era malo para los autistas?**

El pensar que cierta conducta tiene un trauma psicológico, entonces seguir buscando ese trauma psicológico para cierta conducta, una conducta que no tiene que ver con un trauma psicológico, pero que a su vez puede ser afectada por un trauma psicológico, o sea, yo puedo tener una ansiedad y estar haciendo así a causa de la ansiedad, pero puedo estar pensando que esa ansiedad fue a raíz de algo, que un trauma psicológico me puede estar generando ansiedad, pero puedo estar feliz y puedo hacer esto mismo porque es una manifestación, entonces puedo estar super feliz haciendo esto y me van a

estar analizando de que tuve un trauma sexual y no estoy diciendo eso, entonces sí hace mal porque te están analizando todo.

En ese sentido el autista adulto que ya entendió eso, está muy enojado por el psicoanálisis, también está enojado con estas terapias conductuales porque te imponen hacer cosas como que fueras un perro que tiene que hacer una cosa, como haz esto o aquello ¡fuera! porque no había otra manera en que la perra estuviera tranquila afuera, pero porque está sorda, necesitaba algo imperativo, pero no se le puede tratar así a una persona.

**Además, cuando la gente de autista hace así o se rasca las uñas o cualquier tipo de esas cosas como de ansiedad es porque se están autorregulando, son las formas en las que tienen para poder autorregularse y uno no les puede llegar y quitar eso.**

No, es que hace bien, hace sentir emociones así se viene todo, entonces estamos si está molesto en esos aspectos de las terapias del psicoanálisis de esto y yo necesitaba saber, para saber si seguía o no, si me iba a hacer daño esta psicóloga de San Luis, si me iba también y hay cosas que me dijo la evaluadora de Córdoba que no me gustaron y no sabía porque no me gustaba y entendí con el tiempo y viviendo todo esto del paradigma de la neurodiversidad de que son cosas capacitistas las que me menciono, las que no estamos de acuerdo los que vivimos esta condición y que entendemos que no es una patología, que no es una enfermedad, sino que nuestra neurobiología es diferente y por eso tenemos dificultades diferentes, algunas de estas dificultades pueden ser discapacitantes y lo asumimos y otras no, pero que ¿acaso la persona común no tiene discapacidades así como lo tiene el autista?.

Entonces no por ser autistas somos discapacitados, sino que podemos llegar a ser discapacitados tan solo por ser personas, que esas características están asociadas al autismo, es cierto, porque no podemos desprender nuestro autismo de nuestro ser, por eso también nos molesta cuando dicen "no son autistas, tienen autismo" y no, no podemos sacar el autismo e integrarlo a lo nuestro.

**O que hay que curar el autismo.**

Tienen autismo, lo pueden sacar de sí, "está mal que digan que eres autista", te dicen algunos, nosotros y yo soy, así como soy cristiana, soy chilena, soy hipersensible, soy hiposensible, soy, no lo puedo sacar de mí, me hace bien hacerte esto, me hace bien el no mirar todo el rato la cámara y me hace bien que la otra persona se adapte a mí porque yo también me tengo que adaptar a la otra persona para comunicarme, sé bien comunicarme con autistas porque no tengo que comunicarme con ellos y podemos irnos por las ramas mientras vamos hablando sobre el tronco, entonces es genial y podemos

tener hasta siete conversaciones o diez conversaciones a la vez mientras estábamos hablando una cosa porque yo hago un paréntesis y el otro hace un paréntesis y ese paréntesis y dice "ia mí me pasó lo mismo" bueno y seguimos con lo otro y WhatsApp es súper interactivo en eso porque puedes marcar la conversación que dijo el otro y hacer un paréntesis de eso y es súper divertido.

Entonces no sé en cuanto, a ver esto de la terapia ¿qué es lo que me resultaba efectivo a mí o no? necesitaba saber lo que opinaban los mismos autistas para poder comprender, mismos autistas que han llegado a ser neurólogos, mismos autistas que han llegado a ser psicólogos, psicopedagogos y que tienen más cancha en este sentido de entender esas cosas y que todo lo que estuvieron analizando como yo he venido analizando toda mi vida, lo explica a un lenguaje autista que otro autista lo entendemos y como que decimos que genial me pasa esto ahora me entiendo y entonces el camino que ellos han venido recorriendo por años uno lo puede hacer a lo mejor en un par de meses porque yo vine a entender mi diagnóstico en mayo cuando me presentaron los cierres de las evaluaciones y de ahí yo de a poco seguí investigando en esos grupos que no son tan asertivos y que me generaron molestias hasta que encontré los grupos estos que necesitaba y esto último ha sido menos de tres meses.

**Y también como mirar hacia atrás y darte cuenta de que esas características que tenías eran por eso, como encontrarle sentido también, como una explicación que siempre buscaste y no obtenías por ningún lado.**

Que no era hipocondríaca como me decían los médicos, que realmente era cierto que yo estaba enferma los riñones y que yo no siento el dolor, venía sintiendo molestias y no dolor y que las molestias pueden ser igual cuando tengo una infección urinaria o como cuando tengo una piedra nefritis, pero me agarran más crisis de ansiedad con esas molestias porque son continuas y si bien no es un dolor, pero son continuas y esas crisis pueden ser sensoriales o emocionales y muchísimas cosas que estas personas que ya tienen un camino recorrido lo han sabido explicar y a raíz de esa base de que ellos han sabido explicar yo también puedo seguir entendiéndome a mí misma y puedo tener un alivio y en este momento estoy super ansiosa porque la semana que viene tengo que ir al urólogo, que nunca lo ví en mi vida y estar conversando contigo porque en la tarde hice autorregulaciones y me sentí bien y hasta me reí de cosas y decir "estoy enferma, pero no estoy depresiva, estoy teniendo características de lo que está pasando, estas molestias de qué son", cosas por el estilo. Y buscar otras alternativas porque, por ejemplo, saber que esta mujer es psicoanalista y que se ha adaptado muchísimo a mí y buscar a alguien que podría ayudarme a regular las ansiedades, porque ella no lo sabe, darme pautas para regular las ansiedades, pero si me permite expresarme por escrito, que me expreso súper bien por escrito y que le encanta leerme de por sí y todo esto te

lo puedo decir así y ha sido largo, pero porque lo escribí mucho antes, entonces como que ya tengo las ideas más claras y lo leímos también.

Entonces saber que, por ejemplo, ella me ayuda en muchos aspectos y que yo tengo traumas que debo tratar, pero que tampoco están así a flor de piel como otras personas, sino que como que yo puedo superar esas cosas, pero que me siguen molestando y que lo mejor no necesito cinco años para tratar un trauma, sino que a lo mejor en dos sesiones ya lo traigo el trauma y ya está ahí y cierro con otra cosa y sigo con otra cosa y la otra cosa la sigo hablando y a lo mejor relaciono lo que se habló en terapia con ese trauma, pero está detrás está cerrado para mí y digo me está pasando esto porque es parecido a lo que me pasó la otra vez de lo que le comentaba y entonces **puedo llevar una terapia integral con ella porque entiende que soy autista y otras cosas**, pero ella no me sabe guiar para calmar estas ansiedades a pleno, me calma mucho en algunas cosas, en otras cosas no tanto y ¿cómo hago si yo quiero hablar de esto? y que necesito hablar de esta cosa, pero no quiero estar ansiosa, así como lo que me pasa después de cerrar la sesión con ella.

Encontré una musicoterapeuta en Argentina, que están en eminencia, **los musicoterapeutas como que están mucho más avanzados en la psicoterapia y es muy integral el trabajo no sé si llevo dos meses con ella, entonces es como que en un momento incluso me ha ayudado tanto que antes le pagaba dos sesiones por mes porque no me daban mucho los recursos** y ahora ya estoy pagando las cuatro sesiones por mes. Incluso estoy dejando una ahí a la espera por si algún día necesito una más, por si acaso, entonces como me anticipo hasta en eso y ella lo va respetando y demás y la otra no me sigue cobrando, entonces puedo darme la libertad de pagarle a esta y todo por videollamada todo el tiempo por videollamada porque en marzo no pude tener contacto con nadie más y respetando la cuarentena y de repente la psicóloga toma su licencia por Covid y note que la psicoterapeuta me ayudó porque tuve un mes bastante importante con esto de los riñones y con otras cosas que me afectaron, pero un 80% y ese 20% de ansiedad que me estaba dando vuelta y que no podía tratarlo bien con la musicoterapeuta después fue aumentando en un momento, fue bajando y va aumentando y bajando y es lo que me faltaba cerrar con la psicóloga, por ejemplo, que ella sabía otros aspectos de mí.

### **Como que se complementan.**

La psicóloga necesitó esa licencia por el Covid porque tenía que atender a la hermana y así, entonces como que **vi por primera vez en mi vida, en mis 36 años y quizás desde que vengo desde los 14 años buscando terapia para estar bien, en estos meses y en plena cuarentena en un mundo caótico es como que "mira esto, era esto lo que necesitaba, saber mi diagnóstico"** y aunque mis evaluaciones hayan sido deficientes

según mi punto de vista, me sirvieron porque necesitaba ese paso, necesitaba la evaluación para todo lo otro.

### **¿Sientes que fue liberador?**

Así llegué hasta ahora, el saber que porque el autismo en mujeres es distinto, que me he tenido que super adaptar a no mostrar mis stimming o enmascarar, a hacer un montón de cosas que los demás no hacían y a decir me saco esta máscara y camino en mi casa descalza porque quiero sentir la textura del suelo y el pasto y la humedad del ambiente y aunque me pinche una espina, pero yo quiero hacerlo porque ese es mi placer y es parte de mi autorregulación o ver una cosa o ser sincera, pero también teniendo cuidado de no herir a la otra persona y empezar a entender lo que las otras personas están intentando transmitirme a mí y ver como yo les puedo transmitir lo mismo de manera concisa y sencilla y no estar dando tantas explicaciones y tantos paréntesis, entonces por ahí hay cosas que antes me quedaba callada, buscar maneras de poder expresarme mejor en algunos casos por escrito, otros casos es hablando, a veces es primero escribiendo y luego hablando y buscando las distintas maneras que he aprendido a adaptarme, a comunicarme y entonces ver "ésta es efectiva, ésta no es tan efectiva con esta persona, en esta persona me genera muchas ansiedades mirarla a la cara porque hace gestos que no le entiendo, ya sabe que soy autista, entonces no voy a mirar todo el tiempo a la cara porque va a entender esa parte de mí", no la miro a la cara, si me juzga, no me importa, y entonces esas cosas, dejar de lado todo eso, dejar de darme tantas vueltas, como lo hacía antes "¿por qué esa persona me dijo esto, ah no sé porque me lo dijo" ya sigo con otra cosa o si me interesa saber ¿por qué? porque me interesa saber lo que esa persona me genera, me interesa tanto lo que está queriendo comunicarme, es importante que me interese.

Entonces voy viendo mis prioridades y voy nivelando y eso también me ayuda a regular las ansiedades y en ningún momento la opción de tomar un medicamento permanente y haga lo que en un momento me hacía calmarme tanto de los pensamientos que no pueda llegar a analizar nada y este con la mente en blanco y me siento estúpida porque lo que quise pensar y analizar en la mañana lo vine a entender y analizar en la noche, en un ritmo totalmente ralentizado que no es mío y que me quita la esencia, saber que también en algún momento puedo llegar a necesitar un ansiolítico porque no puedo llegar a controlar ese nivel de ansiedad y me está causando una crisis, no quiero esa crisis y que ya mis autorregulaciones no sirven para calmar ese momento, es solo eso y yo saber cuándo porque yo me conozco al punto de saber si voy a necesitar SOS o no porque tengo miles de maneras de autorregularme, pero a veces no son factibles en un momento.

**A veces todas fallan.**

Y entonces necesitaría otro recurso más que no está mal hacerlo, pero tengo que saber que eso va a tener efecto secundario y todo lo que implica tomar un ansiolítico, pero sé que puedo contar con eso en caso necesario, todo esto porque ya he tomado ansiolíticos, porque ya me han hecho montón de cosas, entonces sé que pueden ser efectivos, no estoy en disconformidad con eso, pero no siento que tenga una patología psiquiátrica o neurológica la que tenga que tomarlo, no tengo TOC, no tengo depresión, si ante una situación de estrés necesito eso obviamente, pero ya descarté que tenga depresión o que no vaya a tener una depresión psíquica, soy cíclica como todos y más como mujer con los problemas hormonales y todo lo que implica, pero bueno eso se puede regular también hay formas de hacerlo, es como "y tampoco soy hipocondríaca como me lo vinieron diciendo por años", sabes mucho de esta enfermedad y por eso te está llenando la cabeza, si sé mucho porque tengo interés en saber eso para estar bien, no para enfermarme.

Ese ha sido mi proceso de este año y estos últimos meses.

**Que gran proceso y muchas cosas súper importantes que se van relacionando unas con otras, entonces al final es como una gran red neuronal.**

Ni te conté acá que tengo que no me he olvidado y mis recuerdos de la infancia, o sea, y puedo saber muchas cosas porque además no sé qué recuerdo es importante, los tengo, tengo recuerdos lindos, tengo recuerdos super traumáticos y no vivo traumada, pero sí me genera crisis recordar ciertos traumas y ahora lo puedo reconocer, antes lo negaba porque por los medicamentos no sentía emociones, no podía sentir emociones porque no vivía plena, no podía hacer stimming porque mi padre me golpeó, no podía regularme de esa manera, vivía depresiva porque no sabía lo que me pasaba, no niego que tuve depresiones y que puedo llegar tener momentos depresivos incluso ahora por todas las cosas que he vivido, pero no estoy en depresión, no vivo en un estado de depresión, los stimming son súper importantes para regularse y desde que los he vuelto a hacer me siento bien con eso, me siento plena, me siento mejor porque soy ansiosa y los voy a hacer no tengo que buscar alternativas y el que por ahí recuerde cosas de cuando tenía dos años, cuando tenía un año es como decir no todos los autistas les pasa, pero a esa autista que está allá y que comenta de EE.UU. que nunca hablo, le pasan cosas muy parecidas a mí y que nunca habla y bueno porque su neurobiología es diferente y no se desarrolló el tema del habla.

Entonces a través de esas cosas que vamos viendo en la neuro diversidad de que es que sólo la forma de desarrollo del cerebro es distinta a lo que puede ser común, que hay muchos que tenemos esto y que estamos escondidos por ahí y que el autista que no habla tiene un montón de características que pueden ser similares a una persona que le dicen asperger y que el asperger no es otro autismo, sino que es un autismo en sí y que

nos molesta a los que ya entendemos este paradigma el tema del asperger porque era de un científico nazi y que hizo un montón de experimentos con personas de esta condición, no nos gusta a muchos, mientras que otros lo aceptan, yo no me identifico con asperger, ni con tea 1, ni con tea de altas capacidades, me sigo identificando como persona, como una persona autista que tengo características muy similares a los del 3, a los del 2, los del 1 y entonces entiendo que no hay uno, cuando a mí me dan las crisis me pueden dar igual que la persona que tenga tea 3 en el diagnóstico, entonces el diagnóstico es un documento médico, pero en sí no somos eso.

### **Es la forma de clasificarte.**

Cuando discuten y dicen "no sos autista, tienes autismo" claro porque se quieren referir a ese diagnóstico, no somos ese diagnóstico, esa patologización que menciona el diagnóstico, seguimos siendo personas, pero que pensamos diferente, sentimos diferente, que no sabíamos muchas veces que éramos tan diferentes al resto y por eso éramos raros y nos teníamos que integrar de otras maneras. Posiblemente yo no me he extendido en muchos detalles de mis vivencias, sino más bien en esto porque lo mejor ya lo sabes a través de otros relatos de otras mujeres, entonces creí que era más importante mencionarte esto en sí también, pero es que a la hora de trabajar, lo importante es que sean integrales y que piensen que no es una enfermedad y que si la persona que tocó ser autista es discapacitada como cualquier otra persona que puede llegar a ser discapacitada así que tiene que tener 30 años y usa pañales es parte de eso, yo no uso pañales, pero me olvido de ir al baño y me puedo llegar a orinar encima también porque si estoy muy distraída con muchas cosas, me olvide, me tengo que ir a lavar y empieza todo el show en mi mente y yo estaba pasándola súper bien autorregulandome mirando a los pajaritos y ahora tengo que dejar de hacer esto que me gusta por ir a lavarme y hacer todo lo que implica el que me haya orinado encima.

Pueden ser discapacitantes también en ese sentido, pero lo puedo regular y hay otros que no tienen esa capacidad de regularlo y llegan a adultos y tienen que usar pañales, así como hay autistas que no hablan porque no se desarrolló esa parte del lenguaje o yo que puedo usar las dos manos a la vez y que todavía no sé si soy ambidiestra o no, pero que escribo con las dos manos y qué uso herramientas de chica y que cuando era chica no me dejaban hacer caligrafías con la izquierda porque tenía que obligadamente hacerlo con la derecha y cuando ahora voy y descubro que sí cuando chica yo escribía con la izquierda, entonces ahora vuelvo a escribir con la izquierda que me cuesta un poquito más que con la derecha ¿será que soy ambidiestra o simplemente tengo habilidad también con la izquierda? no importa, pero uso las dos manos entonces me gusta eso y decir que a otra persona le cuesta mucho usar las dos manos, bueno mi cerebro es diferente y se desarrolló así y me gusta esa parte, me gusta que me gusten cosas, que

me guste la naturaleza, que me guste hablar con Dios, otras autistas no son creyentes, en mi caso sí, me gusta hacer artesanías porque me distraigo haciendo muchas cositas con las manos, me gusta a veces estar en silencio absoluto, me gusta la radio y otras veces me gusta escuchar la música toda fuerte a pesar de que soy hipersensible porque quiero sentir esa vibración y quiero sentir esa música y quiero estar haciendo labores en mi casa mientras se escucha la música fuerte y entonces otra persona puede decir "pero es que a vos no te resulta escuchar música fuerte" sí me molesta la música fuerte, pero en ciertas ocasiones, en otras ocasiones la disfruto, yo sé cuándo me molesta, no me pueden imponer que vaya a una fiesta cuando yo estoy intentando regularme porque tuve otros eventos en la semana y en este momento no puedo ir a la fiesta.

Todas esas cosas ayudan a entender la neurodiversidad, entender a otros autistas y me ayuda a entenderme a mí y lo que yo pueda entender de mí y lo exponga ante otros autistas también los ayuda a ellos y por ahí participo más en un grupo que es sobre adultos autistas que me gusta y que me siento cómoda ahí porque se habla de esto, de la neurodiversidad y se respetan los pensamientos de los demás, no como otros grupos que te atacan y dicen muchas cosas. Entender que por ahí no soy obsesionada con el celular, pero que el celular por ahí es mi medio de comunicación y por eso me gusta tener un súper celular porque me permite tener más capacidad para el Facebook, WhatsApp y que a su vez puedo estar todo el día o meses sin un celular porque puedo estar disfrutando de la naturaleza y todas esas cosas, entonces no necesito un tratamiento para dejar el celular porque no estoy enferma con el celular y puedo estar todo el día con el celular o puedo no estar, según mis necesidades, según lo que me guste.

**Pero ahora te puedes dar cuenta de eso ¿cómo es la relación contigo misma?  
¿El diagnóstico ayudó de cierta manera a que te empezaras a reencontrar?**

No sé cuándo tengo los archivos de la niñez que decían que yo era súper sociable, súper comunicativa cuando era niña y después los últimos informes dicen que no me conecto con los demás, que no tengo sentimientos, como que copa, no, yo soy súper sentimental, o sea, que los medicamentos y no dejarme ser lo que yo era, no me dejaba vivir las emociones que estoy descifrando, no sé de qué son, no sé qué son y no me pasa solamente a mí, la musicoterapeuta dice que no es alexitimia porque la alexitimia es una patología, otros autistas dicen que si es alexitimia pues que es una manera de explicar esta situación de no saber una emoción, pero la psicóloga me causó conflictos porque yo no sabía si estaba obsesiva con ella o la quería y tratándolo en terapia entendí que la quería y más encima ellos utilizan eso dentro del psicoanálisis como una buena conexión con el paciente y otras cosas entonces dije bueno entonces termino con usted

*y voy por otro lado, no yo quiero seguir y más encima ella no me estaba cobrando honorarios y era como "será un aprovechamiento".*

**¿Crees que hubiera sido una gran diferencia, si hubieras tenido un diagnóstico temprano como el de un hombre, como a los 18 meses o a los dos años, si tu vida hubiera sido muy distinta o tal vez incluso más fácil?**

*Obtuve sus pros y sus contras porque mi padre no lo hubiese entendido y capaz que hubiese patologizado esto y hace 30 años atrás no se entendía el autismo como se entiende ahora y esto de entender cómo es ahora tendrá, no sé si llega a tener 5 años esta nueva visión de este nuevo paradigma de la neurodiversidad, entonces hace 30 años atrás por ahí hubiera hecho que a lo mejor mi madre sobreprotectora, que también era un poco descuidada en algunos aspectos, me hubiese sobreprotegido más, a lo mejor hubiese podido disfrutar de lo que recuerdo como disfrute, a lo mejor hubiese estado con más medicamentos, así que no le doy mucha vuelta al asunto, simplemente disfruto que ahora tengo el diagnóstico y que mis miles de recuerdos es como que son hechos que han pasado y el hecho este me permite avanzar, yo lo siento así, que es importante que hoy por hoy se entienda la neurodiversidad y que esos niños están siendo evaluados, se puede entender si tienen TDAH, que tienen un autismo o tienen autismo con otras comorbilidades y esas cosas.*

*Entonces ahora es importante que puedan tener un diagnóstico y que las madres pueden entender que no es nada malo, sino que es diferente, ahora es importante porque nosotros los que hemos vivido todas estas situaciones entendemos lo primordial que es eso, yo creo que muchos de nosotros que pasamos por situaciones similares no estamos pensando que a lo mejor hubiese sido bueno el diagnóstico antes porque ya es algo que en esa época era muy desconocido.*

*-Se corta la llamada de manera repentina y cuando se reinicia la llamada se acuerda terminar la entrevista, ya que era muy tarde en la noche. Se hace la despedida habitual y se acuerda la entrega de una copia de la tesis al finalizar el proceso.-*

Cecilia, 38 años. Edad de diagnóstico: 38 años. México.

**Entonces no sé si quieres empezar la entrevista contando algo sobre ti, para que nos vayamos conociendo mejor**

*Eh... Pues, nací aquí en la ciudad de México, soy la segunda hija, tengo una hermana mayor, por un año. Este... tengo 38 años, estoy casada... en proceso de separación tengo un hijo, también diagnosticado con Síndrome de Asperger... mm... que más, soy artista... artesana.*

**A eso es a lo que te dedicas normalmente, en el día a día, a hacer arte?**

*Si.*

**Y qué clase de arte haces?**

*Hago aretes, collares, pulseras.. con alambre de cobre, de alpaca... de latón... acero, lo que se le llama como joyería urbana, puede ser, y pues hago cartonería... también con algunas recinas... pero lo que más uso es alambre, ya de ahí cada día hago otras cosas.*

**Suena super lindo.**

*Si...*

**Y ¿cómo llegaste a éste diagnóstico de Asperger?**

*Por mi hijo, o sea yo nunca sabía... yo no sabía absolutamente nada de Asperger ni de autismo, nada... y cuando o nació mi hijo pues si me di cuenta que tenía como un pequeño retraso psicomotriz nada más no? ya como... como que pues como que iba más lento o como que le cuesta trabajo hacer ciertas cosas y yo me enfoque mucho en eso no?, yo dije... pues vamos a ayudarlo en esa dificultad que se le veía como tal, no?. Y no tuvimos problemas hasta que llegó a la primaria, hasta que ingreso a la primaria fue cuando... lo veían raro... me decían que hacía cosas raras... este... que no era normal, que necesitaba un diagnóstico. Pasamos por dos primarias particulares y... muy feo... nos trataron muy feo, nos discriminaron... que a fuerzas querían un diagnóstico... Lo diagnosticaron, bueno, le decían que tenía TDAH cuando ya en la segunda primaria lo diagnosticaron con TDA, pero yo no me... yo no estaba conforme con eso, porque aparte que nos trataban super mal, no? Este... yo tuve un primo con TDAH y tengo otro con TDA y he trabajado, porque también doy talleres, ahora en pandemia no, pero... he dado muchos talleres a niños, sobre todo. Entonces este.. yo sabía cómo eran esos niños y yo decía "mi hijo no es así, o sea... es que mi hijo no puede tener esto". Entonces ya*

cuando dimos con el diagnóstico ahí seguimos investigando. Y ahí fué cuando dije "mi hijo no tiene ésto" y lo saqué de la escuela no?, "no sé qué tenga... pero esto no es". Investigué y di con el síndrome de Asperger en Internet y leí una guía de cómo son los niños en la escuela y ahí dije "pues esto tiene mi hijo", "esto si lo tiene". Y cuando se lo leí a mis papás y les dije "oigan... creo que mi hijo puede tener esto", mi mamá fue la primera que me dijo "pero si tu eras así cuando eras niña" y yo le dije "no, estoy hablando de mi hijo, no estamos hablando de mí, este... ahorita el problema es él no?" pero ya cuando nos dieron el diagnóstico y el seguir investigando... no pues daba yo con todo... o sea, trastornos alimenticios: toda la vida, no comía... hablé hasta los tres años, muy pasiva... entonces este... afortunadamente mis papás todavía viven y la psicóloga los entrevistó a ellos y la psicóloga me dijo "es que todo lo que me dijeron tus papás fue la clave para poder dar con el diagnóstico" porque pues, sí efectivamente pues tú me hablas de ahorita y demás, pero ellos dijeron muchas cosas que ni yo sabía... como era de bebé no?... entonces, sí ha sido como "wow", o sea, ni siquiera yo sabía muchas cosas, no? o sea, yo solamente recuerdo que sí que hablaba poco... y que observaba mucho y que imitaba mucho a mi hermana... pero no, no, no tantos detalles como ellos recuerdan...

**Me imagino... wow, entonces así es como llegaste al diagnóstico, por tu hijo.**

*Si, y si me tardé en dar con diagnóstico oficial obviamente por el dinero, porque es caro, y para dar con una persona que si supiera de autismo y de autismo en mujeres no?, porque luego a veces no te saben diagnosticar... entonces si me tardé de dos a tres años casi no? de que empecé como a sospechar, ya después que dije "no, ya, sí" ya me tardé como dos o tres años en ya encontrar como el profesional...*

**Wow harto tiempo. Sí, lamentablemente algo que pasa mucho cuando hablamos de autismo en mujeres es que el desconocimiento es muy grande... Incluso en profesionales, psicología, psiquiatría, fonoaudiología... no están acostumbrados a ver el autismo en mujeres y menos en mujeres adultas.**

*Si!, y es que también por ejemplo con mi esposo todavía... de él también se sospechó, y fuimos a un psiquiatra y no, o sea el psiquiatra este dijo que no, o sea que no cumplía con los rasgos o sea, él siendo hombre ya adulto, entonces yo también por eso ya no quise ir a allí mejor, como que investigue y dije no, pues ¿en donde voy?. Y ya mi esposo ya no quiso ir con ninguno (risas), pero mi psicóloga también me lo dice, o sea ella lo conoce y me dice "no, tiene rasgos... y este... puede tener uno o más diagnósticos, no?"*

**¿Entonces qué hubiera pasado si que tu hijo nunca hubiera sido Asperger? ¿o no lo hubieran diagnosticado?**

*No sabría, también me lo he preguntado muchas veces que si yo no hubiera sido mamá, probablemente nunca me hubiera enterado.*

**Claro... Y ¿cómo te sentías antes de saber el diagnóstico? ¿qué diferencias ves antes y después de un diagnóstico?**

*Eh... yo peleaba con todo el mundo, era muy agresiva, y me peleaba con todos siempre terminaba muy mal, esta sinceridad... este no, yo no sabía como esto no se dice o esto si se dice, no? yo... tal cual y todo eso pues me trajo muchos problemas, pero también este... yo siempre me sentía como si la rara, no? y hasta me lo decían no?, rara, loca, entonces este... sí sentía que yo era diferente y no entendía porque los demás eran así o sea... era como yo tenía siempre como un signo de interrogación "por qué piensan así?, ¿por qué piensan eso? o sea ¿por qué?" Siempre, siempre... y entonces era como también una necesidad de tener que investigar, que averiguar, que por qué eran así las personas, que por qué era así la sociedad no?, yo recuerdo que en la maestría un maestro me dijo "¿tú qué estudiaste?" yo estudié mercadotecnia por la alta de mis papás, pero en realidad eso no me gusta y este... y yo le dije "mercadotecnia" y me dice "no... es que tú tienes cara de socióloga, antropóloga". Como que todo el tiempo yo me estoy preguntando cómo es la sociedad, cómo son las personas, no?. Pero era como mi necesidad de saber por qué, porque yo no entendía muchas cosas y cuando todo ya ahora que ya tengo el diagnóstico, no... es completamente diferente, porque ya entiendo cómo es la sociedad, cómo es lo común, y cómo soy yo, cómo es mi cerebro y cómo proceso yo las cosas y ellos no son iguales que yo. Entonces ya hay más comprensión... de mi parte hacia ellos hay muchísima comprensión, que yo no tenía... Y bueno de ellas hacia mí, pues algunas personas, no? algunas personas que si entienden y que si me dicen "ah pos tú eres así no," pero este... pero si o sea sí hay una comprensión, de mi para ellos muy grande, no? que yo no tenía, no?. Yo era muy intolerante, grosera...*

**¿Cómo sientes que fue el recibimiento de tu diagnóstico en tu familia, en tus cercanos, de la gente de tu trabajo tal vez?**

*Pues principalmente con mis papás, no? o sea sí les costó también, ya les costó mucho con mi hijo, mucho mucho porque es el único nieto, entonces les costó demasiado, han sido años muy difíciles para ellos, hasta ahorita están entendiendo... pero siento que mi diagnóstico ayudó a que puedan como aceptar a mi hijo... que todavía están con él... como querer cambiarlo y conmigo igual, toda la vida han querido como cambiarme y*

ahora que ya tengo el diagnóstico ya no... ya como que llegó la aceptación a ellos. Si les... yo sí les vi como tristes, como "en serio lo tiene, con razón", no?, así como que muchas cosas se les despejaron, pero sí como que en ese momento los vi como que decaídos, luego ya después fue la aceptación de que "ya pues, son así" y eso me ayuda porque ya no es de que "él es así porque sí" no, sino ya digo "es que él y yo somos así por esto y por esto y por esto" y puedo como decirles más, tener más herramientas y ya no me dicen nada, ya es como que "ya ok, sí, son así". Mm... pues mi esposo de alguna manera ya lo sabía, o sea él me lo dijo, me dijo "yo sé que tú lo tienes". Y bueno también esto nos ha ayudado mucho justo como en el proceso de separación, no?, como decir este... pues yo ya le había dicho que ya no quería estar con él, no? entonces para él ha sido muy complicado, pero también ha sido como que pues "sí, ella pues tiene esto... mi hijo también, y ella no quiere estar conmigo", entonces como que también ahí el diagnóstico está ayudando un poco. Con mi hermana no, o sea, ella sí necesitaba un papel para decir "sí lo tienes". Así, porque ella es psicóloga pero de otra área. Ella cuando yo le he llegaba a decir que yo sospechaba y así, "no pues a mí hasta que no me muestres un papel" entonces... pero yo no le dije, yo no le dije a mi hermana, ya que no tengo una buena comunicación con ella, pero mis papás le comentaron entonces ahora pues ya lo entiende un poco más, no? o sea, porque también fui muy juzgada por ella... entonces ya, ya como que sí ha ayudado, pero me ha ayudado muchísimo más a mí, o sea al entorno obviamente ha ayudado pero a mí me ayudado más, y si obviamente este... yo estaba, estoy en un programa del gobierno para talleres sobre lo que hago: joyería, pero tuve una crisis muy fuerte y ya no pude, este... porque ahorita los talleres son en línea, entonces fue muy fuerte para mí... y lo intenté de dos clases, pero el tema o sea joyería, que son cosas muy pequeñas, grabar por partes o hacer la clase en vivo... o tener que hacer pregrabados y luego explicar... o sea no, no pude. Y si... o sea sí utilicé mi diagnóstico para poderles decir. Y aparte entré en una crisis horrible porque solamente de dos días que di la clase, este... tuve una crisis sensorial, de que me dolían los ojos. Duró como dos semanas... porque estar ahí dos horas y media dando una clase... o sea, se me hacía demasiado. Entonces este... tuve una crisis que... hace años, o sea que en la universidad tuve crisis así, por la saturación de tareas o así, no?. Y si ahorita sí fue muchísimo... o sea yo dije "no, ¿cómo voy a poder hacer esto? y tengo ya los alumnos? no?. Entonces llegamos al... bueno, me propusieron que solamente hiciera los PowerPoint con la explicación de la clase y es lo que yo estoy entregando cada semana. Y les gusta mi trabajo, porque dicen que soy muy detallista porque obviamente no?... por ejemplo en algunos no mando videos, en algunos sí, dependiendo del trabajo, pero hay muchas que no mando videos sino simplemente las imágenes y las explicaciones, y obviamente explico todo bien, porque sé que no estoy dando una clase y que aunque eso fuera un apoyo para mi clase pues tendría que ser algo super detallado, porque si te saltas un paso ya no te sale la pieza, entonces si es como... pero sí en otros

trabajos anteriormente... trabajos de oficina, o estuve en muchos de telemarketing, en donde tuve muchos problemas con mis jefes, donde no entendía yo las órdenes... o sea, y mis papás me decían "y ya te corrieron o ya renunciaste?" y siempre era una de las dos, o me corrían o renunciaba (risas), porque terminaba mal con los jefes porque yo decía que la culpa era del jefe por no haberme dado las instrucciones correctas como yo las necesitaba, no? entonces los jefes me decían tal hora y ellos... no me explicaban 1-2-3-4, no? entonces era como así y yo pues, lo hice así, y eran muchos muchos problemas, muchos muchos problemas. Antes de casarme fue generalmente eso, ya después cuando me casé, mi esposo es el que es artesano desde hace muchísimos años y fue que yo ya empecé a hacer eso, porque era mamá también, no? y era como complicado esa parte de ser mamá y trabajar y todo el rollo. Y otra porque en ese momento la artesanía venía súper bien y nada más íbamos a vender el domingo y vendíamos muy bien y en la semana nos entrábamos a trabajar. Entonces durante muchos años esa fue la dinámica que nos ayudó muchísimo, nos adaptamos bien, pero después cuando empezaron a bajar las ventas de las artesanías, yo ya... y aparte ya no me agradaba esta parte en la que **mi esposo era el que manejaba el dinero, yo no lo manejaba**, no? entonces ahí si yo me doy cuenta y digo "no, me separo y entonces él sigue con la artesanía y yo ya empiezo a hacer otras cosas, o sea sigo haciendo artesanías pero ya propias, no? ya no con él, ya no vendiendo con él" e intenté también trabajar... entonces bueno en el trabajo en el que más ha durado fue en tienda "Oriana" bueno, en unas tiendas comerciales que hay aquí, año y medio, pero antes de eso yo había trabajado ya seis meses, ahí mismo como supervisora de promotores y supervisaba lo que faltaba en el piso de venta, entonces de alguna manera funcioné digamos dos años así, seis meses y después año y medio porque el trabajo tampoco era tan pesado y como que siempre era hacer lo mismo...

### **Claro entonces estabas adecuada también a eso...**

Ajá, el problema fue cuando ya no fue lo mismo (risas) cuando vienen cambios ya... (risas) vienen cambios y me dicen "aparte de hacer esto..." porque era aparte, no era de que "ya no vas a hacer esto" sino que "aparte de hacer eso, vas a tener que hacer esto y esto" y ahí ya no me alcanzaba el tiempo. O sea, trabajaba cuatro horas, según, pero cuando me empezaron a poner más tarea, yo llegué a trabajar hasta seis horas, o sea estaba regalando una o dos horas de mi tiempo, y ya no convenía. Entonces porque yo decía "no... yo entiendo que las demás tal vez si pueden hacerlo, pero yo no puedo" y yo todavía no tenía diagnóstico, o sea, si sospechaba y decía probablemente lo tengo pero no tenía diagnóstico oficial. Entonces este... pues ya salí de ahí y ya de ahí me he dedicado a hacer encuestas por internet, artesanía he estado mucho en la artesanía, dar talleres, que eso también me remunera y me gusta mucho, no?, enseñarle a otras

personas... eh... ¿qué más? ah y a veces, ya van dos años, probablemente la próxima también me meta, de capturista aquí en México, cuando son las elecciones aquí en México, entonces ya llevo dos años trabajando con ellos y pues, es fácil porque nada más te llevan los números de votos y tu los capturas en la computadora, y solamente es un mes, entonces puedo aguantar un mes, más no (risas). Entonces eso como lo que he estado haciendo.

**Me contabas que tu hermana te había juzgado hartoo... ¿A qué te refieres con eso? ¿En qué te juzgó?**

Siempre... por ser muy distintas, pues siempre me decía que yo estaba mal... que yo hacía las cosas mal, que no debería de hacer las cosas así... y cuando nació mi hijo sin diagnóstico y con diagnóstico, me juzgaba, me decía "pues es que no deberías hacer esto con el niño" no?, o sea, se metía muchísimo. Y obviamente mis papás me decían cosas, antes del diagnóstico pues porque yo era la loca, porque yo trataba a mi hijo porque entendía que tenía hipersensibilidad táctil, auditiva, o sea, sabía que tenía esas cosas... y yo lo entendía, lo comprendía y hacía muchas cosas para que él estuviera bien, obviamente, no? y pues ellos sin diagnóstico decían "pues ella está loca", no?, ¿por qué? y luego me decían "pero porque siempre trae la misma sudadera", no? o sea, esos apegos que él tenía o así y que yo lo dejo, no? o los zapatos, no? que por qué andaba descalzo o sea... cosas así, siempre me estaban como juzgando, pero mi hermana sí, ya con diagnóstico igual me llegó a juzgar bien duro, me empezó a decir, bueno sobre todo por la escuela, que mi hijo debería estar en otra escuela... que avanzaría más, o cosas así, o estar en otras terapias y pues si la paré... realmente nunca le había como dicho nada, y un día que me empezó a decir, pues yo le dije "pues no me gusta como me estas juzgando, o sea, no tienes idea de lo que es estar con un niño con síndrome de Asperger 24/7 o sea... tú eres la tía, la que lo ves de vez en cuando y ya, pero tú no sabes lo que es estar con él... o sea, no puedes estarme diciendo estas cosas", y ya como que ahí le paró. Y ahorita con mi diagnóstico ya está más tranquila, no? pero sí, o sea, yo entiendo que antes del diagnóstico de mi hijo éramos los locos, los raros y la familia en general, no? mi familia en general éramos los locos, los raros, no? pero es que porque no tolera estar todo el tiempo allí, o "por qué se van?" "es que ya Jesús se quiere ir" entonces pensaban que mi hijo mandaba, no? pero no era de que se quería ir porque sí, sino que se quería ir porque había mucho ruido o porque había globos... pero pues todas esas cosas nosotros ni siquiera sabíamos explicarlo a los demás, no? porque no teníamos ni la información, simplemente yo sabía, "ya no puede estar aquí" o este... o los apegos o ciertas cosas... que yo lo dejaba que yo no... yo no era como los demás papás, que lo quería cambiar o algo, no? entonces todas esas cosas... entiendo que antes de diagnóstico sí éramos como que muy raros, éramos la familia rara...

## **Era casi solo instinto maternal.**

*Si, ajá. Y era como... esta parte de la familia es rara... se visten raro... "porque hacen esto?" y ya cuando llegó el diagnóstico de mi hijo como que entendieron muchas cosas "ah... bueno es que el niño... el niño tiene esto". Pero sí, o sea, si ahora lo veo y si me imagino cómo nos veían. Por ejemplo esta parte, "es que no tiene un trabajo fijo" mis papás no pueden concebir que no se tenga un trabajo fijo, "es que deberían buscar un trabajo". Muchas, muchas, muchas cosas que no entraban en las expectativas de mis papás o de mi familia extensa y nosotros así de que "pues es que no... por algo lo hacemos así, no funcionamos en ciertos lugares pero tampoco teníamos como las herramientas de decir "bueno es que de verdad yo soy así", no? o sea, porque también mi esposo se salió de su casa a los 17 años. Entonces él tampoco ha tenido eso nunca, no? entonces todo eso es así como que súper... acá en donde todos trabajan en una institución gubernamental, todos han trabajado en una institución... pues es como que no, o sea, sí hay muchas cosas que para ellos no podían ser, pero yo rompí con todo (risas)*

## **Me decías que tu papás lo habían tomado como con un poco de pena, ¿Cómo lo tomaste tú?**

*Yo pensé que iba a salir feliz (risas). Dije "ay sí, van a decir que lo tengo" y no... fue muy triste ese día... sí, me deprimí, fue muy triste, me costó decir "sí lo tengo" y es difícil vivir en este mundo así. Y es como... y es que si lo hubiera sabido antes no la hubiera regado tantas veces, no? no hubiera intentado hacer ciertas cosas que no me salieron, no hubiera fracasado tantas veces, hubiera sido como más sencillito, más fácil, pero también con el aliciente de que yo sé que yo soy la que apoya mi hijo y apoya a mi hijo... y que gracias a que yo lo tengo, pues lo comprendo, lo entiendo, y nunca lo he sometido a algo donde yo no lo vea bien, o sea yo sé que otros papás los dejan en las terapias ahí llorando... y que a fuerzas los quieren cambiar, o que hagan ciertas cosas, y yo no, yo donde no veo a mi hijo bien, no. O sea, mi hijo tiene que estar bien para poder avanzar, entonces digo bueno o sea finalmente eso lo ha ayudado mucho a él, o sea, tenga o no tenga diagnóstico siempre supe cómo tratar a mi hijo, o sea de hecho cuando me dieron el diagnóstico, la psicóloga me dijo "tú ya lo tratabas como se debe de tratar, tu siempre trataste de ayudarlo a que no tenga crisis sensoriales..." pero yo no... no sabía que eran crisis sensoriales, o sea, simplemente decía "pues le molesta esto, pues vamos a quitarlo". Pero, eso es con lo que yo me quedo, que mi hijo no va sufrir lo que yo sufrí. Claro que va a sufrir otras cosas, claro que su vida no es igual a la mía, pero*

por lo menos yo le estoy enseñando que tiene que estar bien, que tiene que cuidarse. Y es aparte como es un niño neurotípico y como somos nosotros.

**Exactamente, de hecho tocaste un punto que quería tocar, que es el si es que es tan viable para ti o para ti y tu hijo el ser parte de este mundo que es neurotípico. En la sociedad en la que vivimos, con las reglas en las que vivimos.**

No.. no es fácil, o sea, por ejemplo yo recuerdo que la etapa en la que estuve mucho más cómoda en mi vida, fue esta parte que te decía que salíamos a vender dos días, dos días salir de casa y exponernos y todo pero toda una semana regresar a casa y encerrarnos era como que padre, no?, porque no teníamos que salir más y mi hijo no iba a la escuela en ese momento, era un bebé, entonces ya cuando nos enfrentamos a la escuela, no, ya no fue padre porque todas las reglas que hay... es tan complicado, tan complicado seguirlas, tan complicado... para mí todavía es complicado callarme muchas cosas, este... entonces en el día a día es muy difícil, pero ahorita justo por eso ya regresamos cada quien, los tres, cada uno, hemos regresado a lo que nos sirve a cada uno de nosotros y ya no a cumplir las expectativas de los demás, no?. Yo ya descarté el buscar un trabajo fijo, porque ya sé que no voy a poder. Y también con mi hijo, o sea mi hijo... entre los tres tomamos la decisión de hacer con homeschool porque no podemos con las escuelas, o sea, yo entiendo que hay papás neurotípicos que pueden lidiar con eso, yo no puedo, o sea, para mí fueron muchos problemas, fue mucho sufrimiento para mi hijo, o sea, bullying, no aprender nada... ir y que no aprendiera nada. Entonces como que ya los tres ahorita, o sea si han sido años muy difíciles, en donde obviamente tuvimos como que funcionar dentro de... pero ahorita si es como que "sabes que? no, o sea esto no me funciona, este lo cambio, me salgo, qué más podemos hacer" y eso ayuda un poco a que bueno, yo tomo esta decisión y entonces ya me siento más cómoda haciendo artesanía en mi casa. Por ejemplo, yo ahorita aún no salgo a vender, aún sin pandemia yo ya no salía a vender, ya vendía por internet, o sea eso me ha traído una tranquilidad de decir "solamente voy y lo entrego a tal hora y me tardo a lo mucho una hora, pero no me tardo mas" no? eso me ha dado la facilidad de poder poner yo mis tiempos, de ya no estar cumpliendo con cosas que me van a hacer daño, y también con mi hijo. Entonces igual los tres hemos encontrado "esto es lo que me funciona a mí, esto es lo que voy a hacer..." no importando lo que digan los demás. Y sí, obviamente a veces tengo que salir y funcionar al mundo pero ya no es como que tanta exigencia como antes la teníamos.

**Y ¿cómo fue tu infancia? por ejemplo tu época escolar**

Pues... en el kinder no tuve mucho problema porque mi hermana estaba ahí, no? entonces como que siempre yo llegaba y mi hermana ya estaba ahí y eso ayudaba un poco. En la primaria yo recuerdo que yo no hablaba, yo recuerdo que llegue ese día y no hable nada, y la maestra al otro día hablo con mi papá y le dijo "su hija habla?" "si... si habla, ¿por qué?" "no, es que no ha hablado con nadie..." o sea, si trabajaba pero no hablaba con nadie, entonces me mandaron llamar para que le demostrara a la maestra que si hablaba y me dijeron "si puedes hablar con tus compañeros" porque mi papá me había dicho que yo tenía que ir a la escuela a hacer lo que la maestra me decía y cumplir con lo que me decía, y pues yo literal, eso y ya. Entonces mi papá, al decirme eso también me ayudó en el sentido de que me dijo siempre tienes que sacar 10 y la forma de sacar 10 es hacer lo que el maestro te pida, complacer al maestro. Y toda la vida me la pasé así, a puro 10, puro 10, puro 10, porque entendí el sistema, aunque no aprendiera, entendí que yo tenía que complacer al maestro, punto. Eso es a mí, obviamente que a mi hijo no porque también es distinto a mí, no? y aprende diferente también. Pues yo aprendí a leer a los cinco años, cuando mi hermana empieza a aprender a leer, que ella ya iba en la primaria. Yo simplemente observando las tareas que ella hacía yo empiezo a leer, no? y a escribir. Y ya después en la primaria el problema fue que cuando yo empecé a hablar, pues hablaba mucho, y de mis temas de interés, entonces obviamente que eso a todos los demás les molestaba... yo no lo sabía, hasta ahora lo analizo y digo "claro" y en sexto de primaria nadie me hablaba, yo me la pasaba dando vueltas en los recreos porque nadie hablaba, ya nadie me quería hablar, obviamente si me saludaban, pero ya yo no formaba parte de ningún grupo, de nada.

**Claro, como que te aislaban de cierta manera.**

Si, y yo no entendí, en ese momento no lo entendí. Y ahora lo entiendo, no? ahora digo "claro, si namás hablaba de qué sabe qué", que no es divertido para ellos, no? mi presencia. Entonces ese año fue así de que "ya que se acabe, ya quiero entrar a la secundaria para que ya esto ya no sea igual" afortunadamente la secundaria fue más amigable, a pesar de que como que... porque muchos de los que iban conmigo en la primaria entraron conmigo a la secundaria, y como entendieron que yo era diferente y como que me apoyaron, ya no fue ese bullying, sino que me explicaban muchas cosas, en la secundaria recuerdo que me explicaban muchas cosas me decían "esto se refiere a esto", o cosas que no entendía me las explicaban, me decían "es que tu eres así, y no debes ser así por esto" no?. Pero ya en la prepa no, otra vez empezó el bullying, por vestirme diferente, por ser diferente, por pensar diferente... o sea, otra vez.

**Osea sufriste bullying en la primaria y después en la prepa.**

Ajá, y ya **en la universidad ya no porque ya me aislaba, me aislé completamente**, dije "yo solamente vengo estudiar no vengo a hacer amiguitos, no vengo a hacer nada más". Y mis compañeros lo entendieron, no? o sea, **obviamente si saludaba y todo, pero yo igual no pertenecía a ningún grupo ni nada, solamente iba estudiar** y ya no tuve como... o sea si tengo amigas de la licenciatura de la maestría pero son como esas amigas que se dieron cuenta de que yo era diferente, y que la amistad ha durado por ellas, porque ellas se han preocupado por mí, no porque yo tampoco sabía cuidar una amistad.

### **O sea te cuesta mantener relaciones también.**

Si, ahorita lo estoy como trabajando más, estoy tratando de conocer más personas, de tratar de tener amistades ya más duraderas con esas personas, pero antes no.

### **En las diferencias que ves, como tú tienes el ejemplo de tu hijo, que es hombre y tú que eres mujer; ¿cuáles son las diferencias que ves ahí como de género?**

Ajá, es que él lo dice, de chiquitos creo que no era como mucha diferencia, porque él hacía ver el berrinche... bueno lloraba por alguna cosa que no sabía expresar y yo era igual, yo lloraba y obviamente no sabía expresar que pasaba, pero ya cuando vamos creciendo, él por ejemplo dice las cosas, él dice "no me gusta ésto, no quiero esto", lo dice tal cual, obviamente yo a esa edad no era tan grosera, él como que de más chiquito ha sido como que muy grosero en el sentido de cómo contestar, yo hice eso más grande y él sí "es que no quiero, no, no, no, quiero" así y yo no decía nada, o sea era como... este con la comida por ejemplo, "toma, ya te serví, come" yo no decía no quiero, no decía nada, simplemente no comía, por ejemplo, no? mi hijo no, te rechaza el plato y te dice "yo no quiero eso, o no me gusta eso" y yo no, yo simplemente me quedaba sentada, callada y no comía nada. De más chiquita yo lloraba recuerdo, pero no decía nada, igual llegaba yo a mi casa y si mi papá había cambiado... A mi papá le encanta como eso, cambiar los muebles de lugar cada determinado tiempo cambia todo. Yo llegaba a mi casa, y sentía una ansiedad de que "por qué cambiaron las cosas" (risas), pero yo nunca decía nada, ni siquiera en ese momento sabía que era una ansiedad, simplemente dentro de mi era horrible llegar y ver tu casa completamente cambiada... no me avisaba, o sea yo iba a la escuela y regresaba y todo estaba cambiado, y yo sentía una desesperación y decía "no, por qué, por qué" y no decía nada, a nadie le decía nada, ni siquiera le decía a mi papá "¿Por qué cambiaste las cosas?" nada. Y mi hijo no, o sea mi hijo llega, y si mi papá cambió las cosas, "¿Por qué cambias las cosas?!" "¿Quién las cambió?!" y ahí le digo yo "mi papá". Entonces siempre dice "es que yo dejé aquí tal cosa, pero seguramente ya... -le dice el querido capitán, a mi papá-

seguramente el querido capitán ya lo movió porque él mueve las cosas". Entonces a nosotros nos gusta tener las cosas en el mismo lugar, en el mismo sitio, si lo dejo aquí, pues lo tengo que encontrar aquí, no?, mi papá no es así, entonces... este... sí eso sí me causaba... cambio cualquier, cualquier cambio para mí era... cosas nuevas que me mostraban para mi yo era así de que... "agh" pero por dentro y no decía absolutamente nada, y ya ni siquiera lloraba, yo recuerdo que si llegue a llorar hasta como los nueve años por todo, no decía nada y lloraba, lloraba, lloraba y lloraba, en la escuela, en cualquier lugar y decían "quién sabe que tiene, no?" pero eso era como diciendo "ay pobrecita, quien sabe quien tiene, déjenla ahí, no le digan nada", no?. Y me ayudaba pero ya después ya no lloraba, entonces ya me quedaba callada y solamente por dentro me quedaba así como que "aghh". Pero mi hijo no, mi hijo si lo dice, si lo externa, este... si te digo que suele ser más grosero en cuanto a sus respuestas... "no me gusta esto, esto si me gusta". Él por ejemplo si tiene mucha más hipersensibilidad auditiva, así que siempre anda con sus audífonos... su postura es... yo también estoy encorvada, pero siento que él todavía es un poco más, su postura, encorvada. Entonces sí se le nota más, o sea tú lo ves y de primeras los audífonos que siempre trae, segunda su postura y que no habla, o sea no habla cuando no conoce gente, no? como que eso es muy notorio; y cuando habla es como grosero, como directo y grosero, y pues yo eso ya lo llegue a hacer hasta como los 15 años.

**Wow, ya adolescencia.**

Si.

**¿Crees que hubiera sido más fácil para ti la vida si es que hubieras obtenido el diagnóstico, por ejemplo a la edad de tu hijo?**

A los... 8 años, 7, 8 años, si hubiera sido muy diferente

**O incluso a los dos años, que te hubieran criado y que tú siempre hubieras sabido que tu eras de esta manera.**

Si, hubiera cambiado totalmente, porque de alguna manera mis papás como que sabían como que era distinta en esta parte de que yo aprendía muy rápido. No todo súper rápido y como soy visual, es todo en imágenes aquí en mi cerebro, no?. Entonces como que ellos sospecharon en algún momento que yo podía ser superdotada, esa era como lo es que pensaban "es que es muy inteligente", no? pero si hubiera cambiado, no? obviamente si hubiera cambiado porque pues no me hubieran tratado como me trataron, y a lo mejor me hubieran comprendido más, porque siempre estuvo el quererme

*cambiar, siempre, y juzgarme y decirme "tú estás mal". O sea, llegó un momento en el que ya, o sea, en la juventud en la que yo ya ni hablaba, o sea igual otra vez mutismo selectivo, no hablar porque si hablaba me iban a atacar.*

**Claro, entonces empezaste también a cambiar como forma de ser por lo mismo**

*Si, entonces primero no hablaba, después hablé, después otra vez no hablaba, entonces mucha gente decía "es que no habla", para qué hablo si ya me van a atacar, si me van a juzgar, si me van a decir cosas... entonces, ya en la casa no hablaba, ya no hablaba, o sea llegó un momento en el que no...*

**¿Cómo ha sido tu relación contigo misma? En ese sentido, de que trataron de apagar quien eras, tú tuviste que cambiar también, y ahora darte cuenta de que realmente siempre fuiste Asperger... entonces empezar a redescubrirte... empezar a ver qué es lo que realmente te gusta, que es lo que no te funciona definitivamente...**

*Pues si ha sido bien difícil, es que fue mucho tiempo, o sea ese tiempo en el que yo estaba... "dije ya ok, si lo tengo, vamos a buscar el diagnóstico", pero en ese tiempo en el que yo supe... esos dos años si fueron muy duros, muy duros, porque sí fue como regresar, que pasó atrás, "ah... ahora entiendo porque tales personas dejaron de hablar", o "aquí yo la regué", o porque pasó eso en los trabajos... y poder como visibilizar así fue muy fuerte, muy difícil, y después darme cuenta que todavía seguía como cumpliendo ciertas expectativas que no eran lo que yo quería, porque en ese momento yo estaba en una maestría de administración y en el trabajo que te dije... entonces fue un no, no, o sea, como que todo se juntó. Fue que en la tienda me empezaron a poner más carga de trabajo y en la escuela dije "qué estoy haciendo aquí, esto no es lo mío" y ahí me di cuenta que claro, cuantos años de mi vida desperdiciados. Así lo vi yo, no? o sea, cuantos años de mi vida desperdiciados, y yo no haciendo lo que yo quiero, o sea "qué quieres" y empecé, no?, me pregunté "qué quiero" y me respondí "arte". O sea, toda mi vida he estado en el arte, sólo que obviamente mis papás siempre me dijeron lo típico de "Ay pues ahí te vas a morir de hambre", inclusive ya siendo artesana, ya habiéndolo vivido... pues de nuevo lo volví a dejar, no? otra vez regresar a que "ah pues me voy a meter a una maestría en administración", y casi la terminaba, pero en ese momento dije "no, tengo que parar, tengo que ver qué voy hacer con mi vida, ya sé que esto no es lo mío, esto no es lo que yo quiero, pero no sé qué quiero" y si fue muy duro.*

**Claro y en ese momento de no saber qué quieres realmente empezar a buscar, empezar a descubrir qué es lo que quieres... y a tus 38 años, o sea toda tu vida**

**ha pasado siendo esto, lo que todos los demás querían que fueras y tú sintiendo que eras rara, tratando de encajar y llega el momento de tu 38 años y por fin dices "ya ok, ahora tengo que ver qué es lo que realmente me gusta mi"**

*Si, fue muy fuerte, fue mucho dolor también... darme cuenta de qué tan diferente era no?... Con el diagnóstico de mi hijo yo no me sentía así y no hubo dolor... fue de que "si lo tiene, si lo tiene, ¿que sigue? vamos a lo que sigue", terapias, "ah, órale, terapias" no y después dije yo no le están sirviendo para nada (risas). No pero conmigo fue de que "y ahora qué?" o sea, fue muy difícil. También fue esta parte de plantearme que "ni siquiera quiero a mi esposo, o sea, "¿porque estoy con él?, este... si he recibido violencia de parte de el, ¿por qué rayos estoy él?", no? (comienza a llorar). Todas mis relaciones han sido violentas... o sea, darme cuenta de tantas cosas ha sido super, super difícil, muy complicado, pero es de "pues voy a tomar mis decisiones y voy hacer lo que yo quiero"*

**Y eso es lo importante, de que por fin tomaste este paso.**

*Si... y también a la alimentación. No comía, estaba super flaca, nunca comía y si comía era muy poco y cosas bien selectivas, no? lo que a mi me gustara, toda la vida fue así, y este... Hace año y medio dije "ya" fui con un nutriólogo y empecé a comer. O sea, todo cambió y mis papás se dieron cuenta y dijeron "es que has cambiado un montón" pues sí, pero porque me di cuenta de que, pues no era la que yo... o sea, todas las decisiones yo las he tomado en base a otros no, en base a mí.*

**Y empezar a cuidarte a ti misma**

*Si, empezar a comer, empezar a hacer ejercicio, no o sea... muchos cambios muchos, muchos...*

**Wow, me alegro mucho, que poderoso tu discurso también y que en este momento estés haciendo esos cambios, creo que de aquí en adelante va a ser todo mejor, porque ya empezaste y ya fue lo duro.**

*Si, ya pasó lo más duro, creo que sí...*

**Me alegro mucho. Muchas gracias por también la confianza de contarme todo esto que me imagino debe haber sido muy terrible, muy duro...**

*Si, si, si, aún hay cosas que me duelen, de decir "¿por qué tomé esa decisión, o por qué me quedé ahí o por qué?" ya es menos, no? obviamente ya es menos, pero todavía hay cosas que me duelen y todavía tengo muchas cosas por hacer....*

**Pero tomaste las decisiones correctas en el momento que por lo menos supiste y de aquí en adelante ojalá seguir tomando las decisiones correctas y sino, bueno, uno se cae y trata hacerlo mejor la próxima vez. Y pensar también que qué suerte que tal vez tu no tuviste este apoyo familiar, porque no sabían, porque el desconocimiento era mucho, porque tiene las herramientas... pero que suerte que tu hijo tenga este apoyo, que es tuyo, que tú sabes lo que es, tú estás apoyándolo y a pesar de que tu no supieras lo que era en ese momento, tu instinto maternal también te hizo cuidarlo y también entregarle un soporte, un apoyo súper importante.**

*Si, si, lo sé. O sea, yo sé que yo para él... o sea yo sé que él ahorita no lo entiende pero yo sé que yo he sido como... yo lo llamo traductora, con él y con el mundo, no? Y sé que eso le ha servido muchísimo. También sé que no soy eterna y que también tiene que... o sea, yo le estoy justo a eso, "es que tú no puedes hacer esto... pide ayuda, si tú te das cuenta de que no lo sabes hacer o que no puedes hacer, pide ayuda, y si no les entiendes "me puedes volver a explicar por favor porque no te entendí"". Estoy trabajando mucho con eso porque sé que no voy a ser eterna.*

**Claro, que bueno, me alegro mucho. Muchas gracias por todo, por tu historia, por el entregarte también a este momento, el poder conversar así tan fluidamente, el contar todo lo que te ha pasado, toda la tarea que tienes ahora en adelante, porque esto sigue siendo una tarea también súper importante.**

*Sí*

**Que al final es de día a día**

*Sí, día a día. Si, así estoy yo con la comida, con mi hijo, día a día porque si no no avanzo.*

**Muchas gracias. ¿Te gustaría contarme algo más?**

*Mm... no, pues creo que ya es todo....*

Se habla del envío de la tesis cuando esté lista y nos despedimos.

-  
Catalina, 44 años. Edad de diagnóstico: 44 años. Chile.

**Te cuento que esta entrevista, es una entrevista que va a ser semi estructural, la verdad quiero que tengamos una conversación lo más natural posible, lo más fluido posible, así que ojalá me empezaras contando sobre ti y ahí empezaremos abriendo los temas.**

*Empezando por mi nombre Catalina (apellido) soy empleada pública, tengo 44 años, fui diagnosticada el 4 de febrero de este año, soy mamá soltera y tengo un hijo de 19 años. Vivo con mi hijo y con mi mamá.*

*Esto un poco parte el año pasado con el estallido social, empecé a generar crisis de pánico, me tuvieron con licencia médica, con pastillas, el doctor me derivó a una psiquiatra y ella insinúa que podía tener rasgos asperger, creo que ella no era experta en la materia. Además yo le comenté a una amiga que tiene un hijo que es asperger, que tiene 15 años, y ella me dijo que "desde que te conocí hace dos años atrás pensé que podía ser, obviamente no te iba a decir", así que con eso yo dije me tendré que hacer el test y empecé a ver donde me lo podía hacer, ella me ayudó y llegamos al centro Estimula aquí en viña.*

*Yo iba convencida de que me iban a decir que era solamente crisis de pánico, por la situación que estaba viviendo, un cuadro nervioso, depresión como me había pasado antes y resulta que no, cuando me fui a tomar el test, fui dos veces, y después cuando fui el día viernes a buscar los resultados ahí me encuentro con la sorpresa de que pertenecía al espectro, fui sola y lo único que hice fue caminar y la palabra autista se me repetía en la cabeza así como a cada rato, bueno una sobre todo en mi generación; para atrás a una le dicen autista y lo primero que te imaginas es una persona que se mueve y no habla, lo asocian un poco al retraso mental, entonces fue fuerte para mí en ese momento, lo primero que hice fue llamar a mi jefa, mi jefa me ha apoyado mucho en todo este proceso ha sido parte muy importante y la llamé a ella y le conté y ella fue así como "pucha bien, qué bueno, me alegro que ya sepas lo que te pasa, bueno y ahora a seguir adelante", en el mismo centro me dieron el nombre de mi psicóloga, que también es asperger y empecé a trabajar con ella hasta ahora, me estoy tratando, pero ha sido como el volver a nacer, si lo puedo graficar de alguna manera fue eso el volver a nacer porque empiezas a encontrar un montón de respuestas a tantas cosas que te pasaban desde niña y que yo decía "pucha porque me pasaba", de cabra pensaba en el*

suicidio, pasé 4 veces por esa etapa, cuadros depresivos donde me empastillaban, yo ahora detesto las pastillas, en general, veo una pastilla y iug les tengo fobia, eran muchos los medicamentos para dormir, antidepresivos, estaba dopada casi todo el día y al final la cosa no era nada eso, eran descompensaciones debido a mi condición entonces eso en general **el proceso ha sido liberador.**

### **Pudiste lograr encontrarte**

Claro saber quién era, **porque siempre trate de encajar desde chica**, a ver: **desde niña tenía amigos imaginarios, jugaba sola, tenía mi propio mundo** y me quedaba ahí, tenía uno que otro amigo de la población pero por lo general yo jugaba sola y hablaba sola. **Jugaba, imaginaba y con el tiempo esa imaginación se empezó a transformar, fue como raro porque como que esa imaginación la empecé perder y empecé a ser súper estructurada**, entonces eso ha sido de lo que yo recuerdo ahora como uno de los cambios que tuve en mi infancia, por ejemplo lo que también me gustaba, bueno eso es hasta el día de hoy, **lamentablemente no lo puedo hacer porque trabajo en oficina, pero vestirme con ropa más de hombre, por ejemplo buzo y zapatillas yo feliz**, **nunca encaje con mis compañeras, la etapa de adolescencia fue horrible.**

### **Eso te iba a preguntar ¿Cómo fue tu etapa escolar?**

No, eso fue horrible porque **la etapa escolar para mí no es algo que yo recuerde con agrado**, como la mayoría de la gente, por ejemplo **yo comorbilidades físicas tengo dos, una es mi sensibilidad auditiva, que de hecho en el trabajo cuando hay mucho ruido -porque la oficina está en el centro de la ciudad y atiende público- es lo mas cansador, uso tapones de esos que usan los que nadan para bajar el nivel del ruido, hay días en los que estoy muy sensible de mis oídos, como hay otros que no tanto y los días que estoy más sensible uso los tapones, antes de saber mi diagnóstico era de locos, para mí era horrible tener que estar en un lugar donde hubiera mucho ruido porque no lo soportaba, habían veces que sí y era pasable y después me descompensaba terminaba muy cansada y yo no sabía porque me cansaba tanto, ahora entiendo el porqué, pero si sufría mucho de mis oídos, ahora lo manejo con los tapones.**

**Lo otro es que mi campo visual es un poco más chico, pero eso del campo visual lo sabía de antes, como uso lentes, en uno de los controles que me hice el oftalmólogo se dio cuenta que mi campo visual es un poco más chico.**

### **Como que la mirada panorámica no es amplia...**

No es amplia porque por ejemplo un neurotípico, no se cómo dar vuelta los ojos hacia los lados y ver hasta como la altura del hombro, yo no puedo, tengo que girar un poco la cabeza.

## **Entiendo**

*Porque mi campo visual al mirar de frente normalmente es hasta aquí, y de aquí para atrás se distorsiona entonces, por ejemplo, yo opte por no aprender a manejar, pero fue por decisión propia porque yo dije voy a ser un peligro público que aprenda a manejar, porque pierdo el campo visual del otro lado, o sea, si tengo que girar la cabeza para mirar el espejo pierdo toda la visión del otro lado entonces sería un peligro público así que mejor dije no decidí no aprender a manejar.*

*La otra comorbilidad es mi déficit atencional, o sea, siempre desde chica volaba una mosca y yo (hace el gesto de mirar al vacío), eso por ejemplo está hasta el día de hoy.*

### **¿Eso te lo diagnosticaron cuando chica?**

*No, eso fue ahora todo eso es diagnóstico ahora, excepto el de los ojos.*

### **¿En el colegio nunca se dieron cuenta que tenías déficit atencional?**

*No, porque esas cosas antes como que no las pescaban, eran como mañas.*

*En el colegio me pasaba mucho, ponte tú, me sacaban a la pizarra y yo quedaba en blanco, entonces la profesora empezaba "si no terminas la tarea no sales a recreo".*

### **Oh ¿Por qué hacen eso?**

*Entonces yo quedaba en blanco, mas nerviosa me quedaba empezaba a escuchar los ruidos de mi compañero y yo lo único que quería era taparme los oídos y decir por favor ya cállense porque escuchaba como todos gritando, el profesor por otro lado apurándome, afuera la campana, entonces eran muchos estímulos al mismo tiempo y yo ya no hallaba que hacer y me quedaba paralizada, al final siempre tenía que llegar a alguien "como a rescatarme" y me sacaban de ahí, pero fue una época poco agradable en mí.*

*Lo otro que te puedo decir, bueno en mi curso las niñas en la adolescencia, en la niñez no fue tan marcado porque igual tenía una o dos amigas que eran bien tranquilas entonces con ellas me lleva bien, compartía con ellas y el baile ha sido una vía de escape toda la vida, pero en la adolescencia en mi curso estaba muy marcado como les digo yo "las barbies" y las que eran muy estudiosas, entonces yo estaba al medio, entonces no encajaba por ningún lado porque me costaba estudiar, yo no aprendo leyendo para mí, tú me pasas un libro y me dices apréndete esta hoja y yo nunca la voy a aprender, no puedo, nunca aprendí, para mí era un sacrificio tener que leer o aprender algo leyendo, no puedo.*

### **¿Tienes memoria cinestésica?**

Claro y solamente, pero me pones un video o audio y ahí empiezo a aprender.

### **Ah ya, auditiva y visual.**

Si, entonces hasta bailar, yo confundo los sonidos, pero bailo y tengo habilidad igual, puedo seguir siempre y a veces cuando yo miro el video le apagó el sonido y empiezo a dibujar, es como dibujar en el aire siguiendo los pasos de la persona que está en el video, sí po sí me las he tenido que ingeniar toda mi vida, para estudiar en el colegio era rayar, hacía dibujos, colores y yo veía que mis compañeros leían, estudiaban, agarraban un libro y yo para callado siempre me sentía un bicho raro entonces para que nadie se diera cuenta yo me escondía delante de mis papás, de mi familia yo trataba de actuar como cualquier otro chiquillo de mi edad, pero si tenía que estudiar me iba y me escondía a rayar y yo me acordaba después como de esa forma y hacía las pruebas porque antes ni hablar de internet, era todo a mano, ese tema fue realmente un tema para mi estudiar así.

### **Desafiante y además a escondidas.**

Claro y hasta que termine y después con las chicas no me identificaba. De hecho por lo mismo, lo otro que me dijo mi psicóloga es que yo soy como más chica, como mentalmente o psicológicamente, porque ellas estaban en una edad donde pensaban en el pololo, que salir, el carrete y yo seguía pensando en muñecas por así decirlo, ellas andaban preocupada de pintarse, el pelo y yo, buzo y zapatillas y con las otras niñas que eran muy estudiosas tampoco encajaba porque ellas leían y se aprendían todo y yo no aprendí así, entonces siempre estaba más sola, sí conversaban conmigo pero era como un "Hola" y "Chao", pero armar un grupo de trabajo me costaba mucho por lo mismo, pero igual hacía grupos cuando tocaba trabajar en grupos como en cosas más manuales me era más fácil encajar y hasta que ya salí del colegio, me costó, pero terminé.

### **Y bullying ¿sufriste bullying en el colegio?**

Era como, no como se ve ahora, pero sí era una forma de bullying en el que de repente se reían y me decían autista, porque te molestaban con eso, era como un insulto.

### **Que ironía que realmente lo fueras.**

Claro y la palabra bicho raro, esa palabra le ha costado mucho a mi psicóloga quitármela, la tenía hasta ahora, entonces habían cosas que tiraban en broma y yo no entendía, o me las tomaba muy literal y por eso yo me enojaba y decía "¿Por qué me dicen esas cosas?" Si yo no estoy hablando de eso, no le encontraba la lógica; ya con el pasar de los años uno se va acostumbrando, va aprendiendo que hay doble sentido que una cosa significa una cosa y otra significa otra, entonces uno como que ya va aprendiendo esas triquiñuelas, se va adaptando en realidad no me quedaba otra que

**adaptarme.** Después ya en el servicio público, fui la última en entrar con cuarto medio, después se empezó a pedir que uno tenía que tener un título profesional, yo fui la última en entrar con 4 medio y mi trabajo siempre fue en el área de finanzas, yo trabajaba en San Antonio, vivía y trabajaba allá y allá mi trabajo era finanzas, pero mi oficina estaba ubicada de tal manera que yo quedaba como escondida del resto, no había ruido, no tenía que atender mucha gente porque era una sucursal chiquitita, en una ciudad chiquitita, entonces era más fácil para mí y me dedicaba solamente los números y en mi área éramos 3, nada más, en comparación con los otros que eran 7 y no teníamos tanto público y ahí me quedé hasta hace 5 años, hace 5 años atrás me vine a Valparaíso.

### **¿Antes vivías en Santiago?**

No, en San Antonio, después en el trayecto hace 7 años atrás mi papá falleció, entonces mi mamá quedó viuda viviendo en Quillota y yo decidí venirme como más cerca y la opción era Valparaíso, entonces me vine y me quedé acá, pero **acá empecé como a gatillar un poco más mi autismo, por el mismo hecho que la oficina está al medio, no sé si conoces Valparaíso, por la intendencia.**

### **No, pero me imagino que el centro debe ser bien movido.**

Entonces tengo vehículos por una calle, por detrás del edificio y yo estoy ubicada en el medio, cuando también llegué a trabajar en el área de finanzas igual que antes, no era tanto problema, si atendíamos más gente que en San Antonio, pero se me hacía más fácil porque la carga era más administrativa que contacto personal.

Ahora hace poco tiempo, **con el estallido social y todo eso, unieron las áreas y me tuve que ir a otra área donde se atiende una cantidad de público enorme y ahí ya empecé, todo mal.**

### **A colapsar.**

**Ahí la gente me hablaba, se me enredaban los sonidos porque el pito de los números ese que va sonando, la gente que está esperando habla, mis compañeros también hablan, sonaba el teléfono, tenía a la persona que tenía al frente, entonces eran muchos ruidos alrededor más el ruido de afuera, entonces fue como un globo que reventó y estuve como dos meses con licencia porque yo no podía, porque volvía a trabajar y volvía a caer, entonces ya me dieron la licencia por los dos meses, estuve Noviembre y Diciembre con licencia para la oficina y yo con miedo de que me echaran y de ahí ya como te contaba llegue a manos de Nataly que es mi psicóloga, mi confidente, mi todo, porque con ella he ido aprendiendo un montón de cosas, hasta en relaciones de pareja porque en realidad el tema de pareja para mí también fue un show porque era difícil para mí, yo le preguntaba a la Nataly si acaso era como cierto que nosotros pensamos y**

percibimos las cosas diferente, pero de una manera distinta y me decía "si, tu sientes distinto", entonces hay cosas que a mi me afectan y que a los demás no les afectan.

### **¿Como que cosas?**

Por ejemplo, te voy a dar un ejemplo bien tonto, pero para ti es tonto y para mí no lo fue en el momento, en mi escritorio yo tengo dos figuritas chicas, una bailarina de ballet que me regaló una compañera de trabajo, que ella sabía que yo bailaba ballet de niña y la otra era un perrito chiquitito que me regaló una niña, una haitiana que era una chiquitita de 7 años que le servía de traductora a su mamá que había llegado al país, entonces la niña era bien despierta y le iba traduciendo todo a la mamá, decía y yo atendía a la mamá, entonces fue y me dijo "chao tía" y me regaló el perrito, la niña era muy tierna y yo guarde mi perrito y siempre estuvo ahí, entonces un día -a mí no me gusta que se metan a mi escritorio, la mayoría lo sabe- y las señoras del aseo cambiaron a una señora que hace aseo y ella empezó a limpiar porque con esto del virus a mitad de mañana se hace una limpieza, empiezan a limpiar mi escritorio y mi perro desapareció y como era tan chiquita la figura no la encontraba, estuve dos días buscándola, pero el mundo se me caía a pedazos porque yo no podía encontrar mi perro y yo les preguntaba a todas mis colegas, les pregunté los dos días uno por uno y todos "¿por qué tanto escándalo por un perro?" y yo así "pero es mi perro, no tienen porqué tomar mis cosas" y una compañera que supo desde el principio que yo tenía asperger -yo le conté, fue la primera que supo- me empezó a ayudar a buscar el perro porque ella sabía que para mí ese perro era importante, al final lo fuimos a encontrar en un mueble nada que ver, pero apareció el perro y yo recién pude descansar, entonces claro para mí tenía un significado tan importante, era tanto lo que valía para mí, para los demás era un simple perro que si se perdía daba lo mismo, pero para mí por dentro yo me estaba muriendo porque el perro se me había perdido, entonces esas son cosas que diferencian del resto, por lo menos a mí, no sé si a todos los autistas en general, pero por lo menos a mí con mis cosas, yo no soy muy apegada a las cosas materiales en general, ponte tu un televisor grande o chico me da lo mismo si se rompe, me da lo mismo porque me lo compre yo, pero si alguien me regala algo con un cariño y es algo tan insignificante, pero yo lo dejo en una parte y ahí tiene que estar y no se puede mover, no se si me logra entender.

### **Si la entiendo.**

Por eso mi escritorio está de tal manera, bueno ahora mis compañeros ya saben que soy asperger entonces saben porque son mis enojos o mis arrebatos o porque según ellos contestaba enojaba porque para la mayoría de la gente yo siempre estoy enojada, claro ahora yo aprendí que uno tiene que sonreír, tiene que estar atenta a cómo habla, mover las manos, antes yo era parejita, estaba seria y no había expresión en mi cara, yo no expresaba nada.

### **Claro por el hecho de atender público.**

Claro, entonces ahora tuve que adaptarme a eso y fui aprendiendo todo eso, en el camino fui aprendiendo que tenía que hacer, para que la gente no pensara que yo estaba enojada, tuve que aprender a moverme, a estar sonriendo, aunque yo no quisiera sonreír porque encontraba tonto estar sonriendo si yo no quería sonreír, pero sé que era la manera de expresar que estoy bien, fueron cosas que tuve que ir aprendiendo y llevarlas al plano laboral.

Cuando mis compañeros supieron que yo soy asperger fue así como "ah pucha ahora ya entendemos", pero la mayoría de mis compañeros yo creo que la mitad de la sucursal son gente joven, más joven que yo y fue como que les dije "soy asperger" y "ah ya bueno, con razón", súper relajados. A los más adultos les costó entender el "¿Por qué?" Y tuve que dar más explicaciones, pero los jóvenes fue así como super relajado, entonces la acogida que tuve y ellos me integraron más todavía al grupo, entonces saben, por ejemplo un día una compañera me habló y yo estaba súper concentrada en lo que estaba haciendo porque justamente estaba haciendo un cálculo, entonces ella me habla y yo le contesto así como muy cortante y me dijo "ah chuta, parece que no debí hablarte en este momento por qué estás enojadita" y yo le dije "no disculpa, es que estoy tan metida en esto que tú cachai" entonces me dijo "ah ya" como que a ellos también se les olvida que yo soy asperger porque dicen que no se me nota, eso lo escucho todos los días, pero bueno sí se me notaba en el sentido en que pensaban que yo estaba enojada siempre, no era así, nadie sabía lo que yo estaba sintiendo, nadie sabía mi dolor porque yo tampoco lo sabía expresar, ahora si me descompenso me descompenso nomas, sea leve o sea grave porque en mis descompensaciones, ponte tu hay descompensaciones leves que salen de la nada y empiezo a llorar y yo no sé porqué estoy llorando y me pongo un poco rígida, a los 5 minutos se me pasa y sigo trabajando normal, cuando son graves mi cuerpo entero y mis manos son las que más sufren porque me pongo muy rígida y aprieto las manos así, pero las aprieto de tal manera que con la misma uña me lastimo la mano, entonces lo me ha pasado en el trabajo -porque me he descompensado así- es que empiezan a tratar de estirarme las manos, pero es tanta la fuerza que a veces entre dos personas me tienen que estirar una mano porque aprieto demasiado y lo otro es la mandíbula, aprieto la mandíbula y entonces las preguntas que me hacen es como "¿estás bien?" cosa que yo pueda responder "sí" o "no", moviendo la cabeza porque no puedo hablar y empiezo a aplicar las técnicas de respiración que me ha ido enseñando mi psicóloga y con eso voy así como bajando la intensidad, voy volviendo, pero de a poco y cuando ya se me pasa es como si me hubiera pasado un camión por encima, termino muy cansada, pero yo sigo trabajando, me descompenso a ese nivel pero sigo trabajando o acá en la casa sigo andando normal mi rutina diaria, pero después al otro día es cuando es lo más pesado porque ahí siento

igual como cuando uno va al gimnasio el primer día y al otro día te duele todo el cuerpo, porque donde me tenso tanto, al otro día me siento así con ese mismo dolor que me cuesta hasta pararme, que no quieres que nadie te toque, que te duele todo, así estoy yo al otro día, entonces ha sido como te digo enriquecedor, pero ha sido igual difícil, bueno antes no sabía y caía en cuadros depresivos, ahora no po, ahora yo sé que no son cuadros depresivos y los he aprendido a manejar.

**Eso es algo súper bueno.**

Claro, eso es como a grandes rasgos mi vida desde que nací hasta ahora.

**¿Cuáles son sus diferencias, por ejemplo, con las parejas?**

Lo principal, bueno esto lo tengo muy marcado soy como super cuadrá, entonces invitan a salir "vamos a ir a comer", "ya, vamos a ir a comer" y si a última hora me dicen "no vamos a ir a comer, vamos a ir al cine" yo me enojo, "es que tú me invitaste a comer porque me estás cambiando a última hora" o de repente no sé po, el hecho de estar en un lugar, sigamos con el ejemplo del restaurante, estoy conversando con el pololo y de repente me aburro y me quiero ir y yo me paro y me voy nomas, o sea eso lo hacía antes, pero ahora ya sé que no puedo llegar y hacer eso, pero antes era si estoy aburrída y me quiero ir porque me voy a quedar acá y me iba nomás, entonces esas cosas son las que he ido aprendiendo que ya no debo hacerlas, sino decir "mira en realidad esto no es lo que yo esperaba, bla blá" y de ahí decir que me quiero ir, pero no llegar y pararme y agarrar la cartera y partir nomas como "estoy aburrída chao", eso hacía, llegaba me paraba y me iba, entonces esas cosas obvio que iban a ser problema y al final terminaron siendo un desastre, entonces al final a mis 44 años estoy soltera, actualmente sin compromiso, pero tampoco es un tema, no es tema para mí, nunca fue un tema, no es lo principal en mi vida como hay mujeres que si el tema de pareja, de matrimonio o como quieran llamarlo, es todo un tema, para mí no, es como algo anexo, o sea si hay alguien que me quiera acompañar bien, pero si no está bien también, de hecho incluso siempre supe que nunca me iba a casar.

**¿Por qué?**

No estaba en mí, decía "cómo voy a compartir mi pieza, mis cosas con otra persona", o sea, era mi espacio y desde chica decía "porque voy a meter a otra persona, son mis cosas donde voy a meter las cosas de él" y si quiero estar sola y voy a compartir mi pieza, no, como que no me cuadraba y eso es hasta el día de hoy porque ahora, por ejemplo, si yo quiero estar sola me voy a mi pieza, me pongo los audífonos para escuchar música, apago la luz y punto, que por lo general lo hago todos los días, para poder descansar porque atender público me cansa mucho, entonces llego muy saturada como de mucha información en mi cabeza, entonces necesito bajar eso y me pongo a

escuchar música relajante, mantras y otras cosas así y me voy relajando hasta que después me quedé dormida, entonces yo decía "pucha si estoy con alguien no voy a poder hacer esas las cosas" si invita amigos, si quiere salir o si quiere tener relaciones tampoco voy a poder y si no quiero voy a tener que decir que sí, entonces pensaba en todas esas cosas y hasta el día de hoy es como "no" y si tuviera una relación sería puerta afuera porque no, nunca me imaginé tener mi espacio y compartirlo, entonces por eso siempre fue ese pensamiento de "no, nunca me voy a casar" hasta ahora, he tenido mis relaciones puerta afuera, pero a veces quería así cómo empezar, bueno el papá de mi hijo quería casarse, era como que "ya estoy embarazada tendré que casarme", pero así como obligación, por x motivo terminamos la relación, después tuve otra pareja que también me dijo una vez que porqué no intentamos vivir juntos y yo como "bueno ya", pero como que empezó a cambiar un poco el switch en el transcurso, se empezó a poner muy mandón, muy "tienes que hacer lo que yo digo" y yo me mando solita así que no tampoco, entonces como no me gusta que me digan lo que tengo que hacer, al menos en mi casa.

¿ahí sí? Se había caído

**Si, así que no te gusta que te manden.**

no me gusta que me manden, hasta ahora. Entonces eso por el lado de pareja, pero no es un tema como te digo que me influya mucho en cosas de mi vida cotidiana, como no sé: mi hijo que está estudiando, mi trabajo, amigos, bailo cueca, así que soy bailarina y me gusta mucho eso, ahora voy a aprender artes marciales porque dentro del club de cueca tengo un bailarín y él es segundo dan de karate, entonces como hace poco me pasó que casi me asaltaron, entonces prefiero aprender artes marciales para defenderme. Igual me da como miedo iniciar algo nuevo, me da miedo, ahora no, estoy como super segura de mí, antes yo decía "no yo no voy a poder, yo nada que ver ahí" siempre era el "no voy a poder", como no aprendía igual que los demás, pero ahora sé que puedo hacer las cosas de una manera distinta, pero las puedo hacer, a lo mejor la clase de karate voy a tener que estar en la clase y grabar la clase para poder después repetirla, pero voy a aprender igual lo que hago con las coreografías de cueca, las grabo y siempre han dicho "no graben las coreografías" porque no sé qué, "se las van a aprender como muy estructuradas" y yo las grababa igual, me las aprendía y me cambiaban del lugar y yo funcionaba igual, pero ya tenía todo el movimiento, todo eso grabado en mi cabeza.

Entonces ese tipo de cosas yo ya sé que las puedo hacer, entonces ha sido como bien he aprendido mucho y ha sido enriquecedor

**El haber recibido el diagnóstico y que te cambió hartito la vida también.**

Bastante, toda completa.

### **¿Cómo sientes que era tu relación contigo misma antes y después de recibir el diagnóstico?**

Antes me odiaba, bueno todos me dicen cata, antes odiaba la cata de antes, la odiaba mucho porque era rara, porque no aprendía como los demás, porque era tonta, porque era fea, porque era todo malo, ahora sé que la cata es una persona muy inteligente, que tengo habilidad para aprender mirando y escuchando y que otras personas no tienen, que a pesar de que escucho todo revuelto y tengo mi sensibilidad auditiva igual puedo bailar, no soy una persona fea como yo me decía no y que soy única, soy especial, yo molesto a mis compañeros y les digo yo no soy típica como todos ustedes yo soy única y especial y no hay otra igual que yo, entonces los chiquillos me dicen "ya salió ella" "ella la autista", entonces claro siempre los molesto, les digo ustedes son todos iguales yo soy la única especial aquí, de hecho mi trabajo lo adaptaron igual porque yo tengo que atender público en horario normal es de 8:30 a 2 de la tarde y de ahí viene 1 hora de colación y después de 3 a 3:30 atención de público y de ahí hasta las 5 trabajo administrativo, mi horario de atención de público lo hizo más chico, entonces yo trabajo en apoyo a otra colega en el trabajo administrativo desde las 8:30 hasta las 10:30 después me voy a atender público, después en el horario de colación y después no sigo atendiendo más público, yo sigo en trabajo administrativo, entonces como que me dejó el rango donde hay más gente donde se junta todo el choclón de gente ahí me dejé atendiendo público, pero me dice si tú te sientes mal te paras, podemos ponemos en pausa tu equipo y te vas a dar una vuelta, respira, qué sé yo y después vuelves.

### **Qué bueno**

Entonces tengo el apoyo de ellos al 100% entonces yo igual me adecuo a mi trabajo, entonces la red de apoyo que tenía también ha sido una ayuda bastante grande para este proceso porque los permisos para poder salir a las sesiones, cuando se podía salir a la calle, el que adaptaran mi trabajo, el que me apoyen cuando me descompenso, que mis compañeros igual me aceptaran como soy, me integraron súper bien al equipo, entonces todo eso ha ayudado a que mi proceso haya sido más rápido.

### **Te genera un soporte**

Si, entonces de hecho tenemos un grupo de WhatsApp que dice apoyo aspi, entonces si yo me siento mal yo solamente mando audio ahí y son cinco compañeras las que están como atenta y ellas llegan y la que esté desocupada primero tiene que ir a verme.

**Que bacán, que bueno que hicieron eso.**

A ellas se les ocurrió esto porque si tú estás por ejemplo en el baño y te sientes mal es cosa de que solamente tomes el celular de hecho, tengo el WhatsApp del grupo lo tengo no dentro del mismo WhatsApp en la lista en el que fuera como directo como acceso directo, entonces yo aprieto ahí y mando audio y listo y llega de la que este primero llega, entonces por eso **tengo toda una red de apoyo al lado.**

**Sí, qué maravilloso que hayas encontrado esa red de apoyo.**

Bueno, entonces yo digo bueno sí me tocó aprender acá fue por algo, tuve que, llegó mi momento y tenía que vivirlo acá

**¿Crees que hubiera sido más fácil tu vida si es que hubieras recibido el diagnóstico a una edad en la que un hombre lo recibe alrededor de los 2 años?**

Sí y yo creo que la mayoría de las mujeres les pasó lo mismo, en el fondo se las tienen que arreglar solas, o sea, tú sabes que hay algo raro, sabes que hay algo que es distinto, pero no sabes qué es, entonces te las tienes que arreglar sola y por eso vienen los intentos de suicidio, la autoestima por el suelo, entonces es por eso porque tú sabes que hay algo que está mal en ti, pero no sabes qué es entonces sí, **yo misma digo "ojalá este diagnóstico lo hubiera recibido donde era niña, mi vida habría sido muy distinta",** pero como decía mi papa las cosas pasan por algo, pero ya no fue ahora me tocó ahora de adulto y a seguir para adelante nomás

**Sientes que no es tan viable o no es tan fácil vivir en este mundo siendo mujer autista, sin tener un diagnóstico.**

Si es difícil mucho más sin tener el diagnóstico, es muy difícil porque **yo tuve la suerte de tener una red de apoyo muy buena tanto en mi trabajo, en mi familia cero rollos,** pero no todas las mujeres tienen la misma red de apoyo y ni siquiera tiene, por ejemplo, **una dueña de casa que no tiene ni siquiera recursos para pagar un psicólogo ¿cómo lo hace? se las tiene que arreglar sola** y yo digo "pucha" miro para todos lados y digo "¿cuántas mujeres hay en la calle que están igual que yo? y que a lo mejor hay mujeres que se han suicidado, a lo mejor se han suicidado precisamente porque saben que hay algo que es diferente, pero no saben que es."

**Por el desconocimiento tan grande que es la invisibilización que tienen estas propias mujeres.**

Claro porque yo siempre escucho de hecho **una de las últimas colegas que le conté que yo era autista lo típico que me dicen, pero si no se te nota y yo "si porque he tenido que disimular toda mi vida",** **leí por ahí en alguna parte y en algunos foros que he participado en internet somos más camaleónicas, sabemos disfrazando.**

**Sí de hecho eso mismo iba a hablar contigo, el tema del masking o el enmascaramiento, esta herramienta que tienen las mujeres autistas que hace que no sean detectadas por profesionales o profesores, familias porque se escapan del estereotipo del hombre autista que no mira los ojos, que está encerrado en su propio mundo, entonces ¿cómo tú viviste con eso? ¿con esa herramienta en ti?**

*Eso lo viví a ver, por ejemplo, yo en la calle no me gustan las aglomeraciones porque no me gusta que me toquen era horrible, por ejemplo, tener que comprar en un supermercado mira no sé hasta ahora es una tortura y antes era peor, pero tuve que poner la máscara porque tenía un hijo, porque tenía familia, porque tenía que ir si no había nadie más iba a ir, entonces eso de vivir ese proceso de usar una máscara como tu dices, yo le digo mi traje de neurotípico, igual es pesado, es cansador yo hubiera preferido saber antes porque hubiera podido poner atajo a tantas cosas, pero no se pudo, pero si es el usar la máscara como tú dices es la única forma que uno tiene para sobrevivir porque uno no vive cuando tiene autismo en un mundo de puros neurotípicos uno no vive, uno sobrevive.*

**¿Sientes que esta herramienta del masking es como un arma de doble filo para ustedes, que a pesar de que les funciona para vivir en el mundo en el que vivimos también hace que ustedes no se reconozcan? por ejemplo reconocer qué es lo que les gusta realmente, o cuáles son sus emociones realmente.**

*Claro que te afecta a mi me afectó bastante porque el mismo hecho de que hubiera llegado al momento en que hubiera pensado en el suicidio como una vía de escape porque ya no daba más, o sea, tener que estar todo el día actuando porque en el fondo uno se vuelve una actriz las 24 horas del día cansa, entonces a veces yo quiero llorar, estoy triste, pero no sé porque estoy triste, pero tengo que disimular que no pasa nada, que está todo bien porque detrás mío hay una familia o porque detrás mío hay un trabajo, bueno el caso de las que están casadas hay un marido, entonces ese es un peso que uno lleva, el tener que usar esa máscara todos los días cansan y ojalá que no tuviéramos que usarla que nos pudiéramos mostrar así como somos, igual que en el caso de los hombres es como más aceptado que el hombre asperger o autista, en general, si muestra tal como es, porque como él no mira a los ojos "ah perfecto, total él es asperger" y en el caso de las mujeres no pasa lo mismo, no lo aceptan, la mujer no va a mirar a los ojos de hecho yo por ejemplo me acostumbré a mirar a los ojos, pero uso una pillería en mi trabajo porque como los computadores están como de lado, tengo como en diagonal el computador y la persona me mira de frente, entonces si no quiero ver a alguien de frente hago como que estoy buscando algo en la pantalla entre que la persona me habla y yo miro al computador y dejo que me hablen, evito, es que ahora*

que yo tengo mi diagnóstico yo ya no me escondo, yo digo "yo soy autista y si la gente me acepta autista está bien y si no me acepta bien también".

**Y si no tengo ganas de mirar a los ojos, no lo hago nomas.**

Claro yo ya no me voy a esconder ya viví 43 años de mi vida escondiéndome, teniendo que disimular, teniendo que ponerme un disfraz encima, entonces lo hago. O sea, antes no, "no puedo juntarme con una niña de 30 porque no sé, qué va a decir la gente, no es correcto", ahora no y si me quiero juntar con mis colegas que son mucho más jóvenes que yo, me junto nomas y punto, si les gusta bien y si no les gusta bien también, mis descompensaciones igual, si me descompenso pienso pucha me descompensé no más, es parte de mí, antes no, era como que "no puedo, porque nadie me puede ver así, porque nadie me puede ver mal, porque no puedo decaer", ahora no, si me descompensé me descompensé lo siento, mala suerte soy autista es parte de mí y van a ver descompensaciones leves como van a ver más grave, pero van a ser parte de mí y si me aceptan bien y si no me aceptan bien también, pero ahora yo ya no me escondo, antes me escondía ahora no.

**Me alegro mucho de que sea así.**

Usar la máscara si es una manera como decía yo de sobrevivir, pero no creo que sea lo mejor, una como mujer igual debería tener el mismo derecho de los hombres de mostrarse como es, si no te gusta que un desconocido, que cualquier persona hasta tus familiares -porque a veces uno no le gusta ni siquiera que los familiares la toquen- y si no quieres que alguien te toque dilo, o sea, tener el mismo derecho si no quiero mirar a alguien a los ojos ¿por qué lo tengo que mirar? porque al hombre si se les permite ¿por qué las mujeres no? entonces a nosotras como que desde chicas nos ponen como muchas reglas sociales que a los hombres se les permite, entonces ellos tienen más libertad de mostrarse y nosotras no, yo creo que por eso termina y lo hemos conversado como te digo en varios foros que me meto en Facebook y me ando metiendo en todos lados y hemos conversado el tema y todas hemos llegado a lo mismo ¿por qué a los hombres si se les permite ser asperger y vivir su autismo como es? Y ¿Por qué a nosotras no? entonces como yo soy más, como que me puse mi polera de asperger y llevo como bien en el pecho mi la bandera de autista y digo no po ahora me voy a mostrar como soy, ya me escondí 43 años y ahora al que le guste bien, sino que siga de largo nomas, pero la gente que a mi me importa a la gente, que es cercana, para mi hijo ni siquiera es tema, de hecho él tuvo un compañero de curso que es asperger y el chico también tenía muy marcado su rasgo y todo el cuento y yo le conté y dije "cómo va a reaccionar mi hijo, quizás no sé, que le da vergüenza tener una mamá autista" y mi hijo es super relajado y fue como "ah mamá, no qué bueno" y yo me puse a llorar ese día que lo conté y me dijo "es que pensé que te pasaba algo grave", entonces para él ni

siquiera era un tema, era yo la que se estaba pasando rollos sola, mi mamá también, o sea, le ha costado un poco más adaptarse porque bueno, generación más antigua, para ella todavía es una enfermedad y ella sabe que no es una enfermedad, que es una condición, pero cuando me habla del tema me habla de la enfermedad, pero por un tema más como de no sé del lenguaje no más, no porque ella piense que es una enfermedad, ella sabe que es una condición solamente que mi cerebro funciona de una manera distinta, mis hermanos al principio como que costó un poco, "¿tu autista? pero cómo" y ahora ya lo aceptan y bien tampoco es tema, al contrario, me hacen preguntas les dije que iba a participar de esta entrevista hoy día, más tarde de seguro me van a llamar para preguntar cómo me fue, de que se trataba qué se yo, entonces siempre me apoyan el 100% , pero es porque tuve la suerte, pero no todas las mujeres tienen la misma suerte, entonces creo que la red de apoyo para las mujeres autistas partiendo desde mujeres autistas, desde niñas debería haber una red de apoyo grande porque no la hay, solamente y todo lo que yo he leído y vídeos que he visto y todo está en masculino, pero en información de mujeres casi no hay y redes de apoyo para mujeres TEA, que tampoco me gusta la palabra TEA, las siglas perdón, no hay es muy poco, se están recién formando y estamos como muy abandonados.

**Si, invisibilizadas, ya que las investigaciones no se basan en ustedes y no se han basado en ustedes desde que nacieron las investigaciones, de hecho, las mismas investigaciones dicen que ustedes tienen una prevalencia mucho menor a la que los hombres y de hecho justo ahora después de años se empieza a ver que esas investigaciones no tenían fundamento empírico.**

No po, entonces porque en el fondo también es una forma de discriminar y como de maltrato hacia las mujeres TEA y yo digo mujeres, pero me refiero desde las niñas desde bebés en adelante, yo tengo dos sobrinas chiquititas son tres, pero la mayor no es TEA se le nota al tiro tiene cuatro años, pero de las dos más chicas siempre estoy observando si veo comportamientos que yo recuerdo de mi en ellas, si las veo porque yo digo "en una de esas, capaz que ellas también lo sean y no quiero que pasen por lo mismo que pasé yo" y si yo noto algo raro yo voy a decir que lleven al tiro a un centro a hacerle el test y poner al tiro red apoyo porque no quiero que ellas pasen por lo mismo que pase yo, entonces siempre estoy observando y viendo, pero con las dos pequeñas estoy más atenta porque claro porque me tienen, tienen una tía que es autista, pero el resto de la gente no lo tiene, como te digo no hay ni siquiera los consultorios para la gente que tiene menos recursos, entonces es todo un tema.

**Además de que el proceso de diagnóstico es carísimo las terapias, los fonoaudiólogos, psiquiatras, psicólogos.**

Si po, imagínate que yo tengo que contar, por mi terapia con mi psicóloga, es una vez a la semana son \$22 mil pesos que debo tener todas las semanas, el diagnóstico me salió como \$60 mil más o menos, el puro diagnóstico y yo tengo la fortuna de que trabajo en un servicio público que nos tienen un seguro y algo me reembolsa, pero ¿la persona que no tiene?

**Si esto al final también es un tema económico.**

Si, esto es igual un tema porque hay desembolsar, por ejemplo, para el tema ya yo me compré mis taponos para el oído, también tuve que desembolsar plata, si tengo problema bueno si yo quisiera aprender a manejar todo el cuento también tendría que invertir otro tanto porque tendría que tener unos lentes especiales que no sé cuánta plata valen porque hay que mandarlos a hacer afuera y no, olvídate, jamás voy a manejar, tampoco voy a gastar plata en eso, tampoco es una prioridad para mí, entonces igual hay que invertir y sí, el asperger que tienen las mujeres tienen más comorbilidades como las más o más fuertes, es más el gasto porque yo me las pude arreglar gracias a Dios, yo me las pude arreglar, pero no todos han podido y tampoco van a poder, tengo un trabajo que me lo permite, claro ando con el cinturón súper apretado tampoco gano los millones, pero he podido salir adelante, he podido seguir con mi tratamiento, también he podido seguir con mi terapia, pero no todas van a poder, entonces muchos yo creo que quedan en el camino y no terminan su terapia porque no les da el bolsillo económicamente, o sea, suma al desgaste que uno vive a diario, teniendo que actuar, que yo le digo a mi jefa "yo me levanto y yo me pongo mi disfraz de neurotípico antes de vestirme" y después me meto a la ducha, me arreglo y salgo a la calle y voy a trabajar. Y cuando llego en la noche y me voy a quedar dormida, ahí recién yo me saco el traje, porque yo sigo actuando en mi casa, porque tengo que estar atenta no contestar mal, no levantar la voz o si muy bajo o hablo muy fuerte estar atenta a lo que me dicen los demás si lo que quieren decirme es realmente así o no y un montón de cosas, entonces son muchas cosas las que yo tengo que estar todo el día con ese disfraz, entonces el único momento que yo tengo para mí es cuando me pongo los audífonos, me pongo a escuchar música y hasta el otro día.

**Qué agotador.**

Es muy agotador, entonces hay días que me despierto muy cansada y en el grupo de WhatsApp que tengo yo, les aviso hoy día no amanecí bien, voy baja de ánimo y ya saben que si yo si estoy más callada que sí y no sé si se me sale responder mal a alguien, las chiquillas ahí están atentas a la jugada para ir ayudarme o si me voy a descompensar, entonces siempre están atentos, entonces por ese grupo también servido mucho en ese sentido, pero como te digo yo tuve la suerte, mucha suerte y por eso mi proceso ha sido rápido, pero yo miro por las demás y las demás no y esa es la otra cosa

que me han dicho mucho, "pero si ustedes no son empáticos", "ustedes no pueden empatizar" y yo les quedo mirando y de partida soy un ser humano, o sea, si puedo empatizar con los demás, pero yo empatico de una manera distinta, yo obvio no me puedo poner en tu lugar, porque yo no soy neurotípico, yo no te puedo entender desde tu punto de vista como tú no puedes entender desde el mío, pero si entiendo el dolor que tú sientes, por ejemplo, si tú estás pasando por un periodo no sé se te murió la mamá, ni Dios quiera se te murió la mamá a mí también se me murió mi papá hace un año atrás, entonces yo sé lo que se siente, entonces esas cosas son las que mucha gente me dice, "ustedes no pueden empatizar con nadie" y yo "sí, si se puede, lo que pasa es que yo no puedo empatizar poniéndome en tu lugar, pero sí desde tu dolor o de tu alegría porque por experiencias de vida a mí yo también las he vivido, entonces yo siempre he dicho que eso es un mito que existe de que los autistas, en general, no somos empáticos, nosotros si podemos empatizar, yo sí puedo empatizar, pero de una manera distinta y si puedo ayudar a alguien, si puedo aconsejar a alguien de una manera distinta, entonces yo creo que es como una de las cosas que más me molesta cuando dicen que nosotros no somos personas empáticas, que las mujeres somos muy pesadas, que las mujeres somos muy cortantes y así.

**Además, las mujeres autistas son incluso más empáticas que los neurotípicos, solo que se ve de una manera totalmente diferente.**

No todas, pero si la en su mayoría, hay muchas que somos como hipersensibles, pero es que todo lo guardado porque no lo sabemos sacar, entonces la gente dice "tú nunca te enojas" o "a ti nunca te pasa nada" "nunca lloras", pero es que ¿cómo lo hago? como saco eso afuera yo sufro, pero sufro en silencio y yo ahora estoy contenta, pero a veces estoy contenta en silencio porque no lo sé sacar afuera, entonces yo ahora estoy recién estoy aprendiendo a hacer eso y eso es lo que mi equipo, mi gente ya está aprendiendo, esas explosiones que antes me daban así como de emoción de x cosas ya no pasan, llevo una vida mucho más "normal" siempre he sido normal, pero normal en el sentido de que ya tengo esas explosiones así como de arrebatos de enojo, de excesiva alegría no, ahora es más tranquilo.

**Ahora sabes porque son.**

Entonces antes no, era como un globo que se va inflando y que estallaba y ahora no, entonces ha sido como te digo un proceso muy enriquecedor, pero si a mí me dijeran como tú me preguntas en delante ¿habría sido mejor que te diagnosticaran de niña? Sí, mi vida había sido mucho mejor, quizás hubiera tenido otras oportunidades, se me habrían abierto más puertas, mi vida habría sido un poco más fácil, pero por otro lado mi jefa me decía, "pero Cata míralo desde otro punto, yo lo veo así, -me dice- tú lograste sobrevivir 43 años de tu vida sin saber tu diagnóstico, quizás si lo hubieras

sabido de niña tu misma te hubieras limitado" porque la visión de antes no es la misma de ahora, entonces puede que por eso el destino era que tú supieras ahora que hay un poquitito de información sobre las mujeres autistas porque si lo hubieras sabido antes a lo mejor no te las habrías arreglado, habrías quedado ahí en tu casa encerrada y no habrías salido adelante con la pachorra que tú tienes", pero ella siempre dice que me admira mucho por el hecho de que ya yo dije bueno me diagnosticaron, me bajonee en los primeros días, pero dije ya está cuestión la tengo que investigar, tengo que saber, ponerme en tratamiento, tengo que hacer algo y lo hice y démosle para adelante nomas hasta llegar ahora hasta donde estoy, de hecho tenía tanta suerte y el director del servicio donde yo trabajo, el regional el hijo mayor tiene asperger, entonces cuando mi jefa le contó él le dijo al tiro de tu organiza todo y todo haz todo lo que ella necesite para que esté trabajando bien.

**Qué bueno.**

Entonces por eso te digo yo he tenido una suerte que los demás no han tenido porque he escuchado que han tenido que abandonar por dinero, porque la familia no los apoya o porque están estudiando y reciben bullying, los profesores tampoco las ayudan en el sentido de adaptar un poco la clase para esa niña, porque ella aprende de una manera distinta, entonces le dicen a los papás "no tienen que retirarla y mandarla a un colegio especial", si ella es una niña normal lo que pasa es que aprende diferente ¿Cómo la va a mandar a un colegio especial si no tiene retardo?

**Y además los colegios especiales son super caros también.**

Si po, si son particulares, tampoco hay colegios buenos que sean municipales o estatales, entonces quedan, quedamos, como muy en el aire, desde la niñez misma hasta la adultez.

Y tú cómo llegaste a mí en el grupo, ya en uno de esos grupos estuve conversando con unas personas y había un chat y ahí empezamos a conocernos, ahí una vez había una niña que tiene un treinta y tantos y que también había sido diagnosticada hace poco y ella también había intentado el suicidio, entonces igual cuando te encontré pensé que no me ibas a tomar en cuenta, dije a lo mejor busca gente más joven, pero cuando me contactaste fue bacán, ayudar y aprender yo también.

**Mira yo estoy haciendo mi tesis sobre adolescentes y adultas TEA, autista que tuvieron un proceso de diagnóstico difícil y que la verdad es que no es un criterio para entrar en la tesis porque todos tienen un diagnóstico difícil, no hay ninguna que tenga un diagnóstico fácil, o sea, hasta el momento no he encontrado en ninguna persona y he entrevistado muchas, entonces para todas es un proceso totalmente diferente y por lo general cambia sobre el apoyo, el**

sostén que tiene familiar, el nivel socioeconómico afecta harto también, entonces tiene que ver con un montón de cosas y las comorbilidades, la depresión, la ansiedad, los trastornos de alimentación son muchos y son muy invisibilizados, entonces llegue a esto, no sé, siento que fue el destino el que me unió con este tema de tesis y empecé a investigar, leí millones de cosas, llegué a una fundación de autismo en Chile que se llama "En primera persona", me contacte con la directora de esa fundación, empecé mi proceso de hacer toda esta investigación y espero que sea un aporte también para que esto no sea tan así en un futuro, que se empiece a ver un poco más que la vida para ustedes también es súper difícil.

*Si, o sea, en primer lugar, decirte gracias de que me incluyeras como parte de tu tesis.*

### **Gracias a ti.**

*Si necesitas más ayuda, estoy disponible porque también me puse bien con mi bandera de mujer autista, decirte que si por el tema socioeconómico yo creo que es uno de los factores más importantes en este momento porque aparte del apoyo que tiene que contar una mujer autista, económicamente no todas pueden y no debería ser como mendigar prácticamente, debería ser accesible entrar a algún programa que te ayude, entonces si esto ayuda pucha bien y una vez una chica me preguntó que cómo lo hacía yo para atender público "¿cómo atiendes público? yo intenté trabajar en una tienda de retail y de vendedora -y dijo- no aguanté un mes, porque no pude aguantar el ritmo de atender público" y yo le dije no me preguntes cómo pero me las arregle de alguna manera, de hecho mi jefa, ella dice que trata de entender cómo yo podía sobrevivir así y que por eso ella me admira, me dice "nunca has pensado en dar como tu testimonio para que otras mujeres sepan que si se puede porque a lo mejor se ponen límites en el momento de tener un trabajo donde se tenga que atender público o interactuar con mucha gente porque, por lo general, como que se esconden, lo que te pasaba antes porque te escondías mucho estabas muy solitaria, bueno dar alguna especie conferencia" y yo le dije "estas loca"*

### **Escribir un libro.**

*Que voy a estar dando conferencias y cuestiones así, pero si me invitaran yo iría, si fuera dentro de un grupo de mujeres, así como no sé juntarse un grupo o hacer una cosa así, ahí sí: contar experiencias, pero no pararme sola en un escenario, pero si se puede, si puedo ayudar en algo a otras mujeres autistas, no me gustaría que otras vivieran lo que yo porque se sufre en silencio, el autismo en mujeres es un sufrimiento en silencio.*

**Que poderosa esa frase.**

*y la palabra TEA no me gusta.*

**A mí tampoco la verdad.**

*Porque trastorno es una enfermedad yo lo asocio a una enfermedad, espectro suena como fantasma lo asocio a un fantasma, espectro tampoco me gusta, entonces y coincido algo en muchas mujeres, queremos que nos digan autistas, es lo que somos, asperger yo digo que asperger es un apellido, es del tipo que bautizó y lo puso ahí, pero yo soy autista, así que qué le voy a hacer, no soy otra cosa, mi nombre es (dice nombre y apellido) y soy autista, punto.*

**Que es no es lo mismo que decir que tienes autismo.**

*Yo soy autista, mi cerebro es distinto, el cerebro funciona diferente, percibo, siento, veo las cosas desde un punto de vista totalmente distinto, pero no soy menos persona, así que eso es mi niña.*

**Muchas gracias por la entrevista, muchas gracias por las ganas de participar y por abrirse tanto aquí en este espacio, espero que dé frutos y en algún momento cuando entregue mi tesis y me evalúen y todo que va a ser como en enero, si quieres te lo puedo enviar para que tú la puedas leer y sepas en qué participaste.**

*Para mí sería un honor que la enviaras y tenerla.*

**Muchas gracias, bueno lo voy a hacer, me voy a acordar de todas ustedes y se la voy a mandar a todas ustedes, también en el grupo porque ojalá sea algo que pueda ayudar a muchas mujeres.**

*Se podrían hacer muchas cosas yo creo que, si todas nos uniéramos, tú por tú parte psicológica, yo que trabajo en un servicio público, no sé otras mujeres más que tengan distintas profesiones, que tengan distintos trabajos unirse y hacer algo en grupo para poder sacar como decir estamos aquí no las dejen solas.*

**Sí podríamos hacer hartas cosas la verdad, pero pasito a pasito.**

*Así que estoy disponible, tú ya tienes mi contacto, mi correo y que cualquier cosa estoy disponible.*

**Muchas gracias y si es que necesito cualquier cosa te escribo.**

*Ahí estamos en contacto.*

**Muchas gracias y cuídate mucho.**

*La mejor de la suerte para ti también, mucha suerte en tu tesis que te vaya súper bien y espero seguir en contacto y seguirnos viendo por ahí alguna cosa que se pueda hacer más a futuro.*

*\_Maria, 34 años. Edad de diagnóstico: 33 años. Argentina.*

*(...) grupo interdisciplinario, un psiquiatra o un psicólogo donde las diferentes patologías y a lo que va a ser el tratamiento porque a veces el trabajo en consultorio tanto un psicólogo como un psiquiatra no puede seguir el cumplimiento efectivo de las terapias, rutinas y cosas así. Así que somos el andamiaje para hacer la conexión entre el trabajo y el cumplimiento digamos. ¿Entiendes?*

**Si, aca en Chile no había escuchado eso al menos creo que no se hace**

*está muy solicitado de la nueva ley de salud mental donde aca en argentina no (...se corta audio) instalaciones psiquiátricas..*

**se cortó un poco.. me dijiste que en argentina habían sacado una ley**

*claro, hay una ley de salud mental donde ya no hay instalaciones psiquiátricas de manera como antes donde los encerraban de manera segregativa, los hospitales deben ser polivalentes no monovalentes. No tiene que haber hospitales psiquiátricos y hospitales comunes. Esto permite el acompañamiento terapéutico, hacer esa transición y hacer esa incorporación social comunitaria incluso, así haciendo menos estigmatizante, reinsertarlos y evitar internaciones innecesarias.*

**Me parece super importante, ojalá pudiera hacer eso acá. Así que eso es lo que haces en tu vida diaria?**

*Eso es lo que hago y me capacito mucho en autismo, más allá de que soy autista porque mi área de interés es el autismo. Tu estas estudiando?*

**Si, estudio psicología y voy en quinto año. Termine este año, ahora estoy haciendo mi práctica en clínica atendiendo adultos y entrego la tesis en diciembre.**

*Y es sobre el autismo? Desde qué punto?*

**Autismo en mujeres desde el punto de vista de que el autismo en mujeres siempre ha sido invisibilizado desde el punto de vista investigativo. Y ahora último se han dado cuenta y han salido investigaciones que están rebatiendo esas investigaciones del principio. Que decían que por ejemplo había más prevalencia en hombres que en mujeres. Ahora se están investigando esas investigaciones y se dan cuenta de que no había fundamento empírico.**

*Si no que los criterios diagnósticos son masculinos.*

**De hecho las personas que participaban en estas investigaciones la mayoría eran hombres, entonces no podían tener conocimientos verdaderos sobre mujeres autistas. Entonces es como eso básicamente, entender que todo este proceso de conocimiento del autismo a lo largo de la historia es solo conocimiento del autismo masculino y no femenino.**

**Hay mucho desconocimiento e invisibilización, hay millones de mujeres que viven en el desconocimiento, no saben que son autistas; no han llegado a la red correcta ni a la persona correcta que les diga "tal vez tú puedes ser esto" y que de ahí comiencen a investigar. Porque ni siquiera se sabe lo que es.**

*No, además se presenta de distintas formas. Es muy distinta la presentación.*

*Yo te comento, no sé qué rama de la psicología en la facultad que vos estudias, si es psicoanalítica o qué te enseñan.*

**La verdad es que enseñan desde todos los enfoques y ahí uno elige. Yo decidí no escoger ninguno de los enfoques porque siento que el enfoque va más que nada ligado al paciente, según lo que necesite, a su psicoterapia. Entonces a veces es necesario usar una mirada más psicoanalítica, a veces más cognitiva, a veces más sistémica, en fin.**

**Entonces va a depender ...**(entrevistado interrumpe)

*Pero vos sabes que el psicoanálisis a nosotros nos considera psicóticos, me imagino...*

**Claramente el psicoanálisis tiene varias vertientes que la gente odia hartó. Pero también tiene cosas buenas. Entonces hay que ir variando también, como no saber enfrentarse con un enfoque con ese como fanatismo que se tiene en general.**

**Los psicoanalistas son muy fanáticos, muy fanáticos de Freud, el psicoanálisis, el no alejarse de los estándares que significa ser psicoanalistas. Entonces es muy necesario tener una mirada más crítica y más objetiva y subjetiva dependiendo del paciente.**

*Además es una terapia larguísima que no sirve para niños, ni para estados emocionales bajos, es fatal y mortal. A un depresivo lo tratas con un psicoanálisis y lo matas. Ahí escarbar en la profundidad del ser, a veces no es bueno.*

**Exacto, hay que ver dependiendo de lo que necesite el paciente, a veces el paciente necesita que antes de hacer cualquier indagación se cubran las necesidades básicas, que se haga una especie de acompañamiento y no solamente un tratamiento. Que se vea si está durmiendo bien, alimentándose bien, un montón de cosas.**

**Bueno es eso, y por lo menos mi investigación va enfocada como al... no se si tu conoces el enfoque de análisis existencial**

*Creo que sí, coméntame igual por las dudas*

**Es una psicoterapia fenomenológica, centrada en la persona y tiene una teoría que habla de que existen 4 fundamentos básicos, como condiciones básicas donde la persona tiene que vivir. Son necesarias para que la persona tenga una buena vida, pueda ser feliz, no tener depresión, ni ansiedad. Entonces se centra en buscar que estas personas tengan esto y la tercera categoría fundamental, trata sobre si es lícito para la persona ser como es en el mundo en el que vivimos.**

**Yo digo entonces, esto a pesar de que afecta a todos los seres humanos, afecta de una mayor manera a las mujeres autistas por el mismo tema de usar masking, por el hecho de ser otras personas, de tener que actuar todo el día. Tienen que enfrentarse al no saber qué es lo que les gusta o no, quienes son, cuales son sus verdaderas reacciones. Tienen que vivir toda esta vida hasta los 40, 50 años, pero no desde los 2 años como lo haría un hombre. Entonces tienen que vivir toda su vida hasta el momento del diagnóstico pensando que son diferentes, raras, que no encajan; para en ese momento entonces reencontrarse consigo mismas.**

Aparte hay una tendencia a normalizarnos, cosa que no es correcta y nosotros primero que nada por lo menos los autistas que tenemos funcionalidad en términos técnicos, no creemos ser normales, porque nuestra normalidad es esta, no existe una normalidad distinta. Es más, como el neurotípico nos ve a nosotros raros, nosotros a ustedes los vemos más raros aún. Porque la falta de frontalidad, la hipocresía, la mentira, el lenguaje siempre con doble sentido, las vueltas que tienen como entenderles los gestos o situaciones no muy directas, nosotros los vemos a ustedes, pensamos que ustedes son unos extraterrestres.

### **Las reglas sociales...**

Para nosotros es blanco o negro. Llega un momento donde te acostumbras y aprendes porque tenemos la suerte de mimetizarnos y poder comprender pero de manera obligatoria para poder conversar, pero realmente no somos así, somos más francos, directos, leales. No es que seamos buenitos pero simplemente no somos tan rebuscados.

**Es verdad, realmente es así. Las reglas sociales que usamos los neurotípicos son super rígidas y por lo general las personas neurotípicas buscan la igualdad entre sus pares y el que es diferente lo aíslan y lo miran como raro, al final uno estando en ese entorno igual se convierte en una persona rara. "Por qué no encajo yo también"**

Nosotros los autistas y de eso hay muchos artículos; sentimos mucha empatía por personas con nuestra condición o con condiciones distintas. Por ejemplo, nosotros tenemos un umbral de oído muy profundo, muy absoluto y te puedo asegurar que yo aguanto un berrinche de un niño autista que está saturadísimo de tanto que grita, que de un neurotípico. Y es algo como una conexión química. En cambio el neurotípico, a veces no se aguantan ni a sí mismos. Encima en los libros vos vas a leer que encima nosotros no tenemos empatía.

### **Si, es verdad**

Y si vos te pones a ver...

**(se corta la conexión) Ahí volvió, lamentablemente esto es lo que pasa con las videollamadas...**

*Si, es verdad, yo estoy todo el día en reuniones. ¿Allá en Chile hay mucha comunidad autista?*

**La verdad es que no, es super difícil encontrar un centro o incluso un profesional que esté dentro del mundo del autismo, sobre todo mujeres, mujeres adultas, es difícil. Porque por lo general pasa que son diagnosticadas y luego van con cualquier psiquiatra, que no sabe quien es, como en un centro de atención pública o privada, y les dice, "no, usted no es autista". "Pero ya me hicieron el diagnóstico, estuve dos meses metida en el proceso diagnóstico, tal vez usted no está formado en el tema".**

**Entonces es complicado también, y hay pocas fundaciones que se dediquen a esto.**

*Acá en Argentina no hay tantos pero si hay más conocimiento del tema. Yo vivo en una ciudad muy pequeña, pero sin embargo, tampoco llueven los profesionales pero justo mi psiquiatra es autista también, entonces fue justo una casualidad muy importante. Es verdad también lo que decís, las mujeres somos muy subdiagnosticadas, sobre todo nos dan diagnósticos de depresión, ansiedad, pánico, pánico social, trastornos alimenticios, bulimia, anorexia, porque también tenemos problemas con la hipersensibilidad de la comida, etc. Básicamente nos medican con cualquier cosa y terminamos peor, porque en definitiva no es eso. Y cuando ya encuentras un profesional, cumpliste 30 años.*

### **¿Cómo fue tu proceso de diagnóstico?**

*Mi proceso fue porque a mi hijo (yo tengo 3 hijos) tengo una hija con una hemiparesia derecha, que es una parálisis cerebral del hemicuerpo, pasó que era muy tranquila... -bueno eso es algo que ya te voy a comentar- y luego nace mi segundo hijo que es el varón, que él tiene lo que se llama el "autismo regresivo". Él comenzó con una actitud normal para su edad cronológica y a partir de los dos años dejó de tener las habilidades que había adquirido, empezó a perder contacto visual, a no hablar, a usar juegos rígidos y no lúdicos imaginativos, sino que apilaba cosas. Empezó a tener comportamientos agresivos, ataques de frustración, selectividad en la comida, y muchas cosas.*

*Aparte tenía un problema de base, que era una gastritis supuestamente nerviosa donde vomitaba fuertemente, entonces lo llevo al gastroenterólogo, le hace los estudios para ver si tenía reflujo, malformación de órgano internos, y resulta que él no tenía absolutamente nada.*

*Ahí me deriva a un neurólogo, y descubro que su problema era la sensibilidad olfativa ante cualquier olor raro, le producía vómitos porque para él era muy fuerte.*

Nosotros tenemos una desintegración sensorial donde todo es muy exagerado, el olor para él era demasiado fuerte. Lo llevo al neurólogo y lo diagnostica como el típico autista que no mira, no habla, comportamiento repetitivo. Desde ahí lo diagnostican también con TDAH y le dan la medicación de risperidona porque dormía 4 horas por día, no tenía cansancio, ni dolor porque tenía hiposensibilidad al dolor. Era un chico que parecía un animalito, reaccionaba por impulso.

Comenzó a hacer mucha terapia, fonoaudiología porque no hablaba, psicología, pedagogía, terapia ocupacional porque tenía problemas motrices y bueno, esos fueron años, pero ahí se fue recuperando ya que la risperidona lo trajo de vuelta.

Tenía contacto visual, interactuaba, pedía las cosas, hubieron cambios más grandes por medio de la rehabilitación.

Con esta rehabilitación yo cambie de terapia, hice terapia gestalt para la cuestión de la frustración, manejar las frustraciones, porque se frustraba y los niños con autismo tienen colapsos muy complicados, era muy agresivo.

Cuando cambio a la terapia gestalt, para hacerme las primeras entrevistas, nos hacen un cuestionario de 250 preguntas y de esas 250 preguntas, yo creo que 240 eran yo. Me sentía identificada y no me había percatado de esas cuestiones, yo de manera personal, te digo vivimos en una realidad que parece así normal, yo no pensaba que lo que yo hacía era anormal. Entonces me hace un click a mí, que yo me sentía más identificada con ese cuestionario que mi hijo, con la diferencia que yo no he tenido ninguna de esas actitudes que ha tenido mi hijo, eso que te cuento de no poder hablar... Al contrario, yo aprendí a leer y a escribir a los 4 años, yo me he saltado años en los colegios porque ya sabía demasiado... cosas así.

Entonces yo le comento a la psicóloga que hace todo este diagnóstico, lo que yo había sentido cuando hizo ese cuestionario, entonces ella me recomienda que yo me haga una evaluación también, porque si yo me sentía así, había una gran probabilidad de que haya alguien más en la familia y que tal vez estábamos pasando por alto.

Yo ahí encuentro una persona que se dedica a adultos, que fue bastante difícil conseguirlo, encima oneroso porque acá eso se paga, no está dentro de lo que cubre la salud pública.

### **Acá también**

Y nada, 100% en la denominación anterior, Asperger y ahí me abrió los ojos así como diciendo, "yo no me había dado cuenta en qué momento era yo así". Me diagnosticaron

el año pasado en diciembre, y yo pasé toda mi vida... y ahí empecé a recordar y a asociar cosas... No recuerdo mucho mi pasado porque nosotros tenemos un problema con la memoria episódica, pero ahí empiezas a darte cuenta, yo por ejemplo, tengo un problema con cohetes, bombas y toda mi vida he pasado encerrada con los oídos tapados, hasta el día de hoy lo hago. Para mi familia eso era normal, "ah bueno, le dan miedo los cohetes" y no... yo sufro mucho porque de verdad me duelen los oídos. Pasa también que estoy hablando con vos pero escucho lo que hay afuera, mi comportamiento repetitivo en todo lo que es mi rutina, mi falta de imaginación que también es producto de todo esto, no puedo proyectar, nada a largo plazo me resulta fácil, siempre es lo instantáneo o lo que pasa ahora.

Bueno me diagnosticaron y me derivaron a un psiquiatra especialista, que me aplicó el A-dos, el A-dir y varias... se cortó (la señal de la llamada)

**Si, pero me dijiste que te habían derivado a un psiquiatra, y que te habían aplicado el A-dos y el A-dir**

Bueno, después el psiquiatra me hizo otra, que es una escala australiana, y muchas otras que también son de adulto que sirven para compensar y comparar. Y bueno definitivamente me dieron los dos el mismo diagnóstico, de que sí yo era autista, y sabes que en medio de todo este diagnóstico, yo me empiezo a dar cuenta de que yo tengo cuatro hermanos, y mis cuatro hermanos son igual que yo (risas).

**Wow, Todos son hombres?**

No, un solo varón y dos mujeres. Y una de las mujeres es mucho más grande que yo, tiene 52 años, que tiene muchísimos más rasgos que yo. Y yo ahí comence a concientizar el tema y decir "si lo tengo yo, porque no mi hermana"

**Y que también pasa por un tema genético**

Y sabes tú que ella no vive en esta provincia, vive en otro lado. Un día que vino de vacaciones, le digo que probemos, que yo me quiero sacar una duda y ella ha tenido muchos diagnósticos de bipolaridad, depresión, ansiedad, y nunca ha salido de ese pozo digamos. Además tiene comportamientos anidados para que edad, falta de responsabilidad, tiene berrinches como criatura, muchas cosas que mirándolo con el ojo clínico de darte cuenta de una posibilidad, yo digo "ésta es autista, no hay de otra".

*Pero qué pasa, que ella siempre se ha hecho tratar en la parte pública de psiquiatría, y en la parte pública te atiende un día uno, al otro día otro, y te medican... y no te hacen un seguimiento o algo más profundo. La lleve e hicimos lo mismo, pero esta vez busqué otra psicóloga, porque yo soy muy crítica, yo no quiero llevarla a la misma psicóloga por las dudas, la llevo a otra. Pregunto por otro lado y me recomiendan a esta otra psicóloga, y esa psicóloga le dice que es autista, pero encima tiene un trastorno de neurodesarrollo mixto, ella tiene TEA y TDAH, por eso ella tiene más problemas en las habilidades ejecutivas. Y antes mi mamá la trataba de tontita, porque ella algo simple ella se tiene que dar muchas vueltas para hacerlo, y siempre se lo tomaba con que "bueno ella es así, más distraída", pero no. Así que ella con 52 años se enteró recién que es autista, así que imagínate, y toda esa medicación que le han dado...*

**Y encima enteró por ti, y porque tú tuviste un hijo, o sea que si no hubieras tenido un hijo, no te enteras tú, ni ella.**

*Y encima, ahora que vos hablás de los malos diagnósticos, mi hermana ha sido diagnosticada tantas veces con tantas cosas que le han dado mucho clonazepam. Y ella tiene 22 años tomando esa medicación, la han vuelto adicta. Entonces para ella poder tomar una medicación acorde a su condición tiene que hacer una desintoxicación, es muy grave, porque esto es mala praxis, y esto trae consecuencias a nivel neurológico. Y ella con 22 años tomando clonazepam, ya no puede hacer una vida normal.*

**Y sus órganos también, que han estado procesando todo ese medicamento.**

*Ella para cambiarle su medicación a una medicación específica para nuestra condición, tiene que hacer todo un proceso de desintoxicación, que le va a llevar por ejemplo, si tiene 22 años de adicción, le lleva casi lo mismo más o menos porque es muy difícil, es muy difícil. Así que le han arruinado la vida. Por tanto subdiagnóstico, le han arruinado la vida porque ella es dependiente de esa droga.*

**A ti también te mal diagnosticaron en algún momento?**

*Yo la primera vez que fui a un psiquiatra a los 17 años por esta cuestión de sentirme rara, diferente, siempre no encajaba, siempre fui la apática de todos lados. Yo no entendía porque cuando jugaban en la escuela ellos se abrazaban y festejaban, cuando algo divertido, o cuando saludan a los recreos... tener que interactuar con la gente, yo me quedaba en el aula porque a mí la interacción social no me interesaba realmente, siempre me aferraba a los libros, a leer o a escribir y llegó un momento como en el que vos quieres encajar cuando sos adolescente, que es la peor época para un autista, te lo*

*puedo asegurar, porque cuando sos autista y sos joven esa necesidad de la pertenencia te lleva a exigirte mucho y no decodificás una, me entendés?.*

*Bueno, yo a los 17 años yo colapsé y me agarró una depresión muy profunda, un ataque de angustia, llegue como a la manía. Y llegué a un psiquiatra, pero este no era especialista en autismo, así que él me diagnosticó como "depresiva con ataques de angustia", entonces también me dio clonazepam, y encima me diagnostica con fobia, porque yo le había comentado que yo tenía mucho miedo a los cohetes. Y nada que ver, yo no le tengo fobia porque mi problema es mi sensibilidad auditiva.*

*Y bueno me han medicado... luego gracias a Dios me sacaron la medicación, y hemos hecho bien el tratamiento para sacarla, y después cuando a mi hijo lo diagnosticaron yo también estaba muy colapsada, entonces vuelvo a otro psiquiatra y me vuelven a diagnosticar con depresión y ansiedad, porque supuestamente yo venía con ataques de pánico por todo esto de que mis hijos estaban enfermos y yo era joven y tenía que ir por muchos médicos. Y bueno me había hecho un problema mental grave hasta tener una aprensión hacia los médicos, y me dan una pastilla que se llama fluoxetina. Que es un inhibidor de la recaptación de la serotonina, porque bueno tenía mal humor, insomnio, la irritabilidad a flor de piel... Ahí quedo mi último diagnóstico, hasta que llegué con este psiquiatra que me diagnostica bien, pero sigo con la misma medicación porque él dice que sí me sirve y yo veo que sí realmente, me sirve un montón. Yo solamente tomo fluoxetina, y tomo diazepam solamente cuando me siento muy estresada o si estoy expuesta a fuegos artificiales por ejemplo, porque el diazepam, más allá de ser una benzodiacepina, te disminuye los decibeles que vos podés escuchar, así que lo tomo como un protector auditivo digamos.*

### **Es como un SOS**

*Exacto, solo lo tomo para eso.*

**¿Cómo fue tu época escolar? Ya me dijiste que había sido bien difícil, ¿cómo fue la diferencia de estar en la primaria y luego estar en la adolescencia conviviendo con niños y niñas?.**

*Yo en la primaria... acá es mixto, no sé si allá también lo sea*

**Si, hay colegios que son sólo que niñas o sólo de niños pero por lo general es mixto**

Ya, bueno yo tuve un inconveniente y es que me tuve que cambiar mucho de colegio porque mis papás viajaban mucho, pero yo jamás tuve dificultad en el aprendizaje porque como no me interesaba socializar, no me afectaba mucho esa situación y me enfocaba solamente en aprender, era mi interés restringido realmente. Yo a los 4 años ya digo que ya sabía leer, escribir, multiplicar, dividir. Entonces yo pasé toda la primaria en bibliotecas, en libros, y lo social no existía porque yo no tenía amigos y más encima me tiraba más a jugar con varones, las pocas relaciones que tenía en mi barrio por ejemplo, eran con varones.

Ahora analizando lo del TEA es porque el varón es mucho más simple, entonces mi relación con el hombre era mucho más fácil. El varón -bueno te lo digo porque estamos en privado-, es más tonto (risas), es más básico. Te juega a la pelota. Te juega a las bolitas, te juega con las cartas y ya está.

Las mujeres te miran la ropa, cuestionan tu comportamiento, si estás a la moda, etc. Entonces yo me empecé a enfocar en juegos más de varones, yo jugaba más a la pelota, a las bolitas, a las cartas. Era como un varoncito más porque yo me sentía más a gusto con ellos porque había menos prejuicios, las mujeres neurotípicas son muy prejuiciosas.

### **Si, y las exigencias sociales son mucho mayores cuando son grupos de niñas.**

Y los varones no, veras tu que en los grupos de varones que se acerca otro niño chiquito y le dicen "querés jugar?" "bueno", y juegan, ya está, y ahí nomás conectan. Esa es la relación que hace. La mujer como que si, que no, entonces yo no encaje mucho en ningún lado ahí. Entonces tuve más relación con varones o con gente mucho más grande que yo. Siempre he hablado mucho más formal o como si fuera más grande, que eso nos pasa mucho.

### **Te hicieron bullying en el colegio?**

Si, un montón de veces, porque yo no entendía, por ejemplo en séptimo grado, que es cuando ya estás por pasar a la secundaria, ahí las nenas iban todas arregladas, depiladas. Yo iba con pelos en las piernas, despeinada, desprolija, porque de verdad los autistas no entendemos para qué rayos sirve todo eso. Las nenas ya empezaban a presumir y yo nada, era como un chiquito más y además no me sabía ni vestir, agarraba lo primero que encontraba y me lo ponía, y capaz que era una ridícula. Todo el mundo se reía o me criticaban, las medias las niñas se las ponían normal y yo me las ponía hasta las rodillas, así cualquier cosa, porque para mí iba hasta la rodilla, entonces era como la ridícula. O todas iban peinadas, con su trencita y yo iba toda despeinada, no me daba cuenta que había un ojo espectador.

Así que sí, el bullying ha estado presente siempre, en la secundaria también porque en secundaria yo era la ortiba, nunca me complotaba para cosas raras, para hacer bromas, o para las salidas o jodas. Yo tenía una o dos amigas con las que hablaba porque yo era la que sabía, pero no era la que te avivaba una fiesta, jamás en la vida. Es más, para vestirme tenía que estar mirando como se vestían los otros, porque hasta me daba vergüenza porque yo sabía que no me querían porque también yo era distinta. Entonces más allá del bullying, más allá del que me hagan o me digan, era la segregación, la exclusión, yo ya no existía para ellos.

Aparte me tomaban como la nerd del grupo, y bueno yo me aferraba a eso porque era la única herramienta que tenía de escape, porque en definitiva si no encajaba en ningun lado por lo menos hacía lo que me gustaba que era estudiar y nada más.

### **Claro era donde te podías identificar, y no podías hacerlo en otro lado**

Bueno yo era la nerd y para colmo, tenía comportamientos bien raros porque a mi me daban una orden y yo mandaba al frente a mis compañeros, después me daba cuenta de que eso se llama ser buchón\*, por ejemplo, que es algo que no está bien visto, "pero a mí me han dicho que no lo haga, porque ellos lo hacían" y los delataba. Después vas aprendiendo que no tienes que decir algunas cosas -aunque me muerda la lengua a veces- porque el neurotípico no está acostumbrado a eso.

\*alguien que delata a otra persona, algo parecido a "sapo" en Chile

### **Como a echar al agua a los demás.**

Claro, y yo era muy aferrada a las reglas, si decían "no pueden salir de clase" y todos salían porque no los veían. Después venía la profesora y decía "¿quién salió de clase?" y yo decía "ella y ella..." claro no me quería nadie, y yo no me daba cuenta porque no me querían, si yo contestaba lo que correspondía.

**Claro, tienes entonces que ir adecuándote a las reglas sociales que no entiendes y que al final como ya te criaste en este mundo casi que sobreviviendo, hay que aprender de a poco cómo tienes que reaccionar, qué hay que hacer y que no hay que hacer.**

Lo aprendes por experiencia nada más, de varias veces de pasar vergüenza digamos (risas), reflexionás en casa en que te has confundido y dices, "mañana no lo hago

porque me van a mirar o a tratar mal", pero ni siquiera porque lo entiendas, solo por saber que si lo haces pasará tal cosa, nada más. Cuando uno es más grande, como ahora que tengo la edad que tengo, uno se va dando cuenta porque ya lo viví muchas veces, y pasa todavía pero lo puedo analizar de otra manera.

**Es que al final lo que le pasa a muchas mujeres autistas, es eso mismo, que no lo entienden pero saben que las hace sentir mal. Entonces no entienden que les están haciendo bullying, no entienden que ellas les caen mal al resto, pero solo saben que se sienten mal al respecto.**

Es que el neurotípico no te dice, porque sería más sencillo que me digan "Maria haces mal esto" y yo ahí lo entiendo

**O me caes mal..**

Claro, pero nunca pasa. Entonces yo tengo que estar insistiendo "me lo dices porque estás enojado o es una sugerencia, o te molesta?" y hasta ahora grande lo tengo que hacer. Cuando conozco a alguien yo le digo eso, a mi dime las cosas claras porque puede que estés molesto y no me doy cuenta.

**Les dices a los demás que eres autista?**

Si, yo no tengo problema. Yo creo que estoy orgullosa de serlo porque hay un problema que tengo porque yo coordino una asociación, soy co-coordinadora de una fundación de autismo y discapacidad en el grupo de padres, pero soy la única madre autista y casi todos los padres tienen una visión de decir, "mi hijo tiene autismo o el término "con" autismo" con el cual yo difiero muchísimo y tengo muchos argumentos para decirlo.

Primeramente porque "con" es una proposición que implica que tiene algo añadido como decir que vengo con un bolso, ese bolso lo saco lo pongo acá y ya no lo tengo. El autismo no es eso, es parte de mi ser, es intrínseco. Entonces yo no puedo decir que vengo con autismo; yo soy autista. Yo difiero mucho con los papás y trato de concientizarlo porque hay una negación cuando dicen eso, cuando yo digo que soy autista lo digo con orgullo pero también como mensaje para que entiendan que no tiene nada de malo ser autista, al contrario.

Cuando vos decís, esa persona es homosexual no dices es una persona "con" homosexualidad. Es porque es intrínseco a él. No se saca la homosexualidad y dice "no, yo hoy no soy homosexual"

## **O me puedo curar de la homosexualidad.**

Claro, eso sería como que yo puedo sortear la situación, y no. Yo siempre trato de decir que los autistas somos una comunidad autodeterminada y no tienen que llamarnos "con autismo", nosotros elegimos ser autistas porque lo somos y a mi me gusta que me digan que soy autista porque es intrínseco a mí, y no me lo sacaré nunca. Cuando dicen "con" me ofende porque yo no vengo con nada añadido.

Por eso cuando tengo que hablar y digo que soy autista, no tengo ningún problema, porque es lo que me determina, es mi ser. Si no lo fuera, no sería María.

## **Qué impresiones has recibido de la gente a la que le has contado?**

La reacción más común es la que te dicen "no se te nota" cosa que me súper ofende porque es como que tienen una idea mala o negativa del autismo. Entonces yo les digo que "¿por qué se me tendría que notar?" si tú por ejemplo eres homosexual, yo no digo "no se te nota". O te falta un riñón, obviamente no se nota porque está dentro de tu cuerpo.

Entonces cuando a mí me dicen eso me dicen "ah, pero tú eres normal".

Esa reacción es típica, yo cuando digo "soy autista" todos se sorprenden y quedan como callados y es como que sienten que me tienen que tratar diferente, me empiezan a observar, empiezan a indagar, dicen que no se me nota, que por qué hablo y bueno me tengo que poner a dar cátedra diciendo que no todos los autistas somos iguales.

No me molesta, yo disfruto explicándolo, porque si yo no lo hago yo, que soy la autista, cuando lo hace un intérprete, los profesionales, no es lo mismo la experiencia y vivirlo que lo que dice el profesional y el libro que lees. Es lo mismo que leer el DSM-V vos vas a leer los criterios diagnósticos y a mí por más que me digan que eso soy yo, yo no soy eso.

## **Es real, porque se trabaja con una persona no con un algo.**

Y ninguno es igual a otro. En mi familia, somos 3 autistas y somos más normales que los otros dos neurotípicos, o sea mi casa se nuclea más con el autista que el neurotípico, o sea que nuestra normalidad es ser autista. Ninguno de los 3 somos iguales, somos diferentes y tenemos distintas sensibilidades y sugerentes comorbilidades.

**Es que son personas, y claramente todas las personas son diferentes, ustedes pueden ser autistas pero aun así son personas distintas.**

*Pero lo que sí y eso es algo muy común, entre el varón y la mujeres es abismal la diferencia.*

### **Qué me puedes contar sobre eso?**

*Mi hija hace talleres de habilidades sociales, como es adolescente la quiero ayudar a que se comprenda a ella misma y hace esto con chicos de su edad 14-15 años y ella misma se da cuenta de que son más tontos, ingenuos, monótonos, cerrados, y se les nota mucho el autismo, es como que tienen menos capacidades compensatorias que las mujeres. Nosotras nos mimetizamos demasiado, o sea yo puedo conversar contigo mañana y pasado y termino hablando chileno. Porque esa capacidad compensatoria de poca sociabilización o pocas herramientas, se compensa con copiar gestos, posturas, frases, palabras. Entonces pasamos desapercibidas.*

*El varón tiene pocas posibilidades de estas habilidades, lo he notado siempre. Si te pones a ver desde lo neurológico nosotras tenemos mucho más desarrolladas las habilidades sociales, seamos autistas o no. Como el hombre lo motriz. El varón es muy cerrado y puede saber mucho y ser inteligente pero a la hora de desenvolverse no tienen la misma actitud, yo tengo varios amigos autistas y sacarle dos palabras es complicado. No te pueden explicar las cosas de la misma forma, o tienen más problemas con la prosodia o con conectar las emociones, son muy apáticos. He visto muchos varones que tienen mucha dificultad con el contacto visual*

### **Cómo crees que el hecho de estar enmascarando todo el tiempo es para ti, a pesar de ser una herramienta que ocupaste para sobrevivir en este mundo y pasar desapercibida, sientes que ha sido algo que también ha hecho que te pierdas a ti misma?**

*Es lo que nos ha sacado la identidad a muchos, porque nosotros vivimos una realidad paralela que es adentro de mi casa y otra afuera. Yo te comento como me pasa a mi por ejemplo, yo tengo que ir a hacer un trámite como pagar una cuenta. El hecho de salir a pagar una cuenta, que para ti puede ser fácil, yo tengo que hablar con el de la caja, tengo que hablar con el del kiosko, tengo que hablar con el de la puerta, tengo que hablar con el de la fila y para todo eso yo tengo hiperfocalizar la conversación, entenderlo, decodificarlo, esperar, etc. Puedo resolverlo, lo hago. Pero cuando llego a mi casa estoy 4 horas encerrada en mi pieza a oscuras porque me colapsa tanto la cabeza que siento un colapso, un desgaste mental muy grande, lo que confunden lo psiquiatras con la depresión. Pero no es depresión, es tantos impulsos sensoriales, tanto que tienes que enmascarar escuchando, decodificando, observando, percibiendo,*

tratando de entender y comportarte bien. Anticiparte, porque nosotros para hacer algo nos tenemos que anticipar y cuando vuelves a casa parece que hiciste 4 km corriendo descalzo, es un cansancio impresionante.

Es difícil, a veces es complejo en una familia que no comprende la condición porque te dicen "fuiste a comprar pan nomás" es lo mismo, me hace mal. Encima después vengo hablando como el panadero, porque tanto que observamos como habla, como mira y qué sé yo, vengo a mi casa y hablo como él, hasta que me lo saco de la cabeza, es como que todo el tiempo nos estuviéramos metiendo chips. Imagínate la cabeza, por eso no tenemos ni memoria ya.

**Están actuando constantemente, es un trabajo 24/7.**

Es actuar y es feo porque no puedes ser tú, porque si eres tu sos rara y le das miedo a cualquiera digamos. Hace poco me hice el test covid y cuando te lo haces la persona que lo realiza está toda encapsulada en un traje y te pone los isótopos en la nariz y yo estaba aleteando, tenía mi estereotipia de aletear y el chico me dice que porqué aleteo. Pero no me puedo poner a explicarle que soy autista, que tengo estereotipias que no las controlo y salen solas cuando estoy estresada, y porque bueno era un análisis medio feo de hacer. La gente te ve rara, con 34 años aleteando "qué le pasa", yo no le dije nada y me fui, que le voy a explicar? nada, porque no me entenderá nunca.

Aparte le llego a decir que soy autista y peor porqué acá más encima dicen que todos los autistas son niños, o sino, tienen la idea de que el autista es muy inteligente, "y cómo no estás en la NASA si eres autista?" y qué tiene que ver. Entonces yo ahí aleteando y encima no me daba cuenta de lo que hacía, porque con las estereotipias uno no se da cuenta que las hace, si no me dice él ni siquiera me doy cuenta. Yo ahí aleteando como una criatura, la gente mirando raro y yo digo "bueno ya me voy, ya pasé vergüenza pero por lo menos nadie me conoce"

**Pero ahora tu te das cuenta de eso y te ríes pero quizás si no supieras que eres autista no te reirías tanto.**

Si pero capaz que lo he hecho toda mi vida y nunca me di cuenta, quizás por eso me desplazaban. Porque ahora he tenido reacciones así y a la gente le da miedo, te mira extraño... pero bueno ya no me importa tanto y eso es lo que yo veo positivo del autismo es que la mirada del otro no nos condiciona demasiado, al principio sí por querer encajar pero a medida que vas madurando, no mezclamos lo emocional con lo lógico. Entonces si te molesta como soy, ya no me afecta porque nosotros no tratamos de encajar forzosamente (se corta la llamada brevemente)... al contrario del neurotípico que

*busca siempre un grupo de pertenencia y hará todo para parecerse, vestirse igual, hablar igual. Nosotros no queremos eso, no nos sale, tenemos que hacerlo porque es la herramienta para llegar a comprar, salir, pero no lo hacemos por encajar. Ahí está la distinción de que nosotros no lo sufrimos tanto como el neurotípico, ellos lo sufren más porque nosotros somos más racionales.*

### **Pero al principio no... en la niñez y adolescencia?**

*En la niñez sí, adolescencia también, porque no entiendes que es lo que te pasa pero a medida que vas comprendiendo y aceptando que eres rara, llega un momento en el que te gusta. Más allá de que me hayan hecho bullying, siempre he disfrutado de ser distinta porque me daba cuenta que era mi fortaleza ser distinta, yo siempre hablo con mis amigos autistas y hay casos de femicidio, o de separaciones y que las mujeres se mueren porque se pelean con el marido y nosotros los autistas no es que no tengamos sentimientos, pero somos más lógicos y podemos sobreponernos a las situaciones mucho más rápido que un neurotípico.*

*Yo creo que esa es mi fortaleza que más allá de haber pasado por malas situaciones las he podido convertir en positivo, porque no nos aferramos a esos sentimientos, si bien, no es que no sintamos nada, nuestro mayor valor es la lógica. Entonces ahí le ganamos a los neurotípicos. Porque el neurotípico mata y muere por amor, hace muchas cosas por las emociones y nosotros tenemos muchas emociones pero las pensamos mucho más, vemos las consecuencias porque nos anticipamos a todo. Es muy raro que un autista actúe de manera imprevista sin pensarlo, sin calcularlo y creo que las mujeres peor...*

### **Crees que hubiera sido más fácil para ti vivir la vida si es que te hubieras enterado de tu autismo a la edad de 2 años?**

*No, creo que lo que me ha dado la fortaleza es reunirme entre todos los neurotípicos como una neurotípica más, eso me ha convertido y me ha sacado de mi autismo a acercarme más al neurotípico. Si me hubieran agarrado como rara quizás me habrían excluido de muchas situaciones que tuve que pasar que han sido necesarias para aprenderlas.*

**Pero sin verlo por el lado de que te vieran como rara, si no saber con los conocimientos que tienes ahora, el haber sabido que era autista con dos años. Crees que habría sido más fácil tu niñez, tu adolescencia?**

No, yo creo que no. Haberlo ignorado me ayudó mucho más, porque no es la misma generación mía que la generación de mis hijos. En mi generación fue distinta y era más sencilla la vida, por decirlo de alguna forma. Capaz que me hubieran dado más herramientas pero por suerte no tengo problemas cognitivos o de aprendizaje, entonces compensé mi habilidad.

Porque para nosotros los autistas la inteligencia se mide en las relaciones sociales, así de simple y creo que si me hubieran tratado como autista, llevándome a psicólogos, no hubiera aprendido tantas habilidades sociales porque en el choque con la experiencia, yo he podido decodificar más que lo que un terapeuta puede demorar con un niño.

### **¿Qué crees en el caso de tu hermana?**

Mi hermana ha sobrellevado bastante bien. Su mala suerte ha sido encontrarse con malos profesionales y no interiorizarse como yo, porque yo tuve la oportunidad de interiorizarme. Porque yo antes de que apareciera el autismo en mi vida yo todo lo que tiene que ver con lo neurológico lo he estudiado con mi hija y ahí ha sido más fácil comprenderlo, pero mi hermana ha tenido matrimonios, se ha casado, se ha separado, dentro de todo ha podido estudiar, ha terminado el secundario, ha hecho carrera terciaria. Más allá de los impedimentos también ha sorteado cosas que hoy capaz que nace un chico autista y no lo consigue.

### **Que bueno, que poderoso**

El autismo la gente lo tiene mal visto en el sentido de que es malo pero si te enfocas en las capacidades es impresionante porque para mi somos una raza distinta.

### **Es como una personalidad.**

Es que nuestro cerebro es distinto, estamos hablando totalmente de que venimos de otro planeta o sea que estamos conviviendo con dos generaciones de una evolución, quizás, no lo sé. Pero somos un cerebro distinto, no es casual que tenemos tanta sensibilidad con nuestros sentidos. Cuando el ser humano primitivo se maneja más por el olfato, nosotros tenemos nuestros sentidos muy sensibles. Ahí ya le ganamos a los neurotípicos, entiendes a lo que voy?. Yo lo veo así.

A pesar de que hay niños con más problemas y son los severos. Pero dentro de los autistas funcionales yo lo veo maravilloso y me parece super interesante. Tengo un amigo autista ciego con hemiparesia que habla cinco idiomas, toca 3 instrumentos y estudia música. Todo a la vez, entonces dónde está la discapacidad?

Entonces no quiero decir que soy la mejor, pero para mi el autismo es mi gran fortaleza. Puedo analizar mejor las cosas porque me hiperfocalizo en algo y lo puedo terminar sin postergarlo por nada, si tengo una meta hasta que no la cumpla no la dejo, y a veces los neurotípicos se dan por vencidos más fácil en su mayoría. Para mi el autismo más allá de que hay muchos problemas, es muy interesante, conozco muchos chicos con habilidades increíbles y a pesar de todas las dificultades logran cosas maravillosas.

Mi hijo no habló hasta los 4 años y habla inglés fluido de manera autodidacta por ejemplo. Hace poco mi compañera de la facultad que estudia inglés en la universidad, le hizo un trabajo práctico y el con 11 le hizo el trabajo práctico y sacó 9. Encima acá no me lo querían recibir en ningún instituto de inglés porque él tenía autismo, entonces él lo único que hizo fue aprender el idioma de manera fluida solo. Entonces él no hablaba, ni miraba, no dormía más de 4 horas, vomitaba todo el día, no sentía ni dolor, la frustración. Ahora es un chico bilingüe que hace sus cosas solo, pero todo base de estimulación por supuesto, no es que naces autista y te quedas con el problema. Te quedas ahí si no ves las capacidades.

A mi hijo le han hecho la vida imposible, lo han querido echar de todos lados, de todos los colegios y hoy es el mejor alumno. Incluso las olimpiadas ATACALAR en Chile, él sin saber matemáticas porque las odia, su mejor amigo se anotó, el quiso hacerlo y pasó la segunda instancia porque todo era razonamiento lógico. Entonces tú dices "en dónde está la discapacidad? Porque yo no la encuentro", obviamente he sufrido un montón con este chiquito pero es la fase que tenía que pasar y hay que tener paciencia, nada más. Paciencia y conocimiento y no porque nazcas autista tienes tal problema y te quedas con ese problema, no, puedes superar cualquier barrera pero tienes que estar bien encaminado, conocerlo y psicoeducarte constantemente. Porque el autismo viene desde hace miles de años pero recién ahora años instruimos en el tema.

**Hay que dejar de ver el autismo como si fuera inherentemente malo o como si las enfermedades mentales o discapacidades fueran inherentes al autismo, porque todas las personas pueden tener algún tipo de discapacidad.**

Por supuesto, yo tengo a mi hija con hemiparesia derecha y gracias -yo hoy lo veo asígracias al autismo, ha superado las barreras que tenía con su hemiparesia. Porque con su hemiparesia derecha ella tiene un daño cerebral en el lóbulo frontal y sobretodo en el área de Broca, con la plasticidad se ha recuperado perfectamente, escribe con la otra mano y tiene un intelecto impresionante no porque sea muy inteligente, sino porque

es tan estructurada y se hiperfocaliza en lo que tiene que hacer, que aunque le cueste un mes ella estudiara dos meses. ¿Entiendes?

Todo lo que le decían que iba a tener problemas como problemas cognitivos, de aprendizaje por el daño cerebral, para mi la salvó el autismo.

Es super ordenada, nosotros somos muy visuales, tanto ella como yo, que yo también estudio, casi para todo usamos pictogramas, no uso cartitas yo porque estoy grande pero si dibujo, marcadores, escribirlo y pasarlo 10.000 veces, estamos constantemente activando la memoria. Entonces mi hija tiene una carpeta de resúmenes, la de su colegio y cada una con un color distinto, marca con un color distinto y encontró un recurso para aprender de manera visual mucho más rápido que un neurotípico.

Para mí eso es grandioso porque tenemos hasta otra forma de aprender. Yo te leo un libro en dos minutos y si tiene imágenes, más rápido y todo lo escribo en cartitas, con preguntas de exámenes le pongo colores. Entonces cuando voy al examen, me acuerdo primero del color y automáticamente ya sé lo que tengo que escribir, en mi diagnostico dice incluso que tengo memoria fotográfica, entonces si lo vi y me llamó la atención, te lo voy a escribir como si estuviera copiando del libro. Y no porque no lo entienda sino porque para mí es más fácil la imagen.

En mi facultad dicen que yo soy la re porra y nada que ver, yo estudio lo mismo que ellos, pero me encamino más rápido porque uso todas mis áreas cerebrales para entender algo, me grabo incluso porque yo lo escucho, lo leo y lo tengo en colores, ya está.

### **Ocupas muchas herramientas y habilidades para poder aprender**

La gente cree que somos re inteligentes y nos cuesta mucho. Lo que tenemos que hacer es juntar y combinar muchas herramientas para que hayan muchas conexiones cerebrales que nos permitan... yo no se si tu sabes pero tenemos muchos problemas con la memoria. Primero con la memoria ejecutiva, la memoria a corto plazo y con la episódica entonces que pasa, yo mañana me olvido de lo que hice hoy, entonces hago un registro, el libro diario por ejemplo.

Para estudiar tengo que agarrar y transcribirlo y después si me quede en la mitad lo vuelvo a transcribir porque yo sé que tengo una falencia en mi memoria episódica entonces me voy a olvidar de lo que estudié ayer, entonces hacemos tanto esfuerzo que la gente cree que somos superdotados, pero nos esforzamos mucho y ponemos mucha predisposición y mucha atención cuando nos gusta algo y hacemos muchas más

conexiones cerebrales para retener lo que alguien puede tener en su memoria más fácilmente.

Yo por ejemplo de memoria no puedo estudiar, salvo que tenga más recursos o lo escuche muchas veces, algo así.

La gente cree que es fácil, la gente dice "tú lees un ratito y entiendes todo" no, yo tengo que estar tiempo y dedicarle tiempo porque sé cuales son mis falacias y antes cuando iba al primario y secundario también sin darme cuenta yo usaba esa forma porque yo encontraba que con esa forma yo entendía. Hasta el día de hoy es la única forma que tengo para aprender, pero te lo aprendo tan... me ha pasado en la facultad de no tener filtro social, la profesora estaba hablando cualquier barbaridad y yo tenía el libro cerrado, levante la mano, y le dije que estaba equivocada. Imaginate con 400 compañeros y yo diciéndole a la profesora que estaba equivocada, le digo, no es así lo que usted dice porque en la página 164 en el segundo párrafo dice tal y tal cosa, y yo tenía el libro cerrado. Y yo tenía razón.

Encima me anticipo a todo, si se que mañana darán la clase de neurología, yo ayer ya me lo leí porque tenemos un problema con la anticipación, no nos gusta que nos agarren desapercibidos, nos desestructuran el mundo, yo tengo que saber antes los que va a pasar y si no lo se, estoy pisando en el aire. Entonces me dicen que mañana habrá clase de psicosis, entonces yo ayer o antes de ayer ya me leí todo, entonces por ahí dicen que uno es muy estudioso, pero mi necesidad de anticipación hace que yo tenga que hacerlo, si o si, sino me siento sin herramientas. O quizás en ese momento en el que me explicarán, yo no voy a entender, lo tengo que entender antes con mi metodología y cuando ella me lo explique ahí la alcanzo.

Es muy complejo ser autista.

**Son hartas cosas que al final cuando reciben el diagnóstico tienes que estar también relacionando las cosas, al pendiente también y estructurar tu vida en base a eso**

Yo por ejemplo me manejo con pizarras, me olvido de todo. Si tengo sesión con la psicóloga a las 5 de la tarde le tengo que pedir que me mande un mensaje a las 4 porque me olvido y si no lo tengo anotado y a la vista, me olvido. Mi hermana la más grande se olvida de comer, por eso ella ha pasado por anorexia, que en realidad no era anorexia porque ella solo se olvidaba comer.

## **Yo he recibido niñas que se les olvida ir al baño.**

Mi hijo no sabe cuando tiene ganas de ir al baño para hacer caca, le tengo que decir "hijo hace cuánto que no vas al baño?" "creo que ayer" y le digo "entonces anda hoy". Encima me habían diagnosticado que el niño era constipado, le empezaron a dar laxantes y nada que ver, no tenía ese problema, entonces me di cuenta de que necesitaba que yo le recordara. Automáticamente le decía andá, y él hacía. Entonces a veces pasaba una semana y se le inflamaba mucho el estómago y no sabía que era porque tenía que ir al baño, yo le preguntaba si acaso no sentía un dolor de panza o sensaciones... o sea se llama hiposensibilidad visceral. Tuve que hacerle un calendario para recordarle cuando fuera al baño y decirle que podía pasar un día sin ir pero no dos.

Es complicado, yo me oriné hasta los 10 años y a mí me decían que era mimosa, caprichosa, pero no sentía la necesidad de hacer pis hasta cuando ya me había orinado.

## **Es complicado, porque le pasa a muchas mujeres autistas.**

No sé como se dice allá pero me pegaban unas palizas diciendo que cómo no me iba a dar cuenta, y no me daba cuenta realmente. Y la típica de que te mandan al psicólogo porque te haces pis, porque seguramente hay un problema y no. Luego de que te dan el diagnóstico tú dices, "ah por eso me hacía pis o hacía tales cosas".

Es difícil porque nadie te entiende y eres la rara, pero por lo pronto como te digo a mí me encanta ser así, me gusta porque siento que más allá de mis problemas, los neurotípicos tienen muchos más problemas que yo.

Hay gente que no le gusta que yo haga la comparación pero veo muchas cuestiones que se hacen demasiado problema en cosas que sí hay soluciones y se ciegan por lo emocional, y a nosotros eso no nos perjudica tanto. Nosotros vivimos de manera horizontal, no tenemos la verticalidad del neurotípico de respetar las jerarquías, es como que de niños que nos dicen que a los adultos se les respeta, que a los papás no se les contradice, que a los maestros hay que escucharlos. El autista vive de manera horizontal, para nosotros somos todos iguales y por eso también chocamos de soberbios o de pedantes.

## **De irrespetuosos también.**

Exacto. Y es que nosotros no vemos esa jerarquía porque si yo tengo que decirle a mi mamá que se equivocó, ¿por qué yo no se lo puedo decir?. A mi hijo le han querido

enseñar religión y le dijeron que había que amar a Dios por sobre todas las cosas, y él se levantó y dijo que porqué tenía que amarlo por sobre todas las cosas, "si yo amo a mi mamá por sobre todas las cosas".

Me llamó la profesora, y yo le dije que era lógico, porque para su lógica incluso yo soy su Dios, me ve como su referente y soy su mamá. El cuestionaba todo lo de la Iglesia y ya no sabía cómo contestarle a la maestra.

Porque él no te entiende una metáfora y la iglesia es pura metáfora, encima criticaba todo, y cuando había que tomar la ostia porque era el cuerpo de Dios, él decía "como me voy a comer a dios" y tengo que explicarle que el neurotípico es tan rebuscado que a todo le pone una metáfora o un doble sentido y nosotros tenemos que convivir con eso, no hay de otra.

**Al final el neurotípico hace su mundo y espera que todos lo sigan, se adecuen a él.**

**Muchas gracias por abrirte tanto en la entrevista y por responder muchas cosas, incluso no tuve que preguntar tanto porque tu lo dijiste.**

*Me encanta y está bueno que a alguien le importe esto y es necesario que se hable.*

**Lo que voy a hacer con muchas niñas que lo he conversado es que cuando termine mi tesis y tenga la evaluación que será en enero es enviarla a todas las personas que participaron para que sepan en que participaron.**

**Si tu quieres puedo mandarlo.**

*Ahora yo te envío el consentimiento informado. Me gusta y me interesa mucho.*

**Entonces cuando lo tenga, te lo mando para que sepas en qué participaste, y espero que mi investigación funcione en algún momento y que sea un aporte, aunque sea pequeño**

*Lo será, de a poco se irá abriendo el camino y se abre si uno escribe.*

**Muchas gracias, te deseo la mejor de las suertes.**

*Gracias a ti y un gusto conocerte. Si quieres hablar o lo que quieras, soy materia dispuesta.*

**Yo tambien si quieres hablar. Estoy abierta a las conversaciones.**

*Qué lastima que estamos lejos, sino te ayudaría en la tesis.*

**Cierto, pero igual es algo bueno el tema que hablábamos de las redes online y el teletrabajo que si hubiera sido presencial no habríamos podido conectarnos nosotras, no habríamos podido hacer la entrevista.**

*Allá está muy cerrada la cuarentena?*

**No tanto, se abre cada vez más. Yo vivo en una comuna que está entregando a fase 4 y puedes abrir restaurantes, caminar la gente en la calle.**

*¿En qué ciudad vives?*

**En Santiago.**

*Ah la capital que bueno.*

**Esta es la ciudad que se encuentra más abierta en Chile, además el tema económico tiene que ver hartito y la gente no se puede morir de hambre, no están trabajando.**

*Estas estudiando todo por zoom?*

**Si, de hecho la atención de pacientes también. Y pienso en cómo lo harán mis compañeros con infante juvenil porque no es lo mismo tener por zoom a un niño jugando con los juguetes en la consulta, los lápices de colores para que se puedan comunicar. Si no, tienen que ponerle atención a un cuadrado en el computador, que para un niño de 6 años es casi imposible.**

*Piensas en especializarte en autismo?*

**Creo que si, me gusta mucho este tema. Sería una buena opción para mí. Aunque la especialización es muy difícil, no hay mucho y se aprende en la práctica.**

*¿Allá tu estudio es privado? ¿Todas las universidades?*

**Si es privado. Y no, no todas, deben haber unas 3-4 aquí en Santiago, unas 3 que son estatales y están repartidas el resto en Chile, pero son pocas. El resto son privadas**

*En las estatales funciona con cupo? ¿O hay requisitos para estar en esa estatal?*

**Es que las estatales igual se pagan, todas son pagadas y son carísimas. O sea no te hablo de pesos chilenos, porque no es lo mismo que el peso Argentino pero es muy caro. Una mensualidad es como un arriendo de departamento, todos los meses.**

*Muchísimo dinero. Nosotros tenemos la suerte de que la educación es pública y las mejores universidades, por lo menos de medicina al menos acá es de las mejores. La salud es pública.*

**El tema de ustedes es lo económico parece.**

*Sí, pero el ingreso a la universidad es gratuito, lo que te puede dar una herramienta de trabajo. Yo siempre reniego de muchas cosas del país, pero tener la universidad y la salud pública, es una garantía para cualquiera. De hecho muchos extranjeros vienen a estudiar.*

**Si, tengo hartos amigos que se iban a argentina.**

*Lo económico es un tema, pero hay cosas buenas también.*

**Bueno todos los países tienen cosas buenas y malas, espero que acá en Chile la educación sea gratis algún día.**

*Si, debería. Pasa que aca es un derecho constitucional entonces si o si se debe cumplir, siempre renegamos muchas cosas. Pero si te vas de este país no se si tienes las mismas oportunidades. Él que acá tiene o no tiene puede ir igual a la facultad de medicina y se recibe de doctor y si se quiere ir, se va.*

Se conversa un rato y se finaliza la entrevista.

Carolina, 42 años. Edad de diagnóstico: 40 años. Chile.

**Si quieres podemos empezar con qué es lo que tú haces, cuéntame un poco sobre ti para que nos vayamos conociendo mejor.**

*Cuando hablo de mi me siento un poco... haber, soy educadora de párvulos, me titulé el 2001 y salí de la universidad el 2020 y ahí se notaba que era autista porque salí el 2020, pero me dio como algo... yo decía que era como paja, pero ahora sé que era un problema de mi función ejecutiva, ya que nunca fui a hacer los trámites para titularme, era como ya salí y listo.*

*Entonces me empezaron me catetear de la universidad con que fuera a titularme, para que fuera a la ceremonia, de hecho, no me titulé con mis compañeros, me titulé con gente que no conocía, a pesar de haber sido la 4ta en mi generación, podría haber recibido algún premio en la titulación, pero no hice ningún trámite cachai, así que me perdí todo eso.*

*Me titulé en el 2001, y de ahí me fue super imposible encontrar trabajo por mucho tiempo, así que mi primer trabajo fue lejos, en una localidad en la octava región, entre la octava y la novena, pero más cerca de la octava, que se llama Tirua. Me tocaba viajar 6 horas en bus y me cargaba viajar, así que al final como tenía que viajar tanto me cambié a vivir allá.*

*Eso hago, soy educadora, desde hace 13 años que trabajo en la Junji, los primeros 9 años fueron maravillosos y desde el año 9 yo decidí cambiarme de jardín y ahí el hecho de que fuera más grande, de tener otra jefa que era muy narcisista que me empezó a hacer acoso, empezaron a aflorar todas las conductas autistas que tenía cuando era niña porque yo me camuflé por mucho rato, desde que nació mi hija sobre todo, porque yo no quería que mi hija fuera como yo, quería que mi hija superara muchos obstáculos y tuviera vida social.*

*Entonces empecé a modelar la mamá perfecta, que era super sociable, iba a todas las reuniones y me duró como 13 años hasta que me empezó lo del acoso laboral y ahí la tensión en el ambiente fue tanta que no pude seguir manteniendo la máscara y todo lo que correspondía a buscar un diagnóstico y todo porque yo pensaba, antes que naciera mi hija yo sabía que era rara y loca, me importaba una raja, pero cuando nació mi hija, ya no me importaba una raja, porque le dirían a mi hija que iba a estar en el ojo de todo, le dirían "oye tu mamá es loca, hace cosas raras" entonces me camuflé mucho, o sea, usé todo lo que había aprendido para camuflarme.*

Antes me importaba una raja, lo había aprendido, era como los hombres, porque yo siento que los hombres no se camuflan tanto porque no les interesa y yo fui criada como hombre, de hecho me vistieron como niño hasta los 4 años, más o menos, porque mi familia era muy pobre y mi abuelito y todos pensaban que yo iba a ser hombre y le trajeron pura ropa a mi mamá de hombre, entonces me vistieron de hombre, o sea, todos sabían que era niña, pero yo me vestía de cafecito, tenía el pelito corto, nunca ocupe pinches ni nada de eso y me criaron como hombre, mi familia es muy feminista, mi mamá sobre todo con mucha pachorra, era muy hombre para mis cosas. Hasta la edad en la que nació mi hija, cuando cumplió 3 años yo decidí ser diferente, volverme "normal", más que todo por ella, porque mis reacciones le estaban generando en ella una mirada que a mí me provocaba dolor, entonces decía, ya no voy a reaccionar así, me voy a contener y lo logré.

Como te digo hasta el 2016 cuando la Cata tenía 13, ya no me fue posible por tema del estrés, era demasiada la presión sobre mí, la persona que me acosó sabía que yo tenía la sensación de que era autista, yo se lo planteé cuando la conocí porque soy super sincera y me gusta decirle a la gente que entienda como yo soy, que me gustan las reglas claras, que me gusta que me digan las cosas antes y yo no lo asociaba a ser autista, sino que lo asociaba a tener un contrato más o menos previo de que es lo que iba a pasar antes de relacionarme con alguien.

**Pero, no le dijiste entonces, "yo soy autista".**

Le dije.

**¿Cómo llegaste a esto?**

Llegue a la conclusión, es que siempre me di cuenta que era rara, bueno y en mi carrera uno ve mucho diagnóstico y siempre tuve mucha facilidad para detectar a los niños que tenían TGD o rasgos de autismo, yo trabajaba en una sala cuna, entonces yo hacía diagnósticos super tempranos y muy asertivos, de repente me decían que "tú exageras" y les decía que fuéramos al médico y acompañaba a la mamá o a quien fuera e íbamos y el diagnóstico era asertivo y terminaban teniendo las terapias desde muy pequeñitos y haciendo intervenciones pedagógicas.

Yo misma les comenzaba a hacer intervenciones a los niños desde muy pequeñitos, para cosas que las mamás siempre dicen "oye"... por ejemplo, las mamás de niños autistas siempre dicen "es que mi hijo es autista y no le puedo quitar el pañal" y yo te puedo

decir que en mi sala cuna, niños de 1 año 9 meses ya no tenían pañal y eran autistas, si todo depende de cómo tú le plantees el aprendizaje al niño, yo lo tengo absolutamente claro, pero a veces me echo mamás encima y me cuesta porque también estoy en la federación de autismo y hay puras mamás azules y me cuesta decirles que no es como ellas dicen o que no sufran tanto porque eso le hace peor a su hijo y ellas dicen "es que usted es cruel, usted dice tal cosa o tú te estás pasando de lista", entonces les cuesta mucho entender eso.

Yo me acuerdo mucho de cuando era chica desde los 2 años en adelante, tengo muchas memorias de chica y lo que más me molestaba era que la gente hablara de mí como sin importarle que yo estuviera ahí; "que hay que hacer con la niña" "oye hay que enseñarle a leer ahora porque se nota que sabe cosas, que entiende los símbolos" "yo las escuchaba cachai.

### **Es que los niños escuchan.**

Lo bueno es que en mi familia lo decían de buena manera, pero imagínate en otro lado quizás dicen "este niño no servirá para nada, o este niño es tontito" y eso es lo que se da en la mayoría de las familias, yo tuve una crianza muy neuro diversa y tengo que agradecerlo, mi familia están todos locos y eso es agradable para ser una persona neuro diversa.

Eso soy, en estos momentos estoy en una pausa en mi vida, porque la verdad me he cuestionado mucho todo lo que es mi carrera, si he sido útil realmente para la humanidad con lo que he hecho durante estos últimos 13 años en la Junji o no lo he sido, y solo he ganado un poco de plata y le sido útil a un sistema que no le hace un bien a la humanidad, entonces he tenido profundos debates filosóficos, en general lo que me provocó el acoso laboral y si ha sido útil para la humanidad, pero el sistema se defiende y no quiere que los seres humanos sean libres y pensadores, cachai.

Entonces en mi pequeño nicho, en el jardín donde no me acosaban yo hice mucho trabajo en relación que los niños fueran autónomos y libres pensadores, lamentablemente eso no avanza porque los agarra otra persona que no piensa igual, entonces los empieza a adiestrar y a cuadrarles el cerebro, pero yo hice todo lo que pude, bueno por el acoso laboral y además por el tema de que quiero hacer algo diferente, estoy planteándome poder quizás tener una guardería o un centro pedagógico donde pueda trabajar con poquitos niños y así poder trabajar para sobrevivir y pagar mi dividendo, pero hacer lo que me gusta realmente y no someterme a este sistema que si

*tu no lo acoges te maltrata o si tu le dices "oye sabes? que yo estoy pensando que no es como usted me lo está diciendo" ya no, estás mal.*

*Así que trabajo en la Junji como te decía y estoy en esta pausa desde que empezó el acoso laboral, ha sido como una pausa con pausa porque estuve siendo acosada desde el 2016, 2017 y en el 2018 decidí postular a otro lado, yo soy educadora y estoy de planta hace mucho tiempo en Junji, de planta significa que tengo contrato indefinido que no todos los empleados públicos tienen, incluso pensé en renunciar y justo iba a renunciar cuando hablé con una dirigente de la asociación de funcionarios me dice que "no renuncies porque quedaste en la planta, ¿cómo te vas a renunciar si ya estás en la planta?".*

*Entonces le dije que me estaban acosando y le dije que me iba a morir, me iba a terminar matando y eso la gente desde afuera no lo entiende dicen, pero cómo, "si tú eres inteligente no puedes dejar que otra persona influya en ti", pero no es solo una persona porque al final esa persona hace que las demás también te maltraten.*

*Yo soy especialista en buen trato entonces yo sabía para donde iba la cosa y sabía dónde tenía que cortarlo, ya que el sistema no me apoyó cuando hice las denuncias tenía que yo arrancarme no quedaba otra, bueno para romper el círculo, entonces postulé a un trabajo dentro de la misma institución en Talca y me fui a Talca 2 años, dejé a mi hija botada y luego de 6 meses se fue conmigo y estuve hasta ahora hasta julio dos años exactos, me habría quedado más, pero la pandemia me obligó a tratar de quedarme cerca de mi familia, en Talca no tenía a nadie yo me fui porque era el lugar más alejado donde la persona, o sea, bueno no tan alejado porque podía llegar en 3 horas a la casa, pero esta persona no me iba a poder hacer nada porque era de otra región y ella tiene mucha influencia política acá en región del Bio-Bio.*

*Entonces me fui a Talca y fui directora de un jardín infantil, lo hice genial concretamente, no tengo que tener una falsa humildad porque en el modelo de gestión de la calidad que es una evolución de la gestión educativa que se hace en Junji, ese jardín estaba en el tramo 3 y luego de mi liderazgo se hizo la evaluación en diciembre del año pasado y llegaron al tramo 1, lo que significa que lo hice super muy bien, eso también implica plata para las funcionarias 400 mil pesos cada 3 meses, como \$1.200.000, no debería estar asociado a plata, pero es plata para las chiquillas porque lamentablemente la gente neurotípica lo único que le motiva es la plata, yo no he visto que les motive otra cosa realmente y allá no hacen las cosas porque es lindo hacerlo o por los niños, no, aunque lo digan, no es así, eso es algo que yo me he fijado desde que nací.*

*Entonces lo hice super bien y pretendía quedarme al menos unos 3 años allá, pero el tema de la pandemia aceleró mi regreso, decidí devolverme.*

### **¿Te viniste con tu hija?**

*Es que ahí estoy porque en marzo pedí un traslado pa' acá, pero como tuve un problema acá, todavía no me lo quieren otorgar.*

### **O sea que estás en Talca**

*No, estoy en Concepción.*

*Pelee con mis jefes de Talca porque en virtud de que había pedido el traslado ellos me quitaron el cargo de directora, lo cual no debió ser, te fijai porque yo puedo trabajar perfectamente de hecho, sigo trabajando perfectamente y de hecho, estuve trabajando con trabajo remoto desde marzo a julio, me quitaron el cargo y según ellos era por mi bien, entonces yo tuve una reunión bien ingrata con la gente de la jefatura y les dije que no era por mi bien porque me iban a quitar \$150 mil pesos y mi arriendo en Talca era de \$350 mil, o sea, ni siquiera porque me guste la plata, sino porque no podía sobrevivir sin esos 150 mil pesos menos porque tenía un arriendo que pagar, entonces yo les dije, o me atengo al artículo del estatuto administrativo que dice que el servicio debe pagar el arriendo del funcionario para que este donde el servicio se lo pide o me dejan hacer teletrabajo desde mi casa en Coronel así no pago este arriendo y quedamos tal cual en lo que tiene que ver en plata.*

*Mi jefe accedió, en Talca siempre fueron más accesibles en cuanto a las conversaciones y reuniones que teníamos; el gobierno siempre trata de pasarse de listo con sus funcionarios así que.*

### **Yo creo que todas las grandes empresas tratan de pasarse de listo.**

*Eso!, pero es que el gobierno no debería ser una empresa, debería ser garante de todos los derechos de todos, incluso de los funcionarios.*

*Así que estoy en Coronel teletrabajando para Talca, no con un cargo, por lo tanto, a mi no me están, ¿tu estudias psicología cierto?*

### **Si estoy estudiando**

Bueno seguramente en algún momento tu viste lo del acoso laboral, a mi me han denigraron de mi cargo, o sea, que me siguen haciendo acoso laboral, me denigraron de mi cargo y ahora no me dan trabajo, ahora como estamos en esta situación, soy super resiliente lo veo por el lado bueno y estoy ganando las lucas igual, sin hacer nada, pero yo tengo tanta acción social que mi trabajo lo estoy volcando en mi hiperfoco, porque me gusta trabajar con temas de niñez, cerebro, pedagogía y lo estoy enfocando a la acción social, neurodiversidad, fundaciones a las cuales ayudo, por lo tanto, no me duele, pero si hubiera estado como hace 4 años atrás cuando no tenía redes, estaría tratando de matarme de nuevo porque sentiría que me están despreciando nuevamente.

La cosa es que no me están dando trabajo, quizás esporádicamente me dan algo o me invitan a una reunión, pero yo no participo del chat de las educadoras en este momento, el chat que creé yo en su momento cuando era la directora, pero la nueva directora hizo otro chat entonces yo digo ¿por qué hizo otro chat? que conversaran que yo no puedo saber.

### **¿Por qué hay una nueva directora, si tú eres la directora?**

Bueno eso se conversó y según ellos era porque yo como me venía, yo no tenía proyección con el jardín, pero yo tenía proyectos con el jardín hasta el final y de hecho los sigo planteando proyectos para el jardín, ya el jardín lleva 42 años, por lo tanto, a mí me encantaría que hicieran un libro patrimonial o un documental sobre el jardín y sus alrededores y todo eso, pero bueno, según la Junji no es así, o sea, no hay un motivo válido para todo lo que están haciendo en este momento tampoco, yo lo sigo viendo como parte del mismo acoso laboral que me hicieron en un principio, cachai?

El tema es que al menos me deja bastante más libre para hacer mis cosas acá, para trabajar mi acción social, tengo un computador de la Junji que lo pedí, si no, no podría trabajar y lo pedí para hacer teletrabajo, pero no me designan funciones entonces estoy todos los días diciendo que voy a hacer y ya ahora habrá un traslado y hay que hacerlo como en dos semanas más, pero no tengo funciones decretadas, específicas.

Bueno eso es lo que hago yo ahora, estoy teletrabajando, pero más que todo preparando charlas y cosas como para lo que hago socialmente, como gratis, es como un bien a la gente de Chile, por lo tanto, igual siento que el Estado me tiene que pagar, cachai?.

Suponte que yo tenía un computador y cuando empezó esta cosa del retiro del 10% había mucha gente que no sabía como hacer el tramite y yo me ofrecí por redes sociales; tengo un computador del Estado de Chile y soy funcionaria del Estado, por lo tanto, puedo ayudarle a cualquier persona que necesite en mi horario de trabajo, ayudé como a 5 personas con eso, igual amigos, pero no sabían y podían haberse acercado a otra persona y los hubieran estafado, o sea, era cosa de ponerle la cuenta de uno a la cuestión ahí y que te llegara la plata a tu cuenta, si te fijai, entonces había que tener un poquito de ética, entonces he hecho hartas cosas que ayudan a la gente, pero no están dentro de mis funciones y aprovechando los recursos que me dio la Junji también, ellos me lo dieron para trabajar, pero como te digo no me han dado un trabajo a lo que me deba dedicar 1 o 2 horas.

Eso es lo que estoy haciendo ahora, estoy con mi hija y mi perro, ya en mi casa entre paréntesis en estos dos años en mi casa porque a mi casa me la vandalizaron, la tenía arrendada y luego ellos se fueron, la ocuparon y la dejaron para la escoba, ahora la estoy arreglando porque estaba la embarrada, así que estoy con harto estrés, por todo el cambio, me cambié el 25 de julio acá, así que de a poco voy armando todo.

### **Y ¿cuál es tu acción social?**

Bueno yo colaboro con la fundación Aspichile, colaboro en la Fundación Reunidos y estamos armando una fundación en Lota que se llama temprano azul que tiene que ver netamente con el autismo y con la niñez, por la fundación temprano azul estamos en la federación de autismo, que ahí es donde te digo que hay muchas mamás que no entienden mucho, en aspichile somos mayoría de adultos autistas así que ahí nos damos apoyo entre nosotros. Igual hay mamás de niños autistas que se sienten ofendidas por algunas cosas que decimos, pero como somos mayoría, por lo menos se controlan un poco y son más respetuosas porque entienden que somos personas adultas y no nos infantilizan. Pero las otras mamás como tienen niños pequeños, tienden a infantilizarlo y dicen "yo soy la voz de mi hijo porque mi hijo no habla", pero en realidad no están escuchando como él se comunica, no es que no se esté comunicando, es que tú como mamá no lo estás escuchando como corresponde, tú le estás poniendo tus ideas sesgadas porque crees saber lo que tu hijo quiere decir, pero a lo mejor no es lo que quiere decir. Yo me pillaba muchas veces a mi mamá hablando por mí, incluso adulta por cosas que yo, no es que "mi hija cree esto" "no mamá, no es lo que yo creo y yo tengo voz y voto por todos lados. Esto es normal en las mamás, pero más aún cuando los hijos no pueden hablar.

*Entonces es difícil explicarles que todos los autistas nos comunicamos, aunque no sepan hablar.*

**Incluso los que no hablan, pero si saben hablar, hay muchos que pueden hablar, pero no lo muestran así al mundo.**

*Es algo que también me pasa, descubrí que una de las características que tengo es mutismo selectivo, yo lo sé aplacar porque yo manejo y aprendí a manejar mi respiración, estuve en un coro, aprendí hacerlo, pero no lo logro cuando estoy estresada. Por ejemplo, antes cantaba en público y después del acoso laboral ya no puedo cantar en público porque el estrés me gatilló un pánico que ya no puedo y cuando estoy sola me sale bien, pero si alguien está escuchando se me cierra la garganta y no puedo hablar más y hasta me duele.*

*Incluso con mi pololo, o sea, son super pocas las personas que últimamente me pueden escuchar, a lo mejor dan un par de copetes en un karaoke capaz que cante, pero no, no me resulta y antes dominaba mucho mi voz, incluso hacía imitaciones y montón de cosas, pero luego del acoso no pude y me salió esta voz rasposa; me salió como típica, en el diagnóstico que tenía esta típica voz de autista rasposa cuando pierde aire me explicaba la fonoaudióloga y claro, yo antes no tenía eso, me quedó después del acoso laboral me quedo como una secuela del estrés post traumático.*

*Yo cantaba mucho en mis salas, siendo la directora del jardín cuando antes de que empezara el acoso yo recibí ese jardín infantil y yo fui directora de ese jardín, luego pusieron a esta otra persona por temas políticos y mal y mis funcionarios y mis colegas siempre se reían porque decían que les encantaba la tía vale porque abre la oficina, pone la música a todo chancho cuando se van los niños y se pone a cantar y trabaja mientras cantaba y cantaba a todo chancho y me daba lo mismo que me escucharan, porque sabía que cantaba bien más encima, entonces no me complicaba, pero después de que llegó esta persona ya no pude hacerlo, y hasta ahora me cuesta mucho relajar la voz.*

*El problema es que empiezo a carraspear y la gente piensa que estoy enojada o molesta, no se igual la gente es rara siempre anda pensando que uno está enojado con ellos, siempre andan pensando que uno está enojada. La verdad es que yo hace mucho tiempo que no me enojo, como unos 10 años más o menos, y también tiene que ver con mi hija. Puedo sentir otras emociones asociadas a la ira pero no la ira pura, solo frustración.*

**¿Irritabilidad?**

Claro, pero no el enojo porque la última vez que me enojé mi hija estaba chica y yo creo que por eso lo dejé, me enoje porque llegamos a la casa y habían roto un peluche que botan espuma y tenían todo lleno de pelotitas, y a mí me carga hacer el aseo, me enojé tanto que agarré el sillón con una mano y lo tiré lejos y les dije "miren como esta todo cochino" y mi hija y sobrina quedaron mirando, entonces esa era una real manifestación de ira, entonces cuando estoy frustrada y la gente me dice que no esté enojada y yo digo "no estoy enojada porque cuando estoy enojada soy capaz de dar vuelta un auto", entonces entiende esto no es un enojo es solo una reacción de frustración que un poquito más desbocada que lo normal porque a mí me gusta sufrirlo yo no me voy a quedar con eso adentro lo voy a llorar y al otro día puede que ni siquiera está enojada con la persona pero prefiero vivirlo, necesito dejarlo ir y que no me molesten, que me digan que soy exagerada porque ahí sí que me dan los monos, pero hace mucho tiempo que no me enojo como que entendí que me bloqueaba demasiado y como que no me hacía bien porque finalmente quedaban las personas asustadas de mí y me hacía aislarme más, no iba a estar aislándome de mi propia hija que iba a ser como una tontera, por eso también cambie todo, igual fue demasiado restrictiva la careta que me puse, en realidad tengo que decirlo.

### **¿Cómo llegaste a que te diagnosticaran?**

Entonces cuando empezó el tema del acoso laboral yo le planteé a esta niña que yo estaba pensando en ir ese año, estamos hablando del año 2016, a hacerme un diagnóstico y de hecho fui a un neurólogo porque todos me decían que era de un neurólogo y él me dijo "señora yo no tengo idea de autismo, pero la voy a mandar a un neuropsicólogo". El neuropsicólogo no fue tan sincero, fue bastante deshonesto me dijo "sí, te vamos a hacer pruebas" y me citó, me cobro como 200 lucas por las pruebas y me hizo el test de rorschach, me hizo como 4 test y que después que me los hizo me dijo "sabes qué ninguno de estos es para detectar autismo, pero yo creo que no eres autista porque eres mujer" y ya me había gastado como 300 lucas y es un viejo que se le ve lo machista porque de verdad yo no debería haber ido allí, pero la verdad es que no sabía y en Concepción no habían mas especialistas, él es el único neuropsicólogo y él hizo toda una carta que dice que yo no soy autista, pero que tengo rasgos narcisistas, que soy ególatra y un montón de cosas, que yo dije bueno a lo mejor no seré pero si yo me veo súper autista, me siento autista que con el tema de la ansiedad o que cuando me siento como que me están vulnerando me descontrolo, no es normal, pero tenía un problema grave del acoso laboral que tenía que dejar todo lo del diagnóstico de lado para tratar el estrés que me estaba generando y las ganas que tenía de matarme, más que de matarme era de morirme, yo medito mucho y en mis meditaciones yo lo único que pedía era que alguien me buscara y me sacara de este planeta.

Entonces no podía gastar plata en andar buscando diagnóstico cuando lo que necesitaba era no querer morirme, así que ahí conocí una persona super especial que también es neurodiverso, que no se si es autista o no, pero que es mi mejor amigo hasta ahora, siempre peleamos, pero siempre vuelve porque se enoja por todo, no se si tiene esquizofrenia o es autista, está como en el borde, él se declara sensible y yo siempre le digo que se vaya a hacer un diagnóstico y ahí es donde se enoja, entonces él me encontró mal, con ganas de morirme yo pesaba 135 kilos y era la "guatona" más feliz del planeta, podía hacer todo lo que yo quisiera con mis 135 kilos, a mi me fascinaba ser gorda, pero el tema del acoso me generó un problema alimenticio que también tengo hasta ahora que es que cuando tengo estrés no me da hambre, no puedo comer nada igual lo estoy utilizando de buena manera ahora como soy hiper resiliente para hacer ayunos intermitentes, entonces cuando me va a tocar trabajar yo aprovecho de ayunar, el trabajo en Junji me genera mucho estrés o cuando tengo que tener una reunión y sé que no voy a comer entonces sé que tengo que desayunar bien y que voy a ayunar hasta que me dé hambre y que termine el trabajo, entonces yo sé que cuando termine el trabajo me va a dar hambre y se me va a activar todo como corresponde, pero me generó eso y baje 40 kilos y ahora estoy en 95 kilos, soy feliz por haber bajado, pero no era normal haber bajado tantos kilos porque no me daba hambre y siempre tuve miedo a esas obsesiones a la anorexia y esas cosas.

Entonces me obligaba a comer yo decía "no tengo hambre, pero me voy a comer una cucharada de yogurt, una almendra y una nuez y me voy a ir a trabajar, o comía una hoja de lechuga con mayonesa, se me pegó el comer hojas de lechuga con mayonesa casera hecha por mí con aceite de oliva " pero eran cosas nutritivas que no me iban a hacer daño por lo menos y yo sabía que tenía reservas como para hacer una huelga de hambre larga, pero la idea era no morirme o que no me diera un ataque al corazón o algo.

Por lo que empecé con estos problemas y esta persona me ayudó, me llevó al psiquiatra, yo le tenía miedo a todo, de hecho, no confiaba en él y me era todo raro ¿Por qué me lleva allá? ¿Por qué me cuida? Y esta persona tiene una fundación que se llama Red Unidos y yo colaboraba con esa fundación, en realidad es hacer acción social en todo sentido. Por lo que me llevó al psiquiatra a un psicólogo maravilloso y empecé un proceso de entendimiento e igual de sentirme superior a esa persona que me acosó, que esa persona tenía sus pequeñeces y por eso me acosó, no porque yo fuera la pequeña, sino que ella tenía cosas que se sentía agredida por mí, en el sentido de que yo soy mejor técnicamente mejor que ella y lo demostré muchas veces, ella entró por un pituto,

entonces ella se sentía amenazada por todo lo que yo sabía y eso quedó claro después en todas las investigaciones que yo hice.

Por lo que empecé el tema de reconciliación conmigo misma de entender que en realidad no era que yo todo lo hacía mal, no era de que yo no sabía nada con respecto a mi carrera porque yo había pensado que todo lo que había aprendido no servía, por ejemplo yo hacía dormir a los niños con casi total oscuridad porque yo sabía que eso genera melatonina para que los niños puedan regular su sueño y crecer, pero ella me decía que yo quería cerrar las cortinas para asustar a los niños y yo así como no para los niños es necesario dormir en oscuridad, cuando son más pequeños tienen más ciclos más cortos y más reducidos de 4 horas, pero cuando son más grandes son de 8 o 12 hrs, pero ella todo lo veía mal y después yo me la terminaba creyendo, "asustara realmente a los niños", toda la vida a mi hija la hice dormir a oscuras y mis guaguas de las salas cunas, en donde trabajé antes hace 9 años también las hacía dormir a oscuras y era genial y las mamás me agradecían que se les regulaba el sueño, entonces cómo iba a ser tan malo y me lo creía.

Lo peor era que hacía creer a los otros que yo lo estaba haciendo con esa intención de asustar a los niños y descuidarlos y así un montón de cosas.

Por lo que me fui sanando de todo esto de a poquito.

**¿Tu diagnóstico lo recibiste del psiquiatra? Al que te llevo tu amigo.**

no, porque fui al psiquiatra y le planteé lo mismo y el psiquiatra también me dijo que "en realidad yo no creo que seas autista porque no conozco literatura que indique cuales son los rasgos de las mujeres autistas y en estos momentos no te podría diagnosticar porque estas con pastillas, estas en una situación de estrés post traumático, entonces es difícil, entonces cuando estés de alta, puedes revisarlo pero ahora no" entonces no me dio diagnóstico y el psicólogo tampoco de hecho, yo le decía que creía que era autista y él me decía "sí, pero es que todos tenemos rasgos y también estás pasando por una situación de estrés, entonces en que uno comete errores, tanto sociales como técnicos", por lo que me sirvieron de mucho para sanarme, pero no me dieron luces con respecto al autismo, considerando que los dos eran hombres.

Entonces el tema de las mujeres autista no es de mucho interés para los hombres, pueden ser los mejores profesionales, pero un hombre no se va a preocupar más de un tema de las mujeres que las mismas mujeres.

Entonces me sane, yo seguía con mi idea, me fui a Talca como en junio del 2018 y ahí comencé a hacer los contactos para hacer, porque a parte fue un tema de lucas no hacerme el diagnóstico, estaba gastando mucho y mi institución no se hizo cargo de los tratamientos por el acoso y de hecho hice una demanda que perdí, por lo que perdí la plata en el abogado, por lo tanto, estaba super pobre, o sea, la demanda quedó como ahí pateando ni para atrás ni para adelante, pero estaba super pobre y no me pude hacer el diagnóstico y empecé a hacer los contactos y empezaron a hacerme los descuentos porque estuve con licencia médica con 6 meses, entonces empecé a hacer contactos hasta que en el 2019 ya pude pedir una hora para hacerme un diagnóstico diferencial en alianza inclusiva multidisciplinaria y ahí tuve que ir a Santiago, no me gusta viajar, pero me sirvió el estrés para que se dieran más cuenta de lo autista que soy, por lo que cada vez que estoy estresada se me salen mis características, por eso también apoyo el modelo social de discapacidad porque a mí el estrés me discapacita y el estrés me lo genera el exterior, no me lo genero yo, yo planifico mi vida para que sea feliz todo el rato, pero cuando el ambiente no me deja que se cumpla esa planificación, queda la escoba.

Así que como en junio del 2019 tuve mi diagnóstico bien, pero como era un diferencial como yo sentía que me faltaba el diagnóstico estandarizado, pero yo ya me consideraba autista y siempre me he considerado autista, entonces tenía como una validez y seguí trabajando y haciendo todo lo que tenía que seguir informando a mis empleadores de que yo era autista, a pesar de que ellos dicen que yo no les informe y cuando tuve el diagnóstico se los informe y ya como en mayo de este año me hice el A2 y eso como que corroboró el diagnóstico.

Así que así llegué al diagnóstico, fue como un despertar diferente, como de que todo empezó a decaer, todo lo que yo había armado e hizo que yo tuviera que buscar el diagnóstico y me costó un montón porque aparecían muchos obstáculos, cada vez que iba a hacerlo me faltaba plata para algo, me descontaban en el trabajo.

**Además que los profesionales te decían que no tenías nada.**

Claro, los primeros dos, entonces yo quede como plop, pero, de hecho, la misma psicóloga que me hizo el A2 y conversó conmigo antes de la prueba me dijo que yo podía no ser autista porque "conversas tan bien, tienes buen lenguaje", pero no me han visto en las situaciones que me discapacitan que es cuando tengo que enfrentar cosas que son imprevistas para mí o que van en contra de mi planificación, es complicado.

*Siempre logro salir airosa de eso, pero para eso después en la noche tengo que hacer toda una meditación, me tengo que bañar en una tina, tengo que hacer toda una regulación sensorial para no quedarme dando vuelta en lo mismo con dolores, etc.*

*Así que así fue como llegué al diagnóstico y fueron 3 años donde sufrí.*

**Me dices que fue como un despertar.**

*Como un despertar en el sentido de que yo empecé a volver a asumir estas características autistas porque además me empecé a aliar con personas autistas que hablan del tema del orgullo autista y que no debes sentirte avergonzado de ser como eres, que no puedes estar ocultándote sobre todo en las cosas buenas que yo hago, o sea, yo no puedo estar con una falsa modestia y decir que yo no soy tan buena educadora, no, yo soy la mejor educadora que hay en la Junji en este momento, tengo que decirlo y la Junji me está desperdiciando, así de simple, yo he escrito 2 libros respecto a la pedagogía donde saco las conclusiones, incluso yo creo que ninguna otra educadora haya hecho investigación todos los días de su vida y lo haya sistematizado y eso me hace la mejor educadora de la Junji porque tal vez sea la única autista y sistematizo todo y eso es algo con lo que yo nací y que no puedo estar diciendo "es que yo soy pobrecita porque soy autista y perdónenme" no po y eso a la gente neurotípica le molesta, por ejemplo, cuando yo fui a ver mi prueba por el acoso laboral porque yo sabía que mi prueba estaba mal revisada, que yo sabía que no podía haber sacado peor nota que la persona que quedó en el cargo, entonces me decían "como tu vas a saber qué", pero si yo se las preguntas que me hicieron y se lo que respondí y se que sabía las respuestas de las preguntas, entonces es imposible que me haya sacado mala nota y claro la prueba estaba mal revisada y esas cosas les molesta a la gente que uno sea seguro de lo que uno sabe y también se lo que no sé y sé que hay muchas cosas que me falta por aprender todavía, pero en mi área se casi todo porque lo he estado estudiando, lo he estado experimentando.*

*Entonces eso que te pidan de una falsa modestia a mí me molesta mucho y son entorpecedores lo que ponen los neurotípicos, son entorpecedores emocionales eso de que sienten de que uno los denigra porque cuando yo digo que soy inteligente "ay me estas diciendo que soy tonta" no, te estoy diciendo que yo soy inteligente, no que tu seas tonta, ahora si tu quieres ser mas inteligente o tan inteligente como yo prepárate, pero la gente neurotípica se siente menoscabado como que siempre tergiversan las cosas, lo mismo si yo digo que soy mejor educadora que mamá y es verdad, o sea, yo aplico todo lo que se técnicamente en mi aula, pero en mi casa no, por lo tanto, soy mejor educadora que mamá y a mi me gustaba ser mejor educadora que mamá y de*

hecho, cuando tengo que poner normas en mi casa con mi hija lo hago como educadora más que como mamá porque soy super liberal, entonces no sirvo de mucho y ahí apelaba a mi lado de educadora.

Entonces la gente decía "no eres buena mamá", no, yo soy una excelente mamá porque soy educadora, pero si no hubiese sido educadora no hubiese sido una buena mamá, como que te dan vuelta todo.

### **Cuéntame en qué influye ser mujer versus ser hombre TEA.**

En que uno se adapta más porque uno tiene el interés de adaptarse y yo creo que tiene que ver con el tema de la feminidad maternal y esas cosas, yo no quiero entrar en temas de género, pero yo entiendo que cuando uno siente que puede educar a alguien tan íntimamente como un hijo, uno se cuida y uno trata de no traumar a su hijo y para eso esta para hacerle la vida fácil al hijo y no generarle trauma, yo fui una niña bastante traumada mi mamá decía cosas muy terrible a veces, igual tiene sus rasgos autistas, entonces yo trate de no cometer esos mismos errores no decirle cosas que le podían herir su psiquis o hacer cosas violentas que la hicieran sentir que no podía confiar en mí.

Yo creo que en las mujeres pasa eso, tenemos ese interés por encajar, tenemos el interés maternal por el otro y la que no lo tenga no va a encajar, por ejemplo, antes de tener a mi hija a mi no me importaba encajar, yo desencaja, si cantaba en la micro y me decían algo yo le paraba los carros me daba lo mismo, pero desde mi hija fue consciente y la miraba que me estaba mirando raro, yo decidí que tenía que ser una persona "normal" para que mi hija aprenda lo que es ser una persona "normal" y que no responda de la misma manera que respondo yo, yo no sé si va a tener la pachorra de aguantar que le digan loca todos los días, entonces por eso cambié un poco mi actitud.

También fue un poco contraproducente porque hubo personas que aprovechándose de que yo no tenía esas reacciones que de repente igual me salvaban porque decían "no le voy a decir esto porque va a reaccionar" entonces empezaron a abusar de eso de que yo no reaccionaba de esa manera, pero siempre me pude proteger, excepto por la niña que me acosó, pero por lo general me pude proteger porque estudié un montón de cosas que me sirvieron como apoyo para vivir "medio normal" y no dejarme abusar, el tema del acoso fue, yo no me dejaba, pero nadie en el sistema me protegió, a pesar de que uno no se deja igual es víctima porque tu puedes responder, pero si es una persona en situación de poder, no hay nada que hacer.

Así que, creo que entre hombres y mujeres es simplemente eso motivación por encajar porque yo he visto hombres que encajan super bien, pero tienen un toque femenino, entonces el tema no binario es super importante porque el hombre que mejor encaja es un poco más afeminado, es como el que tiene un pensamiento más femenino, el que es un poco más abierto, que es menos hetero-patriarcal, el que es capaz de escucharte ese es el que encaja, pero el que es rígido, es estricto, dentro del autismo, ese no va a encajar jamás y es ahí donde tengo el tema con mi amigo y no flexibiliza un poco, entonces las mujeres tendemos a soportar mucho más, por un tema de educación, un tema social, que nos enseñan aguantarnos, yo tengo una frase grabada de los Simpson de cuando Lisa quiere llorar y la mamá le dice "eres mujer, tienes que contenerte por ser mujer" y yo creo que así nos enseñan nuestras mamás, a mí no me lo enseñaron tanto, pero como que lo asumí porque tenía muchas mujeres alrededor neurotípicas y neurolocas como digo yo, pero observe mucho y fui muy observadora por lo que sabía cómo comportarme como señorita y diferenciarlo de cabrito y siempre fui muy cabrito me gustaba andar en bicicleta, quedar cochina y cualquier cosa de caurito.

### **¿Cómo fue tu etapa escolar? Tu adolescencia también.**

Siempre estuve muy sola no tuve amigos, tenía una que otra amiga, yo era como muy atrasada, era como una niña pequeña, en general, jugaba como en paralelo con los otros niños y yo ahora que soy educadora lo veo así, los niños podían estar al lado mío y yo estaba haciendo otra cosa en paralelo a ellos, pero no interactuaba con ellos, pero cognitivamente era muy avanzada y a los 5 años entre a primero básico sabiendo leer y escribir, sumar y restar, el problema es que mis compañeros como que se enojaban de eso que supiera leer y escribir y me trataban de hacer bullying y me trataban de mentirosa y me sigue pasando yo puedo decir que va a pasar tal cosa y me dicen que no pasara eso y que soy mentirosa y yo veo los patrones y se que pasara tal cosa y cuando pasa ya no hay nada que hacer.

En la media tenía una amiga, era como que la niña que recién llegaba al colegio y no socializaba con nadie y yo la introducía y después ella se iba con otra persona y yo era re fome porque no iba a carretear, no tomaba copete, empecé a fumar en 4 medio y no era mucho, entonces como que no encajaba con ellos, de hecho, mi mamá me obligaba a ir a las fiestas y que no tenía que volver antes de las 10 de la noche y yo a las 8 ya no quería más, trataba de evadirlo, una vez mi mamá hizo un carrete para mi cumpleaños, era una sorpresa y con ayuda del profe fueron todos mis compañeros, pero era como que era la fiesta de ellos, la pasaban bien todos, pero yo como que están haciendo en mi casa.

Así que cuando ya estuve en 4 medio decidí irme a estudiar a Santiago porque tenía la idea que estando lejos de mis papás tal vez iba a poder a tener una voz propia porque en realidad mi mamá estaba demasiado encima mío y eso me agobiaba y hablando por mi cosas que yo no pensaba, a pesar de que sus pensamientos son muy parecidos a los míos, pero otros no, ella es muy católica y yo no, entonces decía que yo creía en Dios y yo no mamá, entonces como ella trataba de hablar por mi y me molestaba, entonces elegí mi carrera en Santiago y fue una muy buena experiencia de vida, si tengo que hacer una sugerencia a los jóvenes que sienten que los agobian, es que se vayan a vivir solos y ahí dicen que no se la van a poder, y digo "oye solúcionalo" al final si no quieres depender de ellos, tienes que aprender a no depender y eso es autonomía progresiva.

De repente igual se sienten un poco amenazados por mi por el sentido de que yo tenía 17 años cuando lo decidí y lo gestione y me fui y viví a los 17 años sola, estudiaba en vespertina por lo que me busque un trabajo los fines de semana en una panadería, pero fue mi primer trabajo real, después dejé la universidad y mi mamá se enteró y me trajo de vuelta y me hizo hacer un curso de computación y dar la prueba de nuevo y elegir una carrera y ahí sabía lo que quería estudiar y estudie computación y ahí en la universidad viví como si fuera el liceo para la gente neurotípica, en la universidad carreteaba, salía hartito, conocí a una amiga neurotípica que me ayudó a entender muchas cosas, me defendió y seguimos siendo amigas y con mis amigos nos enojamos y nos porque de repente yo digo las cosas honestamente y a la gente no le gusta y después ellos me llaman y me dicen "oye tenias un poco de razón", por ejemplo con mi amiga nos peleamos antes de la tesis porque ella estaba preocupada de que se iba a poner en la tesis y a mí me molestaba eso y me decía "vamos a comprarnos ropa" y yo le decía que estudiara y que con cualquier blusa se iba a ver bien y me paré en medio de la calle y la rete y le dije es una carrera no es modelaje y le dije que se comprara su ropa y que nos veíamos el día de la tesis y chao, hicimos la tesis enojada y hoy en día ella me dice que si yo no le hubiera dicho ella no hubiera entendido y que tenía la razón, después los días me estaba hablando, pero a ella todavía le resuena y yo le digo las cosas porque las pensé muchas veces y aunque sea brutal para decirlo y lo que quiero decir es exactamente lo que está pasando, igual me cuida hartito, pero si sale una brutalidad es por eso que es lo necesario de decir en el momento.

Así que volviendo al tema de los hombres y las mujeres es eso la motivación, ellos se validan solos.

**Entonces en el colegio te hicieron bullying y te sentiste aislada también.**

No es que me sintiera aislada, yo me aislaba a mi no me gustaba estar con otras personas, no me gusta de hecho, me cansaba los gritos de las niñas y decía que para que iba a estar cerca de alguien a quien le iba a decir que me molestaba sus gritos, que era hueca, no iba a ser una buena compañía, entonces me iba a la biblioteca, conversaba con los profes, fuera del colegio tenía oras amistades, no amistades, pero gente con la que conversaba cosas mas de grande, a mi me interesaba hablar de extraterrestres de filosofía, los cabros querían hablar de las series y de hecho, me compraba el TV grama para saber de que hablaban los cabros, lo encontraba tan estúpido de hablar de Jorge Zabaleta, de repente yo decía sabían que Zabaleta es hijo de tal persona y me decían ¿de quién? De un cantante, entonces me empecé a dar cuenta de que yo no la pasaba bien con la gente común y corriente, no la paso aún.

### **¿Sientes que este proceso de diagnóstico te ha ido ayudado a reconectar contigo misma?**

Si, osea, como que ahora me doy permiso para ciertas cosas y como que libera un poco, me dejo ser, incluso en el trabajo yo ya no aparento que me caen todos bien y como me dijo una de las primeras personas que me dio mi diagnóstico, que tengo un diagnostico que me avala y no trato de ser otra persona, también hay un estereotipo de la gente de que los autistas hacemos sufrir a la gente cuando decimos las cosas y no es así, la gente sufre porque se siente ofendida con lo que uno dice, yo conozco más palabras por lo que soy un poco más cuidadosa, pero hay otros que no conocen más palabras y ofenderse por eso es problema del que se ofendió nomas, sobre todo cuando nace una relación constante, o sea, si una persona constantemente te dice cosas y tu le dices constantemente que te molesta y la persona constantemente sigue siendo, claro hay una intención de hacerte daño, pero cuando pasa algo por una situación puntual no es dañino y no hay que sentirse frustrado.

### **¿Sientes que es lícito vivir en un mundo en el que vivimos, siendo mujer autista sin un diagnóstico?**

Sabes que si tu me hubieras preguntado eso en el 2015 yo te diría que sí porque mi vida hasta el 2015 fue fácil, pero yo no se que paso en este planeta, que hubo un obstáculo que se magnificaron mucho para todos nosotros, de hecho, estamos encerrados.

Mi vida fue fácil igual me tuve que esforzar y que por mi misma por un problema con la función ejecutiva, por ejemplo, perdí una doble mención en la universidad, perdí la

capacidad de titularme con mis compañeras que era lo mejor para mi familia, que para mi familia habría sido entretenido.

A pesar de todo eso, mi vida no fue complicada, siempre tuve donde vivir, nunca me faltó que comer, pude pololear, tuve a mi hija, fue una vida bastante fácil, mi vida sigue siendo fácil, a mi hija no le gusta ir a médicos y la tengo que obligar, no tiene ni caries, mi vida es fácil, pero creo que desde el 2017 en el mundo de ahora no puedes vivir sin un diagnóstico porque están pasando tantas cosas que si no entiendes que tienes cierta rigidez ante esas cosas que pasan te vas a terminar deprimiendo y decir como no soy capaz de lidiar con todo esto y eso genera un estrés que te va generando fallas y errores desde apagar el gas o perder las llaves que pueden ser peligrosas.

Creo que sin un diagnóstico y como te digo en mi caso con el tema del acoso laboral, si yo hubiera tenido mi diagnóstico hubiera ganado mi demanda, estaría millonaria, por lo tanto, todas las personas que quieren entrar en un trabajo no para que lo digan, pero tienen que decirlo, pero no para que digan que son autista porque hay mucha discriminación, pero para que tengan un respaldo cuando lo vayan a acosar porque el neurítico daña lo diferente y el sistema en general apoya eso, entonces salir de la universidad con un diagnóstico yo diría que el diagnóstico no debería ser cuando uno es tan chica porque de repente genera que tus papás tengan ese duelo y de sobreprotegerte, entonces yo agradezco que no fue cuando era niña porque si hubiese sido cuando era niña yo tal vez no habría llegado a donde llegue, no me habría exigido lo que me exigió, a pesar de que mi mamá se dio cuenta de que yo era extraña, ella me exigió full, pero que las agradezco.

Yo creo que mi mamá se daba cuenta de lo extraña que era y me obligaba ir al super, me obligó a aprender esas cosas que odio hacer, pero que las se hacer gracias a eso y sin eso no habría podido vivir, mi mamá capacitó a una tía que tiene retraso mental profundo y ella vive sola y está casada y tiene un diagnóstico de retraso mental profundo, pero si mi mamá hubiese sabido mi diagnóstico ella hubiera sentido pena o lástima de mí, me hubiera hecho mal.

**¿Qué pasa si estuviéramos, por ejemplo, en esta época que se está descubriendo todo esto que es como mucha más conversación sobre el tema o si fuera lo mismo que para hombres que el diagnóstico es mucho más temprano y tienen muchas más posibilidades? ¿Sientes que será mucho mejor para una mujer saberlo cuando es pequeña? ¿Qué su vida sería mucho más fácil?**

Yo creo que para nadie es mejor saberlo cuando es pequeño, yo creo que la inclusión real no se nota quien es diferente, el problema no es saberlo cuando es pequeño, el problema es el tema del duelo y la carga emocional que se genera que aunque piensen que los autistas no tenemos empatía, tenemos neuronas espejo y aunque la mamá esté sonriendo todo el día, nos damos cuenta que la mamá tiene una decepción sobre lo que ella esperaba de su hijo, entonces y yo lo he visto en el 87% de las mamás de niños autistas que tienen ese miedo y cuando yo les digo que soy profesional, que soy exitosa, me he enfrentado a muchos problemas y los he solventado lo mejor que he podido y sigo vida, soy feliz, tengo una hija, les vuelve el alma al cuerpo, pero igual se tiene ese temor y piensan que si su hijo no es capaz y yo digo que mientras ella piense eso el no va a ser capaz porque cuando el hijo es un niño y yo lo tengo corroborado en mi práctica profesional el hijo cuando es bebe hace todo lo que la mamá piensa lo que va a hacer y todo lo que la mamá no piensa lo que va a hacer, por ejemplo, el hijo está caminando y la mamá dice que se va a caer y se cae y tienes que observarlo, anda a un parque y obsérvalo, porque el hijo es una proyección del pensamiento de la madre, hablando energéticamente, pero el niño siente y presiente la carga que la mamá siente.

Hay un tema neurocientífico que lo avala, pero es así, pero si la mamá dice que su hijo no va a aprender a leer el no lo hará, yo creo que el diagnóstico puede ser desde la niñez, pero que tiene que estar acompañado de mucha terapia para los papás más que para los niños, de entender de que el niño no es que este fallado y que ellos tienen que ir cambiando el entorno del niño, pero lamentablemente cuando tienen miedo, pena, lastima, que yo encuentro que son los peores sentimientos, todo eso se desvirtua y la motivación del niño se decae, entonces yo soy super intolerable a la frustración y hay veces en que me han dicho "oye lo haces más o menos mal" y no la hago nunca más, entonces yo creo que si hubiera tenido mi diagnóstico de niña habría dejado de hacer muchas cosas, avalándome de mi diagnóstico y yo misma me hubiera puesto obstáculos, pero eso igual hubiese sido derivado del dolor de mi mamá y eso va naciendo de eso.

**Al final lo que va naciendo de aquí, por lo que veo, es una red de apoyo.**

Sí y sobre todo que los papás estén claro en la condición que no se vea como una condición, o sea, nosotros los autistas adultos estamos en campaña de hacer entender a los papás que no hay un duelo, nadie se ha muerto y de hecho los mismos niños después de recibir el diagnóstico le dicen a la mamá si se va a morir y a ahí la mamá como que recapacita y le van explicando, pero cuando están entre los 5 y 8 años como que le han dado esa respuesta a los niños y es porque somos más conscientes, a pesar de que las mamás dicen que nunca le han dicho a sus hijos que está enfermo, pero lo

*percibimos, hormonalmente lo percibimos, no es una cosa de poner una cara o no, hay un tema de neuro espejos.*

**Muchas gracias por la entrevista.**

\_Victoria, 35 años. Edad de diagnóstico: 35 años. Chile.

**¿Cómo estás?**

Bien, gracias.

**Qué lindos audífonos.**

Sí, un regalo de mi esposo.

**Bueno, te cuento que la entrevista ojalá pueda ser como una conversación lo más fluida posible entonces si quieres podemos comenzar con que me cuentes un poco sobre ti, como para conocernos mejor.**

Bueno, me cambié hace poco a Santiago, desde diciembre que estoy viviendo en Santiago, antes era de la quinta región, en Villa Alemana, tengo un trabajo independiente, tengo una IRL, una empresa, la cual se dedica a lo que es elaboración de material educativo y material de comunicación para niños con autismo y necesidad educativa especial y material adaptado en base, como material concreto y bueno soy mamá, tengo cuatro hijos, tres biológicos, uno adoptivo y soy tutora de un familiar, mi prima menor que tiene 16 años y tiene síndrome Down, tengo dos hijos con Tea, uno nivel 1 y el otro a nivel 2, un bebé de un año y mi hija adoptiva que tiene discapacidad severa, un síndrome genético y educamos en casa, ya llevamos 6 años educando en casa, mi hijo mayor que tiene tea nivel 1 da exámenes libres y eso en resumir.

**Hartas cosas**

Sí, hartas, pero para mí no es tanto.

**¿Cómo fue que tú llegaste al diagnóstico?**

Bueno con el tema el diagnóstico, los primeros indicadores fueron cuando evaluaron a mi hijo mayor que tiene 12 años, a los 2 años y medio, le hicieron la primera pesquisa con

derivación a neurólogo y después la evaluación multi. De ahí fue la entrevista con la psicóloga, para mí todos los indicadores eran normales, porque yo tenía las mismas características de mi hijo, por así decirlo, a diferencia de que no tenía alteraciones en la comunicación, la psicóloga me dijo -esto fue a los 27 años- y me dijo deberías evaluarte porque igual estás dentro de un margen, en ese instante era desde el espectro autista, donde encajaba el tema del asperger y bueno lo dejé pasar, no le tomé mayor asunto porque priorice la intervención con mi hijo lo que es fonoaudiólogo y ese tipo de costos. Ahora fue la oportunidad por el tema de la devolución del 10%, ahora se me volvió a activar esa sensación de respuesta por así decir y decidí hacerme la evaluación completa con una dupla de psiquiatra y psicólogo. Ahí me hicieron los test, me hicieron otro test psiquiátrico y una entrevista profunda y se llegó a la conclusión que estaba dentro del espectro autista.

### **y esto ¿fue ahora?**

Sí, ahora a los 35 años, antes también era más difícil porque no había profesionales, si era ya difícil de diagnosticar a un niño de 3 años imagínate a un adulto.

### **O una mujer**

Sí principalmente, porque lo que me decía el psicólogo es que en el caso mío tengo algunas expresiones y lo único que sí dio como indicador es el tema de las emociones y estaba con un trastorno ansiedad, porque no quiero volver a la normalidad, para mí la cuarentena ha sido fabulosa, por así decir.

### **¿y has tenido otros diagnósticos antes?**

Bueno antes pasé por la típica depresión, como que uno se diagnostica, siempre la depresión, todo lo que tenía era depresión e incluso llegué a pensar de que tenía hasta esquizofrenia, como que me sentía distinta entonces decía "algo me pasa y no entiendo qué es" entonces decía que era algo, como que había otra persona en mí y como a los 20 o 22 años incluso pensé que tenía esquizofrenia porque conocí a otra persona con esquizofrenia entonces como que se asimilaban ciertas sensaciones o conductas y claro bueno, y no, siempre sentí que algo era, algo me faltaba o algo había y no entendía qué era, o sea, que tuviera conductas disruptivas y cosas por el estilo porque era como estar en constante adolescencia, donde no conoces tu persona, no entiendes esta persona, el típico cuadro de la adolescencia donde buscan encontrar su foco.

### **De identidad**

Claro como tu identidad, a mis 35 recién pude sentirme identificada con algo.

### **Toda la vida te sentiste rara**

Sí, sí siempre porque por ejemplo yo soy muy guardadora de cosas, de objetos y tengo hasta mis libretas de la básica del año 99 para atrás, la mayoría donde decía "es promovida a tal curso y abajo decía observación: debe compartir más con sus compañeros" por lo menos cuatro de mis libretas decían lo mismo, porque yo no compartía con ellos, no jugaba, no era de este juego simbólico o era más introvertida, tenía problemas de lenguaje, pero de comprensión de los textos, de hecho odio los cuentacuentos, no me gusta. Una de las pruebas del psicólogo fue así, como "explícame qué es lo que hay en este cuento y eran solo imágenes, una imagen plasmada y es como que veo a un dragón, un niño, una nube como que no lograba fragmentar un cuento o inventar algo, no podía.

### **¿Cómo fue tu infancia? Tu época escolar, tu adolescencia.**

Bueno la infancia fue bien introvertida porque no me quejaba de nada, no era llorona, era callada y no me gustaban los abrazos, entonces para mi familia hasta ahora después del diagnóstico cómo que entendieron más, siempre fui tachada como la aburrada, como la amargada porque no seguía la misma línea de mi hermana, no entendía ciertas cosas de mi hermano, algunas conductas como a nivel conductual, el tema de compartir, como gastarte todo el sueldo en un carrete y después para el mes no tenía como comer, como que no me daba o compartir con alguien que si te cae mal hacer como que nada pasa, ese tipo de cosas no van conmigo, no entiendo, entonces para mi familia fui siempre como la amargada y nunca me quedaba callada o decían que era peleadora y yo decía "este es mi derecho, esta cosa me parece aquí", era como la conflictiva en la familia, pensé que era hasta la oveja negra y cosas así.

### **¿Cómo fue toda la adolescencia, como en el colegio?**

Lo mismo, tranquila, no tenía este tipo de necesidades como de sobresalir, por el contrario como que trataba de pasar desapercibida, siempre andaba en los grupos más callados, me gustaba mucho filmar de hecho, yo estudié un año perito criminalista, yo quería ser perito criminalista, en lo que es especialización de fotografía, documentación cosas así, bueno después cerraron la carrera y quedó la escoba con esta estafa masiva y como que ese era mi objetivo y siempre hacía las tareas sola, no me gusta así como "ya júntense 3" y yo como "profe la puedo hacer sola" o si me obligaban a permanecer en grupo yo hacía los trabajos, era como no se preocupen que yo lo hago aunque no nos juntáramos, nunca estuve en un grupo así.

### **¿Sentiste que en algún momento te hicieron bullying o te aislaron del grupo?**

Como siempre traté de pasar desapercibida entonces no era foco, más de las burlas como estándar no por ser rara, sino por las gafas que era cuatro ojos, pero trataba de pasar desapercibida, lo que, si nunca me considera una cosa porque como era bien, para

los demás era pesimista, sino que era realista, entonces nunca así como que me empujen, que me golpeen no, pasaba desapercibida, era la sombra de todo, trataba de llevar lo menos atención posible porque no me gustaba la atención.

### **Tú que tienes dos hijos autistas ¿cuáles crees que son las principales características que diferencian a una mujer de un hombre?**

En el caso mío con mi hijo mayor somos como bien parecidos, la única diferencia el tema de qué mi hijo le cuesta mucho más al tema de expresar, de comunicar cualquier cosa, más allá de las emociones, sino comunicar, el tema del habla porque yo no tuve problemas de hablar tarde a diferencia de mi hijo. Y lo demás dentro del tema es que creo que soy mucho más obsesiva que él, él es más flojo, lo he visto con mi hijo menor también es re flojo, como que les cuesta tener esa iniciativa aunque tengan una obsesión, como que la obsesión no los hace moverse a menos que le lleves todas las cosas que les generan obsesión, ahí son felices, pero generar sus obsesiones no, como "me gusta esto y me obsesiona y me voy a mover por esto" así no lo hacen, prefieren quedar con las ganas.

### **¿Sientes que tienes esta característica bien marcada del autismo femenino que es como el masking o el enmascaramiento?**

¿En qué sentido?

**Esa careta que te pones para pasar desapercibida entre los demás, en mirar a los ojos siempre, el como copiar cosas que tiene la persona que tiene el frente, tratar de adecuar tu lenguaje casi como si fueras una actriz todo el día.**

En el caso de los ojos todavía no sigo fijando la mirada, pero por ejemplo después de cierto tiempo no sé, de verdad, mira me pasó que después del diagnóstico que como que eso se borró en mí, ya no existe esa necesidad, antes quizás sí porque no sabía qué me pasaba, me pasó eso como que no sabía entonces buscaba que ser, yo creo que más lo hacía por eso, buscaba que ser, pero ahora no, lo que sí no miro a los ojos, pero si tengo un punto, no por necesidad de mirar, sino que por concentración porque noto que cuando uno no mira a las personas, las personas se desconcentran entonces, a pesar de que no miro a los ojos igual como que trato de enfocarme en alguna parte de su cara o trato de mover mucho las manos como para distraer el tema de que si estoy mirando o no, pero ahora no, como que ahora soy así, me siento libre, me siento tranquila, de hecho después del diagnóstico estuve con una sensación así que todos me preguntaban "pero cómo estás" y yo estoy tranquila, me sentí así como con paz con cosas que nunca había sentido, en tanto tiempo, fue liberador en realidad porque qué pasaba: de que a mí siempre me colocaban una capa, de tipo metafórico, porque decían "no, que tú soy bacán, tú haces muchas cosas" y eso sí como que pensaban que yo era como la

superwoman y después como que me saque la capa porque yo soy así, soy funcional; de hecho en el informe sale que no me aferro a lo emocional, ni positivo ni negativo, entonces me permite actuar de un modo funcional, de un modo lógico, por eso no tengo estas trancas como de "ah estoy marcando el paso" no, yo así como que lo que me frena lo saco y avanzo, no tengo ningún acople emocional e incluso el tema que dice "no, me han pasado cosas tan malas" porque yo mi primera relación viví violencia intrafamiliar severa, psicológica, física y sexual y podría estar hecha pebre tirada en el piso y cuando lo explico es como: todos llorando y es como "no, estoy bien" como que avancé, no me permití emocionalmente quedar marcando el paso, igual tengo que trabajar eso porque dicen que tampoco es muy bueno, no es algo que me guardo, lo desecho porque me frena y mi pensamiento lógico nos hace tener distintos campos y distintas respuestas antes, es ser estratégica.

**Entonces este proceso fue algo súper bacán para ti también, el reconocer también que eres esto que tanto estabas buscando porque no sabías qué era lo que buscabas tampoco**

Sí, sí eso me paso igual, si el psiquiatra me dijo, "puede que no sea nada, como no, porque igual le hicieron una pesquisa súper invasiva porque hay que descartar muchas cosas, traumas de la infancia, descartar reflejo de crianza, hay que hacer muchas cosas" y de verdad me dijo "pensé que sería más difícil, pero fue bastante fácil, porque fue bien puntual" y como yo no tengo un ancla emocional entonces no hubo problemas, algún trauma, no, la persona con menos traumas soy yo entonces sí, fue muy liberador, como que ahora soy yo y hago las cosas, ya no me cuestiono por qué o "por qué tengo esta habilidad" o "por qué yo tengo esto" "por qué otras personas no lo tienen" o "por qué no tengo interés en otras cosas" y ya no me hago esas preguntas, ya no existe el por qué.

**¿Cuál sientes que es la diferencia de tu relación contigo misma antes y después del diagnóstico?**

Bueno yo creo que ahora estoy en paz conmigo misma versus antes de que sentía que había dos personas en mí, la que todos veían y yo sabía que no era, no era yo porque claro ahí existía una postura mecánica donde tenía que tener una respuesta, me trataba de comparar con otras personas entonces siempre estaba siendo distinta y eso era desgastante, yo creo que ahora estoy tranquila y tengo menos peso, porque antes siempre estaba cansada y siento que al final del día me sacaba esta marioneta de encima.

**El traje de neurotípico**

Sí eso, como el traje de neurotípico entonces después, como que ahora dije no y como que me vale, antes no, porque antes todos te decían cómo eras, todos tenían una idea

tuya y te decían lo que tú eres así, "que tú eres extrovertida", "que tú eres inteligente", "que tú eres acá" entonces decías "ya entonces soy así" y ahora no, ahora como que se callaron esas voces, fue muy mágico.

### **Fue como un proceso de reconocimiento**

Sí, fue así, fue bueno, se callaron las voces, a nivel esquizofrénico, es que incluso había veces que sentía que me llamaban, si era muy *heavy* y yo pensé que ya me estaba volviendo loca, si fue un proceso muy complicado donde a veces sentía que me llamaban, a veces sentía como que escuchaba voces, es como que sabía que estaba haciendo las cosas por hacer, no por gusto y me tenía no viviendo la vida bien y estaba en constante estado depresivo, que eso era lo que me dijo el psiquiatra, tú no eres depresiva, estabas en estado depresivo, las cosas te generaban esas sensaciones depresivas, ahora estoy con una crisis de ansiedad, pero nada que ver con el diagnóstico es por el tema de la nueva normalidad, que no quiero salir de verdad, y ahora es "*que si no querí hacer eso no lo hagai, ya estai adulta como que te vale*" y antes estaba obligada a hacerla, ahora no, entonces ahí estoy porque uno se acostumbra a hacer las cosas por los demás.

### **Sobre todo las mujeres, hay una carga social también**

Sí es como "es que tú no te puedes permitir eso", cosas así y las mujeres pueden, pero como que a los hombres se les permite, pero de verdad ahora ya no y antes me gustaba mucho también porque era bueno, tenía ciertas habilidades y las reprimía, por ejemplo, el tema de la buena memoria, el tema de ser inteligente de cierta medida en algunas áreas me molestaba, no me gustaba.

### **¿Querías encajar lo más posible?**

Sí, o si la gente decía algo y yo sabía que estaba equivocada y como que me mordía la lengua, era horrible de verdad y ahí entré en ese estado depresivo que me decía el psiquiatra, entonces iba al psicólogo y decía "no, estás depresiva" pero no entendían porque, decían "no, es por lo que viviste, es por tu crianza" entonces como que había muchas y nada de eso era.

### **Era que no te habías encontrado todavía, estuviste 27 años tratando de encontrarte.**

Si hartó, desde que tengo conciencia, yo tengo recuerdos desde los 2 años de edad y veo hacia atrás y de verdad ya como que eso se borró, como que ya no existe, como que eso fue una mentira nomás, como que mi vida parte desde ahora, desde septiembre que fue el diagnóstico hacia adelante septiembre, octubre, también el proceso y fue liberador y cambió mi vida al 100%, veo las cosas distintas, si se me ocurre algo lo hago, ya no

tengo ese miedo de mostrarme o decir "sabí que no" de hecho ayer me tocó ir a entregar unos materiales a una mamá, o sea, a una abuelita y me dijo "wow nunca había hablado con una persona con autismo adulta" yo me puse a reír, le dije "fíjese, tengo dos manos, dos pies", como que el tema así como decía ella de que "no, no sé qué va a pasar con mi nieto, tiene 3 años" "yo tengo 35, le quedan 32 años para ser como yo.

**Creés que esta habilidad o herramienta que tienen las mujeres que es el enmascaramiento, la posibilidad de ponerse esta careta siempre, creés que eso también de cierta forma a pesar de ser una herramienta que las ayuda como a mimetizarse también es como un arma de doble filo porque hace que pierdas tu esencia.**

Si, si al 100% porque me pasó, inconscientemente trataba de ser lo más parecida a mis pares, pero eso también llevaba en contra la carga que generaba al final del día y uno se enferma físicamente, uno está en constante estado, que te duele la espalda, que te duele la cabeza, entonces es un estrés constante de que pierdes calidad de vida, es impresionante, pierdes calidad de vida y te vas enfermando, siempre estaba enferma, siempre estaba achacosa, tenía que estar al pie del cañón, pero estaba enferma, no disfrutaba nada, bueno ahora tampoco pero sé que no me molesta no disfrutar ciertas cosas, antes decía pucha ¿por qué no me gusta esto?, ¿por qué a las personas les gusta esto y a mí no me gusta?, ¿seré rara? y ahí entra lo esquizofrénica, siempre pensé que era esquizofrénica, porque eran dos personas a la vez, claro, era mi verdadero yo que trataba de salir constante y más la persona que formaba para la sociedad y eso igual es complicado, te puede llegar a matar, yo estaba en constante estado de querer morirme, entonces de cierta manera es un peso que se nos pone obligatorio y de hecho a mí me pasa que ya hablaba y decía a lo mejor soy yo y me decían "no, tú no puedes tener autismo ni jodiendo si tú haces tantas cosas".

### **Hablas y miras a los ojos**

Claro, "pero si tú te expresas bien, trabajas y haces tantas cosas, o sea, demasiadas cosas" y es como ¿por qué no puedo tener autismo y ser funcional? y entonces al final no tenía a donde llegar, tuve la suerte de que en realidad llegué a un buen psiquiatra, en realidad bueno él es psiquiatra infanto juvenil, no es adulto, pero su larga trayectoria le permitió, además que se especializa en otras cosas también, la ayudó al tema del diagnóstico y un buen psicólogo que se aventuró a evaluar a un adulto ya que dijo que primera vez que se topaba con un adulto, así dijo "oye, hasta dentro del espectro autista eres rara" soy como única en algunas áreas porque me dijo "tú cumples con ciertas habilidades que no todas las personas con autismo tienen" y dijo "para eso eres rara" el tema de poder separar las emociones sin que genere ningún trauma nada, eso no me

hace una persona insensible, solo que logro visualizar mi emoción y la separo y "esto no me sirve, esto me está trancando, chao pal lao" y sigo como cada día para adelante y después no me persiguen esas cosas que voy a dejando atrás .

**Eso es lo importante porque hay gente que las deja atrás y dice ya chau lo dejo al lado, pero ellos se quedan tratando todo el rato de salir.**

Claro en mi caso la analizo y como que las reviso y digo "ya está, esto por esto" hasta que como que entra mi análisis lógico, entonces es así, es blanco o negro, obviamente como dije yo decidí volver a hacer la evaluación porque necesitaba una respuesta, necesita saber qué pasa conmigo ¿seré así? ¿no seré así? ¿estaré loca? ¿no estaré loca? Que era la típica.

**¿Crees que es viable, lícito, vivir para una persona mujer en este mundo neurotípico en el que vivimos sin tener un diagnóstico?**

No, no debería ser así porque uno se va desapareciendo, en realidad yo creo que sí, bueno igual han salido hartos adultos mujer como empoderandose en la condición sin tener el diagnóstico, sino que asumen como tal sin depender de la decisión de un especialista y eso también ha ayudado porque lamentablemente somos pocos entonces hace que los muchos nos apaguen.

**Al final las reglas sociales te empiezan a moldear**

Sí, entonces es distinto es que si dicen "oye tú..." en realidad yo creo que por un tema ignorancia y desconocimiento, más que por el gusto de aplastarte, entonces yo creo que eso después va a ir cambiando lamentablemente, es lento, es un proceso lento, pero va a ir cambiando, es que en realidad ya incluso para los niños pasa, el estereotipo de autistas ya se ha ido borrando como el típico "rainman", el típico "yo soy khan" como que todos tienen esa visualización, es como no el típico autista que vive en su mundo, se ha ido un poco, un poco porque todavía quedan algunos retrógradas de hecho me ha tocado familias así, de hecho una abuelita que me compra material me dice "no es que mi nieto no tiene autismo, mi nieto tiene asperger nivel 1" y ¿qué diferencia hay entre el asperger y el TEA nivel 1? es que el asperger es el más aceptado porque lo asocian en que son más inteligentes, que son más funcionales pero el TEA 1 es eso, pero esas cosas creo que es un tema de educación, lo mismo va a pasar con las mujeres.

**Es un tema humano, porque los humanos innatamente y sobre todo los neurotípicos tienden a apagar al que es diferente.**

Sí, eso pasa, pero yo creo que al ser más, al ir mostrándose como uno es va a ir cambiando esa mentalidad, va a ser lento lamentablemente un tema cultural acá en Chile, pero en otros países ya pasa, cada uno es un mundo y nadie molesta, cada uno

hace sus cosas y nadie las molesta, pero aquí lamentablemente, aunque uno no moleste siendo distinto le molesta al lado.

**Si es verdad, al final es un tema de conocimiento, de invisibilización que está en este momento sobre todo para las mujeres porque el autismo en hombres a pesar de que está cambiando constantemente, está mucho más estudiado que el de mujeres, o sea muchos profesionales te dicen "tu no puedes ser autista porque eres mujer, porque hay mucho menos prevalencia"**

Si eso pasa, pero como cada vez se están especializando más los que quieren en realidad yo creo que es un tema del que quiere y mira a mí me pasó cuando tenía 27 años cuando la psicóloga me dijo lo que pasa de la diferencia es que entre el hombre y la mujer lo más marcado el tema de la comunicación, la mujeres no tienen alterada esa área que hoy en día he visto niñas de 3-4 años y no hablan entonces ha cambiado mucho ese tema, esa marca lineal de porque eres autista y porque no eres autista mujer o hombre, entonces el tema de la funcionalidad nosotros, como mi generación de autista adulto mujer es que nuestra intervención es la vida propia, yo no tengo profesionales de intervención con suerte la depresión que era re poco lo que hacía, pero la intervención ha sido la vida donde no se nos obliga de cierta manera y eso de cierta manera ayuda, pero también me deja secuelas, en este caso mi pensamiento de intervención, con mis hijos yo hago lo mismo, lo más funcional, pero dentro lo que pueden, sin aplastar su esencia propiamente tal, entonces no va a funcionar, digo "aquí no tienen nana peruana" y mis pensamientos son así, a la que se muda "yo mudo pero yo no voto pañales" entonces va la otra y lleva sus pañales al basurero porque corresponde o si se desplazan pueden llevar pañales, yo lavo ropa yo doblo pero cada uno guarda su ropa y cosas así y yo creo que eso me ayudó mucho, el tema de la funcionalidad, porque mi abuela tenía ese pensar, yo creo que mi abuela igual tenía autismo.

**Hay muchas mujeres que han pasado y que nunca han sabido que tienen autismo, mujeres que se vienen a enterar a los 60 años que tienen autismo, como tú que se vienen a enterar porque tienen un hijo, pero ¿qué pasaría si tú no hubieras tenido hijos con asperger?**

Yo creo que hubiese llegado erróneamente hasta la esquizofrenia, erróneamente porque si te digo que escucho voces porque yo lo veía de un modo concreto, esa persona que era autista la veía de forma concreta como otra persona y ahí es a la esquizofrenia.

**Se te empezó a separar la personalidad**

Si, hasta ese punto y eso lo explica, el psiquiatra me dijo "sí, pero tú no tienes esquizofrenia" igual hubo casos de Down con autismo, esquizofrenia con tales patologías, pero me dijo "no descarta, tú no tienes esquizofrenia"

## **Es que si hubieras tenido esquizofrenia no te lo hubieras preguntado**

Eso es lo otro porque eso me dijo, pero en otras palabras, me dijo "claro porque la esquizofrenia no se analiza"

**No se da cuenta de que lo que está oyendo es falso o que puede ser que esté loco, como ese pensamiento de "uy me estoy volviendo loca" eso no lo tienen los esquizofrénicos.**

Si es como, claro, como la película de sexto sentido y si no se dan cuenta de que estaban muertos, "exactamente lo mismo, así que esquizofrenia no tienes, quizás Alzheimer te va a dar más vieja" y dije "gracias, me tranquiliza su anticipación", pero por eso, pero como que ahora me vale, estoy así como "me vale" y me presento como tal y no me da vergüenza por el contrario y como que la gente dice "pero en serio dices que tienes autismo", "sí" le digo.

**Esas son las impresiones que recibes del resto cuando cuentas tu diagnóstico**

Primero me preguntan si soy profesional, digo no porque igual yo he estudiado, o sea, yo no tengo una carrera formativa porque yo estudié perito criminalista un año, se cerró y de ahí no saqué ninguna carrera, solo cuarto medio, si me he especializado solo me falta ir a buscar mi cartón a la U, exijo mi cartón con distintas metodologías, pero para mis hijos y para lo que trabajo, lo que pasa es que yo sufrí antes del diagnóstico y sufrí muchas más molestias por algunos profesionales, como que tenían un poco de celos, no sé, me decían que eran celos profesionales por tener la habilidad de y yo cuestionaba todo, entonces obvio si estoy pagando, no voy a estar pagando como algunos que quieren sacar dinero por las terapias, entonces como que dice ¿usted qué estudió? yo me he especializado en distintas áreas y después espero poder estudiar en algún momento psicopedagogía o educadora diferencial pero para ni siquiera ejercer y dicen "ah que tonto entonces para que vas a ser".

**Para saber**

Si para saber, me gusta en realidad, me gusta saber y me gusta aprender y la gente eso es lo que no le choca es cómo hacer las cosas por gusto y me llama mucho la atención cuando te dicen "no, quiero hacerlo porque me gusta" y es como "ah que tonto va a gastar cuanta plata y no lo va a ejercer"

**Y no va a ganar plata con eso porque ese pensamiento del neurotípico, de que está estudiando porque quiere ganar plata**

Eso es lo otro.

**Ojalá estudiar y ganar la más plata que se pueda.**

Si la carrera que te genera más plata, porque si dices que estudias artes es cómo decir "se va a morir hambre" o psicología, de hecho ahora la psicología está repuntando nuevamente pues hay la necesidad de ir, yo voy a la psicóloga porque tengo que ir para el tema de la ansiedad, me dijo el psiquiatra que tengo que ir y en realidad la psicóloga es como hablar con alguien y lo pasamos bien, conversamos, le converso y me hace entender ciertas cosas que no entiendo y cosas que no entiendo y me frustro porque no las entiendo y me gusta entender, me gusta saber el por qué; no porque sí, porque no, mi mamá siempre me decía porque sí porque soy adulto, entonces a mi hijo yo no le hago eso, esas respuestas vagas no van conmigo o cuando dices "no, es que no se puede hacer esto hoy día, o "no porque no hay sistema", "no, pero porque no hay sistema quiero apretar el botón, necesito saber" y ya no me molesta investigar o ir más allá.

### **Ya no te estás frenando**

Sí, y ahora lo que me propongo lo hago por eso te digo que fue un renacimiento súper importante porque ya como que nada me para, porque nueva actitud, no ando con miedo, no me cuestiono nada, como "lo pensé y lo hago", se pensó y se hizo, ya no ando pensando como que la gente te frena, de verdad la gente es pesimista y es floja, como que todo lo que sale adelante es malo, la gente productiva es mala.

### **O es presumida también**

Sí, yo no sé, yo no soy presumida, de hecho como que tratan de inculcarme así con "cuidado a la gente, es mala, no seas confiado" bueno si me quieren joder me joden, si es algo material no me afecta, la gente como que "no, que el dinero, que no te vayan a estafar" de hecho yo no pido 50% cuando hago trabajo, incluso a veces me ha pasado que digo "yo te lo envió y después tú me pagas la fecha del pago" y la gente dice "uh ¿por qué haces eso? te van a estafar" no me ha estafado nadie, porque uno no puede ser confiado en cierta manera, si me va a joder ¿quién va a salir más perjudicada yo o la persona? la persona, yo no, a mí no me afecta, es algo material lo recupero, yo creo que eso también le hace falta a los neurotípicos, andan siempre así como con la maldad, desconfiados y bueno también están los oportunistas, pero esas personas no son felices.

**Aprendemos en este mundo que cualquier persona siempre va a querer ser mejor que tú o va a querer que tú seas menos, o va a querer ojalá robarte todo lo que tengas sin tener ninguna consecuencia.**

Si es que sabes que las personas como que están pensando siempre así, pero si tú eres buena persona de cierta manera atraes personas buenas y si la persona es oportunista y te jode ¿quien se jode?, se jode la persona no uno, no va a cambiar entonces yo de hecho me preguntan o hay personas que me piden cosas y yo no tengo problema y los

ayudo, no porque me gusta la gente, sino porque es actuar bien y eso es lo que no entienden las personas, dar sin pedir, o sea tampoco es como "toma mi tarjeta crédito", no, pero en el caso de ayudar la gente siempre está como "no, es mi conocimiento, es mío yo pagué" yo he pagado cursos de 200 mil pesos, me he capacitado y ellos como ¿por qué? "no, yo pagué mi certificación, no tengo por qué ayudar" qué tontera, por eso estamos como estamos.

### **Sí así es, desde chicos nos enseñan que tenemos que ser mejor que el otro**

Sí, individualistas, entonces yo no ando por la vida así.

### **¿Sientes que una de las cosas más importantes si es que no es la más importante es el apoyo familiar? como el sostén que te entregan?**

Si, en el caso mío como aquí en mi familia, en el caso mi madre que es la que tengo más contacto, cambió porque de hecho ya siempre se cuestionaba así como "oh por qué los niños les habrán salido autistas" porque mis hijos son de distintos papá, mi hijo mayor que mamá soltera, después del diagnóstico, el papá soltero se fue y después bueno y mi hijo se quiso cambiar el apellido así que le hicimos los trámites como 2 años estuvimos sename, tribunal y todo y le cambiamos el apellido porque quería llevar el apellido de su papá, que es mi esposo y mi mamá decía siempre "oh ¿por qué te salieron así los niños?" como que comí y después le conté que me había hecho la evaluación y como que fue un cambio, mi mamá fue un cambio, de hecho como que dejó de ser más pesada, no es que sea más comprensiva, pero como que le dio la tranquilidad de "ah no es porque mi hija está fallada" no, pero como que ahora me apoya de cierta manera, a su modo me entiende o en realidad ya no me lesea, es lo mejor que hizo mi madre, de hecho me pregunta como estoy, como me ha ido con el psicólogo, cómo está tu tratamiento, estoy tomando pastillas entonces me dice cómo va todo, ¿estás tomando tus pastillas? en realidad sabes lo que le pasó a mi vieja, le temía al futuro, por mis hijos, "qué va a pasar con ellos por tener autismo", entonces como ahora ve que su hija tiene autismo y he logrado tantas cosas como que eso la tranquilizó, ya no molesta entonces ya no se sorprende cuando le digo oye el Tomás sabe contar del 1 al 10, no ya no, para que veas que hay personas que todavía piensan así.

### **Sobre todo las generaciones anteriores**

Sí abuelitas, mamás sobre los 40 años se sorprenden es como "oye tu hijo hace esto" "tu hijo hace esto otro" y es como "sí, si es humano y respira oxígeno no tengo que ponerle un casco", entonces yo creo que lo que ha afectado un poco y a mí me molesta, es el tema de estas series de personas con autismo como que las pone irreal.

### **Como atypical y the good doctor**

Si el doctor, a mí me gusta el contenido médico porque yo cuando chica quería ser neuróloga, médico, veterinario quería hacer muchas cosas, pero cuando, así como que todas les ponen el corazón azul, de hecho yo voy en contra, me pongo un corazón verde porque no me gusta el azul, soy una autista verde y si me molesta porque es que no es la realidad.

### **Además de que es el estereotipo masculino**

Eso y la única que sale con el diagnóstico de asperger era la "Mozart y la ballena" que sale una autista y sale un grupo de autistas con retraso y la típica mujer con asperger es loca, o la típica loca de patio, así como que es rebelde y consume drogas, malditos machistas es como la única que vi, si de verdad es como raro.

### **Y yo no he visto ninguna y me sorprende que me digas que encontraste una.**

Mozart y la ballena es muy buena y la típica loca impulsiva es la mujer con asperger así me trataban a mí, bueno yo nunca fui rebelde, pero me decían que yo era así de rebelde, yo soy mas fome.

### **Sientes que hubiera sido más fácil tu vida si es que hubieras recibido el diagnóstico en una edad temprana como la de los hombres, a los 2 años**

Sí, claramente sí porque además que tuve crianza de campo machista, donde supuestamente, si no querías estudiar, anda a trabajar de asesora del hogar, entonces claramente que sí, si hubiera recibido la ayuda, no habría estado con esto, primero pase por la crisis rebeldía de la adolescencia como Peter Pan adolescente eternamente, vivía enojada con el entorno, pasé incluso por estas crisis de odiar la sociedad, todo me molestaba entonces hubiese sido mucho mejor mi vida sí, yo decía "pero ¿por qué me molestan los ruidos? ¿por qué no puedo disfrutar esto? Soy como una persona infeliz en mi vida, todo me molesta" y después empezaba con estos pensamientos analíticos y me molestaba tener personas, todo me molestaba, yo decía "¿por qué hago esto?" Siempre estaba en el cuestionamiento el por qué "¿por qué hago esto? ¿por qué soy así? ¿estoy fallada? ¿por qué no me puedo parecer a mis compañeras? ¿por qué no puedo hacer esto?" Yo tuve un amigo imaginario hasta los 6 años. "¿por qué no me gustan los abrazos? si todos se andan abrazando" y decía, "pero por qué, se me está entregando cariño, por qué yo no puedo tener esa respuesta con la persona", así como que ya, así con las ramitas, cariño con la ramita, no me gustaban los abrazos y el por qué, incluso con mi ex pololo, yo tuve tres relaciones pero también era como "oye que eres fría" solo tenía otro tipo de respuesta, era detallista quizá no andaba abrazando pero sabía lo que le gustaba y llegar con las cosas puntuales pero me decía "es que tú nunca me abrazas de manera espontánea" y me molestaba, pero cómo no puedo disfrutar la relación, que

me estuvieran todo el día besuqueando así prácticamente me asfixia, me ahogo, entonces estaba en constante cuestionamiento.

### **Es un tipo de cariño diferente**

Claro, yo no soy así de andar abrazando. Mi tía falleció hace un año y siempre tenía que contener a las personas porque yo no me derrumbo porque digo "si se murió, es parte de la vida". Me tocó masajear a mi tía porque murió con las piernas arqueadas con un cojín debajo entonces para que no le quebraran las piernas en el ataúd porque no iba a bajar la tapa hay que estarle masajeando, soltándole el tendón rígido para estirarlo un poquito, porque dije los fúnebres eso es lo que hacen y con un caballero y mi mamá llorando "pero si ya se fue, ya no está", me decía que yo era muy fría y cuestiones. Entonces tenía este tipo de cuestionamiento constante de "por qué yo soy así de rara, seré marciana" incluso pensaba que era de otro planeta, cuando era chica me iba a andar en caballo y en la oscuridad como que siempre sentía como que era algo o era que mágica, que era de otro planeta o no sé, siempre buscaba dar respuesta cualquiera. Mis hermanos decían que vinieron unos gringos turistas a Chile y me dejaron abandonada, porque además yo era rubia, y de hecho me carga el pelo rubio, mi hijo es un pelo castaño tirado a rubio y ojos verdes y mis hermanos son morenos con pelo negro, entonces me dicen que yo era adoptada y yo creo que eso me tranquilizaba, a lo mejor era adoptada, mis padres eran otras personas, me lo pregunté alguna vez y porque además mi mamá no conserva fotos, yo sé que es mi mamá, pero digo esa necesidad de respuesta de dónde vienes, de por qué eres así.

### **Esa búsqueda sin cesar todo el día, tantos años**

Y ahora no, ahora vivo bien tranquila conmigo misma, sé que soy así porque soy así, es mi forma de ser, nací así, soy neurológicamente así y nada más que hacer y lo que tenga que mejorar, lo voy a mejorar, lo que no, no lo voy a mejorar, no me interesa, como que estoy en ese momento, en esta etapa y ya no está esa necesidad de parecerte a alguien, por el contrario, me enorgullece ser como soy, después de años, 35 años.

### **Por fin lograste esa estabilidad y conocerte a ti misma y aceptarte a ti misma**

Sí, es que siempre te preguntan ¿por qué eres así? o incluso "no, eres súper perseverante, tu eres inteligente" yo no soy nada de otro mundo, soy así, no soy especial, soy así, quizás tengo más neuronas, quizá tengo más habilidades, quizás tengo otro tipo de inteligencia, pero soy así, así lo veo ahora, ya sé que no me vinieron a botar los marcianos, me molestan los ruidos, si me molestan los ruidos uso unos audífonos, uso tapones, me molesta la gente? no me voy a meter a las aglomeraciones, no tengo porque ir si a mí me molesta y me hace sentir mal, no tengo por qué estar con la gente que le gusta estar en estas bandas y se agrupan, yo no tengo porque ir, si no me gusta

carretear de noche, no tengo por qué ir a carretear si no me gusta y me empecé a comprar más libros porque a mí me gusta leer, si me gusta estudiar estudiaré, como que estoy así, super rebelde, soy una autista y qué.

### **La bandera del autismo**

Sí, pero sabes que no con el corazón azul, no soy un angelito azul, me carga cuando escucho a las mamás "no, fui bendecida, mi hijo es lo maravilloso de la vida" todo hijo es maravilloso, no por ser autista y azul, no es pitufo.

**Además, que el azul fue puesto también por el tema de que era un "trastorno" masculino, el azul para diferenciar y también es decir esto es más masculino que femenino y ahora ya no es así.**

Sí, siempre cuando colocan el tema de los corazones yo coloco un corazón verde porque es mi color favorito, si algo de que te identifica, entonces como que ponerte con algo no, yo no voy a los grupos así como me pongo la etiqueta o me pongo el chaleco, me pongo la bandera no, de hecho no voy ni a marchas, como que yo creo que la lucha va por otro lado, la lucha parte por casa, más que está bien cambiar las políticas y todo, si está claro pero qué sacas si al final las personas se aferran a los profesionales, pero la educación parte por casa, entonces si no haces algo. Yo asumí la responsabilidad y la crianza al 100% y los profesionales son apoyo, pero lamentablemente te llega el cacho a tí, que "solúcioname el problema, yo no sé por qué mi hijo es así" y al final es todo netamente manejo conductual en casa, entonces por eso te digo que estoy como en esa pará así, como cuando empiezan a rayar la papa digo "adiós nos vemos".

**Ya te soltaste, tu entiendes ahora cómo eres y quién eres que era algo que no pudiste hacer durante toda tu vida**

Sí, sí igualmente eso es bueno, salí del closet, de hecho es como un proceso salir del closet y fue así, al principio como que andaba despacito, como nerviosa, como que le dije a pocas personas al principio, después dije me vale no me dan ni para comer y le conté a mi hijo le dije "me hice la evaluación y salió bien" "ah que bueno" y eso fue todo, "gracias hijo por el apoyo, tu entusiasmo es igual a de mi madre", no, mi esposo me dice "que bueno que ya te sientes distinta, te sientes libre porque estás siempre enojada", todo me molestaba, no sabía porque después dije ah si, porque soy conflictiva, nos gusta el conflicto, no, me gusta reclamar o reclamar no es la palabra, sino que me gusta debatir y ya no me molesta.

**Ahora lo aceptaste**

Si al 100% y ahora que por fin voy a estar tranquila, de hecho las voces se callaron, ya no pienso, estoy con la ansiedad nomás, pero por el tema externo.

### **Por el tema de la pandemia**

Sí, es que no me gusta salir a la nueva normalidad porque en realidad hacer una fila para el mcdonald's que tontera ¿Por qué hace eso la gente? las prioridades de la vida.

### **Además de que pueden pedir a domicilio**

Y eso es lo otro y empiezo "es la raza la mala ¿por qué tuvieron que venir los españoles?" y eso me estresa y eso es lo que tengo que trabajar, que no me afecte tanto que la gente no va a cambiar.

### **Pero el tema de la ansiedad es un tema que hay que sobrellevar y que también es un proceso**

Sí, sí el psiquiatra me dice "piensa que todos son Colón" yo no entendía ¿por qué todos son Colon? Porque Colón navegó tanto tiempo sin ninguno foco de algo y las personas lo siguieron, todos están perdidos, si llegó por coincidencia, entonces todos son Colón, cuando los veo digo "pobres Colones" y hago lo justo y necesario, al centro voy a lo justo y necesario y veo que ya se junta mucha gente y empecé a sentirme demasiado estresada y ansiosa, sé que tengo que retirarme de ahí y ya no me sobre exijo porque antes era como "no, dale así como a morir" y llegaba hecha pebre la casa con jaqueca, con vomito y me exigía porque decía "pero por qué si soy neurotípica".

### **No soy tan rara, debo seguir**

Sí, es como algo así, si eso pasaba, "pero si mira la gente está toda achoclonada, sudorosa y asquerosa, tengo que seguir".

### **Vives también con eso "por qué yo no"**

Claro, "por qué yo no lo tolero?", ahora no y si tengo que ser gentil soy gentil antes no, antes la gente era como rara, aquí en Santiago son horribles, como soy del campo, que campo digo del cerro, la educación es fundamental si yo soy cortés y reservaba lo cortés y la gente me decía "no, es que tú no tienes que ser así porque la gente aquí es como esto es una pecera llena de tiburones" la gente que cacha altiro que no soy de Santiago, porque digo buenos días, buenas tardes y buenas noches, como el paco y gracias y por favor y la gente me queda mirando, "esta no es de acá", si tengo que hacerlo, en el Transantiago me gusta observar a la gente cómo se mueven, de cuando vuelven en el Transantiago nadie saluda, yo entro y siempre buenos días, permiso, gracias, pero por un tema porque me nace porque tengo educación, porque él no es menos que yo, por el contrario, si él no estuviera yo no podría transportarme y lo mismo que la gente que barre la calle, para eso son súper importantes si no andaríamos pisando basura, porque la gente tiene la mala costumbre de tirar basura, entonces si tuviéramos otro tipo de

pensamiento, yo creo que si todos fueran autistas este sería un mundo mejor, más encima se nos tacha de ser poco empáticos.

### **Sí y de hecho los autistas a veces son incluso más empáticos que los neurotípicos**

Sí porque no son muy individualistas, entonces ahora no, ahora me permito todo, yo soy amable con las personas, si me gusta un libro me lo compro, ya no es como antes "lees mucho libro" "¿y para qué lees tanto?" porque me gusta o "¿por qué haces esto?" porque me gusta, de hecho después de que me casé siempre recibía cuestiones así como de "oye, tú no te arreglas, no te pintas, después tu esposo te va a dejar" bueno si me deja me deja nomás, pero no me voy a pintar la cara porque no me gusta, porque siento como que tengo un peso en la cara y me pasaba que me miraba al espejo y yo no me reconocía, de hecho me pasa eso pero es un tema del autismo me dijeron, yo me miro al espejo y no me reconozco, yo digo "uy, esa cara tengo" no sé, me dijo psiquiatra que era una parte del autismo, el tema de la visualización, interpretación, como no es algo concreto como que es raro, por eso no tengo espejo en el baño.

### **¿En serio?**

No tengo espejo en el baño porque siento que voy pasando y veo algo así como "¿quién es esa?" no tengo espejo, ni siquiera me pinto, con suerte me saco las cejas, pero dejé de hacer esas cosas, antes las hacía por mi pololo, no me gusta la falda y ahora no uso, si veo un pantalón y me gusta me compro 5 de esos y parece que siempre anduviera con la misma ropa, es que estar gastando neuronas para ver qué me pongo, antes si, estaba estresada con eso "¿qué me pongo?" y es como "hola gente ando siempre con ropa distinta", no, mientras esté limpio me lo coloco, ahora no, ahora no me compro, mi suegro una vez me dijo "oye que quieres para tu cumpleaños" "no sé, sushi podríamos comprar", me dijo "ah pero como, eso es muy poco mejor una cartera o botas" pero no me gusta, con suerte ando con un banano cuando salgo porque llevo la billetera, el alcohol gel y el lápiz o ando con mi bolso al lado cuando llevo libros y como que la gente dice "oye como tan básica" pero para qué estresarme. Mujeres en la calle van con los medios sancos y andan tan incómodas, con la mini no sé, prácticamente que respiran y se les sube y andan incómodas, las veo incómodas y andan así como "es que no me puedo ni reír" sólo para mostrarse y es extraño, es como bacán tus uñas, me gusta las uñas así a todas largas, negro no sé qué color es.

### **Si es negro**

Si viste bacán antes decían "tan de negro que vas" pero es que me gusta el color negro, no es porque estoy triste, me gusta, de hecho, ahora me voy a teñir el pelo.

### **¿negro?**

No lo tengo negro, pero ya se me ha ido entonces lo tengo como medio café.

**Sí, te lo veo café en esta parte**

Sí, yo me lo teñí rojo, pero ahora me lo quiero teñir azul, no es que me guste el azul por el autismo.

**(risas) Si que raro que sea por el autismo, yo tengo estas mechas que son como medio turquesa pero ahora están bien deslavadas, pero son colores de fantasía.**

¡Qué bacán! Es que mira estoy entre el verde y el azul, pero caché el verde en una persona y parecía como plástico, no me gustó, pero el azul, yo tengo un negro azulado y de hecho para que veas el detalle me lo teñí hace tiempo atrás negro azulado y mi esposo no se dio cuenta, después de un mes le dijo "papá, te diste cuenta de que la mamá se tiñó el pelo" y dijo "oh, me va a llegar", yo creo que igual mi esposo tiene autismo.

**Hay muchos adultos que en esa época en la que eran niños no había el conocimiento que hay ahora y que pasaron desapercibidos a pesar de que tenían todas las características y ahora son más funcionales porque son adultos, han tenido que aprender a vivir con eso.**

Sí yo creo que el tema de los niños son poco funcional hoy en día por la culpa de los papás que los protegen mucho, a nosotros nos tiraban nomas y así aprendí, funcional, entonces como que ahora se le protege mucho es como que "no, es que hay que protegerlo hay hacer esto, hay que cuidarlo" no, o sea, si obviamente hay que proteger.

**Como cualquier niño también, pero también aprender que el autismo no es algo que te hace débil, sino que es como una personalidad diferente no más, que es un modo distinto de ver**

Entonces yo creo que por eso hay tantos niños poco funcionales, por culpa de los padres.

**Es como cuando dicen que los niños se enferman mucho porque los papás los cuidan mucho, como que los tienen en una burbuja después por eso se andan enfermando**

Sí, los miras y se enferman, yo con mi hijo soy súper estricta, mira mientras por ejemplo cuando son selectivos yo los obligaba, mientras no entraran en crisis y las cosas que sí eran el producto así como una sensación de estrés y muy doloroso, eso lo trabajaba, pero lo demás cuando me decían no me gusta, "no, lo siento, pruébalo, si lo pruebas y no te gusta ahí recién podemos ver" o no sé, yo con mi hijo mayor igual soy súper exigente porque yo digo "yo me esperaría ojalá vivir eternamente, pero no es la realidad, me puedo morir mañana, me puedo morir en 10 años más o de vieja, pero

necesito que tú tengas las herramientas”, cuando me dicen “uy mi hijo cuenta hasta el 1000, mi hijo se conoce todas las banderas, mi hijo habla inglés” y siempre lo digo y ¿eso es funcional? ¿le sirve a él para desenvolverse en el mundo? porque si no, repetir como lorito bacán, pero no le sirve, mi hijo también tiene una obsesión con las banderas y bacán va súper bonito todo lo que quiera digo, pero eso no te sirve, “deme 2 banderas de Chile por” no, debe saber comprar, aquí aprenderás a usar la cocina, a aprender a usar el refrigerador, a aprender a usar la lavadora, aprender a comprar.

### **A cambiar un foco, que es algo que en cualquier momento se revienta y queda en la oscuridad**

Claro eso mismo, aquí todos hacen sus camas, mi prima tiene que barrer su pieza, por eso digo que no alcanza para la nana peruana, todos tienen que hacer algo porque la casa se construye con todos, yo les quite esa cuestión de que la mamá, no, ese es mi eslogan a funcionar en el hogar.

**Me parece súper bien, muchas gracias por todo, por contarme, por abrirte tanto, por tener esta capacidad de hablar todo el rato y de que todas las ideas conectarán súper bien con otras, siento que es un discurso super bueno y súper poderoso también y que hay que hacerlo ver, yo de hecho por eso estoy haciendo mi tesis de esto, porque siento que cuando llegué al tema y dije “no puede haber tanto desconocimiento” o sea, es algo que le está pasando a muchas mujeres y no pueden morirse sin saber lo que son realmente, no puedes pasar 40 años sin saber y siempre con esta sensación de que eres rara.**

Sí

**Porque los hombres tienen que saber toda su vida y saber que lo que les gusta y que es lo que no les gusta y no tener que fingir nada desde que son chicos porque se sabe lo que son y listo y los dejan ser nomás, las mujeres no, están llenas de reglas y no sólo por ser autistas, sino por ser mujeres**

Si es demasiado, pero si tú puedes ver los trastornos la mayoría de los trastornos son de hombres y los achaques son de mujeres.

### **Si la depresión, la ansiedad.**

Sí, todo eso es típico de la mujer, de hecho por ejemplo yo ahora estoy un poco con sobrepeso, cada vez que voy al médico me dice “oye, ¿tú tienes diabetes, hipertensión y colesterol?” y le digo que no, soy una gorda sana, me hacen los exámenes y todo y por qué hace ver que a la mujer todo tiene, claro porque las que vamos a los consultorios porque los hombres no van cantando, entonces todas las patologías, que un achaque, es

típico de la mujer y los trastornos son de hombres, ¿por qué no pueden existir mujeres psicópatas?

### **Pero en la minoría**

sipo, sino porque están a las psicopatías porque es de celo.

### **Es verdad**

¿por qué no puedo ser una asesina en serie mujer sin ser celosa?, hay que romper los esquemas.

### **Si es verdad, hay que abrir los modos de pensar también.**

no, qué bueno que se generen estas instancias para poder dar a conocer, en realidad mostrar que no es algo nuevo, es algo de años.

**Solo que es muy desconocido nomás, yo tengo que contarle a mis colegas qué es lo que es el autismo en mujeres, como se representa, imagínate que hay millones de profesionales que no saben, que tratan a personas, que tienen pacientes y que podrían encontrarse millones de veces con un autista y no saben, no saben cómo tratarlo, no saben cómo decirle "sabes que? existe esta posibilidad", ni siquiera piensan que existe la posibilidad o sea, estas personas siguen su rumbo y siguen pensando que tienen depresión, ansiedad, trastorno bipolar y a veces ni siquiera es así**

Yo creo que ¿cuánto diagnóstico de mujeres de esquizofrenia existen? entonces está bueno, me gusta, por eso te dije "ah voy a ayudar a dar un aporte" en ese aspecto de que, el hecho de la funcionalidad no significa que uno tenga autismo, así que no, bacán bueno y cualquier cosa es bueno acá.

**Muchas gracias, yo cuando es algo que se les ofreció a todas las niñas que le he hecho entrevistas que es cuando termine mi tesis, me evalúen y todo que va a ser como en enero más o menos enviársela a ustedes para que la lean y sepan en qué participaron, como que esta entrevista no fue en vano.**

Si, no hay problema y qué bueno que se tocan estos temas y en todo, o sea, tanto en las mujeres como en sí como mujeres, como mamás también porque ese "no, tú no puedes tener autismo, si tienes hijos, tienes esposo"

### **Ese proceso que tiene que ir cambiando pasito a pasito.**

Sí, se agradece también el interés que tienes, de hecho, otra niña estaba haciendo una tesis, pero por el tema laboral y bastante bueno que toquen estos temas porque se habla sólo del autismo en la infancia.

### **Si y los adultos están super dejados de lado.**

Claro, crecen esos niños y ahí después se olvidan, van creciendo y se olvidan y vuelven a salir niños con autismo y ahí queda, entonces qué bueno que se siga, como que se haga este estudio del ciclo de los niños, los jóvenes, adultos o incluso abuelos, hay abuelos que deben tener autismo, yo digo que mi abuela tiene autismo, yo ahora analizo que mi forma de ser es como ella, yo soy muy de la forma de ser de ella, en esos tiempos, en esos años ella no era machista, mi papá y mi abuelo eran machistas, pero ella era bacán y bueno es, porque todavía no muere, yo creo que mi abuela tiene autismo, le voy a decir.

### **Sí, podrías decirle y por lo menos que, aunque sea abuelita, que sepa antes de morir**

Así que bueno gracias igual también por considerarnos y por interesarte también en tu profesión, tu formación.

### **Muchas gracias por interesarte en esta investigación y por querer participar y gracias por la entrevista y por el interés**

Y me gusta tu pelo, me lo voy a teñir todo.

### **Me gusta la idea, bueno que sepas que igual cualquier caso estoy aquí si es que necesitas hablar o cualquier cosa**

\_Entrevista Sol, 35 años. Edad de diagnóstico: 35 años. México.

### **Bueno, comencemos hablando un poco sobre ti, para que vayamos abriendo el espacio y conociendonos un poco mejor.**

*Bueno yo tengo 35 años, y mi proceso de diagnóstico inició porque comience a sospechar... Yo soy psicóloga, e increíblemente no me había dado cuenta, siendo psicóloga de que yo desde niña tuve muchas complicaciones a nivel social y a nivel personal, siempre fui muy ansiosa, demasiado ansiosa, al punto de que incluso en la adolescencia tuve que ser medicada, pase por muchos procesos psicológicos y nunca me diagnosticaron correctamente, creo que el autismo es muy complicado en mujeres, y debido a esto siempre pasé por diagnósticos erróneos, y pues así fue creciendo, no fui muy funcional a nivel social, de pareja, escolar batalle bastante, y no porque tuviera un*

CI menor, sino porque batallaba mucho con las estructuras, entonces pues así me fui toda mi vida, nada más la gente me decía que algo había raro, que no estaba normal digamos, hasta que empecé a investigar un poco más, porque yo trabajaba en una escuela y en esta escuela me tocaba atender niños que tenían autismo pero yo no... pues simplemente los trataba, pero me empecé a dar cuenta que lo que ellos hacían, yo lo hacía de niña. Después de esto empecé a identificarme con algunas reacciones de los niños, hasta que dije "creo que voy ir al psicólogo y voy a hacer que me hagan un diagnóstico para descartar o afirmar si tengo esto", y pues ya hace cuatro meses me diagnosticaron.

### **Entonces te diagnosticaron ahora, a los 35 años.**

A los 35 años, sí. Pasé por un proceso en donde nunca sospecharon que era autismo.

### **Y ¿fue muy complicado el proceso de diagnóstico?**

Afortunadamente la especialista era específicamente sobre autismo, porque creo que si... yo estuve con psicólogos generales y los generales me decían "tú no eres autista" con el simple hecho de verme, porque me desenvuelvo bien, porque hablo bien, porque veo a los ojos... y me decían "tú no eres autista". Entonces esta persona es una psicóloga que se especializa en autismo y me hizo todas las pruebas, me hizo como 5 o 6 pruebas, entrevista clínica, observación... entonces ella... pues fue un proceso como de tres meses porque paso lo de la pandemia y esto de la pandemia vino a demorar el proceso, pues los tiempos no eran iguales, entonces fue un proceso bueno porque ella fue muy profesional.

### **Me alegro mucho, ¿qué sentiste cuando te dieron el diagnóstico?**

La verdad... sospechaba ya, ya que como soy psicóloga, pues yo decía "cumpló con todos los rasgos" pero quería pues obviamente dejarlo en manos de alguien objetivo, y cuando ya me dijo la verdad si sentí feo, (risas) sentí feo porque ya era como "no son ideas mías, es algo con lo que tengo que lidiar", fue como algo contradictorio porque porque dije "es un alivio saberlo" pero a la vez "y ahora qué hago con esto". Sé que tengo que tener terapias, para tomar habilidades las habilidades que me faltan, pero es muy complicado porque es un duelo. La verdad no sabes cómo expresarlo con las personas allegadas, tu familia si no creen eso... pues te miran como loco, o simplemente te tratan como siempre, y no es que te tengan que tratar diferente, sino que siguen sin entenderte, entonces si es muy complicado la verdad.

**Y ahora que has llegado como a decantar un poco más y a entender también un poco más ¿cómo te has sentido?**

*Pues la verdad estoy como en negación, totalmente en negación. Por ejemplo, si veo un programa donde van a tratar autismo donde hay videos de autismo, no los quiero ver. No quiero saber nada del tema y yo creo que esto igual es un proceso largo y pues ha pasado muy poco tiempo, ya que solo tiene como 3 meses el diagnóstico.*

**Si... me imagino... Entonces en este momento estás en un periodo de negación.**

*Si, si, no quiero saber nada del tema... en cuestión de ver documentales, documentos o temas relacionados... se me complica bastante ahorita.*

**Y ¿que te mueve ahí? ¿Qué es lo que te complica?**

*El saber que no lo puedo decir, porque como hay mucha ignorancia sobre el tema... si yo digo "soy autista" yo sé que la gente a mi alrededor va a decir "esta está loca" o "hay que tratarla raro" o la gente simplemente se empieza a apartar de ti o empieza a tomar actitudes pues un poco a la defensiva o te rechaza... y siento yo que es más complicado manejarlo cuando hay mucha ignorancia, eso me ha costado.*

**Si... es verdad, porque hay mucho desconocimiento sobre el tema.**

*Si... si, sobre todo en mujeres.*

**Ahora, es difícil que la familia o la gente a la que le dices entienda de que esto no cambia nada, porque solamente te dijeron lo que eras, pero sigues siendo la misma persona persona.**

*Si... es correcto, pero si es complicado, porque la familia te trata como siempre... sin entenderte, es como que "tu no me dijiste nada, tu para mí eres igual", pero sigue habiendo ese rechazo por ellos... Si, es complicado.*

**Y tú te has informado al respecto, cuando te dieron el diagnóstico... o preferiste cerrar los ojos y no ver más sobre el tema?**

*(risas) Pues mitad y mitad, si investigué porque antes del diagnóstico me puse a leer bastante... hubieron unos PDF que decían "guía para las mujeres dentro del espectro autista", pues algunos blogs de algunas mujeres dentro del espectro, también investigué*

pues el DSM-5 pero pues es más enfocado a los hombres... entonces no hubieron muchas cosas con las que concordé ahí con eso, este pues también vi videos de mujeres dentro del espectro, que platican cómo se sienten y qué es lo que hacían y pues yo me identificaba 100% con ellas. Entonces ahí fue cuando recibí el diagnóstico y mi psicóloga me bombardeó con toda la información y ahí ya no quise saber, pero probablemente porque ya había leído todo eso...

**Por lo general los procesos, por lo que yo he visto en las entrevistas por lo menos, es por lo general un proceso de liberación también, el hecho de tener el diagnóstico y poder decir "ya bueno, por lo menos ahora puedo ser quien soy no más, y listo", pero tú estás recién empezando con el proceso de tener recién el diagnóstico, lo tuviste hace muy poquito, entonces me imagino que el proceso es muy diferente.**

*Si, así es. Si es liberador, porque ahora me regulo, antes era muy impulsiva... y ahora pienso más cómo voy a decir las cosas, antes era de expresar sin filtro lo que yo pensaba y como yo decía simplemente "soy así, no me importa" pero me llenaba de conflictos con la gente, entonces ahora como sé que es por eso, ya mejor opto por quedarme callada, es filtrar un poco más, un 70% más mis ideas o por ejemplo socialmente aceptar salir mas, porque no me gusta salir, lo acepto, pero voy poco a poco. Eso es lo único liberador, es que ahora puedo entender porque antes reaccionaba de esa manera.*

**Entonces ha sido un proceso de autoconocimiento igual.**

*Si, así es, si.*

**Y este diagnóstico o el proceso de antes del diagnóstico ¿te hizo darte cuenta como de cosas que hacías cuando eras chica y relacionarlas? y decir "ya si, por eso hacía eso"**

*Si, totalmente. Yo tenía mucha ansiedad social, todavía se me dificulta lo que es el decir no, por ejemplo, como qué pienso que así debe de ser o por ejemplo yo si tenía un conflicto personal buscaba a alguien que me dijera cómo tenía que resolverlo, porque no, no entiendes cómo se maneja la sociedad y batallas bastante, entonces si empecé a notar que todas esas cosas estaban relacionadas con el espectro y la ansiedad social, me daban ataques de pánico, el que no quisiera juntarme con personas y que quisiera solamente estar encerrada, el que no me cambiaran mis rutinas, son cosas que pues empecé a notar.*

## **Claro y la dificultad de las reglas sociales... Ya que hay muchas reglas, muchos protocolos.**

*Si, así es. Yo siempre pasé por mala alumna, aunque yo pasé la universidad sin estudiar, pero pasé por mala alumna porque no hacía las tareas, no respondía bien los exámenes ya que me confundían las preguntas, o sea como todo lo tomas literal, había preguntas que estaban mal estructuradas y me confundía, no me gustaba agarrar un libro y estudiar, entonces me preguntaban cosas específicas y eso no lo habían mencionado de voz... pues reprobaba, reprobaba los exámenes, no entregaba las tareas. Todo ese protocolo.... pues para los maestros yo fui una mala alumna, pero pues en eso yo batallaba, porque yo no ocupaba todo ese protocolo, entonces este fue muy complicado en los trabajos también, es muy complicado, porque hay protocolos, hay cosas que yo realizo tal cual, pero si me la cambian ya es como "bueno" porque no sé, es como muy complicado que me cambien todo de repente.*

## **¿Te acuerdas como fue tu infancia, tu adolescencia, tu época escolar?.**

*Si, por ejemplo mi infancia fue muy aislada, sufría mucho lo que es el bullying, precisamente creo que las personas que tenemos esto sufrimos mucho eso, porque somos "el raro, la rara, la que no se adapta, la que no habla". Yo no he tenido problemas para dialogar con la gente, si puedo ser muy social y contradictoriamente dicen que el autismo no lo es, yo puedo ser muy social, pero una cosa es ser social y la otra es vincularse realmente con la gente, yo no me vinculo con la gente. Entonces en la infancia si tuve muchos problemas, pues con la comida: no aceptaba comer otras cosas; jugaba sola, desde niña fui muy ansiosa, no me gustaban los cambios, en la adolescencia pues todo el proceso hormonal, más eso, más esa situación... pues sinceramente si fue una de las épocas más horribles. Yo el periodo menstrual no lo aceptaba y lloraba todos los días. O sea, era una locura. La verdad si fue algo que marca tu desarrollo, pues esa ansiedad social siempre la tuve desde niña entonces pues entonces la fui arrastrando hasta la adolescencia, en la juventud, y pues todavía (risas)*

## **Y ¿has tenido otros diagnósticos? ¿Aparte de éste al final?**

*Si, tengo ansiedad generalizada, tengo autismo nivel uno con ansiedad generalizada, eso creo, pero ahorita no estoy tomando medicamentos, afortunadamente no requiero ahorita, hace años cuando estaba más joven si me medicaron, tuve un tratamiento de medicamentos para controlar la ansiedad.*

## **Me imagino, bueno las comorbilidades en el autismo son muy comunes la ansiedad, la depresión...**

*Si, así es. La depresión es muy cíclica, yo también padezco depresión. Bueno en ese momento no me diagnosticaron depresión, pero pues yo como psicóloga sé lo que es una depresión y pues... he pasado varios procesos de depresión, afortunadamente no graves, pero sí.*

## **¿Cómo es tu definición de ti misma, tu relación contigo misma, antes y después del diagnóstico?**

*Pues antes era "¿por qué soy así? ¿por qué reacciono de esta manera? ¿por qué no me gusta, por qué no me adapto, qué es lo que pasa? iba a psicólogos, o sea yo la verdad siempre procure tratarme mi salud mental y ningún psicólogo me hacía sentir que daban con el punto, entonces era muy frustrante, muy pesado y yo seguía con la incógnita grandota de "¿qué es lo que me pasa? ¿por qué no soy normal? digámoslo así verdad, "normal". "¿Por qué no me adapto, por qué no me gusta, por qué no hago las cosas como la otra gente?" y pues de eso deriva pues que te sientes mal, te deprimes. Después del diagnóstico, el cambio no ha sido tanto, pero si comprendo el porqué ahora, es como dicen tus otras entrevistadas, si es liberador, porque ya entiendes qué es lo que tienes, qué es lo que pasa contigo y que sabes que hay más gente como tú y eso es lo bonito.*

## **¿Sientes que en el mundo en el que vivimos, de personas neurotípicas, con las reglas sociales, con los protocolos sociales... sientes que es lícito para una mujer autista vivir sin el diagnóstico?**

*Pienso que no, porque si es complicado teniendo el diagnóstico... mucho más cuando no sabes que te pasa, y precisamente sobre todo en tus relaciones personales, porque ya cuando eres adulta pues tus parejas dicen "que tiene esta mujer" y si es una persona, un hombre que no entiende tus espacios, que no te escucha, pues muchas de esas mujeres fracasan o yo leí mucho que somos víctimas de violencia generalmente, porque como tienes tu autoestima muy baja, y a todo dices que sí, y lo que te dicen te lo crees, si te hablan bonito te lo crees, si te agarran la mano dicen "ya soy novia de este hombre", entonces si siento que es muy complicado, porque si tiene suerte la mujer autista y justo consigue un hombre bueno, pues no sufre esas cosas, pero si te toca un hombre que te puede hacer daño, pues es para mal, entonces creo que ese es el peligro de ser una mujer autista. He leído que muchas mujeres autistas son "promiscuas" (risas), pero si se batalla.*

**(risas) Yo no habia escuchado eso.**

*(risas) Pues si, es un dato importante (risas).*

**Lo voy a tener en cuenta (risas). ¿Crees que hubiera sido más fácil tu vida si es que hubieras recibido el diagnóstico al tener la edad de un hombre cuando reciben el diagnóstico, alrededor de los dos años?**

*Si, si. Porque mi familia se hubiera adaptado a rutinas específicas, en la escuela también lo hubieran sabido manejar mejor, bueno alomejor no lo hubieran sabido manejar los maestros (risas), pero ya hubieran sabido que había algo que no me podían tener... fíjate que es curioso porque muchos autistas son padres autistas y sobre protegen mucho a su hijo obviamente, y yo siento que como yo no recibí eso, de alguna manera me obligó a adaptarme al mundo aunque no quisiera, y ya no pasó nada, o sea no, no me morí, o sea si sufrí las consecuencias de situaciones sociales, pero simplemente me deje llevar por el mundo, entonces si hubiera cambiado ese aspecto de rutinas y reglas, pero nada más.*

**Claro, tal vez si es que el mundo estuviera preparado también, para la diferencias, de neurodiversidad..**

*Si, asi es, sí.*

**¿Tu conoces el término "masking" o enmascaramiento?**

*Ajá, si, la puedo describir totalmente.*

**Sientes que esta herramienta, que mucha gente pensaría que es algo bueno porque te puedes relacionar con personas neurotípicas de una forma muy natural, ¿sientes que al mismo tiempo es como un arma de doble filo, porque hace que te pierdas un poco a ti misma?**

*Si totalmente, estas fingiendo, realmente no estás siendo tu, entonces si llegas a casa muy frustrada, cansada, agobiada porque fingiste mucho tiempo... entonces si es algo muy cansado y las personas piensan que si te encanta andar de fiesta en fiesta y recibir miles de llamadas y "donde estás" y así, y dices "qué hice, en qué me metí" (risas) si...*

**Sientes que a pesar del masking, a pesar de que puedes relacionarte con gente, sientes que es difícil para ti mantener las relaciones?**

*Si, 100%. Si una persona no me busca yo no la busco, yo podría vivir sola en una cabaña (risas), ¿por qué? no sé, no sé buscar a la gente, no se invitarla, yo sé que puede ser muy sencillo: "hey, qué vas hacer hoy?", pero para mí eso es como "híjole subir al monte Everest, así como que no puedes" (risas). Y como dato a tu investigación la mujer, lo que hace mucho, es que socialmente quieres ser agradable a los demás, porque sabes que no lo vas hacer si te portas tal cual, la gente te va a rechazar, entonces alomejor las mujeres tenemos más pendiente agradar que los hombres, en el sentido de autismo, porque ellos no... la diferencia de ellos es que no te hablan y no te hablan, y ahí se quedan, y la mujer quiere agradar a los demás para no sentirse rechazada, quiere encajar, entonces encajas pero de una manera muy falsa la verdad.*

**¿Cuales sientes que son, bueno en tu experiencia también como psicóloga, cuales sientes que son las mayores diferencias entre un hombre o una mujer con autismo?**

*Lo social, esa es la gran diferencia, lo social, porque podemos tener mentes muy cerradas, la inflexibilidad, los estereotipos, las rutinas similares, pero el hombre a lo que yo he conocido, el hombre no puede fingir, no puede fingir estar bien en una situación que no le agrada, entonces no sé si es porque su lógica se llena 100% y si así es práctica, y la mujer mezcla las emociones y luego pues nuestras hormonas, todo, yo pienso que tiene que ver con esa parte de que socialmente tengo que ser aceptada, quiero que me quieran, por eso yo pienso que la mujer pasa desapercibida, porque queremos abrazar, queremos que nos abracen algunas personas, entonces el hombre no, el hombre te demuestra "te amo, pero pues con decírtelo me basta" y la mujer no, las mujeres te demostramos el amor, de una manera diferente pero al menos te lo hacemos saber.*

**Que interesante el tema, además de que es un tema que da a mucha conversación ya que es muy grande.**

*Si, es un tema bastante grande y además varia de cada persona.*

**Bueno ya estamos llegando al final de nuestra entrevista, ¿te gustaría comentar algo más?**

*Si claro, pues que te pongan 10! (risas)*

### **Muchas gracias (risas)**

*Si muchas gracias a ti. De hecho, me llamó mucho la atención porque nunca había visto que alguien hiciera entrevistas a mujeres TEA, nunca la verdad, entonces me pareció genial. Te felicito y eso, espero que sigas adelante con este proyecto y por último, comentarte que las mujeres autistas este tenemos muchas dificultades socialmente para aceptarnos a nosotras mismas, entonces sé que mujeres muy activistas en esto, pero nos falta salir a muchas, entonces pues felicidades y muchas gracias por tu entrevista.*

### **Muchas gracias a ti por darme la entrevista y por tu tiempo.**

Conversamos sobre el envío de la tesis luego de la evaluación y hacemos la despedida.

\_Entrevista a Francisca, 33 años. Edad de diagnóstico: 28 años. México.

### **Bueno, por qué no comenzamos contandome algo sobre ti? Así nos vamos conociendo un poco más?**

*Vale, bueno te decía que tengo ahorita 33 años, me diagnosticaron cuando tenía 28, vivo en la ciudad de México, vivo sola, es mejor así (risas). Bueno ahorita estoy empleada en una empresa, obviamente tratando de relacionar muchas cosas que aprendo de mí misma a diario para que no me afecten mucho en el trabajo, algunas veces es bien complicado porque pues todavía tengo algunas temillas que resolver, pero voy en el camino. ¿Qué más? Mi familia, bueno papá, mamá, un hermano, creo que todos sospechan... o sea que cuando me diagnosticaron a mi todo el mundo empezó a sospechar de que ellos también tenían algo pero pues nadie se ha dado el valor de ir a obtener el diagnóstico, nada más los sospechan y nada más lo dicen entre ellos, a veces en tono de broma, a veces también es como... siento que a veces es como para no dejarme sola, entonces como para hacerme parte de algo (risas) no sé qué pensar con ellos, pero es divertido pensar en eso.*

### **Que bueno, me imagino que eso debe crear una especie de burbujita que es muy cómoda también, o no?**

Pues sí, aunque igual hay algunas cosas que todavía siguen siendo un poco raras, incómodas, sobre todo cuando saco mis manías, pero me he dado cuenta que es como algo muy común de nosotros, entonces todos tenemos nuestras manías, a todos nos siguen incomodando entre nosotros, pero nadie dice nada porque no queremos ponernos mal, ya sabes: es divertido.

### **Y ¿Qué manías tienes tú?**

Mm... Bueno para empezar me gusta mucho vestirme siempre como de negro, de colores oscuros; es más práctico para mí, no sé, si se ensucian no se notan tanto entonces es más fácil combinar las cosas, me gustan mucho las botas entonces todo el mundo siempre han intentado hacerme utilizar otro tipo de zapatos pero yo no puedo. No me gusta mucho que toquen mis cosas, me gusta ponerlas en un lugar y encontrarlas en ese mismo lugar donde yo les dejé. Me gusta comer mi comida en cierto orden, primero la sopa, luego el plato fuerte y luego si quiero una tortilla y hasta al final tomo agua. Pero todo el mundo come todo muy revuelto, entonces a veces es raro y no me gusta escucharlos comer porque hace mucho ruido, entonces (risas) siempre estoy como muy alejada, esas son algunas de ellas.

### **Y ¿Cómo iniciaste tu proceso de diagnóstico? ¿Cómo entraste primero a conocer el mundo de autismo?**

Bueno, estudié psicología educativa, esa es mi primer carrera, entonces pues ahí obviamente entré a algunas clases de diagnóstico y demás, y ahí nos dieron nada más lo que era una introducción a lo que es el diagnóstico básico del autismo, como se trataba y cuáles eran las subdivisiones, entonces ya ahí habían muchas cosillas. De ahí de entrada vi que había cierta similitud en lo que definían como una persona autista y lo que yo tenía. Siempre he sido muy callada, siempre aparte de todos los demás pero no le presté mucha atención porque en ese momento estábamos todos como muy estresados, entonces casi todos se comportaban igual. Entonces dije "bueno, a lo mejor no es cosa mía", pero luego comencé a trabajar y ahí todos estos tipos de actitudes se empezaron a repetir de una manera más intensa porque ahora tenía que estar conviviendo todo el día, todos los días con estos compañeros de trabajo y no era nada más como una o dos clases al día y ya, por ratitos y fue hasta como mi tercer trabajo que una de mis jefas me reclamó porque todas ellas entraban a este tipo de llamadas porque estábamos en diferentes estados de México, y todas ellas hablaban, se preguntaban de su familia y se preguntaban de cómo habían amanecido y a mí eso me desesperaba, era "pues es una junta de trabajo, porque no hablan de trabajo" y yo era como muy retraída, entonces ella me dijo una vez que porque no buscaba ayuda, como

para poder encajar con ellas, o sea en lugar de preguntarme si me sentía cómoda o algo ella quería que yo encajara con el equipo, entonces ahí fue cuando... lo curioso es que ni siquiera busqué ayuda para el autismo, fue para tener herramientas de interacción social.

### **¿Para poder interactuar con tu compañera de trabajo?**

Pues sí y con el equipo en general, para saber por ejemplo cómo entablar este tipo de comunicación o estas charlas que a lo mejor no tienen ningún sentido pero que te hacen sentir cómoda con los demás. Y el especialista que me vio en ese momento era un psicólogo y no estoy segura de si notó algo raro o no. Lo importante es que bueno me dijo que a él le gustaría canalizarme con otra persona, me mandó con un psiquiatra que en este caso estaba especializado también en problemas de autismo pero en niños y yo ya estaba muy grande, entonces pues buscó esta persona, como más colaboradores y entre pues pruebas y algunas entrevistas y tal llegaron al diagnóstico y eso fue como en 2016, entonces ahí fue cuando pues empecé con una terapia como más especializada y pues a detectar también muchas cosas, porque además el psiquiatra en un principio me hablaba mucho acerca de que probablemente tenía muchos problemas sociales y muchas cositas que todavía sigo arrastrando, pero en ese momento me había detectado un problema de ansiedad generalizada y depresión, entonces pues también empezó con un tratamiento similar para eso, y pues ahí seguí con ese tratamiento un rato, ahí se fueron controlando algunas cosas, voy aprendiendo también de cómo decir, cómo comportarme y ahí fui aprendiendo también cómo entender cuando estaba a punto de una crisis, como manejar ciertos estímulos porque todavía a veces me cuesta trabajo estar entre muchas personas o en un ambiente con mucho ruido, me pongo muy tensa, entonces me dio muchos tips y me daba mucha ayuda para eso. Bueno ahí fue cuando empecé a trabajarlo y bueno todavía me cuesta trabajo pero ya se algunos trucos.

### **¿Como crees que han sido estos cuatro años desde que te diagnosticaron hasta ahora?**

Ha sido difícil, porque en inicio tienes que aceptar el diagnóstico, te lo dicen y no... bueno en mi caso no fue solo una persona, fueron tres especialistas diferentes, el psicólogo y los otros dos psiquiatras que trabajaron juntos conmigo. Entonces aceptarlo sí es un alivio, pero también es complicado porque además me dieron muchos textos para que yo supiera, para que entendiera supuestamente mejor, pero muchos de esos nos calificaban como discapacitados. Yo no me siento discapacitada, entonces el pensar que otras personas me podían ver diferente o me pudieran ver raro, porque ahora yo llegaba y era básicamente la carta de presentación, porque el tema de la charla de la familia era "ay

ya se enteraron que le dieron su diagnóstico? y es autista" y no sé, entonces pues era raro entrar ahora a una reunión familiar y que todos me preguntaran "Y ¿Qué se siente ser...?" "pues... no sé, no sé qué se siente", entonces lidiar con eso, ahí entendí, ahí me llegó un meltdown y pues ahí supe que eran los meltdown, lidié con mucha depresión y con muchos altibajos, en esos momentos fue extraño. Y bueno ahorita ha mejorado, yo creo que de un año y medio para acá ha mejorado, porque en lugar de centrarme en todas las cosas que son diferentes y que no puedo como encajar con las personas normales, ahora me estoy fijando en qué cosas puedo hacer, que a pesar de que son diferentes, son de provecho, como para el trabajo, para la vida. O sea si me costó, me ha costado dos años y pico de terapia para llegar a ese punto, para poder conciliar un poco entre la concepción que tenía antes y lo que estoy encontrando ahora, pero si siento que más o menos voy por un buen camino, ya no me cuesta tanto el levantarme después de un mes después de un melt down, o después de una crisis.

### **Ha sido todo un proceso de conocimiento entonces.**

Si... y es que además cambian muchas cosas, porque es como el antes y el después, antes yo pensaba que era una persona y muchas me decían que era como ¿cómo se dice esto? ay se me olvidó el nombre, pero bueno que son personas muy raras, pero raras por decisión, no me acuerdo como se dice, pero justo cuando me dan el diagnóstico, tengo que aceptar que no es algo que yo haya elegido, me sentía muy orgullosa de decir "ah sí, yo lo elegí, yo soy así porque yo quiero" y después saber que no, que es algo que tengo interno y que no lo elijo yo, y que muchas veces no lo controlo yo, y ahora tener esta cosa nueva que tienes que aprender a manejar y que tienes que integrar en la vida normal pues y sí es bien raro... ¡excéntrico! ya me acordé, les dicen excéntricos, yo me consideraba muy excéntrica Y yo decía "ay sí, qué excéntrica soy" y era muy feliz con eso, y después decir "ay no, pues hígole, es que tenía Asperger, perdón". Entonces fue raro ese cambio, tener que ver las cosas desde otra perspectiva.

### **También puede ser excéntrica y al mismo tiempo ser Asperger. Puedes ser las dos.**

(risas) pues sí, yo creo que sigo siendo considerada así, a pesar de que ya sé que son cosas que... Por ejemplo en la ropa, la ropa tiene que ser de cierta manera, y de cierta textura porque sino no la uso, no la uso nunca. Y todo el mundo decía "ay, es que por eso es excéntrica" y yo ahora ya entiendo que es por el roce con la piel, por los olores, o cualquier cosa. Es diferente y ahora digo "sí, me diagnosticaron con Asperger, pero pues quiero recuperar esas cosillas, que en ese entonces todo el mundo pensaba que me hacían rara" entonces es algo divertido, se ha hecho algo divertido.

**Bueno, yo creo que también es parte de tu personalidad. ¿Cómo crees que cambió la definición, la relación que tienes contigo misma antes y después del diagnóstico?**

Uf... mm... antes había muchas cosas que no lograba entender, por ejemplo justo eso de la ropa si vamos a la ropa, mi mamá me regalaba muchas cosas que "mira el colorcito, mira la tela, se siente bonita, se te va a ver bien" y cada vez yo sentía qué tenía que volver a ponerme la misma playera, o el mismo pantalón que a mí me gusta. Entonces el sentir que la desilusionada, o la decepcionada por no usar las cosas que ella quería era raro, y ahora que lo entendemos las dos, que no era que porque yo no quisiera, era porque no lo aguantaba durante mucho tiempo, porque me hacía sentir muy incómoda, ahora es ella la que dice "ay mira, esta playera probablemente te guste", entonces el encontrar ese tipo de equilibrio o el saber más bien cómo explicarle a las demás personas, ha sido también... ha facilitado un poco la relación que tengo. Entonces, siento que ha ayudado también a entenderme mucho, porque por ejemplo cuando este tipo de crisis llega al punto en el que me costaba tanto levantarme de la cama, me costaba tanto trabajo el poder expresar el por qué estaba tan mal, y ni yo misma sabía ¿cómo decirle a los demás que me dejaran en paz? Y ahora es algo un poco más sencillo, sigue siendo un tema... Un punto crocante en cualquier conversación pero de todas formas hay la manera ahora de explicarles porque no estoy en la mejor sintonía con la reuniones, o para la familia o con la comunicación. Entonces sí, sí me ha ayudado, aunque no niego que en algún punto eso de sentirme rara en mi propia cabeza, y bueno el diagnóstico me hizo entender porqué esa cosa rara estaba ahí. Me hizo sentir un poco enojada, me hizo sentir un poco triste, me hizo preguntarme "¿porqué yo? ¿Por qué yo tenía que ser así? ¿Por qué no podía ser alguien más normal o que encajara bien? ¿Por qué me había tocado, no?". Entonces, me relajé un poco, mucho de hecho, me relajé mucho, me deje de culpar a mí misma, dejé de culpar a mis papás porque en mi cabeza esta cosa era como un monstruo o algo así, entonces también se dejó de lado esa tensión que teníamos entre los dos, bueno entre todos, ¿no?. Me siento bien ahora, bueno, mucho mejor de lo que estaba en ese entonces.

**qué bueno, y es un proceso en el que si ahora te sientes mejor, después te vas a sentir aún mejor.**

Pues sí, de hecho yo creo que desde que había iniciado la adolescencia no me había sentido tan relajada conmigo misma, o sea comparado con lo que tengo ahora y con lo que tenía antes, y todas las cosas que viví, no me había sentido tan bien conmigo.

## **¿Cómo fue tu infancia, tu adolescencia, tu época escolar?.**

Pues, fueron épocas muy complicadas, porque sabes yo siempre fui como la niña rara. La niña rara, que no le gustaban las muñecas, a mi me gustaban mucho los dinosaurios, entonces yo me sabía los nombres de los dinosaurios, las épocas en las que vivieron, los lugares en que encontraron los fósiles, y yo quería ser paleontóloga, y todas las niñas que yo conocía querían peinarse el cabello y querían trabajar en una estética y ponerse tacones y yo no las entendía. Entonces siempre me alejaba de las niñas, mis mejores amigos siempre fueron niños y pues siempre ellos estaban jugando fútbol, y como yo no me atrevía, siempre usé lentes, entonces como yo no me atrevía a jugar con ellos normalmente siempre estaba muy sola. Si nos íbamos a sentar algún lado, comemos juntos y después ellos ya se iban a jugar y yo me quedaba sola o iba a la biblioteca, entonces siempre fue como una infancia muy solitaria pero también me dio mucho tiempo para aprender y investigar las cosas que a mi me gustaban, nunca faltaba el tiempo para ir a la biblioteca, para leerme un libro, para ver un documental en la tele, entonces por eso siempre llegaba yo a cualquier grupo... y es como cómico, podría verse como una película de Hollywood, los marginados eran mi círculo de amigos, los niños esos raros, los que hacen voces, los que nadie quiere porque caminan raro, porque están gorditos o qué sé yo, yo con ellos me juntaba porque me sentía cómoda, era como que lo raro en mí, que tal vez no se podía ver, se combinaba con lo raro en ellos, lo que me podrían compartir o lo que me podían decir, entonces siempre estaba con ellos y era un círculo bien pequeño de personas, 3 a 4 personas con las que yo me juntaba y pues todas las demás en su rollo, y si era... pues a veces sí me llegué a preguntar a mi misma "¿Por qué a mí no me hacen una fiesta de cumpleaños para que todo el mundo vaya?" y la única vez que me invitaron a una fiesta de cumpleaños terminé llorando porque había mucho ruido y hasta estalló un globo junto a mí, entonces pues no me sentía cómoda, entonces ese tipo de cosas que no entendía en ese entonces me hicieron una persona muy muy solitaria. Yo misma, no porque los demás lo hicieran, sino que yo misma me echaba a un lado, para no tener que lidiar con pláticas que no me interesaban, para no tener que lidiar con gritos o con música que no me gustaba, o con cualquier tema que no me hiciera sentir cómoda. Entonces siempre he sido así, bueno y hasta el momento lo soy pero ahora ya entendí que hay ciertas cosas que tengo que hacer para tener una buena relación con otras personas, en ese entonces no le tomaba interés.

## **Como las reglas sociales y los protocolos.**

Ajá, sí, lo que me sigue costando mucho trabajo es por ejemplo, sabes que normalmente llega una persona y a te dice "Hola, ¿cómo estás?" y esperan que les digas una respuesta, pero pues todo el mundo dice "bien", y tú puedes ver que no están bien,

porque pues te lo acaban de decir, o porque se ven diferente que ayer, bueno no sé, todavía me cuesta mucho trabajo el lenguaje corporal, bueno yo si muevo mucho las manos, pero veo a las otras personas y me cuesta mucho trabajo, y además los gestos de la cara, los rostros de las otras personas son raros para mi, entonces no veo cuando están enojados o... o sea tengo que hacer yo el gesto para saber qué le pasa. Si está enojado, yo tengo que fruncir el ceño para saber que están enojados, o están tristes y tengo que levantar las cejas o tengo que imitarlos para saber lo que sucede. Pero por ejemplo ahora, tengo que entender que cuando te preguntan no necesariamente es porque quieran saber, sino que es la forma de introducirse a una plática, entonces ya sé que tengo que decir "ah, estoy bien, gracias" (risas) aunque no lo esté, aunque por mi mente esté pasando cualquier otro tipo de respuesta es "ah sí, gracias, estoy bien" y ahí ya es un "¿qué necesitas?" o "¿en qué te puedo ayudar?" entonces esas son cosas que antes no las entendía y ahora ya las aplico.

### **Claro que sí, y volviendo al tema de tu infancia y la adolescencia... ¿En algún momento sufriste bullying?**

Mm... sí. Sí mucho, porque era como un cúmulo de cosas, era la niña rara que se sentaba siempre sola, y que comía sola y siempre se la pasaba leyendo libros y además tenía lentes y además era muy flaca, muy muy flaca, entonces por cualquier cosa, estando en el salón me molestaban, estando afuera en el receso me molestaban, mis propios primos y todo, me hacían a un lado y me molestaban, entonces si hubieron muchos momentos en los que me sentía muy mal, pero me acuerdo que eso me hacía preguntarme "Bueno y ¿qué voy a hacer para me dejen de molestar?", entonces me volví pelionera, me volteaba contra los niños y niñas que me estaban molestando y los empujaba, y nunca les dije groserías, yo no decía groserías en ese entonces pero si los empujaba y les daba patadas (risas). Y bueno yo siempre estaba en el cuadro de honor y siempre he sido muy buena estudiante, siempre participaba, entonces nadie les creía cuando ellos iban y les decían a los profesores que yo los había empujado y los había tirado, porque muchas veces los tiré, yo no medía mis fuerzas y los empujaba y los tiraba, ellos quedaban llorando y se quejaban pero nadie les creía, porque yo era niña buena (risas) entonces claro me molestaban pero yo no lloraba, yo no iba a los profesores, mi propia idea de defenderse no era ir a llorarle a los adultos, era hacer algo en el momento, entonces si ellos me molestaban pero yo respondía y era algo que ellos no se esperaban, entonces todos estaban sorprendidos de que "ay ¿por que me pegó?" pero nadie les creía. Aunque me avergüenza decirlo y es gracioso ahora, pero si, siempre me salí con la mía en ese momento. (risas)

**(risas) Te imagino dándole empujones a los niños**

*Si (risas) es que yo era muy ruda, ¿sabes?, yo tengo un hermano y tengo dos primos, ellos son con los que viví, tengo muchos más primos pero ellos son los primos de mi edad, y cuando creces con niños tienes que aprender a defenderte, porque ellos juegan pesado, entonces si te empujan o te dan una patada o te dan un golpe tú tienes que devolver el golpe, porque si te ven llorando se vuelcan los tres sobre ti. Entonces yo aprendí que como veíamos las luchas mexicanas, teníamos todas nuestras máscaras y yo le entraba igual a las patadas y le entraba también a los golpes y cuando llegaban los niños de la escuela, ellos no sabían que yo era aficionada a las luchas, pues **todo el mundo pensaba que me podía hacer cosas**, pero nunca se imaginaban que yo les iba a regresar el golpe, que iba a reaccionar de esa manera violenta en ese momento, entonces me veían flacucha, con mis lentecitos, con mis librecitos en el parque y todo, entonces cuando yo me levantaba y los empujaba y además los remataba, estando ya tirados les daba una patada -y me iba corriendo, eso sí-, pues todo el mundo estaba sorprendido y entre el miedo, la rabia y no sé, la frustración, se ponían a llorar y era muy gracioso, o sea si me siento mal pero también era gracioso pensar que pues no pudieron contra mi, no?*

### **¿Qué piensas de las relaciones sociales entre personas neurotípicas?**

*Fíjate que he visto que en el mundo del Asperger si tienen esa barrera, entre los que son neurotípicos y los que son asperger o algún TEA, pero yo no lo veo así, yo sé que lo tengo pero siempre he pensado, y bueno ahora más, que si me empiezo a poner barreras para algo entonces no voy a llegar a donde quiero, eso lo he visto justo en el trabajo, en la vida escolar, en la vida personal, entonces cuando trato de establecer relaciones sociales con otras personas, **normalmente hay alguien que dice "ten cuidado con esa persona, porque es tal o cual, o porque se puede aprovechar de ti o algo así"**, y muchos ponen justo esa barrera, esos prejuicios para no acercarse a los demás, entonces siento que es contra lo que yo he luchado siempre, que es la soledad, si yo misma me pongo esas barreras de que "ay no, no te voy a hablar porque eres neurotípico, yo solo le hablo a aspergers, no?" entonces yo misma estoy creando mi propia burbuja, muchos se quejan de que están en esa burbuja pero no se dan cuenta de qué sucede, se ponen en el papel de víctimas y no se dan cuenta de que tal vez también hicieron algo. Entonces si, no lo niego, **me cuesta mucho trabajo, es muy complicado el acercarme a una persona, a pesar de que me parezca la persona más interesante del mundo**, y no porque sea interesante físicamente, sino porque hay algo que me llamó la atención, tal vez fue su manera de hablar o en su manera de vestir hay algo que me llamó la atención, me cuesta mucho trabajo y normalmente, y siempre me ha pasado que yo creo que tengo suerte, son las otras personas, y normalmente alguien*

muy amigüero, que llega y se acerca a mí y entonces esa persona entabla una relación conmigo, entonces yo empiezo a fortalecer esa relación y entonces esa persona me empieza a llevar con las demás personas. Entonces, hay gente con la que no, simplemente no me puedo llevar bien porque siguen este tipo de charlas muy superficiales de chismes y a mí eso no me llama la atención, y hay otras personas con las que puedo hablar de muchas cosas, puedo hablar de, no sé, una película o de un libro, o puedo hablar de la familia y sé que hay ciertas líneas que puedo seguir en esa conversación, entonces aprovecho cuando tengo este contacto con estas personas para liberar esa parte social que se necesita, y no porque yo estrictamente la necesite, o sea yo vivo sola, no me hace falta nada, o puedo hacer mis cosas y todo, pero hay algunas veces en que... ¿cómo explicarlo?... los demás necesitan ese intercambio, entonces yo estoy abierta a tenerlo.

### **Entonces por lo que veo no te es difícil el mantener una relación**

Mm... no, en realidad digo, no soy la típica persona que está encima de los otros y les manda mensajitos todos los días y les pregunta cómo están o a algo así, pero sí tengo amigos y amigas que me de vez en cuando nos mandamos un mensaje, que muy de vez en cuando nos vemos, pero la pasamos bien, como que es el clásico ponernos al día, no?, "fíjate que me ha pasado esto, he tenido aquello", cosillas así y luego ya seguimos con otro tipo de plática. Entonces, yo creo que tengo relaciones de amistad de hace más de 15 años, son personas que conocí cuando estaba en el bachiller, entonces todo el mundo al salir de las escuelas o del bachiller o lo que sea, ya se dejan de ver, no?, pero yo creo que con ellos siempre es lo mismo, son ese tipo de personas que extrañas, cuando nos llegamos a ver o comunicar es provechoso para todos, intercambiamos cosas que nos han pasado y sobre todo intercambiamos música porque justo esas amistades que son de largo plazo siempre intercambiamos música, y son con los que he tenido una relación más estable a lo largo de los años.

### **¿Hay algo que te cueste de las relaciones sociales, o algo que no entiendas?**

Mm... sí, cuando hay una discusión, y no de manera negativa, sino una discusión x, en la que yo pongo un punto sobre la mesa en la que yo sé que tengo razón y estoy tratando de defender ese punto, no entiendo cuando es suficiente, siempre todos los demás llegan a ese punto en el que "bueno...", y lo he escuchado por lo que lo tengo muy internalizado, es "bueno sí, pero entonces vamos a continuar, no?" y yo "¡pero es que por qué no funciona esto como yo lo dije?!" y vuelvo siempre a lo mismo y a lo mismo, entonces no entiendo todavía cuando ya; cuando ya se acabó la discusión sobre eso. Em... hay otro que ahorita en pandemia no se practica mucho pero no entiendo cuando a

las personas les da por llegar y decirte "hola, ¿cómo has estado?" y te están tocando, o sea, no entiendo porque tienen esa necesidad de tocarte y de abrazarte y besarte, y de tenerte así entre los brazos, "y bueno sí, yo estoy bien gracias, pero hazte para allá", entonces cuando les digo que estoy bien y me hago a un lado o algo así, todo el mundo se pone raro "¿No quieres que te abrace?" y no sé qué decirles, "no es que no quiera, es algo raro" pero no sé cómo explicárselo, porque obviamente no a todo el mundo les voy diciendo que el asperger y éste, no?. Entonces cuando llegan y hacen eso es bien incomodo para mí, entonces todo mundo espera también que cuando te saludan "hola!" (con un tono muy animado), tú le respondas con la misma musicalidad y yo solo les respondo como "sí, hola" (con todo neutral), es muy lo mío y todo el mundo espera que les responda de la misma manera y no lo hago, pero pues es porque todo el mundo lo hace de la misma manera pero yo no puedo, no lo entiendo. No sé cuál es la diferencia entre que les diga "hola" en diferentes tonos de voz, entonces son esas cosas.

Hay otra cosa, pero de esto solo se dan cuenta mis amistades, mis más allegados, y es cuando alguien está triste y quiere desahogarse, siempre llegan y te dicen "ay, me pasó algo" y a mí me cuesta trabajo ver si están enojados, tristes o alegres, entonces es nada más "ah, ok" y los dejo que me sigan contando, pero cuando están tristes o están enojados siempre buscan que alguien contenga esas emociones, buscan un abrazo o que los voltees a ver y les digas "te entiendo" pero hay muchas veces que yo no entiendo (risas) porque se enojaron, entonces no sé qué hacer con esas personas que se acercan a mí para decirme cosas y entonces de mí solo obtienen como un espacio para hablar y desahogarse y ya, pero no les digo nada, no sé qué decir. Creo que sólo sé qué decir cuando lo que les está pasando a estas personas ya me pasó o ya lo viví, porque cuando no me ha pasado no sé qué pensaría yo estando en esa situación, entonces no sé qué esperan ellos que yo haga por ellos, eso es lo que me cuesta trabajo.

### **¿Tú conoces hombres que sean autistas? Si es así, ¿ves algunas diferencias entre ellos y las mujeres autistas?**

Conocí a un chico en la universidad, pero como en ese entonces no estaba muy centrada en ver, no estaba ni siquiera en este proceso de autodescubrimiento con lo mío, entonces sí te podría decir que yo lo sentía raro, era hasta cierto sentido tosco de manera física, con todos los demás. Yo sé que cuando estoy hablando con otras personas normalmente estoy viendo a otros lados, es algo normal en mí, pero él tenía su mirada fija en un lado, te estaba escuchando pero solo estaba viendo hacia un lado, y era raro hablar con él, o sea yo a veces puedo hablar con 2 o 3 personas a la vez o a veces puedo hablar con 1, pero trato de por lo menos enfocarlo un momento y luego ya seguir con lo mío, si enfoco mucho tiempo a esa persona pierdo el hilo de lo que estoy hablando, pero sé que el contacto visual es importante, y este chico lo dejaba de lado, él

estaba en lo suyo y sabías que te estaba escuchando porque te respondía, pero no estabas muy segura de que te estuviera entendiendo, sabes?, eso era lo que me decían mis compañeros, a mi me daba igual pero ellos se sentían incómodos, me decían "ay, es que es muy raro, ve a decirle tú" y como yo no tengo ese tapujo yo iba y le decía "oye es que necesitamos esto" y él "ah sí, toma" (hace gesto de mirar a un punto lejano) y yo me iba, y mis compañeros se sentían incómodos cuando él hacía eso, esas son las únicas diferencias que recuerdo en este momento, más a fondo no lo llegué a conocer, no he tratado en mi vida adulta con personas que tengan algún tipo de trastorno autista, salvo la broma de mi familia pero en serio no. Sé que él lo decía abiertamente, y también sé que a él le gustaba frotar su mano contra la mesa, y siempre estaba haciendo eso y siempre esquivaba a todas las personas y nunca he conocido a nadie más, yo no sé lo que hago, yo lo hago pero es inconsciente.

**Se suele decir que la mayor diferencia entre géneros es el masking y eso provoca que sean más difíciles de diagnosticar.**

Yo no sé si fue así para mí, el hecho de poder camuflarse tan bien, te digo que siempre he sido como muy rara, entonces no encajaba cuando las niñas querían jugar o cuando las niñas querían hablar o escuchar música, y yo me cansaba, si lo intenté pero me cansaba mucho, el tener que fingir que me gustaban las cosas que a ellas les gustaban, entonces si lo vemos por ese lado, en realidad yo no estaría o no encajaría en lo que se espera de una mujer autista o lo que hace una mujer autista o por lo que es tan difícil detectarlas. Realmente seamos sinceros, si yo hubiera tenido las herramientas o el conocimiento o los contactos que tengo ahora, hubiera sido mucho más sencillo detectarme a mí, pero no hay mucha investigación, siempre dicen que son más los niños que las niñas, entonces siempre buscan más autistas niños y nadie voltea a ver a las niñas aunque seamos tan evidentes como lo somos, porque siento muy honesta yo soy muy evidente, yo si hago mucho stimming, esto de las manos es mi stimming, tengo mis propias manías, yo soy más parecido a lo que se esperaría de un niño autista, pero soy una niña (risas). Al final no he conocido a otra mujer que esté en el espectro y que yo pueda decir "ah, bueno, si es más sencillo para ti hacer las cosas porque te camuflas", pero no conozco a nadie, solo sé cómo es conmigo, pero con otras personas no.

**¿Tú crees que hubiera sido más fácil tu vida si hubieras recibido tu diagnóstico alrededor de los 2 años más o menos?**

Yo creo que hubiera facilitado algunas cosas, por ejemplo hubiera redireccionado cosas, tal vez en cuanto a lo académico, tal vez en cuanto al tipo de seguimiento o de herramientas, incluso en cuanto al tratamiento de la depresión, porque es algo que me

*sigue, no?, yo me acuerdo que la primera vez que yo tuve algo relacionado con la depresión fue aproximadamente alrededor de los 9 años. Entonces si yo hubiera tenido algún tipo de seguimiento, desde ese momento hubiera tenido algún tipo de tratamiento relacionado con ese tema de la depresión, tal vez no hubiera desarrollado la ansiedad al nivel que la tengo ahora, porque es algo que a veces sí me cuesta trabajo controlar, pero en todo lo demás yo creo que no hubiera sido distinto, de todas formas yo siempre fui una persona bastante obsesiva con mis cosas, bastante solitaria, me es más fácil pensar cuando estoy a solas, me es más fácil llegar a una solución o conclusión cuando estoy sola, más que trabajando en equipo, porque normalmente cuando es trabajo en equipo me llueven las ideas y entonces no puedo aplacar los pensamientos que tengo, entonces yo creo que todo lo demás, todo lo que a actitudes concierne, hubiera seguido igual.*

**Ya ok, entonces esto me lleva a la siguiente pregunta: ¿Crees que es lícito para una mujer autista vivir en el mundo en el que vivimos sin el diagnóstico?**

*Mm... esa es una pregunta difícil. No es fácil porque tienes que enfrentarte a muchas cosas que tú de ti misma no entiendes, por qué te pone tan triste tal o cual situación, por qué te aturde el sonido que está allá y que a todo el resto de personas no les molesta, no? es algo difícil de entender y también difícil de explicar, y yo creo que no solo para las mujeres, para cualquier persona estando en el espectro sería igualmente complicado, lo que sí es difícil por ejemplo, pasando a la segunda parte de la pregunta, estando sin diagnosticar ¿Cómo realmente entiendes, o cómo reaccionas, o cómo te tratas a ti misma cuando no tienes ese diagnóstico? porque por lo general yo me castigaba mucho, me castigué mucho porque yo no aguantaba las fiestas o por que yo no quería ir a donde estaban tantas personas, y me obligaba a mi misma a ir, entonces sin tener las herramientas o sin tener la justificación para sentirte cómoda y decir "bueno no tengo que obligarme, no tengo que hacerlo porque alguien más quiere" si yo tuviera ese poder -porque es un poder al final, la información es un poder-, si yo hubiera tenido ese poder no hubiera quedado tan fastidiada de las relaciones interpersonales como lo estaba hace algún tiempo. Entonces sí es complicado, yo creo que una de las cosas que más me hubiera gustado es eso, tener acceso a información y haber tenido acceso a un diagnóstico temprano, para no haber tenido que arrastrar tantas de las cosas, y que son tristes, que todavía tengo hasta ahora, entonces en todo caso si me hubiera gustado tener todo ese acceso a todas esas cosas que tengo ahora, es como desbloquear, sabes? una parte de tu cerebro.*

**Si, y tuviste que esperar hasta los 28 años para poder conocer todo esto, para poder liberarte y decir "bueno ya no me voy a preocupar mas de esto porque pasa por ésto"**

*Tal vez no tanto como liberarme pero para abrir la puerta, para darme acceso a lo que estaba atrás de esa puerta, para encontrarme. Siempre catalogo mi cabeza como una biblioteca gigante, y esta era la sección prohibida como de Harry Potter, ésta era la sección prohibida, a la que no podías entrar a menos que tuvieras la llave, y la llave fue justo eso, entonces abrir esa puerta y entonces entrar y ver todos estos libros, empezar a leerlos y ahora tener todos estos datos que antes no tenías y que ahora puedes encajar con la información que tenías fuera de esa puerta, si ha sido complicado, porque al final es una especie de rompecabezas, pero también ha sido interesante, ver porque encajan de ésta manera, porque ahora funcionan y antes no. Si yo hubiera tenido ese acceso hace 15 años hubiera sido increíble, pero pues bueno, me demoré mucho, pero si me hubiera gustado.*

**¿Cómo crees que hubiera seguido tu vida si no te hubieras enterado a los 28 años que eras autista?**

*Uff... yo creo que hubiera seguido sin entender el por qué tanta depresión o por qué sigo siempre pensando, la ansiedad siempre me lleva a pensar cuales son los peores escenarios, entonces el estar atada a lo malo que puede suceder es como una atadura, me consume mucha energía pensar en todo lo malo que podría suceder, pero ahora tengo un tope, tengo un límite, o sea "ya llegaste a donde no tenías que llegar, así que cálmate y haz las cosas diferentes, respira" pero si yo hubiera seguido como estaba, yo creo que ahorita tendría... para empezar tendrís una relación amorosa mala, porque también eso es algo que cambié en ese entonces, tendría muchos problemas, mucha inestabilidad en lo laboral y lo escolar. Hubiera tenido muchos problemas también con la familia, porque el seguir siendo tan cerrada, y el seguir estando tan aislada, sola conmigo y enojada conmigo misma, porque el no entenderme me llevaba a enojarme y a el enojarme me llevaba a no entenderme, entonces era como un círculo vicioso, entonces seguiría estando ahí, a veces todavía me tropiezo y vuelvo, pero ya sé cómo salir; sin tener esa salida yo creo que estaría muy muy mal comparada con lo que soy ahora. No lo había pensado, realmente no lo había pensado.*

**¿Cómo fue tu relación?**

*(respira de manera profunda) Muy abusiva, era una relación... siempre tuve muchos problemas de autoestima por lo mismo, porque no encajaba, siempre me sentía rara,*

fea, bla bla bla, y entonces todas esas cosas negativas que puedes encontrar en una persona pues yo las tenía, según yo, según mi percepción de mí misma, entonces deje que esta persona se aprovechara de eso, él me controlaba mucho, era muy manipulador en ese aspecto, siempre se aprovechaba de que me sentía así, siempre me decía que nadie me iba a querer, porque yo era muy rara porque él era el único que me quería y era él único que estaba ahí para mí, y que si yo lo dejaba yo iba a volver a ser como esa bolsa de basura tirada que él recogió en la calle alguna vez, algo así. Entonces dejé muchas cosas de lado, dejé de hacer muchas cosas que me gustaban, dejé de disfrutar, incluso me enojaba pensar que si yo hacía alguna cosa que a mí me gustaba él se podía enojar, me preocupaba más bien. Por ejemplo a él no le gustaba que me vistiera mucho de negro o que usara mis botas, él prefería verme más femenina, entonces yo con tal de que él estuviera bien conmigo yo hacía esas cosas, entonces era una relación muy abusiva, muy enferma. Y cuando entendí que pues realmente no tenía que estar así nada más por querer encajar, por querer ser parte de lo que era normal, de lo que era aceptable, pues obviamente todo eso se terminó, él ya no tuvo el control sobre mí, y yo hubiera seguido ahí, o sea ya después de tantos años yo seguiría ahí. No me imagino como estaría ahorita, o sea, sé que mal, pero no me imagino qué tan mal.

**Wow, que poderoso el hecho de saber que eres autista en este momento.**

Si, si te digo que me dio mucha fuerza, me abrió muchas puertas, hacia mi misma, hacia la familia, hacía muchas cosas que antes no me hubiera atrevido entonces sí fue muy liberador en ese entonces, recibir todo eso y recibir sobretodo el apoyo, porque a veces la familia... bueno en mi familia se hacía a un lado porque no entendían como, pero me decían "ve con el especialista, él sabe que necesitas, él sabe qué hacer contigo" entonces de repente vienen y me preguntan "¿Y ahora qué te dijo?", entonces ellos siguen también las instrucciones de lo que me dijo el especialista, no?, entonces es esa cuestión de traerles información también, y de que ellos estén ahí, sí tenemos nuestros problemas y tenemos nuestras cosas que resolver, pero por lo menos por ese lado están como al pendiente.

**¿Sientes que el apoyo familiar es algo muy importante?**

Si, si es, en mi caso sí puedo decir que sí es algo muy importante pero no lo más importante, lo más importante para mí fue darme el valor de... a pesar de que el primer psicólogo con el que asistí me dijo "tienes que ir con un especialista porque probablemente esto es algo más", el tomar esa acción por mí misma y decir "bueno, voy a ir acá para ver qué sucede", eso fue lo más importante en ese momento, el no quedarme a medias, porque si no hubiera tomado esa sugerencia no hubiera llegado al

punto del autoconocimiento, del diagnóstico y todo. Entonces sí, lo más importante fue decidirme.

**Bueno, estamos llegando al final de la entrevista, te gustaría compartir algo más?**

*Eh bueno, es que esta es la primera vez que lo cuento así fuera del círculo familiar y del círculo de especialistas que conozco, yo creo que solo las personas como más allegadas saben que tengo algo, pero no les digo qué es ese algo, solo que es algo raro y ya, entonces estaba nerviosa de entrar a la entrevista, estaba muy nerviosa, porque no sabía de qué iba a tratar o que tipo de preguntas iba a hacer pero también me hizo pensar y reflexionar en algunas otras cosas que no hubiera... pues que nunca me hubieran pasado por la cabeza, que en el mundo alterno donde no tengo el diagnóstico ¿cómo estaría? y esas cosas, y ahora supongo que voy a pensar en eso mucho tiempo (risas). Y bueno nada más que me da curiosidad saber si cuando termines toda esta investigación que estás haciendo, si nos podrías compartir información, porque también sería interesante saber la perspectiva de otras personas, cómo te digo yo no conozco muchas personas, salvo en el grupo y salvo de lo que alguna vez me dice el psicólogo, que tiene también a otras personas que están en el espectro, y así no conozco a nadie más, entonces me gustaría saber de otras personas.*

**Si claro, de hecho es algo que hemos conversado con todas las participantes...**

(se continúa hablando del envío de la investigación, se agradece la participación y hace la despedida)

*\_Alison, 36 años. Edad de diagnóstico: 36 años. Chile.*

*Ahora en la actualidad me dedico a hacer dulces, tengo una boutique de dulces decorados y tengo títulos también; "técnico de prevención de riesgos" del ministerio de salud, saqué "cocina internacional" también, ese fué el primero y de ahí estudié muchas cosas... pero después del diagnóstico es como que todo cambió, ya no me sirven... porque me sentía super mal en cualquier trabajo, la parte profesional nunca la pude desarrollar bien, siempre tuve problemas con eso, con las personas. Además tengo déficit atencional, así que probablemente eso también influía mucho en mis labores.*

**Eso significa que pudiste ejercer mucho tiempo pero no ejercer las carreras.**

Claro, siempre como independiente me ha ido bien, desde antes de estudiar, cuando era más joven yo vendía hasta las piedras; se me ocurría un negocio, compraba las cosas y las vendía en ferias o en cualquier parte, en internet o a conocidos... no sé qué más quieres saber...

**Ya pero entonces el tema de los trabajos no te funcionó mucho.**

No, no me funcionó para nada en realidad, es que mira: lo primero que estudié fue cocina, como en el 2009, me titulé y probé en varios trabajos, trabajé en casinos, pubs, restaurantes, en mineras y si siempre había algo que no me permitía disfrutar ese trabajo, que por lo general era la relación con las personas... eso de "ser tolerante", o que me manden -me carga que me manden- tengo problemas con la autoridad entonces no me gustaba, no me gustaba la forma en la que me trataban... y eso me pasó en cocina, después en prevención también me pasó... con una compañera... como que no lograba entender el mundo de ella con el mío.

**Y ¿Cómo fue tu proceso de diagnóstico? ¿Cómo es que llegaste al mundo del autismo? A pensarlo siquiera.**

Mira el año pasado como que me puse a investigar porque uno como que... incluso a mi edad, se pregunta... sobre todo nosotras las autistas que no nos damos cuenta que somos autistas, cachai? Es como que andas buscando constantemente tu identidad. Y ya, como que había escuchado harto de eso y comencé a buscar información, hice unos test online y claro... apuntaba mucho al TEA, pero no a todo... porque siempre he estado con psiquiatras... he pasado por muchos psiquiatras... por muchos tratamientos con medicamentos y como que los diagnósticos siempre fueron mula po, me decían que tenía depresión, por la edad... o por cualquier cosa, y mis papás tampoco se dieron cuenta, es que no tenían por qué cachai? Y bueno, he tenido hartos problemas, con el papá de mi hija sobretodo y me empecé a deprimir a un nivel extremo, después vino la pandemia, me quedé cesante... me puse a trabajar en el tema de los dulces porque soy cocinera así que le pego a eso... me empezó a ir bien y todo, pero ya en un punto no pude más y dije "ya, voy a tener que hacer terapia" y busqué una psicóloga acá en Antofagasta y la niña sabe igual de autismo, empezamos como en Abril. Y bueno después de unos dos meses de terapia ella me dijo "sabes que? yo sé que tienes hartos problemas y todo pero yo te quería recomendar que leyeras algo sobre la teoría de la mente" o algo así, no me acuerdo muy bien del nombre... ya y me puse a leer... lloré toda la noche... Vi videos, busqué información, mucho, estuve toda la noche ahí,

obsesionada con eso, y era como mirarme al espejo... por eso lloraba, no era como de pena o angustia... sino que "esto era, esto era lo que me pasó toda la vida" y no sabía porqué me sentía mal, no sabía porqué no entendía muchas cosas... y luego vino la depresión absoluta. Estuve como dos meses en cama, con una depresión muy heavy... yo ahora estoy medicada, pero ahora estoy mucho mejor...

### **Y ¿A qué se debió esta depresión que tuviste después de este episodio?**

Mmh... yo creo que un cúmulo de la vida, de las cosas que me han dolido tanto a lo largo de la vida... problemas con las parejas...

### **¿Fue como que te hizo recordar todo eso?**

Sí po, y además de hacerle sentido a todo lo que pasó. Por tal vez ser muy ingenua... o siempre obedecer a mis papás, no tomar decisiones propias... y todos los problemas que tuve... y bueno, con todo eso exploté. Y aparte de que cuando estaba en el proceso de diagnóstico con el psiquiatra estaba más ansiosa de lo que he estado nunca en la vida, mi cuerpo se movía mucho más... y empecé a notar las cosas que me hacen autista, porque no son todas... pero en el último tiempo estuve tan ansiosa que era una cuestión de que no me podía quedar sentada. Y de repente me da la hiperactividad, puedo estar viendo una película y chao con la película, me pongo a hacer cosas... yo creo que fue por eso, más que por el diagnóstico, la depre vino por todo junto... toda la vida, 36 años explotaron en 1 día... vino esta depresión y luego la medicación.

### **¿Qué sentiste cuando te dieron el diagnóstico?**

Alivio... alivio. Así como que sentí que no tenía porqué buscar calzar, cachai? como que fui más compasiva, además que con la terapia que llevaba con Vale -así se llama mi psicóloga- las terapias con la Vale igual me hicieron soltar esas mochilas po, cachai? porque siempre estuve tratando de cumplir, o sea todo lo que estudie... soy hasta guía de astroturismo... pinto, cocino... hago muchas cosas, pero el lado que disfruto, que es el lado más artístico, ese lo dejé total y completamente de lado para poder encajar con esta sociedad, con ser profesional... tenís que hacerlo po, es que tenís que hacerlo... y mucha presión también de mi papá... pero que a la vez también entiendo a mi papá, que para él lo más importante es que yo estudiara, que tuviera un cartón pa' defenderme en la vida, porque él lo pasó mal también... Esto es así, es como una bola de nieve que la empiezas a ver en cámara lenta para atrás y comienzas a entender todo...

### **Y eso te pasó? que comenzaste a conectar muchas cosas que estaban sueltas?**

Claro, sí... a entenderme, a conocerme, entender cosas que yo hacía o hago que claro, son raras po. O sentimientos que tengo que no sabía porqué, ahora sí sé por qué. Y me permito ser lo que soy realmente, ya no quiero encajar más en esos estándares laborales porque para mi era una tortura cumplir el horario... O sea, llegar a las 8 de mañana para mi era terrible, porque más encima tenía que pasar a dejar a mi hija... y claro, todo me estresa, todo me estresa. Entonces era "levantate, vistete, que aquí, que allá" después era ir al colegio, que no encuentras estacionamiento, que están los pacos hinchando pa' que te vayai, más encima tolerar a las viejas culias -disculpa la expresión-, las mamás de las compañeras de mi hija, uf que me hicieron la vida imposible esas mujeres...

### **¿Y por qué?**

No sé, es algo que me pasa donde voy que caigo mal, porque debo ser pesá po', cachai? debo ser pesá, o debo no tener el filtro que tiene la gente como para decir las cosas... mi tono de voz igual es diferente, es como fuerte... porque igual hay una coraza de defensa, para defenderme ante el mundo. Yo creo que es eso... o bien son unas gallas malas nomás de adentro, porque no hacía las cosas que ellas hacían... como no comprendo mucho cómo actúan los grupos femeninos, eso de tener amigas... no cacho. Entonces tal vez yo era muy directa para decirles las cosas...

### **Demasiado honesta...**

DEMASIADO honesta, entonces tal vez... no sé.

### **Y ¿Cómo fue tu etapa escolar, tu adolescencia?**

Oh igual fue charcha po'... es que de nuevo: no tenía ni idea de donde estaba parada. Estaba sola... no tenía amigas, solo pololos.

### **¿Te sentiste aislada?**

Si po'... harto. Por alguna razón, como te digo, tenía eso... que lo normal era tener tu grupo de amigas pero nunca enganché con ninguna! tenía amigas, claro, socializaba... pero no esa cuestión que alomejor tu haces con tus amigas "juntémonos amiga, tomémonos unas chelas"... nunca. No era considerada en los grupos.

### **¿Te hicieron bullying alguna vez?**

Si cuando chica... yo creo que más chica que 13 años, yo creo que de hecho, de los recuerdos que tengo fue como de tercero/cuarto básico hasta como segundo medio... no, hasta más grande... Me ofrecían combos porque sí, así como que "te voy a pegar a la salida" "¿por qué?" "porque tu dijiste..." no sé, cualquier cosa.

### **Pero tú no entendías...**

No po', no cachaba, onda cagá de miedo no más. No cachaba, me echaban la foca... las minas después cuando era más grande ponte tu, no se po, hacían una revista del colegio, de los cahuines y me metían a mí, y yo estaba como "qué onda" no cachaba, no entendía nada.

### **Mmh.. sí, difícil la etapa escolar...**

Sí, es fome.

### **¿Y tu adolescencia cómo fue? Todo este proceso hormonal, de reconocimiento, de autoconocimiento, de autodefinirte a ti misma...**

Fue bien confusa, o sea, yo creo que todo ese proceso de autoconocimiento, sobre todo sexual hasta grande fue como medio confuso. En el colegio claro po, tuve puros pololos, en la U tuve algunas relaciones con mujeres pero como bien de momento no más, nunca fui más allá, pero tenía como esas dudas... Actualmente tengo una pareja, es hombre y todo bacán, pero sí estuve bien confundida porque no sabía, no entendía... en verdad no entendía nada, no entendía... A lo largo de mi vida no he entendido nada hasta ahora.

### **¿Alguna vez tuviste problemas con tus relaciones de pareja?**

Si po, siempre, hasta hace poco incluso hasta con mi pareja actual tuvimos un montón de problemas, ataos así "heavy". Pero... luego del diagnóstico igual él entendió un montón de cosas, el igual fue a algunas terapias... y ahora estamos como super bien, porque puta mi psicóloga igual me ayuda ene, porque yo a veces actúo de una forma que no está bien po... no está bien. Y tal vez ella me lo hace ver de alguna forma y lo alcanzo a comprender y cambio mi actuar. Y eso yo cacho que le bajó hartito los atados con mi actual pareja po. De ahí para atrás no sé, yo era muy enamorada cachai, todo por él...

### **¿Alguna vez te viste envuelta en una situación de violencia?**

Si. Con el papá de mi hija, heavy. De hecho nos separamos el 2017 y fue con show po, o sea onda le puse una orden de alejamiento y hubo un proceso judicial por violencia intrafamiliar, y eso me dañó un montón, un montón... estuve como un año en el centro de la mujer de acá de Antofa para tratar el tema de la violencia y de hecho yo llegué ahí con pareja, o sea yo estaba en ese momento con el papá de mi hija, y cuando comencé con estos tratamientos, yo creo que como al mes o algo así de terapia y todo me separé. Ahí vino todo el proceso judicial que es un atao... y mira hasta el año pasado tuve atados de abogados, demandas, que "te voy a quitar a (nombre de la niña)", y ay... una tortura hasta el año pasado, pero ahora está todo tranquilo.

**Me alegro mucho... ¿Sientes que tu proceso de diagnóstico ayudó para que, por lo menos ahora, esté todo tranquilo?**

Si po, no... un montón. Con mi familia... acá en la casa igual, mi hija de hecho; los niños son como super comprensivos con estas cosas, yo creo que también va en que ahora se conoce, mi hija tiene como dos compañeros con TEA, es super amiga con uno de ellos, entonces yo cuando le conté ella comprendió ciertas cosas y ciertas actitudes que tengo y que a veces también la hieren a ella. No sé po, por ejemplo el otro día veníamos de un viaje y yo venía chata en el auto porque, no es que no me guste que mi hija hable, porque el problema no es ella, soy yo. Y tanto ruido y que veníamos apretados del viaje en calama... yo tenía la nariz de este porte porque me salía sangre y que se yo... y claro yo al principio iba así de "wuu" (hace sonido de emoción), pero ya a la vuelta ya venía así de "callense..." llegué a la casa y les dije "sabís que? yo quiero silencio." y me miraron así (hace ojos de pena) ahí yo caché que estaba mal po... Andaba pidiendo disculpas después, porque el problema soy yo, pero cómo les explico de buena manera de que "sabís que? quiero estar sola" pero no es porque no quiero estar con ellos sino porque en mi mente los estímulos bajen cachai... bajar las revoluciones... y ahí quedo bien, pero no es culpa de ellos po...

**¿Cómo fueron las impresiones de tus familiares, de las personas a las que les contaste?**

Mira he recibido de todo un poco, como que igual a mis papás les costó digerir el tema... yo creo que a mi mamá también pero no tanto porque yo creo que mi mamá también tiene autismo, o ES autista... con todo el tema del "soy" y no "tengo". Y bueno ella como que claro igual le hicieron sentido muchas cosas, mi papá yo siento que... no sé yo creo que me ve como si yo soy media tontita o no sé, pero yo creo que ha estado como más... mi papá no ha estado como muy presente a lo largo de su paternidad, pero siento que

está como más ahí cachai, me ayuda... ponte tu para halloween hice galletas y vendí un montón, y él me ayudó y fue a hacer los repartos. Y cosas así po, donde se nota que está más ahí, el otro día me dijo "te voy a hacer una planilla de excel para que pongas tus contactos" (risas) "si tengo whatsapp papá (risas) tengo el insta" (risas) pero ya le digo que sí nomás.

**¿Y de tu pareja, de tu hija? Bueno ya me dijiste que tu hija super normal, tranquila...**

Si po, entendió... y bueno mi pareja igual po, le calzaron muchas cosas, y finalmente en ese momento crítico el tuvo que decidir po, le dije que este era el momento po, o seguimos bien o terminamos para siempre, cuando tenía mi diagnóstico, porque tenía una depresión tan absoluta, que era ese el momento para estar bien deprimida y después salir a flote y él tomó el camino de quedarse, y ha funcionado bacán.

**El tema de ser autista, en este momento lo cuentas libremente a la gente o tienes tus reservas?**

No, no les cuento a todos. Les cuento a los que me generan confianza, porque... ponte tú gente que en algún momento en la vida estuvo más presente en ciertos puntos... de hecho les he contado, a personas ajenas a la familia... como a dos personas. Uno de ellos es un amigo con su pareja, vinieron a comprarme unas galletitas y como éramos más cercanos en el colegio yo les conté po, y lo tomaron super bien en verdad, les conté "no es que sabís que estoy con pastillas y bla bla bla y ahí le dije, no sabís que? me diagnosticaron autismo" y me dijeron "ah no pero buena, porque ahora sabís porqué todos los problemas... y bacán" y eso, buena. Y después le conté a una niña que era polola de mi hermano, por eso la conozco de años... y le conté como lo mismo "y como has estado" "no, no tan bien... las pastillas bla bla bla, y me diagnosticaron autismo" "¿Autismo a ésta edad?!" cachai? salen como ese tipo de cosas... y también me ha pasado dentro de los familiares de que "no es que todos somos autistas, todo tenemos algo de autistas" hay cosas que son muy cliché!

**Si! como el "no.. pero si tu no erí autista"**

Si po, "ay pero cómo, si tu hablai" (risas) "pero cómo si tu te maquillai"

**"Tienes un trabajo" o "títulos"**

Si po, hay autistas que logran trabajar super bien, y salen esos "ay pero cómo si tu tienes un trabajo... te sabes vestir bien, hablas bien..." cachai? como que te cuestionan. Ah! y le conté a un compañero igual del colegio que me preguntó cómo estaba y todo... lo mismo, y me dijo "autismo? no pero tu eras como retraída en el colegio pero no te veo como con signos autistas" y yo vah, "te creís psiquiatra" le dije (risas). Pero eso, no lo he dicho así como que abiertamente, pero a las pocas personas que les he dicho he recibido ese tipo de comentarios. Mi hermano ponte tú, él también está con terapias pero él tiene como otro tipos de ataos, mi hermano tiene ansiedad generalizada, es como muy... máquina demasiado, planifica. Y le conté a su psiquiatra mi diagnóstico po, y su psiquiatra le dijo que estaba como muy manoseado el autismo... era un viejo, un viejo que yo creo que no está al día en ese tema... si en Chile está como retrasado.

**Si... lamentablemente eso pasa, que los profesionales no están muy bien informados en el tema, entonces pasa que a veces hay una persona autista que pasó por un proceso de diagnóstico por dos meses y llegan a un centro de salud, se atienden con un psiquiatra y les dicen "no, tú no tenís autismo"**

No po, es que no hay formación, y menos en mujeres po.

**Y adultas además.**

Imagínate que en mi niñez... -justo tuve que hacer una tarea para la terapia en la que estoy que tengo que escribirle una carta a la niña que fui- y yo recordaba y pensaba en mi infancia, en mi niñez, en por qué no lo notaron po... pero habían signos: no quería ir al colegio, no me gustaba ir al jardín... inventaba las medias historias para que me fueran a buscar, aparte de que no toleraba el uniforme, me cargaba la camisa, me picaba; y no me gustaba ir al colegio, no me gustaba, no me gustaba, lo único que me gustaba, ponte tú cuando iba en primero básico era teatro, música y arte: me encantaba, yo pedía para mis cumpleaños, para todos mis cumpleaños pedía lo mismo: lápices, témperas, pinturas, plastilinas. Y después tocaba violín cachai. Yo siento que ahora veo que era buena para tantas cosas... que no me enfoqué en ninguna. Y todavía me pasa, estoy descubriendo lo que realmente me gusta recién, recién disfrutando vivir cachai... entonces claro duele pero es como un dolor rico... es como "ya ahora estoy así pero después voy a estar bacán"

**Estás en un proceso de conocerte de nuevo, que es lo que te gusta, que es lo que piensas...**

*Si, si po, estoy como recién siendo adolescente, eso siento yo, en un aspecto de la vida cachai, estoy como que me atrasé en eso.*

**¿Cuáles eran las impresiones que recibías antes del diagnóstico como de ti? si alguien decía algo de ti**

*¿Cómo? no entiendo.*

**Como por ejemplo de que eras retraída, como el niño que te dijo, ¿recibiste algunas impresiones así en tu vida?**

*Ah sí po, de hecho, tuvimos una reunión de zoom hace harto meses ya con mis compañeros del colegio, así como que me invitaron porque igual imagínate que son mucho años ya y fue a raíz de que se murió uno de nuestros compañeros, cachai, se enfermó y se murió justo cuando estaba todo el Covid así heavy en Santiago y metieron a todos los niños en el pozo y ahí una compañera dijo "tú eras super rara en el colegio" y yo como que me reí y le dije "sí, eso tiene un motivo".*

*Ahí también les conté que soy asperger y quedaron todos callados, así como que dije tengo sarna, no sé, tengo clamidia porque quedaron así como... y el silencio absoluto y dije "ya si no es tan grave".*

**De hecho, no es grave.**

*Pero quedaron para la embarrada, como que hubiera dicho algo terrible.*

**A veces se recibe ese tipo de impresiones de la gente, las reacciones.**

*Sí, sobre ese tema yo creo que sí.*

**¿Cuáles crees que son las diferencias entre ser hombre y ser mujer autista?**

*Yo la única comparación que tengo es un sobrino, o sea, es el hijo de mi prima hermana, pero el de chico me acuerdo de que era de esos que llegaba el 18 de septiembre y llegaba así con escándalo y agarraba la reja y la movía cachai, era como super así o me veía a mí, chiquitito yo creo que no más de tres años me veía y le daba, así como un enojo, rabia.*

*Bueno a él lo trataron de chico, le daban pastillas de chico y todo el tema y él está diagnosticado de chiquitito con asperger y yo trato de ver las diferencias porque yo no recuerdo nunca haber hecho algo así, pero si ponte tú lo que te cuento que yo no quería ir al colegio en primero básico, no quería ir al colegio, no me gustaba el colegio, cachai? yo creo que los hombres son como más explosivos tal vez, como que externalizan más las emociones, la mujer tal vez incluso es por un tema cultural que nosotros tenemos que ser más piola, así como tapando la sonrisa y como que lo que se dice también que*

con nuestro tema es que sabemos imitar muy bien las relaciones sociales, sabemos imitar muy bien los movimientos de lo que te hace mujer o no.

### **Si, el masking.**

Claro los hombres son más expresivos, la (nombre) tiene un compañero que es como "profesora, es que no tengo minas en el lápiz" cachai es como ese tipo de autismo y claro po, una como mujer no hace eso, pero así como que andas más angustiada porque algo no te resulta po cachai, pero lo sentí por dentro no lo externalizas.

### **Es como más libre el hombre.**

Sí yo creo sí, yo creo que así no sé si por algo natural o como te dije recién, así como por el tema de que como mujeres siempre hemos sido como más limitadas en las conductas, somos super limitadas.

### **Por las reglas sociales, el ambiente cultural.**

Claro, una tiene que hablar como señorita, de que tienes que vestirme bonita.

### **Tienes que jugar con ciertas cosas de cierta manera.**

Yo creo que por eso uno lo aprendió así y no se notaba, el tema de mirar a los ojos, ponte tu yo lo aprendí porque mi abuelo me decía, él me enseñaba, me daba la mano y me decía "cuando alguien te salude, le das la mano y lo miras a los ojos" entonces lo repetíamos mucho, pero él me lo enseñó, no sé si fue por eso o me lo enseñó porque era como me enseñaban modales cachai, para dar confianza y todo, pero me lo decía mucho, me acuerdo. Entonces para mí mirar a los ojos no es tan, igual lo evito cachai, pero sé hacerlo.

### **Pero puede ser la situación, sientes que lo requieres.**

Si po, pero igual e incluso hasta con mi familia evitó mirarlos cuando llego por ejemplo "hola, hola" como que igual siento nervios, igual me da, algo me pasa cachai y al rato me voy relajando, yo tengo con un tema con los ojos, de hecho, pinto ojos lo encuentro super bonito.

**Sientes que esta herramienta del masking que tienen las mujeres autistas para pasar desapercibidas, poder como enmascarar las emociones, las reacciones y poder como entremezclarse en el mundo de los neurotípicos, a pesar de que te ayuda a eso también, es como un arma de doble filo porque hace que te pierdas a ti misma?**

Si, todo el rato si como te digo yo me perdí toda la vida, estuve perdida toda la vida, ahora estoy menos perdida todavía me queda como un camino, más o menos, largo.

**¿Cuál sientes que tu definición o tu relación contigo misma antes y después del diagnóstico?**

Antes era como que me castigaba, no en el sentido de pegarme o algo así, pero vivía con esa sensación de culpa de cosas que hacía, y por qué las hacía. Mucha culpa. Me mandé sus embarradas cuando era más joven y la culpa... siempre estaba.

Ahora con la terapia y con el diagnóstico, lo miro así como "no po, son como las conductas esperables de alguien que no tiene idea de cómo son las relaciones sociales normales", ponte tú, no sé, la búsqueda de donde pertenecer me llevó a todos los lados, a los lados ñoños, a los lados religiosos, a los lados lanzados, cachai? a todos lados. Entonces claro, me miraban cuando entré a la u, me miraban en la casa así como la hueona curá, la hueona lanzada y no po, era parte de mi búsqueda, porque si no ahora seguiría igual, fue parte de mi búsqueda después fui y me metí con los rastas, que andaba cachando la movía a los rastas, después los are krishna, eso de buscar el de ¿dónde pertenezco? ¿de dónde soy? ¿quién soy?

**La necesidad de identificación era muy grande.**

Claro, no tenía ni idea.

**Crees que tu vida hubiera sido más fácil si es que te hubieran diagnosticado a la edad normal de un hombre, como a los 2 años.**

No sé si más fácil, pero a lo mejor podría haber sido más predecible con mis papás, a lo mejor me hubieran puesto más atención, no tenían por qué saberlo. Yo me acuerdo de que como a los 10 años me llevaron al doctor porque yo decía que sentía ansiedad, que sentía que estaba nerviosa, yo me acuerdo poquito, no me acuerdo bien y ahí me empezaron a dar pastillas.

Entonces a lo mejor claro porque me llevaron a psiquiatras y como que eran pastillas no mas po, nunca el psicólogo, que el psicólogo a lo mejor te ayuda más, no cacho, o sea, en realidad siento ya que el autismo es como nuevo, entonces tal vez en mi época tampoco hubiese servido tanto me hubiesen diagnosticado de otras cosas.

**Claro que sí, también el tema de las épocas influye mucho en el tema del conocimiento.**

Sí po, porque en Chile yo no cacho, el autismo antes era como ver a un niño botando baba poco menos y quieto y yo me acuerdo de que hace, no sé, serán diez años, yo supe de eso del asperger, por mi sobrino.

**Sientes que es lícito para una persona mujer autista vivir en el mundo en el que vivimos de personas neurotípicas con las reglas sociales y todo, vivir sin un diagnóstico.**

*A una mujer sin diagnóstico yo creo que sí que es factible, pero la vida de esa personas sería una real mierda, muy mala porque va a sentir lo que yo sentí, o sea, yo creo, esto es de asperger, pensar que todos sienten como uno, pero yo creo, o sea, si yo traté de encajar tanto y no entendía porque tenía pena, porque me sentía angustiada, porque me estaba tan estresada para hacer las cosas normales. Yo creo que la vida de una mujer que siente las mismas cosas que yo no va a seguir siendo una.*

**En ese sentido no te era tan lícito ser como tú eras realmente, siempre estabas tratando de cambiar.**

*Si po, siempre me estaba esforzando por cumplir las cosas que tiene que cumplir una mujer de mi edad y algo que yo admiro en otras personas y es, por ejemplo, lo que te cuento del colegio, de llevar a tu hijo al colegio, de ir a las reuniones de apoderado, de que te reclamen por todo, no po, ponte tú me eligieron presidenta, o sea, no me eligieron así como Alison presidenta del curso, sino que la profe me tiró a la balanza y dijo "¿usted puede? porque nadie quiere" "ya -dije yo-, pero que me ayuden", me hicieron la vida imposible, entonces ya era como terrible ir a todas las reuniones de apoderado, una tipa me humillo por WhatsApp me dijo como que poco menos me había robado una plata y que después la devolví a fin de mes, onda ella no tenía idea realmente porque no había devuelto la plata, así cachai.*

**¿Cómo sientes que hubiera sido tu vida en este momento si es que no hubieras recibido nunca el diagnóstico?**

*Seguiría haciendo... nunca hubiese vivido yo creo, nunca hubiese disfrutado y ahora me doy el permiso, me doy el permiso de hacer cosas que disfrute cachai, yo antes no podía ver una película porque tenía que hacer otras cosas y estaba pensando en otras cosas, ahora no, me dedico a programar, a hacer lo que me está gustando hacer, el tema de las galletas porque yo ya soy adulta y genera lucas, pero a mí lo que me gusta es pintar y me carga la parte de elaboración de las galletas, onda hacer la masa me apesta, pero cuando llega el momento de pintar las galletitas no me molesta nada y entonces como que me doy eso, o "hoy día voy a hacer otra cosa, hoy día voy a pintar, un día voy a hacer esto" y lo disfruto y lo hago y pienso ser de mi profesión, mi oficio es como tener un oficio que no se va a limitar a lo que me exigen, si un día me da por ejemplo ahora me dio por hacer vitrales, quiero aprender la técnica de los vitrales, pintar cosas para vender esos.*

*Se me fue la onda.*

**Estabas hablando de cómo sería tu vida si es que no tuvieras el diagnóstico y ahora me estabas contando de cómo había cambiado tu vida.**

Entonces hubiese seguido haciendo así, sufriendo, estructurada en el trabajo, que cumple un horario, un jefe hueviando cachai, hubiera sido fome, no sé para mí dolió, fue un remezón estuve como flotando, pero ahora me siento cada vez mejor.

**Hubieras seguido sin tener una identidad.**

Claro, pero no sé si la identidad mía sea como "oh soy autista" y esa es mi identidad, sino que es como más de voy a disfrutar, tengo talentos que no son los que tienen los neurotípicos, la mayoría.

**Es como "voy a disfrutar lo que soy, porque ahora le encuentro sentido a todo".**

Claro y no sé, por ejemplo, si me pillo, así como moviéndome, me dejo y cuando estoy sola lo hago más fuerte porque me relajo y me gusta gastar, antes todo yo apretaba todo, yo bruxo de día y de noche, tomo pastillas para eso porque siempre estoy dura, entonces ahora me permito, siempre he sido de mecerme siempre lo he hecho, pero ahora como que si me da lo hago con más ganas.

**Ahora entiendes que es como tu forma de regularte también, además de que siempre nos enseñan desde chicas que "quédate quieta, mira para adelante, no te estés moviendo tanto ¿tienes pidulle?"**

Por ejemplo, la típica porque yo a veces estoy acá y yo me paro y me siento, me paro y me siento, estoy todo el rato así a veces, pero ahora lo dejó ser cachai.

**Al final la cultura en la que estamos y cómo nos forman los papás, el colegio, los profesores te encierran en un cuadrado y uno a veces solo quiere escapar de ese cuadrado.**

O no eres del cuadrado, tú tienes que estar en el lado de los círculos y no sé po, igual ahora como que está el tema de que nosotros tenemos que adaptarnos al mundo neurotípico, "es que el mundo no va a cambiar por ustedes", pero si po, o sea, yo más encima soy adulta y soy capaz de igual generar lucas y digo "sabes qué ni ahí con el mundo neurotípico" yo ajusto todo para que yo esté bien, ponte tú para la pega lo que más me estresa porque yo tengo que hacerlo todo, preparar y repartir, ponte tú ahora digo que yo no voy a repartir, voy a pagar para que alguien me reparta y cuando yo conduzco y todo pero, cuando yo salga en mi auto va a ser para ir a pasear, no para ir a meterme a tacos y buscar direcciones, estacionarme mal, dejar a mi hija arriba del auto y porque todo eso me genera ansiedad y estrés y yo no voy a permitir más, no me voy a adaptar al mundo neurotípico, yo voy a usar al mundo neurotípico, me va a servir, es

como casi decir que soy antisistema, anarquista porque claro igual uno necesita del capitalismo igual necesitas las lucas igual necesitas toda eso, pero mejor usamos eso y nos mantenemos afuera.

**Al final te estás permitiendo ser más libre.**

Claro eso, es porque tal vez, no sé, si estoy en lo hubiese sabido antes, ahora sería extremadamente libre y feliz y exitosa en cosas que deje total y completamente de lado, para sentirme mal porque no lograba ser exitosa en lo que se supone que debía ser exitosa.

**Una de las niñas a las que entrevisté me dijo que tener el diagnóstico de autismo es como salir del closet.**

*Si puede ser.*

**Como que sales con cuidado y después como que cada vez vas sintiéndote más libre.**

*Si puede ser, si puede ser, pero no claro igual no sé si es comparable con el tema de la orientación sexual.*

**Ella me lo decía por el hecho de que por ejemplo por el hecho de tener autismo, ella me decía, uno cuando es homosexual no te dicen "tienes homosexualidad", sino que soy homosexual no tengo homosexualidad, entonces lo mismo con ser autista porque al final es algo que es parte de ti, no es algo que tienes y te puedes sacar.**

*Si puede ser, tiene lógica.*

**Bueno eso, yo con esta información estoy bien, no sé si te gustaría contarme algo más.**

*No, no sé si tienes preguntas podría hablar todo el día.*

**Y la verdad es que yo podría escuchar todo el día porque bueno a esto me dedico, lo que sí es que he hablado con hartas niñas, bueno perdón si uso la palabra niñas como a todas las mujeres.**

*Si yo igual digo, pero hay algunas personas que les molesta.*

**A mí me gusta la palabra más niña, bueno entonces hablaba con todas las niñas y ellas quieren que le envíe la tesis después de que la termine, que me evalúen, como en enero entonces si quieres también te la pueden enviar a ti para que sepas en que participaste, que no haya sido en vano.**

*No si po, sirve, es bacán igual porque siento que lo que estás haciendo tú, es ultra mega necesario muy necesario, autismo en mujeres es muy poco lo que se sabe, de hecho, en mi psiquiatra dice que yo soy la primera adulta que él trata, imagínate po, terriblemente atrasado y el tipo es seco no sé si lo cachai se llama Jaime Pereira.*

**No lo cacho.**

*Bueno él es como seco en autismo, pero atiende a niños y adolescentes, de repente podrías echarle un vistazo tiene Facebook, tiene insta, te podría servir.*

**Le voy a echar un vistazo y bueno por eso lo empecé a hacer también, porque la idea es que pueda hacer de alguna forma algún aporte para que sea más conocido del tema.**

*Si po, genial se necesita mucho trabajo, mucho aporte porque hay niñas que no van a saber nunca que tienen autismo.*

**Y a eso voy, porque hay mujeres que se enteran a los 60 años que son autistas, o sea, cuántas mujeres estarán ahí caminando y no saben que son y estarán sintiéndose raras, tratando de encajar y nadie se da cuenta y si no llegan al espacio adecuado, por ejemplo, muchas mujeres se dan cuenta de que son autistas porque tienen un hijo autista y este hijo es diagnosticado a los 2 años, entonces ahí ya se empiezan a abrir al mundo, pero qué pasaría si nunca hubieran tenido ese hijo.**

*Claro que sí, sobre todo ahora que tenemos la posibilidad de elegir si somos o no mamás. No super bueno, bueno bueno. Que te vaya súper bien, muchas gracias.*

**Muchas gracias por la entrevista, chau.**

*\_Juana, 40 años. Edad de diagnóstico: 40 años.Chile.*

**¿Te parece que comencemos con la entrevista?**

*Ya.*

**Bueno, esto no va a hacer una entrevista estructurada, por lo que espero que sea una conversación lo más fluida posible, así que si quieres podemos comenzar contándome un poco sobre ti, así nos conocemos mejor.**

Ya, a ver... Soy madre de un hijo de seis años, en este momento a lo que yo me dedico es al cuidado de mi hijo, soy mamá y cuidadora informal. Antes trabajé como docente, yo estudié pedagogía en historia, saqué también una licenciatura en historia, varios post títulos y terminé con un magíster en educación. Trabajé unos nueve años de forma intermitente y mi último año de trabajo fue en el 2015, y de ahí me dediqué a mi hijo, así que ahora como te digo soy mamá y cuidadora. Eh... ¿Qué más? Vivo en la comuna de Santa María en quinta región, antes vivía en San Felipe pero cuando me quedé sin trabajo me vine a vivir aquí al campo, y fueron varias cosas que me llevaron a vivir acá, y ya después con el diagnóstico de mi hijo de plano me quedé acá, porque hay que señalar que llegue a mi diagnóstico por mi hijo. Yo comencé a sospechar de qué mi hijo tenía algunas características distintas desde muy chiquitito, pero siempre me decía "es tu primer hijo, tú no tienes más hijos, eres hija única, todos los niños son así" Y me aferré a esa tesis, claro, pero a medida que fueron pasando los meses la cosa era como para mí más notoria, el primer diagnóstico de mi hijo fue que iba a ser un niño de carácter difícil, entonces empecé a investigar ese tema, y ahí se empezó a abrir un mundo, después él creció y comenzaron ciertas características que eran propias del autismo y volvieron ahí a decirme "es tu primer hijo, hija única, blablabla". A los dos años y medio él obtiene su diagnóstico y ahí en el fondo lo que yo hice fue buscar su diagnóstico, que me dijeran "sí, él es autista", porque yo decía tiene TEA o TDA. Y ahí empecé a ver que muchas cosas me tocaban a mí.

### **Claro, empezaste a investigar sobre el tema.**

Claro, empecé a investigar y ahí me di cuenta, y ahí empecé a ver... Como a identificarme mucho, pero también había leído artículos que decía que las mamás nos identificamos demasiado con nuestros hijos autistas, yo me quedé con esa tesis. Y después empecé a ver el mundo de los autistas adultos, y ahí era mucho más patente el tema, hice unos test en línea y ahí también arrojaron que yo estaba en el espectro, pero seguía con eso de que las mamás nos identificamos mucho con los niños, así que yo decía "es eso". Pero un día su terapeuta ocupacional me dice, de forma muy coloquial: "tú cachai que tenís características TEA" y yo la miro y me encojo de hombros y ese día yo me acuerdo que llegué muy mal en la casa, porque ahí dije "otros, un tercero se dio cuenta" y me di la tarea de buscar en San Felipe un psicólogo que tuviese conocimientos de TEA, porque hasta ese momento yo me trataba en el CESFAM por depresión, y la psicóloga me dijo que no tenía conocimientos de TEA, y este mundo es tan chico que la psicóloga y la terapeuta ocupacional de mi hijo eran amigas, entonces no iba encontrar una respuesta a este mundo que empezaba a abrirse a mí. Total de que llego a otra psicóloga, y da la casualidad de que era la psicóloga de la escuela de mi hijo, escuela de lenguaje, que ahí

tenían dos modalidades: TEL y TEA y él por cierto estaba con TEA. Me empiezo a tratar con ella y ella me corrobora que sí, que yo estoy dentro del espectro, comenzamos a trabajar varios temas y cada tanto yo le decía "pero, ¿yo soy TEA?" "sí" me decía. Y después volvía de nuevo el tema, hasta que ella me dice "hazte el ADOS, busca el ADOS y háztelo, quien te lo pueda hacer" pasaron un montón de cosas y no me lo hice hasta el año pasado en octubre, en la fundación de mi hijo; que él asiste a una fundación de niños autistas, y ahí se corrobora que estoy dentro del espectro. En el fondo yo me hice el ADOS para tener un papel que dijera "sí, tú estás dentro del espectro". Así es que, ese es como mi camino en este mundo del TEA, y dentro de eso pasé al mundo de las mujeres autistas adultas y estoy en grupos de WhatsApp, de Facebook y pucha, cuando comienzan a comentar cosas es básicamente mis experiencias, con otros matices pero son las mías, entonces ya empecé ahora un camino, no de aceptación sino de autoconocimiento, ya entiendo por ejemplo lo que me pasó ahora contigo, no tengo el consentimiento y me encerré en esto, y tengo que imprimirlo y no veía otra salida, ¿por qué? porque yo me programé a que "imprime el consentimiento, fírmalo, sácale una foto" hasta que tú no me dices "después hazle un dibujito, haz la firma digital" no vi otra salida. Entonces, esa es una de mis características que yo reconozco "autistas", que yo me programo para algo, trazo mi ruta y si no puedo hacerlo se me viene el mundo abajo, no veo otra alternativa, otra salida, y ahí viene el tema de la frustración, de que empiezo gritar, de qué me enoja... cuadradita (risas). Eh... eso es una de mis características (risas) que ahora a mis 40 años la reconozco como tal.

**Wow, pasó hartoo tiempo.**

Exacto, yo tengo 40 años, entonces imagina todo lo que hay atrás, que no tenía respuestas al porqué eran así, o cosas que yo consideraba que eran parte de todas las personas. Aún cuando nosotros vivimos en un mundo neuro diverso, pero yo consideraba que formaban parte de la vida de las personas, que no son como características propias del mundo de los autistas, entonces ahora estoy, como te digo, en este proceso de autoconocimiento. En ese contexto el estar acá contigo también me significó una semana de mucho pensar, de si estaba o no acá y por qué hacerlo, incluso ayer también tuve sesión con Mariana, mi psicóloga y yo le conté, porque no nos habíamos visto la semana pasada y me dijo, siempre me atrapa con la pregunta "¿y tú cómo te sientes?, ¿cómo te sientes tú?" Y ahí me deja, y yo le dije "rara", "pero ¿qué hay en eso?", Yo le dije "uh... eh..." Ella me dice "estás angustiada", "sí" le dije, "pero ¿qué sientes? ¿A qué va esa rareza?" Yo le dije "a sentirme en una vitrina y expuesta" eso es lo que yo sentí con tu entrevista, que me iba a sentir como en una vitrina, expuesta, desnuda. Entonces yo le dije "pero lo quiero hacer" pero siento eso, era como

extraño, raro. Y lo conversamos un poco y todo y yo le dije "no, si yo lo voy a hacer" entonces, eso... No sé qué más le puedo decir (risas).

## Y ¿qué sentiste cuando recibiste tu diagnóstico?

Rara... Porque yo le decía a Mariana que sí hubo una cuota de alivio, porque por mucho tiempo yo dije "¿y si Mariana se equivoca?, ¿y si no es autismo y es otra cosa?" porque a principio de año yo tuve una crisis muy fuerte y nunca había experimentado algo así. Significó por ejemplo que yo estuviese varias semanas tartamudeando, varios días después de la crisis no podía hablar y mi ritmo se alteró, me costaba pensar, llegar alguna solución, como que estaba más lenta para hacer las cosas... Y mi pareja, como nunca me había visto así y él nunca había visto a alguien así, no encontró nada mejor que llamar a la ambulancia y los paramédicos, vino una mujer y un hombre que me atendieron y la paramédico me dijo que yo era una enferma psicótica, entonces, después como tuve muchas noches de insomnio, comencé a investigar qué era eso de una enferma psicótica... y eso me pesa, aún hoy me pesa que me dijese eso. Lo he conversado con Mariana montones de veces y ella me dice "no, tú tuviste una crisis psicótica, pero no fue que tú seas una enferma psicótica, son dos cosas distintas". Entonces el hacerme el ADOS también iba por ahí, como te digo, tener un papel que me diga "sí, estás en el espectro" y no es otra cosa. Porque me pesó mucho que me dijese eso, porque de forma muy burda es casi como si yo estuviese escuchando voces y viendo enanitos morados, verdes, azules al lado mío entonces yo decía "Ok, me han tratado por depresión varios años, ¿y si es más que una depresión y esta mujer tiene razón y voy para allá? ¿soy una enferma psicótica, o tal vez esquizofrenia?" montones de cosas que empiezan a darte vuelta, entonces fue el hacerme el ADOS y tener ese papel fue tener algo de alivio y decir "OK, estás en el espectro, ya". ¿Que arrojó este informe?" lo que yo ya sabía, el seguir trabajando en las emociones porque me cuesta, Mariana siempre me dice "¿y qué sientes con eso?" y ugh... me pone entre la espada y la pared porque no sé bien cómo explicar, definir lo que siento. Extraño que alguien te diga a los 40 años eso, "¿qué sientes?" y tener que empezar a pensar, a dar vueltas, que tu pensamiento se ralentice y tratar de explicarlo es casi como si me pusieses frente a una fórmula química para tratar de resolverla. Para mí son equivalentes, no las puedo explicar bien. Y es tanto que buscando este tema encontré una ruedita en internet con las emociones y salen un montón de aristas y eso ocupo, a ese punto (risas) bien básico, enfoco todo ahí en la ruedita y empiezo a mirar "si, me siento así, no, no es conmigo" eso ha significado el informe del ADOS para mí, trabajar con mis emociones y ser un poco más maleable en este tema de las estructuras porque yo vivía haciendo listas, toda mi vida (risas) si tú me preguntas, desde mi infancia he hecho listas para las cosas que tengo que hacer, desde mi... Se me fue la palabra, no es ignorancia... Cuando una

persona, ay no sé, siempre pensé que las personas hacían listas para sus cosas, en sus cosas cotidianas, el tema de las agendas. Es que **toda la vida me han dicho que yo soy así, que no veo el doble sentido**, no es como ignorancia... Es como... Se me fue la palabra, que no ve que puede haber algo detrás... se me fue la palabra.

### **Como ingenuidad.**

Exacto! **Desde mi ingenuidad yo pensaba que todas las personas hacían listas...** para todo, entonces yo me llenaba de listas y era agobiante porque después yo miraba, y además siempre ando con esto (muestra una libreta) pequeñas libretitas anotando cosas. **Veía las listas... y enormes listas, y todo se empezaba a juntar, juntar, juntar y era angustiante, atroz.** Con Mariana empezamos a trabajar, las hacía a diario, después empecé hacer la semanal y me enseñó un sistema de circulitos, entonces que yo escribiera todas las actividades y no importaba por cual empezará sí la más fácil o la más difícil, o la más engorrosa, o que me saltara la más fácil o la más difícil y después volviera a una fácil, la cosa es que como es circular, que no sintiese agobio. Y **me obligué varias veces a no hacer listas pero en mi mente están**, pero ya no siento ese agobio tan tácito de antes, pero sigo con mi libretita y mis cuadernos, a la psicóloga del CESFAM y a la terapeuta de Víctor, mi hijo, les dio ataque cuando yo les mostré mi libreta, porque yo ando para todos lados con una libreta que es como una agenda, un bullet journal, donde están todas mis cosas, y la hago yo, llevo como cuatro años haciéndola, porque antes trabajaba con agendas y no me gustaban porque es como... Que yo me debo ajustar a eso y no me... No son mías, al final me siento extraña, rara completando algo que otro programó, entonces esta libreta la hago yo. Y a ellas les dio ataque, de hecho la estoy mirando (risas) Es esto, mira (muestra su agenda) y todas las cosas están, los meses, acá están los días ¿ves? Y por ejemplo ahí está el tema del círculito que te decía, voy anotando todas las cosas. Mira... Y yo funciono así, acá tengo las listas de gastos, por ejemplo... Tengo los datos de Víctor, porque donde voy y me preguntan cosas y a veces no sé, me pillan como volando bajo y se me olvida hasta cuándo nació el Víctor (risas). **Que buena mamá se le olvide cuando nació su hijo, su primer hijo, es como raro...** Entonces aquí tengo todas esas cosas, planificaciones que iba a hacer, funciono así... Si no hago esto... Claro, si no hago esto, por ejemplo acá, el cómo me siento, el calendario menstrual, que en algún momento hice una triangulación de la información, del cómo me siento, del que he hecho, del calendario menstrual y ahí me di cuenta, por ejemplo, que mis estados de ánimo también están influidos por todo esto. Tampoco quise ahondar más con el tema de la luna porque ya ahí consideré que era mucho (risas) entonces ahí hice un stop (risas) ahí iba hacer mucho toc, ahí ya iba a ser mucho, como la Mariana dice "se te salió lo autista", que cuando le empiezo a contar cosas me dice "pero Juana, ya se te salió lo autista!", no se po, un día dilate mucho un

trámite con una funeraria, debía una suma insignificante por el funeral de mi papá, y deje pasar más de un año en ir a pagarlo y era simplemente porque pensé en mi subconsciente que si yo iba a pagar esa suma, que no eran ni siquiera 30,000 pesos, eran 28,000 y algo, iba a hacer como definitivamente enterrar a mi papá. Entonces al final fui, cerré el ciclo. Y como había pasado más de un año se demoraron un montón en encontrar los papeles y todo el cuento, y cuando me despido del hombre se me sale, sin siquiera pensarlo y le digo "espero no volver a verlo nunca más" (risas). Entonces, después de haber tenido una conversación muy civilizada le digo eso, y el hombre me queda mirando y me dice "ok, bueno"; y cuando le cuento a Mariana me dice "se te salió lo autista ahí po, ¿cómo le decís eso a una persona?" (risas). Entonces ahí hay cosas que me delatan un poco, en mi estructura, ya yo sé que por ejemplo que la libretita que te mostré no todo el mundo la tiene, no todos tienen esa estructura, no todos hacen listas, no todos tienen en su bolso, en su mochila 20,000 lápices, 20,000 post it, y otro montón más de libretitas para anotar las cosas. Tampoco todo el mundo anda con una tijera, un desatornillador, una cinta adhesiva en la mochila... Si tú me preguntas porqué están ahí, es porque en algún momento he necesitado y no tengo, entonces están ahí. Todas esas cosas me han hecho... que son... que forman parte de mi modo de desenvolverme. Ya entendí que no todos lo tienen. No todos hacen eso, tampoco no todos tienen en sus casas unas pizarras en las cocinas para anotar las cosas que hay que comprar, para notar cuando cambiaste el gas, esas cosas... Eso significó también el ADOS, el tener ese papel deja en evidencia algo de lo que soy.

### **Y que recién ahora lo vienes a descubrir.**

Exacto... No sé, si hablamos de comida, siempre me dijeron a mí que era mañosa, yo lo tomaba así. Que la cebolla cruda no me gusta en pluma pero si la como en cuadritos pequeñitos, el arroz con carne el jugo no lo puedo ni ver, porque es arroz o es sopa (risas) porque ese arroz con caldo nadando ahí no va conmigo (risas) Eh... no sé... Por muchos años los fideos con salsa yo los comí en un plato los fideos y en otro plato la salsa, jamás me ha podido gustar... me gusta la betarraga, pero que la betarraga te tiña otro alimento... No, no... (Cara de asco) No... Prefiero no comer a que un alimento me tiña otro alimento en el plato. Eh... siempre me dijeron mañosa por cosas como esas, y después hablando con otros autistas, también po, por ejemplo a mí el charquicán me gusta pero lo como mirando hacia otro lado, ¿por qué?, porque es un montón de alimentos revueltos en un plato. Claro... Yo lo puedo comer, pero me voy comiendo así como... seleccionando los alimentos. Y ahí también está el tema de mi hijo que yo no lo encontraba tan raro (risas) sus rarezas no me eran tan raras. No sé... El cepillado de dientes para mí es fatal, fatal cepillarte los dientes y que la pasta de dientes toque tu lengua, es horroroso, me dan arcadas. Pero también entiendo perfectamente el tema de

la higiene, me cepillo los dientes contando hasta 10, 10 me cepillo abajo, 10 me cepillo arriba, 10 me cepillo el costado, 10 abajo, 10 arriba, 10 al costado... ya si tú me dices "todo el mundo lo hace" yo tengo claro que no. Pero... Me costó mucho, probé muchas pastas de dientes hasta llegar a una que pueda tolerar el sabor.

**Eso mismo te iba a preguntar, que si habías probado con otras pastas.**

Prácticamente todas las pastas que hay. Llegué a la aquaFresh blanca, hay una... Ni siquiera sé, yo miro la caja y sé que es esa, esa la tolero, porque... No sé, por ejemplo la pepsodent no... no, no, no, es horrible, me da asco, he llegado incluso a vomitar cuando siento el sabor de la pasta, y es... Debo ser una de las pocas personas en el mundo que no tolera el sabor a menta. Entonces ahora entiendo que es por un tema de sensibilidad.

**Si... Que complicado. Ahora hay pastas de dientes que tienen un sabor a frutas, cosas así...**

tampoco me gusta, porque probé con las pastas de dientes de mi hijo y no, no me gustan mucho. Entonces, esa pasta que te digo, la aquaFresh blanca, de caja blanca, la tolero bastante bien. Y como te dije para mí es bastante complicado, llegué a un auto consenso de cepillar los dientes contando hasta 10. 10 abajo, 10 arriba, y cepillándolo de forma más concienzuda. Entonces, que a mi hijo tampoco le gusta cepillarse los dientes acá adelante, lo entiendo perfectamente, procuro que él se cepille los dientes... trabajamos, pictogramas, todo el cuento porque tampoco él tolera el cuento del cepillado, pero tengo conciencia del tema de la higiene, Entonces yo lo puedo dejar ahí un par de días pero ya después vuelvo a la carga, pero si ahí lo entiendo, entiendo este tema. Y ahora con diagnóstico es más que claro qué es lo que me pasaba a mí con esto del cepillado.

**Te hace sentido. ¿Entonces te empezaron a hacer sentido muchas cosas de tu pasado? ¿De tu forma de ser?.**

exacto, de mi forma de ser, de mi forma de vestir; no me gustan las telas sintéticas, la mayoría de la ropa que uso es de algodón o que sean telas suaves, detesto las telas sintéticas... Me dan... Me pican, además de qué me pongo nerviosa y empiezo a sudar y ahí ya al empezar a sudar me quiero bañar, me quiero cambiar de ropa. yo me puedo bañar en verano cinco veces al día, y te lo digo que puede ser poco a veces. Yo tengo claro ahí que mi toc está ahí en el tema de la higiene, invierno y verano, en invierno yo me puedo bañar tres veces, llueve torrencial, -1° bajo cero pero yo me baño sus tres veces al día mínimo, en la mañana, al mediodía, en la noche y en la tarde también me

puedo bañar, cada vez que salgo me cambio de ropa, que ahora me estoy acordando de un artículo que leí sobre el tema de la higiene en algunos autistas, eran varios testimonios y una niña decía que cuando era pequeña había visto a su hermano ducharse y salir y que le había preguntado que porque se escuchaba y él le dijo "voy a salir" entonces ella asumió que cuando ella tenía que salir tenía que ducharse, y es algo que también hago yo. Entonces si yo salgo dos veces de la casa, las dos veces que me voy a duchar y me voy a cambiar de ropa.

**Ah... Ok, entiendo.**

Es algo... No lo puedo controlar, así como yo estoy en la casa, yo entro, me saco los zapatos, me saco los pantalones y me puedo quedar acá en polera y calzón. Y es algo que cuando a mi pareja, cuando empezamos a convivir le chocaba, le chocaba que yo anduviera así en la casa porque además de exhibicionismo, era para él contraproducente (risas) que una mujer anduviesen cueros en la casa... Y con mi hijo igual, porque ¿cómo le voy a exigir a mi hijo que se ponga zapatos, que se ponga ropa, si yo estando en la casa no tolero la ropa?.

**Es que lo entiendes.**

Exacto. Ahora por ejemplo estoy con un vestido, y el vestido es amplio, es de tela suave, es de estos hindú.

**Si, si lo veo, está bonito.**

Es de tela suave y me lo hizo comprar mi hijo hoy día (risas). Después de terapia pasamos por una... Le fui a comprar un helado como premio porque se había portado muy bien, pasamos por una tienda y me dijo "este es el vestido de la reina" "ya" le dije yo, "este es el vestido de la reina, mamá eres una reina, este es tu vestido"(risas), "ya, ¿y tú quieres que me lo compre?", "mamá, es el vestido de la reina", porque además yo me había comprado dos semanas atrás dos vestidos de este tipo, y él me dice que yo soy una reina, entonces todos estos vestidos son vestidos de la reina " (risas). Pregunté, "cuánto cuesta el vestido" porque además me agradan estos vestidos, y entró a la tienda y vio un montón de vestidos y yo le dije "ya, elige uno, elígeme un vestido, tócalo" y tocó este vestido y se vino y era como "ya mamá, el vestido de la reina, el vestido de la reina, el vestido de la reina". entonces en la casa yo ocupo este tipo de vestido de ropa de tela suave porque no me gustan las cosas ceñidas al cuerpo, me ahogan, y telas sintéticas tampoco las soporto no... Ahora ya sé que es un tema sensorial, que no es maña, que no es otra cosa... Que tienen que ser cosas suaves.

## **De esas cosas te das cuenta ahora porque tienes el diagnóstico.**

Exacto.

### **¿Cómo fue tu infancia, tu adolescencia, tu época escolar?**

Un burro en un rebaño de ovejas... Porque, nunca me sentí parte de un grupo, a pesar de que aún mantengo contacto con algunas niñas con las que estudié, y en eso Facebook ha ayudado bastante, pero no... nunca me sentí parte de un grupo... me sentía eso, el burro entre ovejas... no... me sentía torpe, siempre tropezándome, hasta el día de hoy me cuesta por ejemplo enfocar los desniveles, no se po, tú entras a una tienda pero hay pequeño un escalón, al bajar yo voy a hacer "pá" (hace gesto de caer al suelo). No soy capaz de bajar suave, delicada y femenina; Yo como que paso pa' abajo. Entonces... un poco torpe, además como soy alta también, las otras personas, mujeres me llegaban como al hombro, más menuditas... más torpe me sentía aún. Al entrar por ejemplo... Al salir de la escuela básica y entrar a liceo, para mí fue horrible, la experiencia más rara, o más fome o más... ay no sé. Fue espantosa, de hecho yo cuando nació mi hijo, yo lo único que quería era ponerle en una escuela que estuviera desde kinder hasta cuarto medio para que no tuviera que pasar por la transición de enseñanza básica la enseñanza media, porque yo llegué a primero medio jugando a las muñecas, y me topé con compañeras que una tenía una hija, tenía sus pololos, se iban a discos, se arrancaban de sus casas, tomaban, y yo jugaba a las muñecas. Entonces... un choque así pero tremendo, ¿qué me gustaba a mí en ese momento? Me gustaba pintar, yo salía con una libretita por San Felipe a pintar, caminaba, escuchaba música clásica (risas). No... Mis compañeras no hacían eso (risas).

### **¿En algún momento te hicieron bullying, o te sentiste aislada?**

No, extrañamente no, no... No, no fue bullying, además que yo era como la matea del curso, cuando llegué al liceo de niñas desde San Felipe, ahora yo lo veo: yo no estudiaba, yo con lo que escuchaba en clases hacía las tareas, tenía super buenas notas. Y encontraba como tan... tan... ¿cómo decirlo para que no suene feo...?.

### **Dale nomás, que suene feo.**

Tan decadente (risas). Encontraba tan decadente que por hacer una tarea te ofrecieran puntos para obtener una buena nota, que para mí era... espantoso. Entonces yo no estudiaba y me sacaba super buenas notas. Si me acuerdo que... tercero, cuarto medio,

me tuvieron que dar clases de química, porque ahí ya me doy cuenta que mi cerebro iba para otro tema... No entendía, nunca entendí, pero entendí la mecánica de los ejercicios y tenía puros sietes en química, tenía puros 6 y 7's. Las pruebas eran, no se pues, tres ejercicios más el punto va a ser y yo siempre me acuerdo que no di vuelta la hoja y me faltó un ejercicio, entonces me saqué un seis. Pero... yo veía el ejercicio y me acordaba de lo que me había dicho el profesor, entonces yo hacía todas las cosas, pero si tú me preguntas qué estaba haciendo, que me pidieron... no tenía idea. En segundo medio creo que fue, debe haber sido segundo medio, había que leer el Quijote de la mancha. A mí no me gustó el Quijote de la mancha, y con cierta vergüenza te puedo decir que cuando empecé a trabajar yo me compré el Quijote de la mancha cuando fueron... el aniversario de los... no sé cuántos años, los 500 años, no se no me acuerdo; era una edición súper entretenida del Quijote, con pie de página y todo, y yo me compré el Quijote porque yo lo iba leer, porque en la escuela no lo había leído. Total que me perdí en los pies de página, así que nunca lo he terminado de leer. Pero en el liceo yo no lo leí, y como no lo leí tuve que dar examen a final de año. Y el examen era del Quijote, y yo en el examen tuve la nota máxima, obtuve un siete, sin leer el Quijote.

### **¿Y cómo fue que lo hiciste?**

Por qué yo escuchaba en clase, y escuchaba las otras niñas que hablaban del Quijote y blablablá y me saqué un siete en el examen, y era del Quijote y esa es una de mis mayores vergüenzas intelectuales.

### **¿En serio?**

Sí, es algo que me avergüenza, porque no leí el Quijote, tuve que dar examen, y me saqué la nota máxima, obtuve un 7 y tengo 40 años y todavía no leo el Quijote. Es algo que me salta vergüenza.

### **Pero hay libros que no combinan con uno nomás po.**

Sí, pero es una cosa que a mí me pesa, que arrastrado y espero no morirme sin haberlo leído, porque sé que eso es un karma. Pero como te digo, en el colegio no me hicieron mucho bullying, en la enseñanza básica yo estuve en un colegio mixto y como a mí no me agradaba los niños, los encontraba bruscos, sucios, toda mi vida he encontrado a los hombres bruscos, sucios y no, no... tengamos cierta distancia, mantengamos cierta distancia. La enseñanza media yo me fui a estudiar al liceo de niñas de San Felipe, arrancando de los niños. En el liceo, como eran puras niñas, algo me vieron que yo tenía mi círculo de amigas y me encontraban muy ingenua. Tercero y cuarto medio yo ya

empecé a salir, iba a discos, también fume, también tome alcohol y todo eso pero no era lo mío, eso de tratar de encajar no, no... no era lo mío, siempre me acuerdo que había una niña, que yo todavía conversó con ella, como que trataba de hacerme encajar o decirme "ya y ¿por qué no sales?", no era mucho lo mío, traté de hacerlo... pero no. Ahora lo veo así, no, no, no era lo mío. Y si tú me dices ¿la universidad cambió el tema? mm... no mucho. Sí, yo en la universidad carretí, fume, tome, fui a fiestas pero tampoco fue que me sintiera en mi ambiente. Yo en la universidad, primer semestre, como venía con el training del liceo, decadencia absoluta, el primer semestre de los siete ramos que uno cursa yo reprobé cuatro, ¿por qué? Y además estudiando historia... En ese tiempo, no sé cómo será ahora, yo entré a la universidad en 1999, tenía una cátedra, una cátedra o dos al semestre y eso valía el 40%, y el 60% de tu nota era ayudantías, Y las ayudantías por lo general eran controles de lectura. Te pasaban una hoja de oficio, escrita por los dos lados con libros, algunos eran capítulos, algunos eran enteros pero era una lectura considerable. Yo me acuerdo que en la noche antes de un control de lectura, yo tenía como seis libros sin leer todavía... así es que reprobé. Pasamos al segundo semestre y yo dije no, y en el segundo semestre de la carrera de historia de la Universidad de Valparaíso, tú tenías que optar por pedagogía en historia o licenciatura en historia con mención en ciencias políticas, y yo elegí las dos. Y eso significó que los años siguientes, yo egrese en... Me titulé el primer semestre de 2005, que fueron como seis años que estuve en la universidad. Los siguientes años significaron que yo tenía nueve ramos por semestre y no reprobé ninguno. El segundo semestre yo reprobé... no el segundo año fue, como me atrasé porque había reprobado Historia de Grecia, el segundo año reprobé historia medieval I, y era historia medieval I y II, esa fue la única asignatura que yo reprobé después, pero yo tenía nueve ramos por semestre y en algún momento yo tuve tres exámenes tienes ese mismo día. Y no reprobé. Si tú me preguntas cómo lo hice, la verdad es que no sé, no me acuerdo, no sé cómo lo pude hacer, pero yo siempre estudiaba porque además ahí tú no te eximias en la católica, la carrera de historia. Tú tenías que llegar al examen, te enfrentabas a la comisión y por lo general eran profes de la misma carrera y te haciendo una pequeña tortura "¿Le ofrecemos o no le ofrecemos nota?", "Juanito, ¿qué piensas tú?" "No, no creo", "Pedrito, ¿qué piensas tú?", no sé, ¿qué hacemos?" "ya, ofrezcamosle nota", me hacían pasar por eso. Pero yo apuntaba a eso, a que me ofrecieran nota, pero si tenía que estudiar, no era raro que yo tuviera dos exámenes en un día, o toda la semana tuviese exámenes. Un semestre me tocó tener tres exámenes en un día, y no podía decir nada porque como yo me había atrasado... No... Y estaba en las dos carreras, no tenía mucho que decir. Así es que mi paso por la universidad no fue glorioso pero tampoco desastroso. Fue simplemente estudiar, estudiar para terminar la carrera.

**Que es algo que no habías hecho antes, porque en el colegio no estudiabas.**

**Exacto.** yo hasta hace un par de años atrás, cuando me cambié de casa, vine a botar los cuadernos con resúmenes, cuadernos con resúmenes que tenía, los bote. Libros resumidos, montones de apuntes, los boté. Porque consideré que ya no era necesario guardar tanto papel, pero ese fue mi paso por la universidad. **Tampoco fue de "ay, viví la universidad " no (risas) no, traté de, pero no, nunca fue lo mío.** Viví el primer año en una pensión, después me cambié a un departamento compartiendo pieza, después volví a una pensión y terminé arrendando una pieza en una casa, y la pieza tenía baño así que yo vivía... Escasamente yo salía a cocinar de la pieza ahí, y era la única universitaria, las demás personas que vivían ahí en viña era gente que trabajaba, entonces tampoco fue así como... Viva la vida loca en la universidad.

### **OK, eso de los carretes... No.**

No, los últimos años no. Y en este mismo contexto, como dice las dos carreras existía la opción de hacer una tesis, y en pedagogía sólo la presentaba pero en licenciatura en historia tenías que dar el examen de grado, podías hacer una sola pero había que adecuarla a las dos carreras. Y yo dije no, voy a hacer dos tesis, y eso fue lo que hice.

### **¿Hiciste dos tesis al mismo tiempo?**

Hice dos, sí. La de pedagogía le hice sin muchas ganas pero la de historia puedo decir que le puse de mi talento y fui a dar el examen, y no invite a nadie, yo me había ido ya a vivir a San Felipe, me acuerdo que tome el bus, llegué media hora antes de presentarme al examen, metí una falda en mi mochila porque además en la carrera de historia era muy patente los hombres de terno y las mujeres con falda, en ese tiempo, no se ahora, las cosas han cambiado porque estoy hablando del 2005 cuando yo me titulé. Y me dio flojera y ni siquiera me puse la falda, me presenté a dar el examen con una blusa y un pantalón de tela, **di mi examen y todo el cuento y nada, se miraron la comisión y me miran y me dicen "bueno, en este momento es cuando toda la gente aplaude porque usted aprobó" "ah ya" le digo yo, y salí.** Y afuera estaban un par de compañeros porque antes de que yo entrara a dar el examen había otra compañera más que daba su examen de grado, yo salí " sí, yo aprobé, blablablá, chao, me voy".

**Tampoco fui a recibir mi título en esa gran ceremonia que tienen todos su momento de gloria, no, tampoco fui, porque consideré, ahora lo veo, característico autista, que no había dado todo de mí, así que...**

### **No merecías una premiación.**

Exacto, no me sentí merecedora de eso. Y eso, recién lo vine a advertir el año pasado cuando con Mariana, mi psicóloga, lo trabajamos y ella me dijo "pero Juana, nadie hace lo que tú hiciste, muy pocos lo hacen"

### **Nadie hace dos tesis el mismo año.**

Claro, yo consideré que no era merecedora porque yo podía dar más, y ahí hay un tema de autoexigencia, y también es... Forma parte de este mundillo del autismo. No haberme sentido parte de, no... el auto exigirte, no encajar, el sentir que no formabas parte de... Así que eso fue pues, eso fue la infancia, la universidad... No hay... No sé cómo explicártelo...

### **Claro, harto camino, hartas cosas.**

Exacto, pero siempre me persiguió eso, eso del burro entre las ovejas, siempre me ha perseguido eso. Ahora ya me importa más un comino todo, ya no es tanto... Es que me importa ya un comino lo que piense el resto, yo soy más... me siento más libre de ser como soy, demostrarme tal cual, de no tratar de encajar en... es eso. Cuénteme qué más.

### **¿Cómo es la definición, la relación que tienes contigo mismo antes y después del diagnóstico?**

Em... es... si bien me reconozco formando parte del espectro autista es como entenderte, entenderme más, conocerme... Como ser más yo, como que... A ver...(Se muestra complicada) Ese enmascaramiento, esa cosa de... esa máscara que te pones para no ser el bicho raro, y yo. Eso es ya como te decía me importa un cuerno, ya como me ven los otros. Si me pongo nerviosa y me pongo a mecer, me meso (risas)

### **Te lo permites.**

Me lo permito... exacto... si ya me exaspero ahora grito, llegué a un punto por ejemplo que gritaba y lanzaba cosas, significó que me armaron un poco la loza aquí en la casa pero ya me permito sacar todo eso que hay dentro y eso me permite estar más ligera, no... eso de guardarte, como sentirte empaquetada, como es siempre estar no sé si fingiendo pero... Estar aguantándote, coartándote, Eso ha mermado un poco, ha cesado un poco en mí. Entonces... El saberme dentro del espectro ha significado eso, que puedo hacer más yo.

## **Te sientes más libre.**

Exacto, me siento más libre, soy más yo. Si en mi mochila ando con un cubo de estos Fidget, entonces ya, si me toca esperar lo saco y empiezo con el cubito, o empiezo a mecarme, ya soy así po. Si necesito mecarme, lo hago. Si necesito darme un tiempo de parar, y darme una vuelta para volver a mi centro, lo hago, ya no es eso de estar todo el día dándole, dándole, dándole... hasta que ya terminas mal, agotada, no... dejé de hacerlo. Ya no... ese enmascaramiento, esa como... careta que me ponía antes, ya sé que es... que no todos lo hacen, que si necesito una media hora sola, sin ruido, es porque necesito volver a... como una introspección para volver a calmarme, para volver a serenarme, a bajar los niveles de angustia, la agresividad... porque era antes como un constante estado de alerta y de tensión. Era absolutamente desgastante, sobre todo cuando trabajaba, ahora que lo entiendo y lo veo así, ya no está eso.

## **Entonces lo que escucho aquí es que no fue sólo un proceso de autoconocimiento sino también de auto aceptación.**

sí... Es aceptarme tal cual soy, el autismo no soy yo, el autismo forma parte de mí, es una parte de lo que soy, pero sí significa también aceptarme como tal, aceptar y entender que no todos funcionan así. El papá de mi hijo siempre me tira en broma "no podi hacer dos cosas a la vez" si po... si yo estoy haciendo algo y él me habla, pum! quedo en blanco. Si él ya me reconoce mi cara, mi rostro, él ya sabe cuando estoy mal. Siempre me dijeron "oye, soy enojona" no po, no es que soy enojona, es que estoy pensando. Entonces, cuando tuve la crisis yo repetía y repetía "déjame pensar, déjame pensar" y la psicóloga, ella les dijo que no me dieron tiempo a volver a pensar, a estructurar, entonces ahora ya me doy ese tiempo para poder... No sé cómo decirlo, como parar para volver a continuar, para seguir avanzando.

## **Cómo reconectar las ideas...**

Exacto... reconectar las ideas y ahí también viene la funcionalidad que tiene para mí las libretas, los post-it y todo, porque muchas veces necesito llevar al papel todo para poder entender, porque si no le sigo dando vueltas, y le doy y le doy... A cuestiones tan básicas, por ejemplo el almuerzo, "qué voy hacer de almuerzo para mañana" he llegado a tener insomnio de no resolver una cuestión tan básica, entonces ¿qué hago? pum, agarro un papel, lo resuelvo y listo. Ahí hay un tema de estructura, de mi forma de ser, Mariana me dice que yo soy muy estructurada, y yo le digo "no, no soy tan estructurada porque también soy muy desordenada" pero necesito el papel, el lápiz, la lista, el trazar

las ideas y el conectar todo, casi como que mapa conceptual para poder avanzar y resolver un tema pendiente para seguir.

**Es que no es que seas estructurada sino que es tu forma de ordenar tu mente, de entender todo, de poner todo en orden. Porque tal vez incluso si es que no lo hicieras se dirían las ideas.**

Si, en ese sentido yo ahora me doy cuenta de que soy un poco olvidadiza, cuando llego a la fundación a mi hijo yo estaciono en una cuadra por el costado, porque ahí hay un niño que cuida autos, no estaciono frente a casa azul porque ahí no hay nadie que cuide autos y más de algunas veces he dejado las llaves en el auto. He tenido mucha suerte de que no me lo roben. De hecho una vez yo llevé mi hijo a terapia, me bajé y dejé las llaves puestas en la puerta y cuando volví un niño estaba al lado del auto y como yo tenía en ese tiempo tres copias de la llave del auto, por lo mismo, porque las perdía, yo abrí la puerta del copiloto y me dice "¿es su auto?" "sí" le digo yo, "es que dejó las llaves puestas" y me doy la vuelta y estaban las llaves puestas, y me dijo "yo le estaba cuidando el auto" "gracias". Claro, entonces tomo ese tipo de precauciones, prefiero caminar casi una cuadra pero el niño está ahí, y ya me ubica, ya sabe que yo llevo mi hijo, entonces (risas) si dejas si llego a dejar el auto abierto tengo la esperanza de que... Soy olvidadiza y necesito estos papeles, las notas, los post-it, todo para poder organizarme.

**Ya, entiendo. Ya, última pregunta. ¿Crees que tu vida hubiera sido más fácil si hubieras recibido el diagnóstico a la edad en la que lo hace un hombre, alrededor de los dos años?**

Am... Es que pensando en la época en la que yo nací: 1980... no. Tu tienes que tener claro que en la década de los 80 el diagnóstico de autismo era otra cosa, se me hubiese etiquetado. Mis papás fallecieron y yo el año pasado hablé con una amiga de mi mamá y le pregunté, me preguntó por mi hijo, ella sabía que mi hijo era autista y yo le dije "sabe qué, yo también lo soy", y ella me dijo "ah... entonces por eso eres tan tranquila" yo tenía esa característica de niña, que era muy tranquila, entonces es probable que por eso pase inadvertido el diagnóstico para toda la gente, pero por un tema... O sea, ahora te digo que mi tema es social, tal vez no habría arrastrado todas las trancas que he arrastrado hasta el momento, pero más allá de eso no. Quizás fue bueno no haber tenido el diagnóstico por que pensemos la década de los 80, habría sido otra etiqueta, ahora es un poco más... Ha cambiado el diagnóstico, no es tan trágico el tema, hay un poco más de... Hay mucha más información, no un poco, mucha más información.

## **Y eso que sigue siendo poca.**

*Exacto, sigue siendo poca. Cuando yo comencé el camino con Víctor lo miraban y decían "pero no se le nota", "pero si camina" alguna vez llegué a pensar que era como si Víctor estuviera en una silla de ruedas y con el hilo de saliva colgando y ahí iba a ser como autista para el resto.*

## **Lamentablemente es así.**

*Exacto, el desconocimiento es muy grande.*

## **¿Cómo crees que hubiera sido tu vida si nunca hubieras recibido el diagnóstico?**

*Eh... hubiese continuado pensando en un tema de depresión, sentirme simplemente rara en algunos... La palabra ingenua que hablamos en su momento, habría pasado por ingenua porque muchas veces era como "ah... que tonta", "pero cómo tan ingenua", siempre me acuerdo que cuando yo conocí a mi suegra, mi pareja me dijo que ella me había notado muy ingenua, yo conocí a mi pareja cuando tenía 32 años, algo por ahí, 32, 33 años. Entonces ella me vio a mí como una mujer ingenua, tal vez hubiese continuado así, como un poco tonta, ingenua, depresiva, pero no... tal vez hubiese seguido así y no más allá, sin entenderme más allá, hubiese seguido así, pensando depresión, ingenua, torpe, no... no hubiera profundizando en todos esos temas como lo he hecho, porque lo he hecho en estos últimos dos años... porque pienso en la ruedita, la ruedita me ayuda entender lo que siento, lo que pienso. Entonces hubiera continuado así... el tema de la depresión, los medicamentos, que soy mal genio, ese tipo de cosas. Pero de la infancia te digo que yo creo que fue bueno que nadie advirtiera todo eso por el desconocimiento, piensa en la década de los 80, yo nací en 1980, entonces pensemos que, de los 80 a los 90 hubiese sido bastante duro el recibir un diagnóstico de autismo, en esa edad.*

## **Si... Y el pensamiento de qué estás enferma también, hubiera estado ahí presente.**

*Exacto, porque de hecho aún mucha gente, por ejemplo una tía abuela a mí me dice "¿y cómo va la enfermedad del Víctor?". Ella tiene casi 80 años, creo que tiene más de 80, entonces por más que yo le expliqué a ella que no es una enfermedad, ella lo ve así. Ella me pregunta "¿y cómo va la enfermedad del Víctor?", entonces hubiese sido otra cosa si me hubiesen dado a mí un diagnóstico en esa época. Entonces casi yo lo considero a*

*favor que lo recibiese a esta edad, porque me hace entender muchas cosas simplemente, aceptarme, entenderme como soy... Y eso.*

**Muchas gracias, Pucha lamentablemente ahora me tengo que retirar porque tengo una sesión con una paciente ahora y me está esperando, ojalá hubiéramos tenido más tiempo para conversar, siento que se me hizo poco el tiempo. Muchas gracias por la entrevista y por abrirte conmigo.**

*Ok, si necesitas ayuda o algo no dudes en comunicarte, ¿de acuerdo?*

**Ok muchas gracias!**

*\_Barbara, 26 años. Edad de diagnóstico: 26 años. Chile.*

*Siguen Instalando el internet, como nos cambiamos de casa...*

*Entonces no podíamos usar el computador.*

**Ah ya, bueno**

*Ahí me costó un poco más*

**Bueno, si quieres podemos empezar con que me cuentes un poco de ti, como para conocernos mejor.**

*Me llamo Barbara y tengo 26 años, y me diagnosticaron Asperger hace poco, hace como 7 meses más o menos.*

*Y bueno, me dijeron que no era asperger solamente porque yo ahora era una persona funcional, pero no quiere decir que cuando era más chica, podría haber sido un mucho más alto.*

*Pero que me hiciera una persona funcional ahora, era mucho más fácil.*

*Antes, porque estuve mucho tiempo tomando psicólogos y terapias en el colegio, tenía clases diferenciales porque decían que tenía déficit atencional.*

Pero cuando siempre me llevaban a las clases de diferenciales, me hacían pruebas y cosas así, entonces yo las podía responder súper bien, no tenía problemas de aprendizaje.

**Ya**

Ahora del ambiente escolar (falla de conexión min 1.40 a 1.45).

Ahora sí, el ambiente escolar me estresaba, entonces no me permitía hacer las clases normales, pero siempre dijeron que era un déficit, y luego de eso con los psicólogos, terapeutas, me decían que yo tenía como ésta personalidad y era un poco más retraída por traumas de infancia pero no me pudieron diagnosticar hasta ahora

**¿Ya, y cómo fue tu proceso de diagnóstico?**

Yo creo que lo sentía antes un poco, porque nos tocó hacernos cargo de una niña, sobrina de mi pareja que tenía autismo. Entonces en ella me vi reflejada con muchas cosas.

Ella tiene 4 años, entonces la llevamos a los neurólogos, la diagnosticaron y comencé a recordar, de que yo era muy similar cuando chica. Entonces yo pedí una respuesta, yo fui con el neurólogo y le pregunté si era posible que yo tuviera algún trastorno del espectro autista, y me dijo que sí, pero que eso no era bueno como saberlo a esta edad, que él no me lo recomendaría cómo saberlo a esta edad, porque como que no tenía sentido si yo ya había hecho mi vida, pero para mí era importante tener una respuesta.

**Claramente**

Entonces luego hablé con la psicóloga y la psicóloga me dijo que sí, que el tiempo que llevamos en terapia, ella ya había visto muchos rasgos, sobre todo explicaba mucho la ansiedad que yo tenía porque soy muy ansiosa.

Y... entonces hicimos test, hicimos pruebas de cuando yo era niña, de cuando era adolescente, hasta la actualidad. Entonces yo igual me preparé en esas pruebas, en esos procesos que he tenido, porque fueron semanas de estudio y ella me dijo el diagnóstico junto al psiquiatra. Lo tomé bien porque sentí un alivio, porque no me sentía entendida, ni yo misma me podía entender a veces, y decía: "¿por qué soy así?, ¿por qué soy tan ansiosa?, ¿por qué a veces tengo estos ataques de llanto y que solamente me quiero hacer bolita, y quiero llorar y estar sola? y no reacciona nada".

Entonces eso fue súper bueno, el poder tener una respuesta, explicó muchos factores de mi vida y además pudimos diagnosticar que mi hijo tiene Asperger.

Y posiblemente también mi mamá, porque yo no me crié con ella entonces comenzamos a unir los lazos e hicimos como estas mismas pruebas, ella tiene 50 años, y ahora recién

se ve como una posibilidad, porque antes como que no se diagnosticaba autismo o asperger, a menos que fuera como un nivel muy alto.

Ahora, ahora es más fácil.

Asique lo tomé bien

### **Ah ya, ¿cómo te sentiste cuando te dieron el diagnóstico?**

Un alivio, un alivio de, fue una sensación de alivio y el poder saber con qué... con que estaba...a que me iba a enfrentar ahora: a una persona con un diagnóstico y no a posibles depresiones o ansiedades, diferentes tipos de cosas.

**Ya**

Comencé a averiguar bien, entonces me di cuenta de que no..., que mis actitudes por así decirlo eran normales y podían ser trabajadas de una forma; con la psicóloga trabajamos en que yo soy demasiado cuadrada y yo decía: "¿cómo nadie entiende que yo soy así? que yo tengo mi rutina así, tengo mis horarios así y aunque yo me acuesto a las 6 de la mañana yo me voy a levantar a las 8:00 sí o sí"

Entonces, eso me ayudó a entender que no era algo malo, sino que es algo que también yo tengo que aceptar y poder trabajar en la comunicación con los demás, y también los demás me tienen que aceptar a mí.

**Ya, entonces fue como un proceso como de autoconocimiento.**

Personal, sí, si...

### **Autoaceptación también.**

Si, y me ayudó también en el proceso mi pareja, pienso que si hubiera estado sola no hubiera sido lo mismo.

### **¿Cómo han sido tus relaciones de pareja?**

¡Pésimo!, ¡pésimo!, me cuesta mucho. Además de que yo soy lesbiana entonces el leer a una mujer es mucho más complicado pienso yo, creo que las mujeres a veces dicen cosas que no son las que piensan o las que sienten, entonces leer el lenguaje personal de otra persona ya me es difícil, imagínate para una mujer.

**-Risas-**

### **Me imagino**

Tuve una relación (risas), tuve una relación de 9 años en la que solo pasaba el tiempo, no era una relación así como propiamente tal como un pololeo en sí, nos veíamos de vez en cuando y me decía mucho: -ahora entiendo, pero en ese momento no entendía-,

"ojos que no ven corazón que no siente". Entonces, yo ahora entiendo que si me iban a cagar yo no lo iba a saber, pero son cosas que yo he ido aprendiendo ahora que tengo mi diagnóstico y que podemos evaluar ese tipo de comentarios y palabras con la psicóloga, entonces esa relación la terminé, y llevo dos años con mi pareja actual y vivimos juntas con nuestro hijo.

### **¿Alguna vez sufriste violencia de pareja?**

Creo que no física, pienso que psicológica, pero la verdad es que pienso que no me afectaba mucho, porque como te digo yo no entendía bien, sí me decía mucho que era rara que estaba loca, pero yo sabía que no era así.

A veces con los comentarios... no entiendo mucho lo que la gente dice, cosas así como... Dice comentarios como irónicos o sarcásticos o hacen chistes de doble sentido, siempre quedo como tonta por así decirlo, porque no los entiendo; así que no me afectó mucho haber tenido como violencia psicológica cuando viví esa relación. Pero sí, en el colegio tuve más problemas.

### **¿Cómo fue tu infancia, tu época escolar, tu adolescencia?**

Fue súper difícil, porque... bueno, ya tenía que lidiar con que no tenía a mi mamá, y entonces yo también era diferente y me sentía diferente, y eso era como lo más complicado, sentía que no me entendían. Yo era muy... recibía mucha información y yo la podía captar toda en mi cabeza bien, pero las clases me costaban, me costaban las disertaciones, me costaban las pruebas, pero era buena estudiante, me costaba más la sociabilización con los compañeros.

### **Ya**

Eso es, pienso que lo que más me ha costado en la vida es poder sociabilizar, cuando salí del colegio y entré a la Universidad me di cuenta de que había todo un mundo y que yo tenía que integrarme. Antes de darme el diagnóstico siempre trataba de sonreír, de reírme, aunque no entendiera el chiste para no quedar mal, de buscar un trabajo y ser como más tolerante a los demás y tratar también de yo cambiar.

### **De encajar**

Ahora que tengo mi diagnóstico...

Era como una máscara que me tenía que poner siempre para que no te sigan diciendo que eres rara, eres tonta y esas cosas. Porque no soy tonta, soy bastante inteligente, pero ahora que tengo mi diagnóstico siento que ya no importa, que yo puedo comportarme como yo me siento mejor, y me es más fácil llevar una vida y si quiero le puedo decir a la gente que tengo asperger y si no quiero no le digo.

*Incluso que no es algo malo.*

### **Ahora eres mayor...**

*Si, si mucho más, soy más libre y puedo hacer lo que yo sienta que sea mejor para mí, sin pensar en las cosas que puedan decir.*

### **¿En algún momento sufriste bullying o aislamiento?**

*Si, pero me gustaba estar sola, prefería eso, me gusta estar sola sobre todo cuando era más chica.*

### **¿Y cómo fue el cambio en la adolescencia con los cambios hormonales?**

*La adolescencia fue lo más difícil, porque en la adolescencia por esto mismo de yo no poder tener una buena comunicación con las demás personas, me afectaba mucho y sufrí mucho; y sufrí abuso y tuve también a mi hijo, entonces esto fue muy complicado y después cuando yo tuve... tuve que decir todo, tuve que hacer la denuncia me decían: "¿cómo no dijiste nada?, ¿cómo no entendiste que si te decían eso no tienes que ir para allá?, que no tienes que hacer eso", pero yo no entendía bien a qué se refería la gente, entonces yo como tonta y muy inocente, sufrí este abuso, de parte de mi tío y tuve a mi hijo; eso fue lo más complicado porque además tuve que, seguir estudiando y también tuve que ir a trabajar, pero pienso que sin ese proceso que fue tan complicado, yo nunca me hubiera podido adaptar a la sociedad.*

### **Debió ser un momento super complicado para ti**

*Sí, pero de cierta forma el proceso solo de la adolescencia fue súper importante para poder yo enfrentarme al mundo, porque de otra forma yo no lo hubiera hecho, porque me daba mucho miedo la gente, me daba miedo el metro, que había ruido, había mucha gente, todos gritan al mismo tiempo y el metro frena, y las luces cuando pasan tienen un sonido fuerte, toda la gente gritando. Entonces esas eran cosas que yo tenía que hacer sí o sí, pero porque tenía la obligación, y si no lo hubiera hecho a esa edad, ahora no podría hacerlo. Me ayuda a concentrarme mejor, a ser más tolerante con los sonidos, a todas esas cosas.*

### **¿Sientes que esta habilidad de las mujeres con autismo de enmascarar como las emociones, el poder mezclarse en el ámbito social, de alguna forma evitó que tú fueras quien eras?**

*De alguna forma, ¿qué cosa?*

### **Que evitó que tú fueras quien eras.**

*Ah, claro que sí.*

También me ayudó de cierta forma, porque que la gente sea tan cerrada y tenga un concepto de normalidad tan marcado y tajante... también yo trate de mezclarme, entonces, si siento que hay que tener una máscara ante la... al menos todo el tiempo que yo estuve trabajando, hay que tener una máscara ante la sociedad, tratamos de cómo ocultar las cosas que sentimos. Y si creo que es muy común, yo también he visto otras mujeres con TEA que como que no son ellas mismas, excepto en la casa.

**¿Sientes que te hizo perderte a ti misma de cierta manera?**

Si, antes sí, pero antes de tener mi diagnóstico, después de tener mi diagnóstico ya no me importa la verdad.

**Claro que sí.**

Después de mi diagnóstico yo dije: "mejor yo voy a armar mi emprendimiento y si me cuesta socializar con la gente, lo voy a hacer solamente cuando yo quiera hacerlo y no voy a tener que estar ahí presionándome y tratando de cambiar algo que no puedo cambiar porque no soy yo"

**¿Qué impresiones recibiste de la gente cuando les dijiste que eras asperger?**

Los más cercanos, bueno no soy de amigos, pero los más cercanos que son adultos, ya más grandes me dijeron que ya lo sabían, que ya lo sentían y que en realidad seguía siendo yo y ellos me querían así. A diferencia también de los que no eran más cercanos y los pocos que supieron decían que con razón yo era como tan rara y diferente; hay gente que no lo entiende bien, las diferencias de igual forma... porque yo sé que a mi me cuesta la habilidad social, pero es lo único que me cuesta porque puedo memorizar un libro completo en la cabeza y tengo mucha información.

**Entonces ¿cómo crees que es tu definición, tu relación contigo misma antes y después del diagnóstico?**

Antes pensaba que estaba enferma, que era muy distinta, no me gustaba lo que sentía, sentía mucha ansiedad y al extremo de ponerme obesa y luego me tuve que hacer una manga gástrica por mi ansiedad.

Intentaba cambiarme, porque comí mucho, me tuve que operar, me tuve que hacer una manga gástrica en el estómago, me sacaron el 97% del estómago porque estaba muy gorda y muy obesa, y eso afectaba mi salud sobre todo por lo de la epilepsia, entonces me hice una manga gástrica y siempre estaba tratando de cambiar y de ser, de adaptarme y no me gustaba como era.

Entonces intentaba mostrar otra cosa... y ahora todo eso cambió, pude darle explicación a muchas cosas, como a por qué me cuesta tanto hacer amigos. Darme cuenta en qué me cuesta trabajar y trabajarlas.

Trabajamos en una forma, en esas crisis de llanto y desesperación de tal forma de no taparme los oídos y no salir corriendo.

Trabajamos todas esas cosas, entonces me di cuenta que no era un problema de depresión, no eran esas cosas que yo pensaba que estaba mal o que quizás estaba loca como me decían a veces, si no que solamente era un problema que a mí me costaba sociabilizar y que las personas con algún espectro autista tienen mucha ansiedad, solo eso, son muy cuadrados, son muy ansiosos entonces no es malo.

**Claro.**

Después de que tuve mi diagnóstico, pude responderme a mí misma y me dio esa tranquilidad de hacer mi vida normal, y también mostrarle a mi hijo que no es algo malo que se sienta raro y diferente, eso es muy importante, él se siente bien con la familia que tenemos, sabe también que tiene un coeficiente intelectual mayor al común, entonces tiene 11 años y ya toma clases de astronomía, astrofísica y física cuántica en la Chile.

**Wow**

Y sigue con sus clases normales, y entonces se da cuenta que también tenemos una habilidad que no toda la gente la tiene, no digo que todas las personas con asperger también lo tengan, pero sí que nos ayuda mucho, solamente tenemos que trabajar la parte social, no verbal, porque somos demasiado literales. Yo me acuerdo que una vez me dijeron que me podía comer todo lo de la mesa, me dijeron que todo lo que había en la mesa era para comer y yo me comí todo lo que había en la mesa, literalmente todo. Todo, entonces a veces como que nos cuesta captar los mensajes, porque somos demasiados literales, trabajamos en eso con nuestro hijo, y mi pareja nos ayuda mucho, es muy paciente, así que puedo decir que después de mi diagnóstico, todo fue mejor.

**Qué bueno, ¿crees que es lícito para una persona, mujer y autista vivir en el mundo en el que vivimos de personas neurotípicas con reglas sociales y todo sin tener el diagnóstico?**

No, para nada, porque las personas de esta sociedad son muy machistas y nos enseñan a vivir de esa manera de chicos, en cosas tan básicas como: "calladita te ves más bonita", y una persona con algún espectro autista es muy difícil que se quede callada o que no diga lo que piensa. Entonces, al final frenamos a las personas y las disminuimos, cuando estas personas podrían expresar lo que sienten, pudiendo ser una mejor

persona, y tener un mayor aprendizaje. La sociedad siento que no está preparada aún en ningún aspecto, ahora piensan que los movimientos de mujeres del movimiento feminista son "feminazis", son estos tantos tipos de nombres que les ponen, nos ponen a nosotras y a las mujeres, que al final de cierta forma igual te molestan, que te digan feminazis por ejemplo, y diles machista a un abusador o violador. Creo que si la sociedad como que no le toma el peso a una mujer neurotípica, creo que menos a una mujer con algún espectro autista, eso pienso. Así que no, no está preparada y es muy difícil, muy difícil tratar de adaptarse, al menos ahora, aunque ahora está siendo mucho más diagnosticado.

**Sí.**

*¿Porque antes no se diagnosticaba tanto, tú sabes?*

**Si ahora hay poco conocimiento, pero hay algo, antes no había nada de conocimiento de autismo en femenino.**

*¿En femenino más que en el masculino?*

**Sí, porque todas las investigaciones a lo largo de la historia han sido centradas en los hombres, y de hecho la teoría era que las mujeres tenían mucho menos prevalencia de autismo que los hombres, y ahora hoy en día se están haciendo investigaciones, que investigan las investigaciones anteriores, y se dan cuenta que estas investigaciones no tenían fundamento empírico para decir que las mujeres eran menos que hombres.**

*Mmm ¡Tiene mucho sentido!, tiene mucho sentido, porque por ejemplo, yo llevé una vez a mi hijo al pediatra y caminaba en puntitas ellos dijeron: "mmmm... el camina en puntitas" y les pareció extraño, pero a diferencia cuando lleve a la niña que tuvimos que criar un tiempo que también era autista, también dijeron que era importante el tema de que caminara en puntitas, cuando yo caminaba en puntitas de chica, me dijeron que quería ser bailarina de ballet.*

*-Suspiro-*

**Claro.**

*Entonces sí, ahora como más lo pueden relacionar a ciertas conductas a como somos nosotros, pero antes en mujeres sí, era diferente.*

**Claro que sí.**

*Lo que igual me consta.*

**¿Sientes que en algún momento tu personalidad real fue aplacada?**

*Si, si toda la vida, siempre, siempre, y ahora... ahora no, ahora soy libre, antes no lo era tenía que fingir mucho*

**Claro que sí.**

*Incluso hay que fingir en cómo uno se tiene que vestir, tienes que vestirse de una forma ni siquiera cómoda para ti, pero si a mí me dicen que tengo que ir cómoda a trabajar yo iría sin zapatos, ¡pero no!, uno tiene que vestirse incluso acorde como a uno le dicen que es lo normal, lo que es femenino, lo que es correcto para una mujer hacerlo. Ahora ya no importa, pero si tuve que hacerlo toda la vida, entonces si influye mucho y hay que prácticamente ponerse esta máscara para que te puedan entender y puedas llegar a sociabilizar y tener una relación un poco más empática con los demás, porque se fijan mucho en cómo es la persona por fuera y te juzgan también mucho más por dentro, entonces todo eso hay que ocultarlo.*

**¿Sientes que tu vida hubiera sido más fácil si te hubieran dado el diagnóstico a la edad normal de un hombre alrededor de los 2 años?**

*Quizás más fácil, pero no me haría la persona que soy ahora. Y sí, quizás hubiese sido mucho más fácil para mí, pero porque no hubiera tenido mucho de las vivencias que tuve, pero en realidad no hubiera sido lo mismo, pienso que no me hubiera podido integrar.*

**Ya, última pregunta.**

**¿Cómo sientes que hubiera sido tu vida si no hubieras tenido el diagnóstico?**

*Mi vida ahora sería, si no hubiera tenido el diagnóstico, creo que sería muy inestable emocionalmente y no sería la mamá que puedo ser ahora porque seguiría fingiendo y fingiendo, no solo finges, al final le finges a todos, finges hasta a tu hijo y le enseñas eso, que tiene que fingir para poder adaptarse, pero si yo no hubiera tenido un diagnóstico, en realidad no me imagino mucho nada... una vida sí, pero sería diferente, no me gustaría.*

**No serías libre.**

*No, piensa que como es está perfecta y puedo expresarme sin importar si está mal, puedo dar mi opinión, puedo sacarle provecho a ciertos conocimientos que tengo, ciertas obsesiones y cosas. Entonces es mucho más libre.*

**Wau muchas gracias**

*De nada, ¿tú tienes que hacer un trabajo?*

**Es una investigación para sacar mi título de psicóloga.**

*¿Tu tesis?, la tesis es lo más difícil.*

**-Risas-**

**Si, si lo es**

*Yo me demore un año.*

**Además de que no elegí un tema fácil.**

*Si, elegiste un tema poco común, un tema que se conversa poco.*

**Si, por eso lo elegí, es muy necesario que haya más investigaciones al respecto. Porque no puede ser que una persona de 60 años se está dando recién cuenta que es asperger, toda su vida, es decir que todo el tiempo tuvo esta sensación de rareza que no pudo comprender.**

**Imagínate que hay millones de personas que no lo saben, que andan caminando por ahí siendo personas que no son, sin saber que realmente son autistas y que todas esas cosas tienen explicación.**

*Sí.*

**Imagínate que hay mujeres que se dan cuenta que son asperger porque tienen un hijo hombre que es asperger, entonces, ¿Qué pasaría si esos hombres no hubieran existido?, ¿Qué pasaría si en vez de un hombre hubieran tenido una mujer?**

*Si, que importante lo que dices, tienes mucha razón, porque antes no se diagnosticaba a las mujeres.*

*Tienes razón en que se diagnostica más a los hombres, y que las mujeres si, tratan de vivir una vida que no son, y eso es muy malo porque les puede afectar siempre, para poder aceptarse, y llevar una vida con todas sus características bien y poder ser libre.*

*No se puede ser libre si no son diagnosticadas. Creo que, si se hiciera un estudio ahora, saldrían muchas más mujeres.*

**Sí, ojalá se hagan más estudios ahora, para conocer mucho más, sobretodo en Latinoamérica que es tan desconocido**

*Mjum, si*

**Y por lo mismo te agradezco mucho que hayas querido participar en mi investigación, muchas gracias por abrirte conmigo y la confianza.**

*De nada, si necesitas algo tú me puedes avisar.*

**Necesito el consentimiento firmado, no se si ya me lo mandaste.**

*¿Me vas a mandar un documento?*

**Te lo pasé por mail, por el mail que me diste.**

*Ah ok, entonces lo firmaré y lo enviaré.*

**Ok, esto lo he conversado con todas las participantes, cuando termine la investigación te enviaré la tesis para que la lean y para que sepan en que participaron.**

*Eso es super bueno, me gustaría leerla.*

**Muchas gracias, y espero que tu vida siga siendo igual de perfecta como hasta ahora.**

*Muchas gracias, chao*

**Cuidate.**

\_Julia, 45 años. Edad de diagnóstico: 38 años. Chile.

**Bueno empecemos, si te parece cuéntame un poco sobre ti.**

*Me dicen Julia, eh...tengo 45 años, eh... estoy separada hace hartos años, Eh...espérate, 13 años.*

**Soy mamá de dos chicos TEA, también, somos 3 acá en la casa (risas)**

*Haber, estudié contabilidad, contador auditor, pero no me gustó trabajar en eso, así que hice la práctica y nunca más volví a ver eso, y después... (no termina la idea).*

**¿Cómo que no ejerciste?**

*No, hice solamente la práctica y no me gustó. Y todo el mundo me decía "pero ¿Cómo?!" Es que no me gustó.*

**(risas) Me imagino, si ya habías estudiado toda la carrera.**

*Si, estudié la carrera y fui la primera de mi generación. Y, de hecho, nosotros terminamos de (no termina idea), entramos hartos y terminamos solamente, eh, cuatro. Y de las cuatro que terminamos...*

### **¿Enserio? wow**

*Y de las cuatro que terminamos, em, yo fui la única que no reprobé ramos. Entonces era como, era la primera de la primera de todo, y ayudaba a mis compañeras, les enseñaba y todo. Y, m... después estudié hotelería que era lo que me gustaba, y trabajé en eso.*

### **¿Ahora te dedicas a eso?**

*No, después me retiré y me puse a trabajar en otras cosas, trabajé como secretaria.*

*Después me casé y de ahí me dediqué a mis hijos hasta, bueno... me casé en el 2004 y me separé en el 2008 y... me separé en marzo del 2008 y... eh me dediqué a los chiquillos y empecé a trabajar y trabajé en un supermercado, en el jumbo del Alto Las Condes hasta febrero del 2016, que ahí me vine acá a Viña a cuidar a mi abuelita.*

*Eh... Lamentablemente falleció y ahora cuido a mis hijos, a mi mamá y a mi abuelito de 95 años.*

### **Si... eso te iba a preguntar, ¿cuántos años tenía tu abuelita? Debió ser viejita**

*No, mi abuelito tiene 95. Mi abuelita falleció el 25 de septiembre del 2017 a la edad de 86 años.*

### **Ah... no era tan viejita entonces.**

*No... ella le dio, ella tenía Alzheimer y le dio neumonía y m...y ahí esa neumonía se la llevó.*

### **No la resistió, pucha, qué pena.**

*Si, mucha. Por un lado, sabes que es como pena que ya no esté, pero sabes que con como era ella no hubiese resistido las cuarentenas.*

*No hubiese resistido esta pandemia porque ella era de mucho caminar, de salir, no podía estar quieta, entonces no. En ese sentido está mejor donde está.*

### **Entonces alegre igual por cierta parte, por la vida que hubiera llevado en estos años que ni siquiera sabemos cuándo se van a acabar.**

*Exactamente, no y eh, el otro día me preguntaban unas cosas (risas), yo le decía al terapeuta que me preguntaba, así como si yo m... si yo tenía una persona por la cual así con la cual sentía que yo no podría estar sin esa persona, como pegada a esa persona*

*No sé, eh... yo le decía "mira no es de fría, no soy una persona fría, soy muy risueña alegre todo, pero, no tengo, yo no se si esta mal, pero no tengo esa persona, porque creo que todos somos como eh... tenemos nuestro espacio".*

**Yo creo que es algo normal de todas las personas que, o sea nadie pasa pegado todo el día a una persona, todos necesitamos nuestro espacio también.**

*Cierto, y lo que pasa es que él me decía, "esa persona por la cual tú, no sé, dejarías de respirar", y yo, así como "eh, no".*

**(risas)**

*De hecho, recuerdo que yo me vine a acordar de mi abuelita porque la amo mucho, para mi es una persona muy espectacular, es demasiado, la admiraba mucho.*

*Pero hasta el día de hoy, eh, no he llorado. A raíz de esta pregunta fue que me empecé a cuestionar todo eso y me di cuenta que yo, claro ella falleció y fue como, me tuve que hacer cargo de mis hermanos, de hacer los trámites en el hospital, de hacer todas las otras cosas, eh...y tenía que estar fuerte para mi mamá, para mis hermanos, como para todos. Entonces como que pasó el tiempo y no le lloraba.*

**No pudiste hacer un duelo en sí.**

*Claro, como que no...*

**Suele pasar con las personas que tienen la responsabilidad con el resto de la familia.**

*Gracias, porque sabes que yo de verdad yo me cuestionaba por qué soy tan fría, me llegué a pensar que yo podía ser una persona demasiado fría, yo sí, tengo una foto de mi "abueli", busqué una foto, la plastifiqué y la puse ahí para tenerla. Entonces yo decía no creo, porque si fuera fría, si hubiese sido fría, de hecho, me cuestionaba todo, me cuestiono todo desde que, como soy más consciente, del diagnóstico, porque a mí me diagnosticaron tarde mi TEA, super tarde, a mis hijos a ellos los diagnosticaron y fue como, yo les decía, yo le echaba la culpa "no si debe ser por parte del papá, por parte del papá, por parte del papá" y recuerdo una vez en la psicóloga, la neuropsicóloga me dijo, ¿tú no te has visto en el espejo?*

**(risas)**

*Eh... "perdón, pero ¿qué?" "Si -me dijo-, porque yo por eso siempre pido que estén los papás para ver donde, de donde es la raíz, por donde estamos y qué es lo que empuja, y tú eres como su clon". Y ahí me dijo otro, me dijo que "lo que se hereda no se hurta, y aquí está clarito, lo heredaron y es tuyo". Eh...*

**No muy buena forma de decirte que había una posibilidad de que tu fueras autista (risas).**

*Claro (risas). No, y, pero, pero no, ella es seca, sabes que yo siempre, al principio, cuando la primera vez que, bueno no la primera vez que la vi pero la primera vez que ella me atendió fue, como decirlo, "que mujer más pesada, no esta mujer es muy pesada, la odio".*

**(risas)**

*Porque, lo que pasa es que, yo trabajaba en el supermercado, en el Jumbo, y pedí permiso para llevarlos al control y yo leí mal, yo leí que era en junio, no me acuerdo la fecha bien, pero era junio según yo, y llegué, pasé papeles y toda la cuestión, lo pasaron y estuve esperando horas, no fue un minuto, ni una cuestión, horas, habrán sido dos horas, si es que no fueron tres.*

**Wow**

*Y sale la doctora y me dice "usted se equivocó" "¿por qué?" "si, porque es para el próximo mes, en julio, su hora es para julio". Eh, me tuvo horas esperando y no me, que onda, le dije "ok", le dije a los chicos y nos fuimos para la casa así riendo y toda la cosa, y dije "pucha porque no me dijo, ya sabes que, tengo un ratito para más después, me espera o no sé". Y no, ella no, no me atendió y tenía que ir en julio y para esa fecha no tenía posibilidad de permiso y fue mi mamá.*

**Y además de que no te avisaron cuando te dijeron ok espere al doctor, o sea ellos debieron darse cuenta al momento de cobrar.**

*Exacto, exactamente. Eso fue, también, eso fue lo que yo me, me cambió, o sea yo tenía que volver en esa fecha que me correspondía, que les correspondía y no pude ir y fue mi mamá.*

*Fue mi mama con mi niño, y la doctora me dijo que no los iba a atender porque tenía que estar la mamá, y yo, cuando mi mamá me dice yo digo "ay no", y me dijo "es que no los va a atender si tu no vas" y bueno pedí permiso, me dijo "te cambió la hora para la próxima, para la siguiente semana". Y pedí permiso y fui, y fui, iba así "ay esta galla que pesada como no pudo atenderlo si es lo mismo, mi mama y yo es lo mismo", y yo, bueno esto fue la primera vez que tuvimos el control con ella y todo, y yo, así como "ay, que pesada". Y te digo, son a ver, montones de años, son siete años... Que estuvimos con ella, eh, no, la amo,*

**¿De verdad?**

*La mejor, si, la mejor psicóloga que puede haber en el mundo, del mundo mundial*

**(risas)**

*Pero es verdad, ella es neuropsicóloga y de verdad que es seca. Yo me acuerdo, mis hijos, eh, (nombre de su hijo menor) cuando se descompensaba me mordía, me chupaba la parte de la pera. Y (nombre de su hijo mayor) me mordía el antebrazo, ya no tenía sensibilidad en ninguno de esos dos lados*

**¿Tanto te mordieron?**

*Si,*

**Wow**

*Mucho, y siempre andaba con toda la pera morada y el brazo izquierdo morado, y no tenía sensibilidad, de verdad, si me volvía a morder una vez más no tenía, no sentía nada. Era como normal. Y no me puedo acordar, sinceramente, eso fue lo primero lo que ella, lo primero que trabajamos, no me acuerdo como fue que lo hicimos, pero lo logramos y es como una cosa tan lejana ahora que lo veo, que puedo entender ahora que, o sea lo miro y es como "oh, dios". Cuando escucho a las mamás, me acuerdo, me acuerdo de que claro, si y no tenía sensibilidad, no tenía sensibilidad acá, que tenía los brazos morados, la cara morada y que siempre te preguntaban ¿qué te pasó? (risas)*

**como que alguien te había pegado.**

*Claro (risas)*

*Y era por los niños po (risas), y...y daba igual vergüenza, porque uno andaba con los brazos y la cara morada, igual, era la parte de la pera.*

*La pera morada y el brazo morado. Entonces era complicado porque ella era como muy... y siempre yo he sido como muy... me dicen "ya, tienes que hacer esto" y yo lo hago, "tienes que ir a la siga", lo hago, "tienes que..." por ejemplo, "me tienes que traer esto" y como sea lo que tenga que hacer lo hago, lo entrego, de hecho, mis amigas me dicen eh, cuando estábamos en 4, cuando recién nos conocíamos y éramos apoderadas del curso y todo... eh, me preguntaban, a mí me decían por ejemplo a mí una vez me dijeron "para junio necesitamos que hagas un stand con los huesillos" la pila de cosas y ya po, entonces yo sabía que tenía que hacerlo, sabía con la fecha que tenía que hacer, pero para mí no era necesario tener miles de reuniones para hacerlo, porque yo sabía lo que tenía que hacer.*

*Entonces le preguntan a las otras apoderadas, decían "no, tranquila, porque si ella te dijo que lo va a hacer, ella lo va a hacer"*

**(risas)**

*"confía, confía". Entonces, eh, claro yo después llegaba y lo tenía todo hecho entonces me decían "oh, sabes que de verdad me tenias super asustada porque no nos hablabas*

nada, no nos decías nada, nosotras pensábamos que no íbamos a hacer nada", eh y decía "no po, si a mí me dijeron y lo hice". Entonces, eh, igual no, no, las personas no te entienden cuando tu dices "no, sabes que lo que pasa, es que yo tengo este diagnóstico", porque una ya creció con este diagnóstico y claro sufrí mucho bullying, eh, se burlaban mucho de mí, y caí en las trampas que me ponían, caí en ser el chiste de, mira, siempre me acuerdo, hasta mi mamá me ha hecho, he caído en sus trampas de mi mamá...

### **Y como...**

Pero... por ejemplo, siempre me acuerdo, y ni una cosa que nunca me voy a borrar que cuando hablaban de la leche, eh, la leche en polvo...

Entonces, eh, a mí una compañera, cuando estaban hablando de la leche en polvo, una compañera, yo no podía entender que la leche fuera en polvo, para mí era como de la vaca, era líquida, como salía de la vaca, es líquida, no podía entender que podía ser en polvo. Y estaban comentando la profesora el tema de la leche y todo, y hablaron de la leche, y mi compañera me dijo "no, lo que pasa es que rayan a las vacas y por eso está la leche en polvo"

### **Oh... (risas)**

Y eso me hizo más sentido, entonces preguntaron, preguntó la profesora y yo contesté eso, y fue como que todos "jaja", y yo no entendía, yo así miraba y no entendía, no entendía.

### **De que se estaban riendo...**

Claro, entonces era como, eh, sí ok, ya, eh, ese es una de chica que se rió todo el curso, fue un chiste que duro mucho, como que siempre después tiraban como cosas así y yo no lograba entender y bueno después cuando, en la media tampoco era como, yo era la bicho raro y porque no entendía tampoco los códigos, yo nunca me daba cuenta de nada (no termina la idea)

### **Eras como ingenua, como en la miraba de la otra gente.**

Si, incluso una profesora me dijo, me dijo que a ella le daba miedo que saliera de cuarto medio porque era como otra variedad y que yo no estaba preparada para esa realidad.

### **Ah...**

Creo que ella fue la primera persona que se dio cuenta que en mí había algo más. Porque siempre era como, me sacaban como "ah claro, a ella le fue bien, a ella le iba a bien, ella siempre era buena notas", entonces era como lo mismo que te digo, imagínate que estudie auditoría, éramos cuatro los que terminamos, fui la única que no repetí

ningún ramo y saque promedio siete en cálculo, y todo el mundo me decía así como "que increíble", o sea, entonces esa facilidad que tenía para el estudio, de hecho, eh, me acordaba cuando estaba en las pruebas, me acordaba en que página del cuaderno estaban las respuestas y las miraba en mi mente, entonces...

### **Memoria fotográfica.**

Si, pero era una cosa increíble, entonces, bueno después cuando yo me pololeaba o salía a cosas, a reuniones comida cosas así, recuerdo que, eh, hablaban en doble sentido y a mí me costaba entender, entonces siempre me reía, porque veía que todos los demás se reían, entonces yo me reía no más.

### **Te reías como para encajar.**

Claro, eh, después le preguntaba a, cuando estaba pololeando, le preguntaba a mi pololo, cuando estaba casada, le preguntaba a mi marido, y era como que a él igual le molestaba un poco, al principio era como, lo encontraba súper bonito de mí, después cuando estábamos casados como que ya le molestaba, él tenía que andarme explicando.

Y por lo mismo no participábamos mucho, yo no, yo le decía yo no tenía ningún problema que él saliera y yo prefería quedarme en la casa, que no, no me sentía cómoda

Me gusta mucho aún cuando de verdad me, me gusta reír, sonreír, me gusta ser feliz, pero yo puedo vivir con la soledad y con el silencio, creo que no, me encanta el silencio y los ruidos me molestan, eh, pero, y eso no lo entienden de repente las personas, piensan que cuando uno está en el silencio, como, no estoy depresiva, bueno, también tengo micro diagnósticos de depresión, trastornos de angustia.

### **Si, eso te iba a preguntar, si tenías otros diagnósticos anteriores.**

Si, eh, depresión, trastornos de angustia, esto me, yo tuve que tomar talleres de relación interpersonal porque no, me costaba relacionarme, me costaba un mundo relacionarme en el colegio. Lo penca es que siempre los profesores te sacan como de ejemplo, porque era bien portada, soy la que más (no termina la idea). Y eso que los compañeros son como "te odio". Es lo peor.

**(risas)**

Claro, en vez de hacerme un favor, te están jodiendo más. Entonces, recuerdo un profesor de matemáticas financiera que nos mandó a hacer un trabajo, y yo lo hice, como lo pidió, entonces, eh, entregamos los, unas tarjetas con un pequeño resumen, con varias cosas, hicimos entrevistas, y te estoy hablando del año 92, así que entenderás que hacer entrevistas y hacer todas esas cosas era como "guau"

**(risas)**

Entonces teníamos siempre varias cosas y el profesor nos dijo, eh, "sabe" (no termina la idea), había unas compañeras como que se reían que no entendían muy bien y como que "guau qué es lo que hicieron estas cabras", que lo hizo una compañera que a ella le iba super mal, entonces yo la quería ayudar para que subiera las notas.

Y, y recuerdo que el profe termina y dice "no sabe lo que acaban de poner, yo por esto, por lo que acaban de hacer tu compañera yo he pagado un taller a una persona para que se lo haga a todo mi personal" porque él era dueño de un preuniversitario nacional.

Entonces dijo "ustedes no saben lo que acaban de presenciar, esto es super bueno" bla bla bla, y después mis compañeras, porque fuimos más encima el primer grupo, (risas), entonces fue como "nos jodiste". Y...

**Estaba muy arriba la vara (risas).**

Claro, y tenía que tener esos problemas que, bueno...

**Entonces sufriste bullying en el colegio e imagino que aislamiento también**

Si, si, vivía sola.

**¿Te acuerdas por qué te hacían bullying? ¿Qué era lo que te decían?**

Me pasa que siempre era porque me decían que era la tontita, que era como la rara, prefería sinceramente, yo llegaba al colegio y si llegaba muy temprano ponía mi bolso y me ponía a dormir, cuando llegaba a la hora, en los recreos salía con compañeras que iban más arriba, o si no después cuando...

**Que eran más grandes que tú**

Si no me iba con, claro, si no me iba donde la inspectora. Pero no me sentía cómoda, me costó tener amistades, y recuerdo una amiga... lo que pasa es que con mi hijo realmente somos copia

**(risas)**

¿Déjame decir, se puede ver, me ves bien?

**Si ahí te veo mejor, mucho mejor**

Yo tenía una amiga que iba en un curso mayor, yo siempre le hacía andar con el dedo en la mano, así como con el dedo, con el dedo en el hombro.

Siempre, siempre. Recuerdo que una vez me dijo "Caro, sabes que de verdad me duele, mira como tengo de morado el hombro", eh, y era, ella me entendía en todo mi espectro, toda mi, y me aguantaba mis estereotipias, andaba con el dedito ahí, el día con ella era como, me controlaba, ella sabía cómo centrarme.

*Insisto, sin saber aún ese momento que yo tengo un diagnóstico, entonces, fue muy... bueno hasta el día de hoy ella es mi amiga, y es así, si me acuerdo que, eh, íbamos y jugábamos a las cartas, cosas que no, que generalmente no se hacían en ese tiempo o en esa edad, porque uno, el estar ahí como que pintando así que no se qué cosa, tan, no po a mí no me interesaba.*

*Yo tenía otros intereses y no, no, me costaba relacionarme mucho con mis compañeras, demasiado. Pero, eso es... (no termina la idea)*

### **¿Cómo fue la época de la adolescencia, con los cambios hormonales y todo lo que significa, con la identificación personal?**

*Fue, eh, lo que pasa es que, recuerdo que una profesora nos hablaba de eso, de lo, de que no podíamos sentir, que éramos mujeres y que no podían gustarnos las mujeres, nos hablaban tanto de eso, en vez de decirnos no sé alguna otra cosa. Aparte yo siempre estudié en un colegio de monjas, entonces siempre estaba con compañeras y yo estaba acostumbrada a tomarlas del brazo y todo el atado, entonces, la profesora decía que uno era gay si tomaba el brazo de la otra niña o no sé cómo era como tantas cosas que para mí fue horrible, en el sentido de tratar de... como que yo me cuestione esa vez que fue cuando la profesora nos dijo que si te gustaba andar del brazo de la compañera era porque eras gay y todo me lo cuestioné.*

### **Te lo cuestionaste de verdad porque tú lo entendiste literal**

*Claro, entonces fue como, y creo que fui la única (risas). Porque todas lo veían como todo super normal, yo no, yo me lo cuestioné y lo hablé con la Anita y lo expliqué, y ella fue la que, ella era la que me traducía el mundo.*

*Y de verdad, porque sinceramente, eh, yo sin saberlo yo siempre le decía a ella "uy, tu me puedes, necesito que me traduzcas esto", entonces le hablaba lo que me decían y ella me lo traducía, ya después era como, la miraba y sabía que me tenía que aclarar, o sea decírmelo más claro lo que me estaban diciendo. Pero si, o sea fue complicadísimo*

### **Fue tu salvadora**

*Si, la Anita fue mi salvadora todo el rato.*

### **(risas)**

*Fue como, lo que pasa es que ella fue compañera de mi hermana, mi hermana tiene dos años más que yo. Entonces después nos cambiamos de colegio, mi hermana se fue a otro colegio y con la Anita, se fue a las Cañas y las dos estábamos ahí en Las Cañas. Eh, ella y la Manu fueron mis, porque en la básica era mixta y yo hice octavo ahí, después*

*seguí hasta cuarto medio, entonces en octavo estuve con el hermano y después estuve solamente con la Anita porque la media era de puras mujeres.*

*Si po, fue para mí, ella fue mi salvadora, o sea fue todo, porque yo insisto, no tenía con quien juntarme, y con la única persona con la que me juntaba era con ella, entonces sí.*

**¿Tenías dificultad para, no sé, cuando te molestaban no entender bien por qué te molestaban? O si alguien te tenía mala como no saberlo, por las ironías que tiraban.**

*Nunca cachaba, claro (risas). De eso se burlaban, se llegaban a burlar de eso, de que yo nunca cachaba nada.*

**(risas)**

*Si po, nunca cachaba nada, nunca cachaba si me estaban, no. La única vez que fue, fue que como, pero que, que fueron dos episodios, uno fue en tercero básico y la otra fue en cuarto medio. Que yo tenía muy sensible mi cabeza.*

*Entonces, eh, un compañero en tercero básico me tiró el pelo, de la cola, y fue atroz, le saque la cresta*

**(risas)**

*Pero fue, lo tire al suelo, le pegué en el suelo, pero fue. Sabes que eso, entiendo que eso no se hace, pero para mi fue tan doloroso y todo*

**O sea, el empezó primero, si él te tiro el pelo (risas)**

*Claro, fue super humillante para él después, pero lo tenemos sanado ya con él.*

**Ah, ¿son amigos ahora?**

*Y en cuarto medio también po, fue una cosa así y yo... Si, yo siempre fui muy tranquila, pero son como muy exagerados mis enojos.*

*Entonces*

**Es como todo o nada.**

*Claro, y fue así como lo pesqué, le tiré el pelo y le pegue y toda la cuestión. Entonces, como que me gritaban mi nombre para que parara, y fue como "ya", me costó, pero sí. De ahí nunca más me molestaron en ese sentido.*

**Te imagino, ya le empezó hasta a dar miedo. (risas)**

*Si, pero fue como la vez, nunca más, nunca más hice eso, porque fue como no sé. Pero no, es como que algo va dentro de ti y te sale.*

(risas)

M... bueno la otra cosa que, por ejemplo, me identifico mucho con mis hijos, demasiado, (nombre hijo menor) tiene sedentariedad alimentaria.

### **¿Cuántos años tiene?**

Él tiene 13 años ahora

### **Igual es grande, adolescente**

Si, de hecho, cuando (nombre hijo menor) cumple 14 ahora y (nombre hijo mayor) cumple 16 años.

### **Ah... dos adolescentes (risas)**

Si, si. Pero gracias a dios, son dos adolescentes que han tenido terapia toda su vida, están pasando una adolescencia tranquila, gracias a dios.

Eh, qué te estaba contando, ah de la sedentariedad alimentaria. Yo me acuerdo, a mí me pegaban, pero me sacaban la mugre porque, por la carne, por el nervio de la carne. Entonces me decían "pero ¿Cómo?" y mi papá les decía cuando estaban visitas "si es como si tuviera rayos x en la lengua porque yo se la puedo pasar bien molida, pero la siente, es especial", recuerdo que decía "si es como si tuviera un, algo tenía, un rayos x, porque le doy la comida revuelta y pum se da cuenta igual de que está el nervio" y yo no, la devolvía. Y me decía "si", y, claro, tenía la carne, pescado y cosas así que son, que uno después te dice "tienes que comerlo, tienes que comerlo", aparte que a mí me sacaban la cresta y media

### **Para que te comieras la comida, si antes se daba harto**

Y que, el jamón y que todo esto, y... bueno mis hijos: a uno le gusta la yema, al otro no le gusta la yema, uno come con clara, el otro no come la clara, uno come la palta y el otro no come palta, entonces ya aquí es increíble, pero como yo viví eso entonces yo ok, ni un problema y una se lo acomoda y todo, porque yo viví todo eso, las otras personas no, a mí me llegaron combos, me llegaron correazos, y no sé qué, me quemé, me mandaron a la cama a acostarme sin comer y toda la cuestión. Tampoco entendía que por qué era tanto si no podía, realmente no podía, me daba...

### **Que lata el tema del huevo porque uno no pierde ningún huevo, si solo le separas la yema y lo cocinas por separado (risas).**

Exactamente, es un chiste, de verdad que es un chiste, ya que lo cocinas, y tú, ya lo comes ok, tu no lo comes, tu lo comes de esta forma, tu no lo comes de esta forma. Por ejemplo, la única forma que aquí yo sé que me voy a la segura, es con el huevo duro.

*Porque cualquier otra forma de huevo es, no, no quedo bien, nosotros con el huevo duro, lo partimos por la mitad de la clara, sale para allá, yema para acá, y yo ahí sí*

**Y listo (risas). Y ¿Qué diferencias ves entre tú y tus hijos? O entre mujeres y hombres autistas.**

*A los hombres se les nota más. Yo por eso igual entiendo que no se, aparte en esos años creo que es distinto.*

**Falta de conocimiento**

*Si, es distinto ser autista poniendo un nombre, autista puro a un autista funcional. Es totalmente distinto.*

*Claro, entonces, que les digan a mis hijos lo que me decían cuando era chica, vienen a decirle una cuestión a mi hijo así y yo no perdono. O sea, que esto, que demuestra, que no es que son mañosos, no porque esto porque esto otro, es por esto...*

**Tiene su explicación**

*Entonces, exactamente.*

**Y para ti viene a darte esta explicación bien tarde**

*Super, pero imagínate, a los treinta y...ay, treinta y cinco, treinta y ocho años. Entonces, es toda una vida.*

**Si**

*Y que no se cuestiona.*

**Y también está la posibilidad de que no hubieras tenido hijos y que no te hubieras dado cuenta**

*Nunca, no me hubiese dado cuenta nunca. Entonces igual es complicado porque sabes, sabes el problema que ocurre, que uno se cuestiona mucho. Uno se cuestiona mucho, se pregunta muchas cosas, "por qué soy diferente".*

**Si**

*Porque yo no, porque yo no puedo, claro cuando era chica no tenía amigos, era de muy pocos amigos, y como uno dice las cosas, no es que no le importe al otro. Nunca entendí porque la gente se iba. Ahora si entiendo. Pero en ese momento cuando era chica uno dice las cosas no más.*

**Si, es directo y honesto.**

*Exactamente. Y, y uno no miente, entonces esa cuestión no la entiende la gente.*

## **Y ahora, ahora que eres grande ya, ¿Cómo te relacionas con las mentiras?**

No las tolero. No las puedo tolerar

m...

de hecho, a mi hijo, eh, de 16, el aprendió, cuando él aprendió a mi me contó, porque fue por unos compañeros que le dijeron "no tú tienes que..." y le enseñaron a mentir. Entonces ahora yo lo he pillado, me ha mentido dos veces, pero son mentiras, son mentiras realmente que no van a cambiar el planeta ni me van a cambiar la vida, ni nada por el estilo. Es que tenía que mandar un trabajo, y no lo mandó ese día y lo mandó dos días después. Entonces, le pregunto "¿lo mandaste?" y después lo veo haciéndolo "y que estas haciendo" "no, estoy haciendo el trabajo", "pero como si me dijiste que lo mandaste", "no es que no lo mande, ahora lo voy a mandar", y así "me mentiste!"

**(risas)**

Y no son, no son mentiras así nada, pero para mí...

### **Pero es una mentira**

No... es una mentira. Entonces yo le digo a él "tu sabes que eso yo no lo tolero, no lo soporto, no, o sea, hay muchas cosas que yo puedo tolerar, pero esto yo no te lo tolero", y ellos lo saben, entonces lo tienen super clarito, y en, y lo más es que yo les digo "tu sabes, y sabes que estás mintiendo y más encima sabes que te voy a pillar y te voy a pillar super rápido, entonces no lo hagas". Y no se lo aguanto a nadie, yo sé, incluso pasa que uno aprende a leer las facciones, entonces ahí uno cacha cuando te están mintiendo, cacha que tú le aprendes a leer mucho las caras de las personas

**Si**

Y que es lo mismo que hacen mis hijos, pero que yo tuve que aprender solita y dándome varios golpes para poder entender a las otras personas, eh, mis hijos lo aprendieron desde chiquititos, porque como el diagnóstico fue temprano con uno, y, con uno porque a (nombre hijo mayor) lo diagnosticaron y luego a (nombre hijo menor) lo diagnosticaron después cuando él estaba en primero básico. Porque antes de eso decía (no termina idea)

**¿(nombre hijo menor) es el mayor?**

El menor

**Ah ya ok**

Porque decían que él tenía conductas aprendidas del hermano mayor.

## Ah ya

Entonces, como (nombre hijo mayor) estaba diagnosticado de los tres años que, en ese tiempo, estoy hablando del 2009.

Al diagnosticar a un niño TEA a los 10 años, de hecho, lo diagnosticaron, en ese tiempo existía el diagnóstico del síndrome de Asperger y a Nicolás le diagnosticaron Asperger

Entonces, después a (nombre hijo menor) decían que tenía conductas aprendidas del hermano mayor. Y, cuando estaba en primero básico él no escribía, la profesora decía que tenía que medicarlo, pero cómo lo voy a medicar si es súper tranquilo. Entonces, eh, le pedí a la tía Alejandra que le hiciera la evaluación y lo vio la neuropsicóloga, la neuróloga, o sea, la neuropsicóloga, la fonoaudióloga, y, bueno, al oftalmólogo también lo mandaron. Y de ahí cuando lo vio la fonoaudióloga me dijo "eh, ¿a tí porque te atiende Alejandra?", "no, es que (nombre hijo mayor) él tiene síndrome de Asperger, por eso ella me lo atiende y le pedí que por favor me hiciera la interconsulta" me dijo "pero no, no, él, ¿qué diagnóstico tiene?", "no, ni uno", no me dijo "ah, si él tiene", "es que cuando chico le diagnosticaron por déficit atencional". "No" me dijo "él también es asperger, él también es TEA" porque ya en ese tiempo era TEA, entonces le dije "no" le dije, "nunca me han dicho eso", "no" me dijo, "si él también es TEA", quedé como uh... y, de ahí lo derivaron a la neuróloga y le hicieron la evaluación y dijo "él es TEA, porque si fueran igual, sería, o sea si estuvieran con dos TEA, serían iguales".

## Si.

Son totalmente distintos. Me dijo "no, él es TEA, y él también", (hijo menor) tiene TEA con trastorno de sociabilización y con déficit atencional. (hijo mayor) tiene TEA tipo síndrome de asperger y tiene dificultad con la motricidad gruesa. Entonces son completamente distintos.

## Y ¿Qué significó para ti ser diagnosticada?

Te digo que al principio fue como un troque, es como una identidad. Lo que pasa es que como yo ya venía con mi hijo mayor aprendiendo con él, todo enfocado hacia a él y hacía, eh, entendía que era importante que fuera un diagnóstico temprano, que era importante que tuviera las terapias y el apoyo, que fuera necesario porque si no tenía como las cosas que a mí me pasaron, decía "pucha que lata que le diagnostiquen tan tarde", fue fuerte en ese sentido, porque uno no debe "pucha que lata porque pasó esto", pero que da rabia porque tal vez no hubiera tenido esos problemas de depresión que yo sufría

**¿hubiera sido más fácil tu vida si te hubieran diagnosticado a los 2 años, 3 años?**

*Si, si porque, eh, yo me sentía rara, extraña, me sentía incómoda en el colegio, si a lo mejor en el colegio hubiesen sabido cómo llevar la situación, como plantearla, no hubiese vivido tan, eh, tan mal mi relación con mis compañeras. De mis compañeras de curso no hablo con ninguna, tampoco tengo esa relación que yo veo que hay varias que se juntan y que, yo salí en el 92', y en el día de hoy se juntan y a mi no me interesa. Entonces, hubiese sido distinto porque yo siempre me cuestionaba por qué a mi no me interesaba eso, por qué a mí no, por qué yo no puedo encajar, por qué no puedo ser amiga, por qué. Eran siempre tantas preguntas, y si hubiese entendido a lo mejor no hubiese vivido ese tiempo de tantos por qué.*

**Aja.**

*Porque realmente no, con los chiquillos yo les hablo, converso, tienen un gran apoyo, así que super bien, pero si, más encima que la gente se burle porque tú no entiendes. Mi mamá una vez me dijo, me llamó por teléfono, ella venía viajando con mi hermano para Viña, nosotros vivíamos en Santiago, ellos en Viña, ella me llama y me dice "uh Julita, mira, sabes que estoy viendo un ovni", y yo "de verdad", "si" dijo, "estoy viendo un ovni y se aterrizó aquí en un cerro, oh, bajaron una escalera, oh están bajando", y yo "sácale foto, sácale foto, cuéntame, cuéntame más", y de repente escucho risas, y cortan el teléfono. Después me llaman de nuevo y yo "mamá ¿qué te pasó? Y todo", entonces me dice "Julia y ¿tú me creíste?", "pero ¿de qué?", "¿del ovni?", "si ¿por qué, le tomaste foto?", y me dijo "no, si era mentira", y le dije "mamá, pero como no te voy a creer si tu me lo estás diciendo", entonces me dijo "no" me dijo "si es broma, yo no". Ya me había imaginado la nave aterrizada en el cerro, bajando la escalera, bajando los extraterrestres, te lo prometo, entonces...*

**Me imagino po.**

*Yo decía, pucha si mi mamá, y no es una vez, esa es la que te cuento porque es una de las que me acuerdo más porque si ella me hacía esto, entenderás cómo era...*

**Con el resto de las personas. Guau. ¿Cómo crees que es tu definición, tu relación contigo misma antes y después del diagnóstico?**

*Después del diagnóstico ha sido muy buena porque me he logrado entender. Antes yo tenía muchas dudas, muchas inquietudes, los muchos por qué. Siento que esa pregunta, por qué no puedo encajar, por qué no puedo, por qué no me entienden. Entonces ahora entiendo por que yo me hacía tantas preguntas, entiendo porque no me encajaba, entiendo porque no, si, ahora entiendo. Entonces eso es lo que me tiene también acá como luchando por que exista una detección temprana, que hayan diagnósticos tempranos, que existan terapias para todos los chicos, que existan terapias para, y que se haga visible, que se conozca y que no sea una cosa que oh!, que es lo que me pasó a*

mi, cuando a mi hijo mayor lo diagnosticaron a él, cuando me dijeron que tu hijo tiene asperger fue como "ok", y me mandaron a la neuróloga, dije "acá la neuróloga me va a dar un tableta y a mi hijo se le va a quitar todo", o sea así de ignorante.

**Si, porque el desconocimiento es muy grande.**

*Sí po.*

**Sobre todo en mujeres, hay una invisibilización super grande hace años.**

*Exacto, en todo sentido, en todo sentido. Nosotras como mujeres hemos sido super vulneradas, en la salud, en la educación, en todo sentido, en el trabajo, y como que somos bueno, siempre me dicen "como que tu atraes que se burlen de ti, que atraes que se aprovechen, que hagan sus cosas", eh, claro, no es que yo lo atrajera, si no que debido a mi diagnóstico yo no lograba entender, y estaban pasando otras cosas. Entonces si yo hubiese tenido las herramientas, que por ejemplo tiene mi hijo mayor y que tiene mi hijo menor, no me hubiese pasado.*

**Exacto**

*Eh, y mi adultez hubiese sido más tranquila, por ejemplo, yo estudié hotelería, trabajé dos años, yo creo que son los dos años más hermosos de mi vida, que trabajé en hotelería y, eh, yo estaba de novia, y mi novio me pidió que me retirara del hotel, porque quería almorzar conmigo, que yo estuviera de contadora y que tenía que trabajar en contabilidad y todo, y me buscó un trabajo al frente de la oficina de él. Y uno, como es así como calladito y todo dije "ok, ya", renuncié, me puse a trabajar, duré tres meses.*

**Obvio po, si no era lo que te gustaba.**

*Si, tres meses, y dure tres meses con él, tres meses en el trabajo, renuncié a todo, renuncié al trabajo y el mismo día renuncié a mi novio porque, y después también entendí porque fue todo, pero, por eso te digo, uno va dejando cosas y no entiende, por ejemplo, a mí me encantan los idiomas, el hotel era lo más espectacular porque podía hablar idiomas. Entonces, después en la oficina ¿con quién hablaba, con la computadora?*

**Y dejaste todo eso de lado y ni siquiera entendías porque después lo habías dejado de lado porque te lo dijeron.**

*Claro.*

**¿Cómo fueron tus relaciones de pareja?**

*Eh, así, eh, malas, o sea, eh, porque no, mira el otro día, en una charla que tuvimos, hablaron de sexualidad, entendí, me entendí esa parte, porque yo tenía compañeras que*

me decían, o sea compañeras de trabajo que tenía que me decían que yo era, que parecía hombre. Imagínate, porque yo si terminaba, terminaba y ok, daba vuelta la página y seguía adelante.

Entonces, eh, claro, ese día en la charla que dieron, entendí que no era que yo era hombre, ni nada por estilo, si no que era así, entonces se terminó e íbamos y seguíamos avanzando no más. No es porque uno quería más o uno quería menos, era porque ok, vamos sigamos. Y eso no lo entienden.

### **Si po**

Tanto las mujeres como los hombres, de hecho, gracias a dios, diosito, solamente tengo dos exparejas con las que yo no me comunico.

Que fue mi exmarido y el novio que te dije que yo deje de la hotelería que son los únicos dos con los que yo no me comunico, y con los que terminé mal. Porque claro ellos no lograron entender mi independencia. Entonces me decían que yo era muy fría con mis sentimientos, pero no es que uno sea fría, es que una es muy directa, entonces si a mi me molestaban cosas, yo lo decía. Entonces, no era entendida por él. Por ejemplo, con mi exmarido, lo que yo te comentaba, como yo tenía problemas como, no es que yo tuviera problemas, si no es que, eh, cuando tiraban tallas y yo no entendía y era como todo un problema asique dije "ya, no voy a ninguna cuestión más", pero le decía "sale tú, si yo no tengo ningún problema, pero no llegues en la noche, llega en la mañana", porque así me enseñó mi papá cuando a mi me daban permiso, me decían "no llegues en la noche, llega de las 8 de la mañana en adelante"

### **Ya, y ¿Por qué?**

Porque yo vivía en puente alto, entonces yo siempre salía y como salía era lejos, para que no anduviera en la calle en la noche me decían ya "tu no vuelvas antes de las 8 de la mañana porque así a las 8 de la mañana tu sales del lugar, hay luz". Entonces eso mismo yo le decía a mi ex marido "sale, disfruta, pero no llegues antes de las 8 de la mañana"

### **(risas)**

Y me acuerdo una vez que llegó a las 7, eh, yo dormía a esa hora, ya después a la segunda vez que salió llegó a las 6 de la mañana, y los compañeros le metieron en la cabeza a él que yo le imponía esa hora porque yo en ese horario yo metía a alguien en la casa.

### **Ya (risas)**

Entonces, eh, y no era por eso po, era justamente para que tu te cuides, para que no andes en la calle, para que no te pase algo, y todo y claro...

**(risas)**

Entonces yo decía, nunca lograron entenderme.

**Claro**

Y generaba tanto en ellos como en mi expareja, como en algunos amigos, que yo, que siempre lo comento, que es algo bien extraño, en que lo veo en el (hijo mayor) y en el (hijo menor), la necesidad de cuidar, como de proteger, como que necesitan, y no uno quiere que lo protejan, no porque uno no lo necesite, o sea tampoco (no termina idea), porque uno tiene las alas, uno sabe que puede hacer y que no. Entonces como que te tienen así siempre en una burbujita y eso a mí me ahogaba, como me desesperaba. Y yo lo veo con el (hijo mayor), porque como, eh, en el otro colegio mis hijos lo pasaron muy mal, los dos sufrieron bullying, habían profesoras que los trataban de hacer vivir en esa burbujita y no me entendían a mí como mamá cuando yo les decía que yo no necesitaba que los tuvieran en una burbujita.

Porque el mundo no es una burbujita.

**Si po**

Entonces, yo lo que necesitaba era tener herramientas, que si ellos veían algo me lo dijeran para yo poder darles las herramientas. Entonces esos eran los problemas que tenía con los profesores, mis exparejas.

**¿Alguna vez sufriste violencia en la pareja?**

Si, me separé de mi ex marido por violencia intrafamiliar. Me golpeó

**Física y psicológica me imagino**

Psicológica, sí.

**Y de la otra pareja del hotel también eso se considera manipulación.**

psicológica total, con él yo sufrí violencia no física, violencia psicológica. Y, y fue, claro una... entonces si yo hubiese sabido en ese tiempo, me hubiese entendido más. Pero, eh, uno como que tiene que hacer como... es que como una es tan estructural, tan así, tan cuadradita, un montón de cosas, que cuando estaba con esta pareja que fue del hotel, él a mí me dijo que estaba con un esguince en el pie y que no podía salir ni nada por el estilo, entonces a mí me invitaron a salir de unos pasajeros que me invitaron al castillo Hidalgo y ya como que rico, que entretenido, porque era una cena con el tráfico aéreo que venían de otros países y para mí eso ya era todo maravilloso. Y yo lo llamé

por teléfono para pedirle permiso, yo tenía 25 años, no, 23 años, o sea no necesitaba pedirle permiso.

### **Claramente**

Pero como "no, es mi novio y no se qué", lo llamé por teléfono, le pedí permiso, él no estaba, se supone que tenía que estar porque estaba con la pierna mala, no debería no haber estado. Y le pedí permiso a la mamá, o sea, (risas), no te preocupes, ríete, todo el mundo se ríe.

### **(risas)**

Dicen "pero ¡cómo!", y si, yo iba a salir y estaba de novia, o sea tú tienes que entender que yo estaba de novia, no era como que estaba saliendo, no, yo estaba de novia, y le pedí permiso. Y fui...

### **¿y te dio permiso?**

Si. La señora me dio permiso, me dijo "si usted no va a hacer nada malo", dije "no si voy a ir, voy a comer y voy a volver a la casa". Ya po, me volví a la casa y al otro día, esto fue un día viernes, y el día sábado yo trabajaba hasta las 12 del día, y ese día dije "ya, voy a cruzar", compré almuerzo y le llevé almuerzo a mi novio.

### **Ya (risas)**

Porque tenía la pierna mala, le llevé almuerzo y yo siempre me quedaba hasta una hora, pero ese día dije "pucha, él está mal del pie, me voy a quedar hasta más tarde", y lo empezaron a llamar por teléfono, aja, tal cual.

### **Aja**

Hasta que me tuvo que decir que lo estaban esperando afuera

### **Oh...**

Mal, entonces le dije "ok, no te preocupes", me dijo "que iba a ir a un asado con unos amigos" bla, bla, bla, "ok, ni un problema, anda, chao, yo me voy para mi casa, ah, pero no te enojés" "si me enojo", de hecho, ni siquiera me enojé porque iba a ir a las 10 de la noche, me enojé porque me mintió

### **Si**

Y eso no lo, y eso no lo podía entender, él si no era porque iba a salir, si él me hubiese dicho sabes qué voy a salir con mis amigos y todo el atado.

### **Tenía la pata mala (risas)**

Si (risas). Entonces, eh, si, se hizo la victima toda la tarde, estuvo todo el día en la cama, y yo, así como, como Elvira sirviéndole el almuerzo, que la once, que toda la cuestión y jugando a las cartas con mi suegra, en ese momento que era mi suegra, jugando a las cartas y todo el atado, porque el perla estaba mal del pie.

### **¿Y al final él se fue?**

*Él se fue po, se fue, se fue a esta cuestión de, del asado y todo el atado. Primero yo tomé un taxi para mi casa, él me siguió, fue para mi casa y yo "sabes que no tengo nada más que hablar, por favor ándate, quedate tranquilo, ándate a tu asado y después hablamos", y nada, "y si sigues aquí vamos a terminar", entonces me dijo "ay" y no sé qué, dije "es que no me molesta que tu vayas, me molesta que me mentiste, eso es".*

### **exactamente**

*entonces viene y ya po, entró a la casa y mi papá me dice "sabes que, te estuvieron llamando tus amigos" "¿qué amigos?", "esos po, con los que estuviste afuera, de Egipto", "ya...", "y te invitaron a tomar desayuno", "papá -le dije-, ellos se fueron", porque ese día sábado se embarcaban en la mañana, entonces yo le dije "mira, así como lo más cerca que pudieran estar, debería ser en argentina", "no -me dijo- si están", pero le dije "si no están en el hotel, si se fueron del hotel", me dijo "no, no, si están en el Sheraton", y yo así como "ok", y me dio el número de teléfono y llamó por teléfono, y si, si estaban y me invitaron a salir al día siguiente a tomar desayuno. Y yo como, como, para mí ya había terminado, yo estaba libre, soltera*

### **ya (risas)**

*Sali po, salí ese día, salí el domingo y me invitaron a tomar desayuno, me invitaron a salir, y después uno de ellos me invitó a un restorán y después salimos a otro lado y todo el atado, y no, después todo super bien con él, la verdad que muy maravilloso. Y cuando llegué a la casa tenía a nuestro pastel ahí esperando.*

### **(risas)**

*(risas) pero no, bueno estuvieron como varios días, estuve como una semana y yo le dije, cuando yo llegué y lo vi yo le dije "perdón, pero nosotros terminamos" (risas), "no, terminamos". De ahí estuve con, sali toda esa semana con el chico del hotel, eh, después él se volvió a Egipto, y me mandaba cosas cuando venía Ozama en avión, me mandaba cosas y cuestiones, duramos como tres meses, pero la distancia en ese tiempo, en el año de la cocoa, el año 98', eh, no estaba todavía muy, muy masivo a lo que era internet ni nada por el estilo.*

*Las cuentas de teléfono me salían demasiado caras (risas), entonces, no, terminamos. Ya después volví con el ridículo parado en dos patas, pero nunca fue igual.*

## **Ya, sí, me imagino**

*Si po, y después, a mí se me ocurrió, después, por tratar de arreglar, por eso yo decía "no, es que", y claro yo ahora entiendo que no era una cosa de que él quería yo ejerciera por mi profesión, si no que él quería sacarme de ahí porque sabía que ahí yo lo pasaba bien.*

## **Lamentablemente así funcionan muchos hombres**

*Si, y una como, eh, también tan, no sé, ingenua, no sé, es como, como no sé (risas). Como tonta, perdón. Pero uno es media tonta, sí. Eh, si, y yo decía "pero no, pucha, ya bueno lo hago por ti y toda la cuestión", pero nunca, y por eso yo se lo comento a mis hijos y hablamos también esos temas porque, porque me dijeron mis hijos nunca van a tener una pareja, pero es mentira.*

## **Obvio po (risas), si son personas igual**

*Claro, no es que en verdad me dijeron que "tus hijos van a ser para ti", bla, bla, bla, porque el (hijo mayor) tenía el grado nivel 3, entonces me decían eran, tenía entre autismo puro y el asperger, pero nivel 3. Entonces, eh, a mí me dijeron que no iba a pololear y la cosa, y él cuando estaba en 8vo se puso a pololear (risas). Entonces igual nosotros hablamos de que tenía que, de la importancia de la relación, que él tenía que entender que valentina era libre y que ella podía dejar de quererlo, pero no por eso que él fuera una mejor o peor persona, que era porque los sentimientos cambiaban, era algo muy sano y que tenía que entender que eso podía pasar. Y la transición de que terminaron fue más dolorosa para mi (risas), que para él, y también cuando lo vi a él fue como verme a mi cuando terminaba, entonces, fue por eso yo decía "pucha, porque a una no le explicaron todo esto" (risas).*

## **Si po. ¿crees que es tan lícito, para una persona, mujer autista, vivir en el mundo en el que vivimos sin diagnóstico?**

*No, tiene que haber un diagnóstico. Porque uno, yo creo que todos lo merecemos, todos tenemos el derecho de conocernos, de saber, de saber quienes somos, y, y si no sabemos quienes somos, es super complicado, nos lleva a muchas frustraciones, ya de por si el diagnóstico, porque tenemos poca tolerancia a la frustración, pero ya con esto, de verdad nos lleva a muchas frustraciones y no logramos entendernos, y creo que eso es lo que llevo, porque yo tengo una niña que es autista, es asperger también, es TEA, creo que por eso, yo le converso mucho a ella, basado en lo que yo viví.*

**Aja.**

Porque ella tenía intentos de suicidio, y yo también los tuve. Entonces, es súper complicado porque como uno no logra entenderse, no logra encajar, no logra, eh, tener un apoyo, es super complicado

### **La falta de identidad, terrible**

Si po, sí. De no entender que no hay nada malo en ti.

**¿Sentiste que el vivir en este mundo también, por ejemplo, que la gente te quería cambiar, que tenías que cambiarte a ti misma para poder encajar?**

Si, que no, cuando era chica era la Juana tres cocos, o si no, que yo era, siempre me relacionaban con, siempre me relacionaban como hombre, ya eres Juana tres cocos, y después que tienes los sentimientos como hombre, tu llegas y das vuelta la página, y yo siempre, como que te relacionan con los hombres, no, si yo soy yo Julia, soy una mujer, y no necesito un hombre para sentirme así. Es tanto que yo me casé porque quería tener hijos, y para mi en mi cabecita tenía que tener hijos casada, que estupidez más grande.

**(risas)**

Teniendo unos padres que me decían que no estaban interesados en que yo me casara. Pero querían tener nietos, pero así todo, yo tenía mi cabecita que no po, yo para tener hijos tenía que estar casada.

**Ya (risas).**

Que yo les hablo también el tema, porque también te dicen tantas cuestiones, que te meten tanta cuestión en la cabeza que uno que es tan cuadrada para todo, eh, por ejemplo, ahora estábamos viendo Betty la fea, ya, claro, ella no tuvo, ella era virgen, era mayor, pero era virgen y toda la cuestión, y yo, yo mi primera relación la tuve a los 23 años. Mirando para atrás, claro, pucha, eh, no, no, no, yo les digo a mis hijos, "condón", tengo mucha apertura para hablar los temas con ellos, muy amigos para hablar todos los temas, y me gusta cuando ellos hablan y dicen que tienen la confianza de hablarme cualquier cosa

**Aja.**

Entonces, no les digo "hijo como se te ocurre", no les voy a decir que no tiene que tener relaciones mañana ni nada por el estilo, les digo "no hijo si tú te cuidas", y les hablo del respeto.

**Si.**

*Si la mujer "no", ok, es no. Hemos hablado los temas, por ejemplo, se me olvida el nombre de esta niña, ay, tengo la foto aquí en la cabeza, pero no me puedo acordar el nombre, eh, del sur, de esta niña del sur,*

**¿ámbar?**

*Del sur que la violaron, Antonia.*

**Ah, Antonia**

*Antonia, yo, hemos hablado el caso con mis hijos y les pregunto "¿qué estuvo mal?", entonces me dice "no mamá, es que yo si veo una amiga así yo la tengo que llevar a la casa", "si pues hijo, a la casa donde ella vive". Entonces, siempre comentamos los casos, y les pregunto y les digo las cosas y todo, entonces yo hasta el día de hoy, le digo "yo veo bien" "yo voy a ser una buena suegra, para mí, mis nueras me van a felicitar" (risas).*

**(risas)**

*Porque saben cocinar, saben de todo. Entonces...*

**Qué bueno.**

*Y le digo, si pue, porque yo lo viví.*

**Si po, tu ¿qué crees que hubiera pasado, como crees que hubiera seguido tu vida si no hubieras tenido el diagnóstico nunca?**

*Es que no, a mi me cambió mi vida.*

**Por eso te lo pregunto**

*Es que ni siquiera lo había pensado. ¿Porque como seguiría mi vida?, m, creo que no tan abierta a las cosas que estoy haciendo ahora, eso yo creo que sería lo más importante, porque siempre tenía, vivía con mucho miedo, muchas cosas. Y eso de encajar, la cuestión que uno no encaja, cuando uno se entiende, uno se empodera, cuando uno se empodera puede hacer cosas, porque no hay límites, entonces ahí es donde uno le cambia la vida. Ya no va a venir alguien a decirme "oye Julia tu tienes" y no se qué, "a ver perdón" ahora ya una puede decir las cosas, ¿me entiendes?*

**Aja.**

*No sé si me explico.*

*Entonces, eso, eh, tanto como conocer mi diagnóstico, conocerme a mi misma, bueno eso conlleva a poder tener tus herramientas, saber cuales son tus debilidades y cuáles son tus fortalezas, entonces, por ejemplo, yo no me voy a meter a un lugar donde se*

que van a estar hablando en doble sentido y toda la cuestión y que yo no voy a cachar ni una y que lo voy a pasar pésimo, porque no voy a entender ni la mitad de lo que están hablando. Aunque he ido de a poco entendiendo (risas), porque, por los chicos, conversamos antes, entendemos los chistes, estamos los 3 aprendiendo.

Entonces yo aprendo con ellos, aprendemos para los dos lados, es rico, de verdad que es rico. Y, yo creo que dejaría, habría cosas que no hubiera hecho, de partida no hubiese dejado nunca el hotel, jamás. Porque no viví feliz después, me metí en un lugar donde yo no quería estar, entonces ahora, no, yo ahora hago lo que yo quiero.

**Es que si no hubieras recibido el diagnóstico no te hubieras permitido ser tú misma.**

Por eso sí, eso es lo que pasa. Porque te, tienes ese miedo, esa tranca, eso los por qué los tienes en la cabeza todo el rato, si yo hasta antes, hasta antes de tener mi diagnóstico siempre era como la super tímida, la super callada, la super esto, la super esto otro, y, cuando ya tuve el diagnóstico incluso me cambió favorablemente la vida porque trabajé en lo que yo quería, y me fue super bien y todo, y lo dejé. ¿por qué lo dejé? Lo dejé porque tuve que hacer algo que yo lo agradezco un montón, el que mi hermano me haya dicho "por favor ven a cuidar a la abuelita, yo te ayudo", "ok, hagámoslo". Yo estuve con mi abuelita hasta que ella falleció. Entonces, no tengo culpas conmigo, pero si hay cosas que una, que una siente culpa. Mira, justo hablaba ahora con la psicóloga de eso, que a uno le meten tanto en la cabeza que tiene que ser papa y la mama, y yo a mis hijos, a los dos, cuando eran chicos, yo me separé por violencia cuando eran muy pequeños, (el mayor) tenía 3 años y (el menor) tenía 1.

**Eran chiquititos.**

Si po, eran super chiquititos. Entonces, yo aún cuando él me pegó y toda la cuestión, yo trataba que él fuera presente con los chiquillos, que "ay, es que el papá y la mamá, que son necesarios y la cuestión, es que", entonces, claro, yo no, él estuvo un mes así que los fue a buscar, los llevaba para la casa de la mamá y volvían, pero 12 años que nosotros no lo vemos, no sabemos nada de él. Y, y yo hasta antes "no es que él tiene que ser papá, él tiene que estar presente, él tiene que ser", y ya después "no, no me interesa". De hecho, a mi hijo menor no le gusta su apellido, y el colegio donde está ahora (no termina la idea). ¿Tú eres de acá viña no?

**No, yo soy de Santiago.**

Ah, ya, ya. Acá hay un colegio que se llama Winter Hill, no sé si lo ubicas.

**No.**

Ya.

**No conozco ni los de acá de Santiago la verdad, soy mala para los nombres de los colegios (risas).**

*No te preocupes, el Winter Hill es un colegio pero que es lo mejor que me pudo haber pasado en la vida, a mi y a mis hijos. Parten del ser humano y la felicidad, y de ahí conocimiento y todo lo demás. Pero parten con que tienen que ser felices y siempre antes los colegios, por ejemplo, mi hijo menor, pobrecito, él ponía la inicial del apellido de su papá, punto y mi apellido completo. Y mi hijo mayor, bueno él siempre ponía solo su nombre y mi apellido nomás, pero lo retaban en el colegio y a mi me mandaban a llamar "que usted tiene que enseñarle, que tiene que poner el apellido" que no se y bla, bla, bla. Hasta el año pasado mi hijo menor estudiaba en otro colegio, pero ahora mi hijo mayor pasó a primero medio y entró al Winter Hill, el año pasado, y yo logré que mi otro hijo también pudiera entrar al Winter Hill este año.*

*Eh, yo partí diciendo "a mi hijo le gusta poner solo la inicial del apellido de su papá y el mio completo porque tiene un tema con el papá y bla, bla, bla", "ah, ok, ni un problema", entonces dije "no hay ni un problema que él...", "no, ni uno", "ok, vamos". Y yo le dije "Hijo, no hay ni un problema, tu puedes ponerte en las pruebas como tú quieras", "ya, (nombre de él, apellido de la mamá)", entonces ellos me mandan los informes a su nombre y con mi apellido, lo anotan de esa manera también en el libro, y sabes tú que ese pequeño cambio a mi hijo como lo tengo, lo que hablábamos eso de identidad. Entonces, son cosas tan pequeñas, pero que les cambia la vida a las personas.*

**Si.**

*Los hace ser feliz, imagínate a mí, si me hubiesen dicho de chica "sabes que, tu no comprendes esto, pero no porque algo malo está en ti, si no que es que tu comprendes el mundo de esa forma y está bien". Uno piensa que hay algo malo que uno tiene.*

**M... si.**

*Y no es así, entonces, por ejemplo, yo lo veo en mi hijo, mi hijo, él con un autoestima super desgastado, super baja, muy muy baja, le hicieron bullying, mucho bullying, y yo lo escucho opinar, lo escucho que, escucho y tengo conversaciones con él y todo, y todo parte por una cosa tan pequeña.*

**Si.**

*Entonces, cuando tú dices "¿qué sería?", pucha creo que muchas cosas serían distintas, muchas cosas serían distintas. Es necesario, es necesario que tengamos nuestro diagnóstico y es necesario porque siempre hablan de la, como de la prevalencia del diagnóstico en los hombres*

*Pero pucha habemos mujeres que claramente no se nos nota, porque las niñas tienen que ser bien portaditas, como bien este, pero no por eso no hay algo más, porque imagínate, que a mí en cuarto medio recién, cuando ya iba a salir de cuarto medio mi profesora de matemáticas me dijo "pucha me da miedo lo que va a pasar contigo ahora que vas a salir al mundo", entonces eso es complicado.*

**Que impresionante, al final es un mundo de cosas.**

*Si po.*

**Que podría ser un mundo diferente tu vida.**

*Exacto, la estructura, esta cuestión de la competencia, por ejemplo, claro, a mi no me costaba aprender y me ponían siempre de ejemplo, y claro, en vez de hacerme un favor me jodían más.*

**(risas)**

*Entonces, esa cuestión de que la competencia, que las notas y todo, pucha que es penca po, y esto no tiene que ver con que uno tenga un diagnóstico o no, si no es reconocer al ser y eso es importante. Porque yo converso mucho con la organización donde yo estoy y, porque, por ejemplo, hablaban el otro día una mamá "oye es que mi hijo no lo querían dejar entrar", porque no estaba usando la mascarilla, a todo el mundo le están pidiendo que usen mascarilla, "ah no, pero es que mi hijo es TEA, entonces él no", "no pues hija, eso no tiene que ver con que, porque es TEA entonces él puede, no po, no es eso". Uno pide, estamos pidiendo que exista inclusión o que no exista una diferencia, que seamos todos iguales, por qué... (no termina la idea).*

**Que exista mayor diversidad no más, de que somos distintos.**

*Exactamente, ¿por qué tienen que ser distintos con nosotros para esto?, ahí nosotros marcamos que hay una diferencia, entonces no po, no puede ser así, es por una cosa sanitaria que es necesaria que estén con mascarilla, si no, llévelo a otro lugar. No pidamos diferencia, no busquemos que existan diferencias, porque nosotros mismos las estamos poniendo y al ponerlo nosotros no se lo ponemos nosotros para nuestros hijos, lo ponemos para todos, y no sé, ahí, no po, esta cuestión, es que no queremos que haya barreras, entonces no hay barreras para nadie, que todos necesitamos tener nuestra identidad, que necesitamos tener nuestro diagnóstico, si, es necesario, porque es para saber, para conocernos, para saber que herramientas con las que contamos, pero no para decir "ok, yo tengo esto así que por favor ten pena de mi (risas) y cuidame, ten cuidado, protégeme", no es eso.*

**Si po. Muchas gracias.**

*No sé si... no, gracias a ti, a mi me sirve igual de terapia (risas)*

**Bueno yo trabajo haciendo terapia (risas), estoy haciendo mi práctica con pacientes adultos, es increíble.**

*Ah, mira, super, vieras tú lo que haces en la vida.*

**Si, mis pacientes están super avanzando. Y es super difícil en esta época de pandemia**

*Horrible, mira, a mí, yo partí con terapia, ahora porque yo no sabía poner límites.*

**Si.**

*Entonces uno dice, si, si, y a todo, si, sí. La palabra no existía en mi vocabulario.*

*Entonces, yo tenía reuniones hasta las dos de la mañana, de lunes a domingo, no veía casi nunca a mis hijos y era super complicado. Y puse los límites, o sea empecé con mi terapia, empecé a poner los límites y tengo mis horarios, tengo mis horas y todo, entonces estoy super bien, pero, cuesta, cuesta, porque tenemos muchas, muchas cosas que debemos ir arreglándolas.*

**Todo proceso cuesta.**

*Si, y vieras tú, yo soy directora de vinculación con el medio de la corporación de autismo de Viña del Mar, entonces igual vemos las necesidades de las familias, conversamos con las familias y vemos que hay mamás que necesitan harto apoyo, vemos niños que necesitan harto apoyo, los buscamos por todos lados, los conseguimos también, pero son necesarios, son super necesarios, porque nosotros vivimos... lo que hablaba con mi psicóloga, nosotros quedamos embarazadas y aprendemos a ser madres culpables, madres con culpa y es una cuestión que llevamos siempre, porque lo mismo que conversábamos, es tanto lo que se nos dice, que uno vive con culpas todo el tiempo.*

**Por no cumplir los estándares.**

*Exactamente, y ¿qué estándares, cuáles estándares? Y ahí es donde parte todo de nuevo, pero es eso. Y por eso yo te felicito, cuenta conmigo en lo que pueda.*

**Muchas gracias.**

*De verdad, yo te voy a ayudar en lo que pueda. De verdad te agradezco, te lo agradezco que tu estés haciendo esto, porque cualquier estudio que favorezca el conocimiento de las personas, o sea, de verdad yo me saco el sombrero y es super valido, así que muchas, muchas gracias*

**Muchas gracias**

*No, gracias a ti,*

**Yo lo he hablado con hartas niñas y de enviarles la tesis cuando esté lista, terminada, evaluada y todo, como en enero, si tu quieres te la puedo mandar para que sepas en lo que participaste.**

*Gracias, gracias, lo agradezco de todo corazón y pucha te deseo todo el éxito del mundo y en lo que te pueda ayudar, de verdad, cuenta conmigo y te voy a dejar después mi número de teléfono, tienes mi contacto, así que cualquier cosa cuenta conmigo*

**Muchas gracias por la confianza y todo.**

*Listo hija, yo sé que tú, que yo te estoy haciendo un favor a ti y no es así, tu me estas haciendo un favor a mi con hacer este estudio*

**(risas)**

*Yo te estoy ayudando a que tu lo hagas, es un poco egoísta, pero si, al final somos todos, sacamos un beneficio de lo que estás haciendo, asique muchas gracias.*

**Gracias a ti, que estés muy bien y gracias, gracias por la entrevista.**

*No de nada, un millón de gracias y espero la tesis.*

**Ya, si la va a tener.**

*Gracias.*

**Que te vaya super bien, cuídate**

*Igual, chao*

\_Becca, 37 años. Edad de diagnóstico: 37 años. Paraguay.

**Y bueno la entrevista realmente no es una entrevista estructurada entonces lo que espero es como una conversación más que nada.**

pregunta usted.

**Cuéntame un poco de ti, para que nos conozcamos primero.**

¿en presente, en pasado?

**En presente.**

Ah bueno soy médico generalista, estoy casada, tengo dos niños, trabajo en un hospital público y tengo habilitados consultorios privados también... uhmm... me especialicé en autismo por él, sin saber que yo también lo tengo porque bueno, viví toda una vida bastante estructurada, uhm... básicamente anclada a la regulación que me hacía mi mamá, yo creo que ella también lo tenía por sus características, ella fue mi traductora social y ya, fue mi soporte. Mi terapia me llevó a varias psicólogas y me llevó a una vida gitana de psicólogo, de terapeuta en terapeuta, porque bueno en aquella época y en donde yo vivía, no había muchas opciones de terapia. Eran malos diagnósticos y un montón de cosas, pero ella nunca descanso para ayudarme y yo creo que lo logró porque básicamente tengo una vida medianamente normal. Si, la paso muy mal por mi ansiedad porque bueno soy... peleo contra la literalidad, contra los imprevistos a mis problemas sensoriales... o sea, pero si ganamos estrategias, de niña, de joven, en la universidad fue una tortura pero sobreviví (risas), después me casé, fui a vivir a Suiza, que es el paraíso para los autistas. Ahí diagnosticaron a mi hijo, que tuvo rasgos desde el día 1 de nacimiento, o sea era una cosa fuera de serie totalmente difícil y diferente y eso nos obligó a buscar diagnóstico y bueno a lo que sea que tenga, que haya tenido, cuando yo no sabía nada de esto y cuando me hablaron de autismo yo me dije ¿What? O sea, en medicina vimos psicología clínica, vimos psiquiatría, hablaron de trastornos del neurodesarrollo pero se hablaba de parálisis cerebral infantil, síndrome de down y esas cosas... pero de autismo nada y bueno, empecé a estudiar todo lo que podía para ayudarle a mi hijo. Y en unos de los cursos que fue el máster que hice en España, me dijeron que yo tenía muchos rasgos, de hecho en el diagnóstico para mi hijo me ofrecieron hacerme el diagnóstico formal por ambos pero el costo era muy elevado entonces lo descartamos.

**sí, lamentablemente**

Todos los países, acá también, el costo es altísimo aquí, y en Suiza también. Eso... Después del diagnóstico de mi hijo yo ya tenía la sospecha, pero yo nunca había trabajado. Cuando empecé a trabajar y nos mudamos de vuelta a mi país, porque empecé a tener crisis de pánico y tampoco lo supe diagnosticar de niña, o sea yo me sentía muy mal, y terminé en consulta psiquiátrica, medicada y fue la psiquiatra la que me hizo varios test... y bueno, me derivó a una evaluadora que me pasó el Ados, y ... si bien yo conozco el Ados, nunca pensé que yo podría tenerlo y uhm... me lo hicieron y bueno, me diagnosticaron y acá estoy. Sigo tomando sertralina, clonazepam, pero solo con rescate, y... bueno ahí estoy, ese es un resumen.

**(risas) ¿Qué otro diagnóstico recibiste en tu vida?**

Ah bueno... cuando era muy chiquita, mi mamá ya no está, y mi papá no es parámetro para nada porque no escucha, no entiende, no sabe, entonces sí recuerdo que cuando

tenía 8 años fue mi primera... yo era muy aislada, tenía una sola amiga, era muy literal entonces cuando me empezaron a atacar diciéndome que yo era antisocial y que no tenía amigos fui y me tomé una amiga en la escuela. Entonces era como que cuando me decían antisocial y desagradable... yo ponía, "tengo una amiga, esta es mi amiga". Era una relación de amistad así como de compañía estamos y cuando tenía 8 años fue la primera vez que dije que quería morirme, se asustó mi mamá,

**Wow...**

se asustó mucho. Y era porque yo entendía el mundo diferente, no entendía a los niños, no jugaba como ellos, yo hacía todo diferente me sentía como una extraterrestre y tenía que callarme mucho porque cuando yo decía lo que yo pensaba era como que no cuadraba entonces me sentía muy agh... y le dije a mi mamá, qué sé yo, creo que dejé de comer y algo así, no recuerdo bien. Pero si recuerdo la cara de espanto de mi mamá que me llevó a la primera terapeuta, que le dijo que tenía depresión infantil y que había sospecha de que yo había sido abusada, me hicieron todos los tests, todas esas cosas que hacen los psicólogos y todo y me hablaban y para mí no tenía sentido nada de lo que decían. Pero si después de eso seguí la primaria... cuando llegué a los 13 años volví a tener esas ganas de decir "nada, yo... no funciona, este mundo no es para mí." Volví a no querer hacer cosas, a dejar lo que estaba haciendo y de vuelta, pero cuando eso ya le habían dicho a mi mamá que no tenía depresión que yo era bipolar o que era... pero era una psicóloga sí muy rudimentaria de un hospital público desde el interior de mi país, que le había dicho que yo tenía, o trastorno bipolar o... ¿cuál era el otro? Ah, era la cosa esa de la rigidez, TOC, el obsesivo compulsivo. Porque yo era muy de hacer las cosas de una manera y si no se hacía, yo no hacía yo era muy selectiva con ciertas cosas... O sea, era fue como una sospecha diagnóstica que nunca se confirmó, porque yo iba a terapia y esta señora era muy irresponsable porque como yo era callada ella se dedicaba a hacer otras cosas, yo pasaba el tiempo terapia en su consultorio y no pasaba nada pero pasaba el tiempo y ella recibía sus honorarios y yo volvía (...)

**que negligencia más grande**

(...) pero estoy hablando desde una ciudad del interior donde bueno... la gente no protesta, no habla, en un país donde la gente aquí si protesta o es revoltosa, es mal vista. Entonces en un momento le dije a mi mamá yo no voy para nada y me dijo "pero y qué pasa"... ahí y dejé de ir.

También iba muy a menudo a ser llamada por la psicóloga de la escuela por inadaptada, por respuestas fuera de lugar, por conducta fuera de lugar, y esa psicóloga la había recomendado a mi mamá una señora que ya estaba jubilado que me hizo entender un montón de cosas que yo no entendía para el otro lado. Así pasé la adolescencia, pero

después vinieron los novios, todas esas cosas de las chicas, lo que hacen las chicas y lo que yo quería hacer y lo que ellas no, no querían hacer, yo no quería hacer y el tema de los grupos... lo pasé muy mal. Después tuve un no sé qué... pero fue así un tema de abuso, de... me encontré con el cigarrillo y lo usaba como autoagresión o sea no, no era un vicio. Ah, y sobre las autoagresiones, ellos nunca se dieron cuenta que yo me autoagredía y yo me di cuenta ahora, con las terapias después de los 35 años.

**wow**

porque yo tenía reacciones raras, al miedo, a la ansiedad, pánico... una presión social que yo tenía, yo siempre tenía el mismo sabor en la boca y no tenía sentido porque nadie nunca hizo la secuencia lógica de por qué o de dónde venía ese sabor de la boca y ahora estoy usando...

**Brackets**

...ortodoncia porque yo tenía los dientes muy encimados. Y lo que yo hacía como era muy reservada yo me presionaba la lengua por los dientes y me los cortaba entonces el sabor raro que yo sentía cuando estaba...

**era sangre**

...en esas situación, era la sangre en la boca y era un sabor a herrumbre... que cuando yo estudié medicina, ah yo cuando olía sangre yo siento mucho la sangre por el olfato, pero nunca relacioné por el gusto... que no nunca sea... no hice esa relación, hasta que cuando ya estaba en este año pasado, ante pasado con la terapia... la psicóloga que me veía me hacía notar todos los detalles de mi día a día y yo tuve una pelea muy grande con mi marido, y ya no discutía, si no solamente me callaba y me corté toda la lengua y fue ahí que me di cuenta que era la sangre y ahí fue que nos dimos cuenta... O sea, tuve varios diagnósticos, toc, el trastorno bipolar... lo dijeron porque yo como era muy callada, de repente era como que no soportaba más y explotaba y decía todo de uno... o de repente, yo estaba muy calmada y sucedía algo y yo me volvía muy ansiosa muy activada entonces yo creo que por ahí vino, no sé...

Por qué nunca fui así muy inestable, sí era bastante fluctuante porque me afectaban muchas cosas, pero también lloraba mucho era muy sensible, entonces cuando dije que quería estudiar medicina mis hermanos se burlaron y dijeron que yo no iba a poder porque era muy sensible, eh... me desmayaba mucho... Tenía mucho, como que me desvanecía en algunas situaciones y pensaban que era hipoglicemia que era qué sé yo mmm... diferentes diagnósticos médicos... ah, parasitosis, ¡Dios mío! me llenaron de remedios para los bichos no los puedo oler, no los puedo ver, porque toda la vida era, "ah está llena parásitos, por eso tiene anemia y se desmaya".

También decían que tenía ehmm... además de eso, que otra pues decían porque me desmayaba, pero siempre tuve así malos diagnósticos médicos, hasta que en suiza cuando fuimos a vivir y a diagnosticar a mi hijo y empezaron y empecé yo a estudiar, y como soy ansiosa, hiperventilo entonces hago hipercapnia y eso es lo que hace que me desmaye por ejemplo y cosas así. O sea, se fueron dando las explicaciones con el tiempo y bueno ahora estoy...

### **y con el diagnóstico, ¿te diste cuenta de muchas cosas?**

Básicamente... el diagnóstico me chocó porque no, no lo quise aceptar... o qué sé yo, ósea pero sí, el haber estudiado, el haber estudiado todo lo que estudias y me dio muchas explicaciones porque hice todos los cursos que pude, todos los entrenamientos que pude, entonces... y siempre fui muy analítica para lo que estudio, necesito entender de dónde viene y siempre estuve preguntando ¿cómo?, ¿por qué?, y entonces ahí como decía wow, a mí me pasa algo parecido, eso tiene sentido y eso...

### **y como fue, ósea me dijiste como fue el proceso de diagnóstico, pero ¿como fue el proceso para ti, que significo, como lo tomaste?**

Complejo, porque por un lado tener a un hijo ya con diagnóstico, si bien, está muy bien... él tiene en su última evaluación arrojó síndrome de asperger y TDA grado 1. O sea que está bastante bien, lleva una vida normal, va a la escuela normal. Igual es como que cuando me dijo... O sea yo tenía como una duda, allá en el fondo para decir que por más de que respeto mucho la psiquiatra que me estuvo tratando es muy buena, yo decía "naa, no va a ser está asociando porque tengo un hijo y no tiene sentido" o sea, honestamente yo llegué a pensar, cuando fui a consultar con la psiquiatra que mi diagnóstico real era un trastorno de personalidad múltiple... porque yo decía, yo no tengo grupos de amigas, nunca pude tener grupo de amigas... así el grupito de 3, de 5. Siempre fue una amiga, un amigo y solo con esa persona me abro y puedo hablar. Cuando viene un amigo de esa persona yo me bloqueo entonces... son personas muy diferentes entre sí. Una amiga es psicóloga, la otra es qué sé yo... monja. el otro amigo... Son personas totalmente diferentes que no tienen nada que ver en común, entonces yo decía cómo puedo ser amiga de personas tan diferentes... O sea, cómo me puedo llevar bien con alguien que aborta y con alguien que es provida y muy religiosa o sea... cuando eventualmente tenía un problema con ellos, que siempre termino teniendo problemas porque ellos interpretan mal, o yo interpreto mal y termina en mala. Yo hacía un análisis decía hay algo malo en mí, o sea yo tengo un problema, el problema está en mí. Entonces cuando empecé a tener todas esas crisis y empecé a tener tantos problemas y volví a tener esas ganas de que se apague todo y que... o sea empecé a pensar fuertemente en el suicidio otra vez por tercera vez.

## **esto cuando, ¿qué edad tenías?**

a fue cuando tenía 35, 36

**ya**

como que se... como dije empecé a trabajar, nos mudamos, hicimos una mudanza de una casa a otra casa, no nunca pude terminar de ordenar la casa por el tema de mi trabajo. Eh... no encontraba un... ósea, mi profesión no tiene un lugar para mí porque soy especialista en autismo y no soy neuróloga, y no soy pediatra y no soy psicóloga y no soy esto. Entonces como que estaba tan... que entré en crisis y dije no, yo no tengo lugar aquí, y hasta me desconecte de mis hijos, es como que estaba pensando así como dejar todo ordenado y yo me voy.

Una amiga que es psicóloga, que siempre me está mirando, siempre está muy pendiente, fue como al rescate y me dijo bueno, este es el momento que tienes que irte al psiquiatra, para saber qué es lo que tienes, para saber que es porque hablamos de los neurotransmisores y todas esas cosas y me dijo lo que estás es agotadísima... ya se nota que mentalmente porque empecé a perder cosas, me olvidaba de cosas, que yo era incapaz de acordarme de lo que había hecho dos días antes de lo que habíamos hablado, o sea, está totalmente en off y ella me dijo basta.

Y fui a la psiquiatra y la psiquiatra me paso todos los test de montón de cosas y me pasó la interconsulta con la evaluadora para el test de autismo.

Uhm... mi diagnóstico cuando eso fue, ansiedad generalizada y no me acuerdo qué otro más. Pero si, estuve medicada con asitalopram con sertralina por casi un año, rescate clonazepam. Tomaba gotas cada vez que tenía las crisis de pánico y eso.

Para mí fue muy duro porque yo lo tomé como una confirmación de que era mi culpa lo de mi hijo, pero al mismo tiempo, el hecho de que yo haya dejado mi carrera de Medicina tradicional porque no hice una residencia en una especialización... en la especialidad estándar. Sino que me especialicé en el desafío que tenía mi hijo, me ayudó mucho también porque yo dije sí, si yo hubiese hecho mi especialidad en lo que yo quería, sin saber todo esto hubiese sido cirujana, hubiese sido cualquier otra cosa que no le iba ayudar a mi hijo y probablemente mi hijo no iba a estar así de bien.

Yo tampoco iba a aprender a lidiar con todas las cosas, porque yo ahora ya sé cuáles son las cosas que me desagradan, yo ya sé cómo desconectarme, o sea, aprendí muchas estrategias y me dedico a hacer las consultas en el consultorio, a hacer evaluaciones de neuro desarrollo de autismo hago las derivaciones para que vayan a hacer el Ados y les doy estrategias de manejo conductual, de manejo de crisis, les recuerdo a todos de la parte sensorial que es éticamente un ilustre olvidado en mi país, respecto al diagnóstico

de los tratamientos. O sea la intervención terapéutica. Y yo creo que mi proceso diagnóstico, ya se cerró (rie) porque después de mi diagnóstico la psiquiatra me indicó mindfulness, que me ayuda muchísimo, porque yo ahora lo que tengo... Ah, también tengo TDAH, pero mi hiperactividad es mental. Físicamente soy muy sedentaria pero mentalmente iba a 1000, y eso lo noté cuando tomé la primera pastilla de sertralina, que yo lo describo como que ...

Yo osea, ese día que yo tomé la primera pastilla yo sentía como si fuese que me hubiesen puesto la película en cámara lenta o cuando la batería se va acabando y yo como que tenía que hacer un esfuerzo lento para responder y recuerdo que mi marido, que me conoce hace 14 años... ese día yo había tomado la pastilla con el desayuno y vamos a salir en familia.

Y yo no le conté que empecé a tomar, pero él se dio la vuelta y me miró así me dijo estás rara, y yo le dije ¿por qué? y me dijo por qué te estás tomando el tiempo para responder, o sea yo era tan Speedy González mental que yo iba respondiendo y hacia la vida diciendo y haciendo y haciendo... que a mí me pareció en esas dos horas de diferencia de que tome y está... y hablaba y me relacionaba con la gente, yo sentía como que estaba lenta y torpe y parecía como "dios mío esto me va a matar", yo voy a hablarle a la psiquiatra y le voy a decir que esto no va, pero después mi marido me dijo, estás rara, estás respondiendo bien, y yo le dije "no, estoy torpe siento que se me traba toda la lengua" y me dijo "no, esto es lo normal..."

**Wow.**

La psiquiatra me dijo también, "no Becca, esto es lo normal, la gente normal vive a esta velocidad. Lo que tenías antes era hiperactividad, eran unas conexiones aceleradísimas, estabas a 10000 por hora y ahora esto te va a regularizar". Y creo que tardé unos 15 días en acostumbrarme a esa velocidad, que es la que ahora tengo, o sea esta persona que, con la que yo hablo, que tartamudea que está como uhm... buscando la respuesta esta es otra a la que era antes. O sea tenía un cerebro tan eficiente, tan tucutuctuctucu, que cuando me medicaron yo me sentía así como torpe toda...

**risas**

Y eso.

**¿cómo te hizo sentir?... ¿el diagnóstico, el obtenerlo?**

Primero me hizo sentir muy mal.

Recuerdo que cuando la psicóloga que me hizo el diagnóstico... es muy buena tiene 20 años de experiencia, es más, su hijo tiene asperger y está en Rusia estudiando en la Universidad, o sea ella es brillante.

Y justamente me enviaron con ella porque como sabían que yo sabía mucho, que yo podía como que contaminar las respuestas, ella ya sabía porque me conoce. Entonces es como que supo cómo preguntarme o cómo evaluar y el día que me iba a entregar el diagnóstico yo fui como con ah... nada no puntúe.

O sea, honestamente yo tenía esa confianza porque incluso me hizo test proyectivos para... evaluó todo lo que podía evaluar. Fue una evaluación de casi 4 meses y... nada. Cuando me entregó el diagnóstico me quedé notando, uhm... me dijo que tenían grado 2, porque cuando me dijo... yo le dije "¿puntué?" Y me dijo sí. Entonces yo dije "ah no, debe ser grado 1 tipo alto funcionamiento o algo así" y me dijo no, entonces ella me empezó a hablar de reconocer las discapacidades, de reconocer las debilidades, de no exigirme tanto y cosas así, y como que le miraba, "¿que?" **(Risas)** Me dijo sí, sí porque tenés un grado 2. Ahí es como que yo me quedé sin habla y se me hizo un nudo en la garganta así como que ¿what?. La mire y le dije que tenía que haber un error, y me empezó a mostrar todo lo de las evaluaciones, los puntajes, la sumatoria, las anotaciones paralelas. "Te acuerdas que yo te pregunte esto y me respondiste esto" "sí" "puede ser tal cosa me hubieses respondido a esto", y yo me quedaba así... y después, cuando salí era como que me faltaba el aire, decía, "no, esto es una película es una broma" o sea, entré en una pseudo negación vine... estuve un tiempo mirando a mi hijo con la culpa así como que "entonces lo sacaste de mí".

Pero después lo veo tan brillante tan él, disfruta lo que hace, nosotros lo acompañamos, siempre fui una mamá dragona, me devore a las personas que le atacaron, o que no... o sea le hizo un agujero en la familia así le hice un nido, le grité y me planté frente a todos y él está así feliz toda la familia le respeta, le entiende y es como que me consolé con eso.

Pero si ahora es como más evidente para mí las crisis que tengo, es como que me puso más en evidencia para mí misma darme cuenta cuando no lo estoy logrando, uhm... y también porque no lo estoy logrando

### **O sea te permitió auto conocerte**

Si, es que antes yo solamente me desesperaba y estaba como "ay no sé qué me pasa, me voy a morir, voy a tener un accidente cerebrovascular estoy teniendo un infarto... mis últimas palabras". No, ahora es, oh shit, estoy mezclando todo y esto tiene que ver con que yo no sé manejar la última frase que me quedó resonando por qué no te contextualizaste, estoy hiperventilando y veo luces y estoy a punto de desmallarme, vamos a respirar mejor o sea es como que me voy haciendo una secuencia. Pero también tiene que ver con todo lo que estudie, o sea que son las estrategias que yo le

voy dando a los padres y a los chicos que van a consultar conmigo. Las voy aplicando a mi función en tus hijos wow, sí soy

### **risas ¿Cómo fue tu infancia, tu adolescencia, la época escolar?**

Ah... yo la viví muy dura. Pero me trague mucho de eso, o sea la gente tiene una idea, porque vengo de una familia medianamente acomodada estuve en colegios privados, siempre fui muy inteligente o más inteligente que el promedio porque aprendí a leer muy muy chica, sola.

Siempre fui muy... O sea demostre mucha inteligencia de chiquita. Mi mamá era maestra y yo tenía muy buenas notas, tenía muy poca habilidad con las manos pero al principio no. O sea yo sé que mi hijo tuvo esta misma, esta... mi hijo cuando era chiquito también tuvo problemas motores en la escritura, un montón de cosas y supongo que yo también los tuve porque yo recuerdo a mi mamá poniéndome a amasar, poniéndome a pintar. O sea me hacía muchos ejercicios de manos. Y al final mi hijo tiene una caligrafía y dibuja una maravilla y yo la misma cosa... yo a su edad también hacía dibujos y cosas así, que bueno la gente decía "wow, ella está todo bien", pero era la parte de la percepción y la comprensión del mundo en el que yo estaba totalmente en alerta... mirando todo, copiando todo, angustiándome por las cosas que me desagradaban demasiado, sufría mucho, ese... desagrado pero me comparaba con los demás y los demás si lo disfrutaban, entonces como que me forzaba a disfrutar y no lo disfrutaba entonces pasaba mal, y nada....

Recuerdo mi infancia así, me decían tienes que relacionarte con tus primas yo iba con las niñas de mi edad y no entendía lo que hablaban, no estaba de acuerdo, no jugaba como ellas cuando yo me quedaba callada, era despreciativa cuando por fin hablaba lo que yo decía no tenía sentido porque era muy elevado porque era muy crítico, entonces era como que me despreciaban y después quedaba como que es lo que les pasa que no se quieren entre las primas y yo me sentía mal... ellas me hacían el feo y era todo muy feo, entonces pues no quería ir a las reuniones familiares me encerraba en la pieza, era horrible, prefería estar subida a los árboles (ríe)... subía todos mis juguetes y subía a los árboles o me encerraba en la penumbra. O sea ponía la cortina en mi dormitorio para que no sepan que estaba o apagaba las luces y jugado en la penumbra y yo hasta que venía alguien me descubrían y me decían "vaya allá afuera a jugar con los niños", entonces como que yo iba a regañadientes... O sea no fue una infancia muy feliz.

Pero sí tenía juguetes, mi mamá estaba siempre que yo le necesitaba para responderme cosas, siempre fue muy ilustrativa, muy reflexiva, tengo aprendizajes valiosísimos de sus explicaciones porque yo me iba y le preguntaba "mamá ¿dónde está la vida?" y ella me explicaba...

O sea, la adolescencia la pasé mal también por los mismos motivos. Pero sí traté de mimetizarme, traté de tener un grupo, de seguirle a mis compañeras, ellas ya estaban con el tema del contacto físico con los muchachos... yo intenté hacerlo pero me iba mal. Tenía mucha rigidez al respecto, para mí era absurdo, ellas lo hacían igual, me obligaban... yo era muy rígida y no se... entonces yo pasaba a ser la creída, la despreciativa, pero sí tuve una etapa de abuso de sustancias pero era experimental... El experimento era experimentar algo que en la parte del tabaco, yo sé que lo usaba como autoagresión porque no es que yo agarraba y disfrutaba el cigarrillo y no sé... el hormigueo. No, al contrario yo estaba muy alterada y empezaba a fumarme toda la cajetilla hasta que me daba un "capum" en la cabeza y casi me desvanecía y me quedaba así como era como para anestesiarme...

Y con la bebida alcohólica era porque yo escuchaba que la gente decía que los borrachos no recuerdan nada. Yo quería probarlo en mí misma si eso era cierto... siempre tuve muy buenos amigos como dije siempre 1 o 2, entonces yo iba y le decía al amigo que estaba en la discoteca ese día le decía a Luciano, "hoy me vas a cuidar", y yo empezaba a tomar hasta que me apagaba. Y después al día siguiente nos poníamos a tratar de recordar qué era lo último que yo recordé, y entonces era como que yo estaba buscando probar eso.

También en ese entonces dijeron que yo estaba deprimida... supongo que sí porque fue cuando tuve el primer novio y si sentía algo era como el príncipe encantado y era el príncipe de la ciudad y yo era la princesa qué sé yo... y después me enteré que me dijeron que estaba con otra y yo lo dejé, pero no estaba muy convencida de dejarle y le extrañaba mucho y él me buscaba pero yo no, nunca más lo perdone entonces estuve en un en un torbellino emocional donde... yo lo extrañaba, él venía, yo me sentía mal, pero después lo extrañaba y qué sé yo entonces mi mamá me mandó a vivir a otra ciudad con mi hermana.

Ahí si llegué a tener dos amigas... era como un grupo de amigas, pero que también se disolvió... pero cuando eso sí ya estaba más madura, más sí yo ya... como que todas esas reflexiones ya las hacía más verbalizadas. Entonces si yo ya era capaz de explicar que no me gustaba y ellas eran muy respetuosas, en el sentido de que si yo no lo hacía, bueno ellas no lo hacían y eran como más abiertas

Pero si... no tuve una infancia tranquila, ni adolescencia tranquila. Pero cuando por ejemplo, lo he visto de afuera tuve todo lo que quise, tuve todo lo mejor, todo regalado.

No me expuse al bus colectivo público, siempre estuve llevada y traída en vehículos particulares, siempre tuve... la posibilidad de elegir mi ropa, elegir mi estilo, me vestía muy diferente a la época. O sea yo era reacia a los jeans, me gustaba la ropa muy floja porque no toleraba las texturas y bueno, eso formaba parte de lo consentida que era.

Nunca me importó la moda, o sea si estaba de moda usar fosforescente yo no toleraba visualmente... tengo mucho componente sensorial porque a mí habían ciertos colores justamente los fosforescentes me daban como náuseas, arcadas para ganar mucho visualmente, entonces no nunca los tolere hasta el punto que si en algún cumpleaños me regalaban alguna prenda, algún accesorio con eso y yo automáticamente me daba la vuelta y lo regalaban. O sea, no lo toleraba ni cerca y clasificaba a las personas, no toleraba las personas con mucho pelo, barba, dientes con malos olores... o sea por el componente sensorial, o sea cuando algo olía me daba arcadas y ya me empezaba a sentir mal. y parecía como que me exponía mucho de eso yo sencillamente me desmayaba

### **ya wow**

Sí... Eso lo logré tolerar porque cuando era niña y adolescente siempre estaba con alguien, nunca estuve sola, entonces yo podría desmayarme y la persona me cuidaba.

Me tocó superarlo cuando vine a la capital para estudiar medicina y ya vivía sola y cuando me saturaba algo sensorialmente y yo tenía como la sensación de desmayo... tuve que aprender a huir o a lidiar con él factor estresante, en vez de desconectarme y fue ahí que deje de desmayarme, osea ahora que hago todo ese análisis... y digo ah era por eso.

### **wow, entonces recapitulando de tu infancia y adolescencia sufriste bullying y te sentiste aislada muchas veces**

Bullying directamente lo sentí si, y pues así no solamente lo sentí, lo hicieron porque era muy distinta a las niñas de mi escuela, de mis grados... no me entendían entonces me aislaban en la escuela y las primas en la familia.

O sea, era porque yo no tenía filtro para responder y me costó mucho, que mi mamá me tuvo que enseñar a tener paciencia cuando los demás no entendían lo que yo estaba hablando o planteando, yo los miraba con cara y "¿que comen, pastean porque no lo entienden?" y mi mamá me hablaba y me decía "mi hija, ellos no leen lo que has leído, tampoco conocen lo que tu conoces, tienes que tenerles paciencia y explicarles lo que sabes para que te puedan entender"

Mi primera reacción era ser pedante, pero en realidad era porque yo asumía que todo lo que yo sabía... por qué ellos no lo sabrían y eso me gano mucho bullying

### **Wow, si me imagino...**

Hasta ahora tengo, me agregaron... Soy bastante antisocial igual... social soy pero antisocial... no me gustan los grupos cuando hay así mucho feedback social yo como que

me abrumó y me empiezo a sentir mal, igual me agregaron a los grupos de whatsapp de los ex compañeros de escuela

Y ahí es donde también habían detalles que yo no me acordaba que ellos fueron recordando y ahí el tema del bullying, de por qué lo hacían, de como yo reaccionaba, de las cosas que yo decía... y dije perdonen.

### **y qué te dijeron**

no sé si conoces... conoces a carrusel no el personaje a María

**No...**

Ah bueno, era una serie infantil de los 80 de una historia de una maestra de primaria y unos niños creo que mexicanos, donde habían diferentes personajes estaba la gordita, estaba el negrito pobre, estaba el multimillonario que venían en un vehículo lujoso, estaban los nerds... estaban todos.

Y había una niña, que era una niña bien, bien acomodada, bastante inteligente con todos los materiales... tenía ojos claros, pelo largo y bueno se llamaba María Joaquina.

Me contaron que el... el apodo que me habían puesto cuando estábamos en la escuela era que María joaquina era yo, y el negrito pobre estaba enamorado de esa niña y

resulta que varios de mis compañeros de grado habían sido también... estaban enamorados de mí cuando eso yo no lo registraba. Entonces los chistes empezaron por ahí, que ellos trataban de hablarme y que yo hablaba raro, elevado e indescriptible, que ellos solamente me miraban y que yo les miraba con cara de... son cosas así, que yo no recordaba.

O por ejemplo, cuando había un evento el niño que tenía que llevar a mi lado, que era mi pareja, yo le prohibía que me tocara, yo era la intocable, y sí tengo mucha hipersensibilidad, o sea no soy muy... los abrazos... son un capítulo muy complejo para mí. O sea un abrazo me carga mucho, me descompensa a veces, no me gustan, no los doy a menudo sea eso. Y cuando era niña era intocable porque dicen que yo reaccionaba como gato, cuando alguien se me acercaba y me rozaba dice que yo (hace sonido de gato erizado)

-Risas-

Son cosas que no recuerdo...

### **Y en qué influye ser mujer en este mundo del autismo? tú que estás dentro de este mundo y sabes cuáles son las diferencias entre hombres y mujeres**

A mí como mujer, me costó mucho porque no me vi reflejada en las demás mujeres.

Gracias a Dios me di reflejada en mi mamá, mi mamá era muy parecida a mi, mi mamá era fría pero no indiferente, era sensible, pero era distante... el hecho de que mi mamá haya estado tan pendiente de mí hizo que yo no tuviera tantos conflictos. Supongo que sí hubiera sido diferente si yo podría estar siendo homosexual... porque después de los veintitantos años empecé a poder hablar de los sentimientos, eh... interpretar lo que yo sentía.

Tardé más de 25 años en eso, en entender qué era lo que estaba sintiendo, ponerle un nombre y manejarlo, las costumbres femeninas no las entendía, nunca fui de las... mis amigas se sentaban a escuchar música romántica, se ponían a suspirar por el fulano y yo no entendía... hasta ahora no tiene sentido para mí la música romántica porque si no te quieren no está, qué sentido tiene poner está recordar a alguien que no te quiere, no está porque no quiere estar, porque no va a estar porque no puede estar..

Si estoy triste busco una música divertida, busco distraerme, no busco poner una música triste y sentarme a llorar, que es lo que hacían mis amigas y yo... o sea, no podía encajar como mujer con el perfil de las mujeres tradicionales y me fue muy duro porque tampoco pude ser buena amiga. Yo no soy una persona que cuando te veo mal, va a ir y va a ser el "oh pobrecita", apapachar... no me sale. Yo soy muy pragmática, práctica, muy directa y me costó tener amigas, siempre me llevé mejor con los varones... en mi aparición de nena linda, eso me complicó bastante... lo pasé mal (rie) ser mujer fue muy difícil siempre dije que hubiese sido más feliz si era un varón

### **risas**

De hecho una de mis parejas siempre me dijo que yo era el nene y él era la nena... (risas) por mi forma de hablar, por mi forma de reaccionar, por mi forma de consolar, por mi forma de todo... siempre me decía yo soy la nena y como todo nene me decía a mí...

**y tú que conoces el término masking ¿sientes que esta herramienta que tienen las mujeres autistas para relacionarse con personas neurotípicas. a pesar de ser una herramienta con la que se pueden comunicar y pasar desapercibidas, es como un arma de doble filo, porque te hace perderte a ti misma?**

Sí, sí totalmente.

Y de hecho me gustaría tener esa frase o esa pregunta memorizada, por qué yo lo usé mucho, a mí me resultó un arma de doble filo... porque después de la última gran crisis que tuve cuando falleció mi mamá. Que como te dije al principio ella era mi factor regulador, ella era mi traductora social y ella era mi todo.

Cuando ella se fue yo me quedé como flotando, me apagué. Es como que me fui y ahí me di cuenta que todo el camuflaje que yo venía haciendo, hizo que yo me llevara bien

con tantas personas, pero no me llevé bien conmigo misma... que yo no me conozca, porque yo me regulaba mis emociones de acuerdo al contexto, de acuerdo a la persona, de acuerdo a un montón de cosas. Y tuve que hacer el proceso de encontrarme, de buscarme, de encontrarme y después de aceptarme... Y la aceptación supongo que ya vino, porque estoy menos ansiosa... sí sé que hay cosas que me disparan, pero la ansiedad bajo muchísimo cuando vino el diagnóstico. Pero no por el diagnóstico, sino por todo lo que yo estudié y aprendí de autismo, o sea todas las herramientas que yo ya las venía aplicando súper bien a mi hijo y a mis pacientes, es como que... cuando me dieron el diagnóstico yo me di cuenta que también lo venía aplicando a mí sin darme cuenta y nada.

Pero si es un arma de doble filo muy desgastante porque yo me aplique un filtro verbal y emocional muy fuerte, qué cuando no lo usaba me hacía muy hiriente y cuando lo dejé de usar me sentía como igual. Como muy rara, muy diferente, muy desubicada, muy inadaptada, muy diferente... o sea es como que te choca, es como sacarte el disfraz hace que todos se den la vuelta a mirarte porque saltan las evidencias.

**¿Cómo sientes que fue tu relación, tu definición de ti misma, contigo misma antes y después del diagnóstico?**

Antes era caótica, era desesperada, era de incomprensión interna y externa. O sea, era todo un montón de cosas que no entendía, pero que trataba de manejar y de dar vuelta y no entender y que se yo.

Y con el diagnóstico pero ya solo no es solamente una solución, está ver todo lo que implica ese diagnóstico, que si me dio mucha... o sea de la incomprensión a la comprensión, a entender "ah hiperventilo" "ah, me da ansiedad" ah, porque yo soy tal cosa porque la característica que predomina y es esto, esto me descompagina entonces como que me dió muchas explicaciones

**te ayudo a reconocerte a ti misma y a reconocer las cosas que veías pero no entendías.**

Sí, pero justamente... eh yo tuve el desde hace un año, no... todavía no hace un año, el diagnóstico formal, pero el diagnóstico informal o la sospecha ya me la dieron cuando mi hijo tenía dos años y medio o sea hace 6 años atrás...

Y desde ese entonces como que yo empecé a usar lo que yo estudiaba también para mí bastante, entonces lo que yo decidí o reconozco desde que recibí el diagnóstico formal y me dijeron en grado dos, con esto con esto y sin esto, es como que le dije a todas las personas... que son pocas las que saben de mi diagnóstico formal, o sea yo no no se lo he contado a todo el mundo. Pero sí a las personas que saben y que trabajan en el área conmigo que ahora vienen a entender por qué yo hacía crisis y en plena reunión, yo salía

y tenía que ir a caminar por el estacionamiento. A... a ellos siempre les digo que entregar el diagnóstico no es solamente cambiarle la vida a una persona...

si

porque si no saben lo que implica ese diagnóstico, tampoco saben qué hacer con él.

A mí me ayudó recibir el diagnóstico porque yo ya sabía mucho qué hacer con él, o sea por eso me cambió la vida y ahora estoy así, con una dosis mínima de sertralina, con miles de improvisos, una pandemia encima, problemas económicos y estoy así estable. Porque yo ya sé manejar, yo sé cuando desconectarme, yo sé cuándo responder y cuando no y después sí, o sea es como que todo lo aprendido es lo que a mí me ayudan no solamente, el diagnóstico ayuda bastante para entender por qué no.

**¿Crees que tu vida hubiera sido más fácil si te hubieran diagnosticado a la edad normal de un hombre como a los dos o 3 años?**

Yo tiendo a pensar muy globalmente, me pongo automáticamente en 1984 en mi pueblito, natal de crepúsculos arrebolados. Donde la primera psicóloga que me vio era muy rústica y no creo, creo que no... porque lo que había en aquel entonces como intervención terapéutica, no me parece que haya sido muy efectivo.

Lo que hizo mi mamá es genial, me puso a bailar, me puso... me puso a superar todas mis... todos mis problemas, independientemente de lo que le hayan dicho que yo tenía o no tenía de lo que puntué, o lo que no puntué de lo que le dijo ninguna profesional.

Ella me veía con problemas en algo y me empujaba para allá, ella me veía con problemas algo ya me estiraba para acá... O sea, ella fue mi terapeuta. Yo creo que si me hubiesen diagnosticado en esa época, probablemente iba a estar más medicada y no se... hubiesen probado sus estrategias.

Yo creo que la... justamente hoy estuve teniendo una discusión en uno de los grupos de activistas porque hay muchos detractores del método ABA, y yo hice el entrenamiento para aba, y lo hice porque vi muchos niños productos de intervención con aba que estaban quebrados, atormentados, hiper medicados. uhm... porque esos chicos como que no estaban preparados sensorialmente para esa intervención y fueron forzados muy mal.

Entonces terminaron más quebrados que recuperados y a mí me asombró eso y dije bueno que hay ¿que tan malo es ABA? O sea, porque tanto daño después de esa intervención porque uno ve la evaluación pre intervención y después ve la evaluación posterior y decía bueno, aquí hay algo malo. Hice la intervención... o sea, me hice la

capacitación en el área clínica y ABA es muy bueno, pero mal aplicado no. Honestamente 2020 en mi país, estoy en la capital dónde están los mejores centros de intervención, donde están los terapeutas más top y sigue siendo muy discapacitante más que nada...

### **¿En qué país vives tú?**

Paraguay. O sea, todavía creo que en estos 3 años que estoy ejerciendo la medicina y haciendo diagnósticos, intervenciones guiando acompañando las terapias, encontré solamente dos o tres terapeutas que son respetuosas con las personas, más allá del diagnóstico; y que aplican las intervenciones de forma respetuosa, progresiva, empática. Dándole más capacitación a los niños que tormento, tortura y cosas así. Así que personalmente yo creo que el diagnóstico temprano no me hubiera cambiado la vida.

### **¿crees que es lícito ser la persona que eres, como mujer autista, en el mundo en el que vivimos, neurotípico, sin que te den diagnóstico, o sea sin saber que eres autista?**

Es más difícil... es mucho más difícil. Independientemente de que la gente que te rodea sepa que hay un diagnóstico y me refiero al respeto o, a la empatía que puedan llegar a tener... que yo no lo disfruto porque no hice público mi diagnóstico lo tengo bien guardado.

Uhm... me refiero a que vivir lícitamente sin tener una explicación de por qué ellos hacen así yo lo hago así, porque ellos prefieren esto y yo prefiero esto, porque no puedo encajar o por que soy fuera de qué se yo...

Depende del perfil de la persona, generalmente las mujeres usamos eso del camuflaje por eso, por qué como que no nos sentimos cómodas siendo tan raras... habrá algunas que se sienten cómodas felices siendo raras, se pintan el pelo de azul y andan caminando raro y la gente lo mira raro y a ellas no les afecta. Pero la mayoría usamos el camuflaje por eso, o sea empezamos a evitar cosas empezamos, a hacer algoritmos mentales; yo usaba muchos algoritmos mentales para hacer deducciones de "esto es lo que tengo que hacer", "esto es lo que tengo que hacer, esto no" y de repente me encontraba con que mi algoritmo no funciona... ¡ah!... y ahí hacía una crisis

### **¿cómo crees que sería tu vida si es que nunca hubiera sabido que eras autista?**

Muerta. Pasé muchos años de mi vida pensando en el suicidio perfecto... el suicidio perfecto para mí era apagarme y que no le perjudica a nadie y que como que todo quede en su lugar... y si no hubiese tenido el diagnóstico y si no hubiese llegado a todo esto, eventualmente lo iba a lograr e iba a ser la única salida... porque como te dije desde los 8 años ya estaba cansada de vivir. Pues esa fue la frase que le dije a mi mamá, tipo mi

mamá me dijo "que te pasa porque..." le dije porque estoy cansada de vivir y tenía 8 años...

### **wow, ¿cómo han sido tus relaciones de pareja?**

Tristes.

Triste, porque la emocionalidad es compleja para mí. Si bien, soy perceptiva, uhm... mis algoritmos no siempre son los apropiados.

Soy muy sensorial, soy fluctuante entonces con una persona que no es muy comprensiva o con todas las variables que se presentan, siempre hay problemas. Uhm... tengo reacción tardía con los sentimientos... es como que tardo en registrarlos; en los sentimientos y en las sensaciones: el hambre, el miedo, el cansancio, ya lo siento cuando estaba muy marcado.

Entonces lo mismo me pasó cuando me enamoré que me di cuenta ya muy tarde que estaba enamorada. Entonces digamos que tampoco la pasé bien ahí.

Y estoy casada. Uhm... mi mamá me ayudó a casarme en el sentido que... ella fue la que me dijo "cásate con este, es un buen hombre y te quiere mucho". Pero y eso... es una muy buena persona, me acompaña bastante pero es diferente a todo lo que las demás personas cuentan de sus relaciones.

### **¿Cómo así?**

... y no y que hablan de ese amor loco, de esos celos enfermizos, de esas reacciones... lo mío siempre fue práctico... fue ayudarlo, cuidarlo, que me ayude, que me cuide, muy pragmático...

### **Ya, ¿Alguna vez has sufrido violencia en la pareja?**

Sí. Es más, lo he naturalizado, lo he aprendido hasta el punto en que yo también, de hecho yo antes de conocerle a mi marido, no sabía gritar ni discutir... era evasiva cuando tenía un problema con mi pareja, con mi novio, con alguna persona, yo solamente abandonaba el barco y pasaba al olvido.

Eh... con él aprendí a enfrentarme a discutir, a levantar la voz, y... pasamos a ser una pareja muy tóxica, tuvimos muchos episodios de violencia verbal porque discutíamos y yo sabía... Es como que me puse a hablar su idioma sí él gritaba, yo también, a los gritos pero después de que pase la situación yo me quedaba con una sensación de suciedad horrible, era como si no sé... no me reconocía, me desagradaba mucho la persona en la que me convertí.

Y tocamos fondo, yo planteé el divorcio. Hicimos terapia de pareja, y eso fue este año... hicimos terapia de pareja un par de sesiones

Como él es muy inteligente y yo también... ya nos dimos cuenta. Uhm... y estamos sin pelear, sin discutir, pero... es como que yo, me apague. O sea, según él ya no estoy en modo pareja, estoy en modo individualista uhm... y no lo puedo integrar más.

Cuando hablo de mi hijo, mi casa, todo mi... como que mentalmente y hice click y lo saqué. Y seguimos juntos, seguimos casados... Parece que viene un bebé, pero es como que esa parte quedó ahí después, y eso también tuve muchos problemas de pareja.

### **Ah sido un proceso muy largo...**

Decime que tenes a otras personas con estas características (rie)

### **Todas.**

Todas.

### **Y de hecho muchas mujeres autistas sufren violencia intrafamiliar, física, psicológica, manipulaciones... y no se dan cuenta, hasta que se dan cuenta.**

Yo no sé si yo me di cuenta que había mucha violencia verbal, manipulación no sé... lo que sí me di cuenta, es que hay mucha frustración porque básicamente mi marido es un hombre muy bueno y el diagnóstico de mi hijo le cayó pesado. Pero... fue mi garra, mi energía, mi combustible que lo arrastró hasta ahora.

Y en toda nuestra relación eso es lo que predomina, el hecho de que como que hay una deuda moral o que hay un no sé... más que algo afectivo, amoroso, romántico, sexual, sensual de pareja... hay más como un deber o un no sé... un apoyo o una dependencia funcional.

Porque cuando yo planteo el divorcio por ejemplo, su respuesta fue algo que es cierto yo soy... yo tengo también discalculia, o sea tengo problemas con los números. Pero no sé si... diagnóstico discalculia, pero si tiendo a invertir los números, no recuerdo los passwords, los números siempre los doy la vuelta... siempre me dicen 73 y yo es como que eventualmente algún 37 o marco un 37.

Bloqueó cuentas, pierdo dinero, no llevo un registro del dinero. Entonces económicamente estoy un desastre y él lo sabe... él sostiene prácticamente toda la casa, entonces esa fue una de las razones por las que me dijo "no estás en condiciones de divorciarte" "Porque sencillamente no vas a lograr sobrevivir financieramente"

Y es algo que yo reconozco. También hay días que generalmente yo no puedo levantarme de la cama, estoy cansada de irme a los servicios de urgencia médica, hacen

todos los estudios y en realidad... salen todos los estudios bien pero yo me siento fatal. Entonces generalmente son días que son posteriores a algo social, alguna demanda social muy grande pues, así que como que me drenan tanto, que al día siguiente yo no puedo levantarme... no puedo estoy con nauseas, mareos, dolores por todos lados; parece como que dios mío, estoy con un proceso infeccioso que esta a punto de explotar. Voy a hacerme todos los estudios de sangre, de imágenes, de todo y todos están en su lugar.

Y a mí eso me causa mucha rabia, hoy me frustra mucho porque me siento inútil, no puedo con mi cuerpo, no puedo levantarme, no puedo conducir, no puedo hacer nada... me toca acostarme medio día, un día entero y no hay algo que se tenga que sacar, extirpar y me curé. Y él sabe eso porque sistemático desde que él me conoce, me dijo "siempre que tenemos que irnos a algún lugar te expones a esto después tenés esto". O sea, no y eso que, no creo que haya sido manipulación, fue una razón lógica.

**No, si a mi tampoco me suena como si fuera manipulación.**

Es que me lo dijo bien y tiene razón, porque es una persona que me conoce por 14 años. Y yo se bien que tengo que estar renovando el password de mis tarjetas, las bloqueo, tengo que anotar los password, eh...

**Wow, es harta información...**

**(Risas)** Si, cuando le conté a la amiga psicóloga mi diagnóstico, empezamos a hablarlo y desmenuzarlo. Ehm... me miró así y me dijo "quién hubiera dicho que esta brillante niña tenía tantas discapacidades".

**Risas**

Y ahí fue que me dijo brillante camuflaje, no se notaba, te lo chupabas todo...

**Risas**

Y sí, porque de repente yo... Mi marido tiene los mismos pin de tarjeta, los passwords siempre son parecidos, nunca los ha cambiado, nunca me los ha modificado...

Pero las veces que me da pasa su tarjeta, yo le tengo que preguntar los números y después cuando estoy en la caja yo le tengo que llamar y me tiene que volver a decir. Porque mi cerebro sencillamente esos 4 dígitos a los dos últimos los invierte o los mueve de lugar. No hay caso.

**Bueno, estamos llegando al final de la entrevista, yo con esta información estoy perfecto, ¿te gustaría contar algo más?**

No sé... hay muchos mitos. De hecho yo me aferraba a esos mitos para decir que yo no era TEA porque no tenía TEA.

Pero si, hay mucho por hablar y mucho por decir todavía. Sobre todo porque a mí me dicen que yo salga del closet... digo que salga y hable en primera persona y les corrija a los expertos, a los escritores de libros, a los científicos... pero yo admiro mucho a la gente que lo hace, pero no sé... pero capaz que yo no estoy preparada todavía para hacerlo porque por ahí quizá todavía no acepte del todo.

Es como si estuviese buscando... pero esta es una confesión, es como que quedo fantaseando con la idea de que algún otro profesional me diga "no, esto es un diagnóstico errado, no hay diagnóstico, no lo tienes".

**Ay, cuidado con eso porque si es que encuentras a alguien que no esté especializado en el tema lo más probable es que te va a decir, "oye pero si tú no eres autista"...**

Es que de hecho mi jefe, es el jefe del departamento de neuropediatría del hospital pediátrico más importante de mi país, es referencia internacional en Neurología y en neuro desarrollo. Es una persona que sabe muchísimo de neuropediatría.

Uhm... cuando yo llegué recién a su servicio y empecé a trabajar, yo no tenía diagnóstico, tenía solo el de mi hijo, entonces me empezó a preguntar los rasgos de mi hijo, su proceso y todo. Y cuando me preguntó en qué colegio iba y le dije que iba a un colegio normal, sin maestra sombra, sin acompañante terapéutico, nunca recibió medicación uhm... Él me miró y me dijo "entonces no tiene TEA, nunca tuvo TEA".

Y lo único que a mí me salvó de creerle y salir disparada a pedirle que él evalúe a mi hijo y que me diga que no tenía TEA, era el hecho de que el diagnóstico de mi hijo, se dio en Suiza en un centro especializado, muy serio y el hecho de haber practicado y estudiado de cerca con ellos y haberles visto tan funcionales a las personas con diagnóstico.

O sea, uno hojeaba el dossier, el archivo, de ver de un chico no verbal, sin contacto visual con muchas estereotipias, una desvinculación horrible, aislamiento, indiferencia social... de repente a los 13, 14 en el colegio súper bien, yo decía wow, es otra persona.

Entonces es donde yo aprendí que una buena intervención, todo una secuencia de cosas buenas llevan a un pronóstico maravilloso, que lo que yo veo que aquí en mi país no tienen esa visión, porque para ellos el autismo es esto y ahí muere, y si mejora no lo era.

Entonces es como que ahí estoy yo también... Como decía, que yo no puedo estar tan bien visiblemente... o sea de hecho la gente que me ve, no va a decir que lo tengo, la gente que me conoció de niña no va a decir que lo tengo, o lo tuve. Entonces es como

que busco aferrarme eso, pero dónde me encuentro absurda... en todo lo que sufrí y en la medicación que tuve que llegar a tomar, en todo lo que toqué fondo y dije "quiero apagar la luz, que termine todo...". Cuando me acuerdo de eso digo, Ah ok sí parece que sí.

Pero es como que me quiero aferrar de lo que la gente ve, que me ve bien, que me vea trabajando.

El capítulo de Universidad yo lo pase horrible... vivía desmayándome, hacía crisis de pánico y me quedaba en blanco y... y exámenes, promedios, materias que tuve que recurrir porque sistemáticamente entraba en pánico y me bloqueaba y era incapaz de responder, mi nombre... MI nombre después de haber estado afuera explicando y enseñando a mis compañeros.

Y lo que me ayudó a terminar la carrera, es el hecho de que los docentes sabían que yo sabía... entonces como que me aplazaban con amabilidad y en el siguiente examen, me daban más facilidades. Porque me decían "Becca tu promedio del año es espectacular, este tema fue tu mejor entrega en el año. Por qué no me estas respondiendo si en la práctica tu respuesta fue tal cosa" y yo no me acordaba... y después se burlan decían, "cuál es tu nombre completo" y yo no lo podía decir, entraba en pánico. Entonces hay mucho que... que hacer sobre esto, dicen que cada vez somos más...

### **Yo creo que cada vez somos los mismos pero hay más conocimiento al respecto**

Es lo que yo les suelo decir a los padres cuando entrego el diagnóstico y veo esa cara de marrano muerto que ponen cuando le digo que tiene TEA. Yo le digo que no hay nada de malo, porque si bien es difícil, si se hacen bien las cosas, nadie se muere.

### **A veces sienten que casi se les muere el hijo, y sigue siendo el mismo hijo, solo le están diciendo algo, están reconociendo quien es...**

Pero el problema está en que a mí, mi jefe. Yo no sé cuánto tiempo voy a seguir trabajando ahí, soy la piedra en el zapato de mi jefe porque yo creo que él ya sospecha mi diagnóstico, ya se dio cuenta de varias cosas y es como que me deja... Me deja ser, porque soy testaruda.

Al principio él solo quería que yo haga diagnóstico, pero me puse a hacer también intervención terapéutica en algunos casos y... los colegas me derivan para eso y él explota.

Y una de las cosas que él siempre dice, es lo que te mencioné, que los TEA, son TEA y mueren TEA y sí tuvo grado 3, tiene que morir en grado 3 no verbal, por favor...

Entonces si llega hablar era un mal diagnóstico y... y nada. Yo creo que eso es lo que le pasa a los padres, como desde cuando se les dice que tiene TEA ellos, ¡Ah! porque el diagnóstico TEA es lapidario.

Yo conozco casos en que ahora, de chiquitos que eran no verbales, muy desorganizados, una inmadurez sensorial terrible, atormentados y atormentables mal... y después de un año de asesoramiento terapéutico y de modificaciones en la casa. Los chicos están tan bien, que están empezando a hablar... y el jefe los está viendo... osea no los ve, pero sí sabe que estoy teniendo buenos resultados con lo que estoy haciendo. No entiende lo que hago, pero como que me deja ser.

Entonces y si ya me preguntaron de dónde saqué, o qué es lo que estoy haciendo. Entonces yo miento y como aquí en mi país le tienen mucho respeto a Europa, el método de intervención que me lo inventé... yo les digo que lo aprendí allá para que me dejen hacerlo.

### **Risas**

**Es que al final los niños autistas puede que tengan un grado muy avanzado y que hagan crisis todos los días. Pero al final cuando uno arregla ciertas cosas, como entender la sensorialidad que tienen, que entienden que las luces son las que hacen que tenga una crisis y se regulan esas cosas, se regulan los olores, se regulan los gustos, se regulan las luces, se regulan los ruidos... es un niño que puede estar muy bien que no tiene por qué hacer crisis.**

Así mismo es.

Pero esa es la parte... Cuando yo hice una especialización en integración sensorial, no me dejaron hacer el diplomado ni certificarme más porque soy médico, no terapeuta ocupacional.

Pero cuando yo vine y mi jefe vio mi currículum, él me dijo que para esto no había evidencia científica y que eso no existía científicamente. Y me dijo que solamente yo tenía que hacer diagnóstico formal, con el Ados y con M-CHAT, con el screening y mandarles a las terapeutas.

Pero yo me di cuenta que justamente estas terapeutas usan aba, pero aba torturante... Entonces, yo me di cuenta que habían niños que habían sido muy traumatizados y cuando fui detectando en niños con ese mismo perfil... de sensibilidad, no los derivaba con ellas y empezaba a hacerle la intervención yo. Pero más especificado a la familia, o sea le capacitaba a la familia para que vayan y hagan los ajustes necesarios...

### **Sipo**

Estos chicos mejoraron y qué sé yo. Entonces ahí fue cuando el jefe me preguntó qué es lo que yo hacía, y no le gusta, pero me deja hacer porque sale bien. Entonces el problema está en que para ellos hablar de un buen pronóstico en TEA es irresponsable. Porque ellos están basados... el diagnóstico lo basan en la discapacidad, en no sé... en las esperanzas.

**y al final es que hay que entender que el autismo, no es una enfermedad, si no... bueno yo lo relaciono como si fuera otro tipo de personalidad**

Si

**Es neuro diverso no más...**

Yo tanto le hablé al jefe, porque hablamos mucho, yo sé que me respeta porque cada debate, cada pelea que teníamos por un paciente, él argumentaba, yo argumentaba y éramos dos carneros ahí con la cabeza haciendo frente a frente.

Uhm... él llegó a reconocerme que él también tiene algunas cosas sensoriales, algunas cosas que sé yo... entonces fue cuando yo me reí y le dije si viene al caso de poetas del loco y de autistas, todos tenemos un poco le dije. O sea, por eso se llama espectro porque no hay una cosa para decir y decir de aquí aquí y me dijo, pero entonces le estamos sacando el valor diagnóstico al diagnóstico si vamos a decir que todos tenemos un poco.

Y le dije bueno, me parece más aceptable decir que somos, que hay un espectro a decir que es una raza extraterrestre. O sea... pero bueno.

Pero si me gustaría que alguien encuentre la cura, que digan tómese dos pastillas de esto y olvídense de todo lo que...

**Risas**

Yo personalmente hice mucho esfuerzo, hago mucho esfuerzo. Me siento muy mal cuando mi marido viene y me reclama algo que no registre, no lo tomé... al final digo, wow... todo el esfuerzo tampoco es suficiente.

**Pero tú te enteraste hace muy poco que eres autista. Pasaste toda tu vida haciendo esto y ahora recién estás aprendiendo a conocerte, a reconocerte, a aceptarte a ti misma y conociendo qué es lo que tienes que hacer para mezclarte y para ser tu misma, para no tener crisis**

Si, eso sí. Pero yo me refiero a lo que ya es una discapacidad, a esa incapacidad que tengo de percibir las emociones de las demás personas cuando yo estoy metida en mis cosas.

A veces... a veces sí lo noto, pero a veces no y no lo note y pasé por encima y después él viene y me hace el reclamo dolido y yo me quedo así "oh wow, qué mala persona soy"

**Muchas gracias por la entrevista, por la confianza, por las ganas de participar te lo agradezco mucho.**

Sí yo siempre digo que a mí me faltan agallas para hacer lo que la gente hace, de hablar, de enseñar, de corregir todo lo errado que hay, porque hay mucho errado. Yo creo que sí hubieran más personas que hicieran eso, la vida de más niños sería diferente y evidente de los adultos también.

**Yo espero que ojalá que esta investigación sea un aporte y que haya muchas más muchas, muchas más porque falta, falta mucho.**

Yo creo que las alianzas con la gente que tiene el respeto, entre comillas, es la mejor estrategia. O sea, cuando a mí me piden mis amigas que saben que soy autista, que en el día del autismo yo hable a favor de los que sé yo... de los errores de todo, yo no me animo porque quién soy, nadie. Soy x... no hay, no va a haber un respeto de la comunidad científica, no tengo 20 años de ejercicio en la nada...

**Ya pero tú eres autista, una mujer autista con un hijo autista que más encima está especializada en autismo y trabajas con gente autista. O sea, eres alguien dentro del mundo, o sea quién soy yo: una niña que está recién saliendo de su carrera psicología**

Pero te cuento que mi situación profesional no me ayuda mucho. Porque dejé 6 años la medicina, porque soy muy intuitiva para los diagnósticos. Por ejemplo, yo miro a un niño y digo, tiene TEA. Mucho antes que hable, mucho antes que todo... o sea, es como que le paso más al esoterismo

*risas*

que en la parte...(risas).

Si de repente dicen, "Becca esto no es brujería... hay que justificarlo". Buscó la forma de justificarlo y encuentro la justificación y después me dan la razón pero de buenas a primeras parezco muy informal.

**Pero la intuición también es una herramienta muy poderosa**

En realidad lo que yo me doy cuenta, es que entre así como entre los homosexuales se perciben... yo me doy cuenta que hay una química especial entre los TEA.

Yo lo vi en mi hijo cuando íbamos a los parques, él tenía una afinidad automática con personas neurodiversas o personas diferentes... algunos neurotípicos tienen rasgos y con ellos también.

Y lo mismo me pasa a mí, yo no... no... cómo se dice, no conecto con todos. Pero en el consultorio los chicos... siempre tuve buen feeling con los niños; pero los chicos con TEA severo, esos que son no verbales, que están totalmente aislados, que te ignoran completamente y vienen a mi consultorio... cuando me escuchan hablar o cuando entran a mi consultorio y yo empiezo a buscar el contacto visual es como que me encuentran y hay un cambio así, y los padres dicen "ay doctora es magia". En realidad es como que parece como que ellos sienten que yo los voy a entender y es muy conmovedor porque me pasó varios casos que son estos chicos que tenían más... más compromiso, más rasgos, eran ya niños medio grandes que nadie los pudo... nadie los pudo conectar. Estaban pasando desde diferentes centros terapéuticos a otros.

Que cuando llegaban a mi consultorio también eran indiferentes, desconectados, no aceptaban ninguna estrategia de nada. Pero como yo les hablo mucho a los padres, es como que ellos iban escuchando y se sentían identificados... porque los padres me decían "pero doctora, por qué hace esto y no hace esto" y yo le decía generalmente en los TEA ocurre esto, está asociado... y es como que ellos en medio de su aislamiento, empezaban a mirar con una cara de "lo que ella dice tiene razón".

Después ellos solos... tengo el caso así de un chico que era así totalmente aislado, desconectadísimo y después de 2 o 3 sesiones con los padres, el se metió por debajo del escritorio, se subió, se acomodó en mi regazo y se colgó así de mi cuello y se quedó así recostadito como descansando... y yo esa no era época de pandemia y esas cosas estaban permitidas. Los padres empezaron a llorar, porque el chico no toleraba, no se vinculaba con nadie. Entonces yo lo que hice fue mirarle y le dije "hey, qué te pasa? crees que es lo que yo estoy diciendo tiene sentido" y me miró a los ojos, como que me encontró y me dijo así... (asiente)

Ese fue el día en que los padres fueron a casa y empezaron a aplicar las estrategias que establecía, que en vez de llamarles 50 veces que lo tocaran, que lo guiaran, que el modelado conductual, que las adecuaciones, que sé yo... y el chico empezó a abrirse, abrirse... a aceptar las rutinas, a aceptar las modificaciones, a mirar un poco más a los padres. O sea así...

Y los padres siempre dicen que fue magia y en realidad yo le digo no, ellos se dan cuenta cuando alguien los entiende. Y yo sentía lo mismo cuando era niña, que había personas con las que no quería hablar porque decía porque voy hablar con esta...

**(risas)**

Y me pasa siempre con todos los chiquitos, están en lo suyo pero como que me encuentran y me... y se conectan.

Siempre los compañeros que están atrás me llaman cuando tienen que hacer un diagnóstico en los otros consultorios, me llaman y me dicen "tengo una sospecha de TEA pero no me cierra tanto verdad" y yo voy, y como que empiezo a jugar con ellos y es como que siento que sí, si son.

Yo creo que tiene que ver con esa... que me dijeron mis amigos que son homosexuales, que me dijeron que ellos se huelen y que cuando entran a un boliche y hay alguien que tiene la misma inclinación, ellos le miran y se encuentran y ya está

**(Risas) Puede ser**

Yo siento lo mismo que sentía con mi hijo. Cuando todos me decían que era un chico malcriado, que se habrá asustado, le daban muchas explicaciones a sus conductas... y yo sentía que no.

Él estaba siempre muy apegado a mí y ellos decían que la que lo malcriaba yo. O sea "vos tal cosa". En realidad yo me daba cuenta que él se guiaba, por ejemplo si yo comía, él comía. Él, sí yo dormía, él solo dormía conmigo. Él solo tomaba pecho, no acepto nada solamente del pecho... O sea todo lo que yo tocaba, él tocaba. Como que me usaba de traductor también...

**Muchas gracias por tu discurso, por todo, muchas gracias por participar.**

A las ordenes, ya tienes mi telefono, yo quedo atenta para lo que necesites.

**Bueno si te parece cuando termine el proceso de evaluación te puedo mandar el documento para que tu lo leas, y sepas en qué participaste.**

No, sí, a mi me interesa mucho también porque se lo quiero presentar a mi jefe, y también sería bueno difundirlo en todos lados para que la gente vaya aprendiendo un poco más

**Muchas gracias, chao que estés super bien y muchas gracias por la entrevista.**

Chao chao

\_Patricia, 32 años. Edad de diagnóstico: 28 años. México.

**Si quieres me puedes empezar contando sobre ti, ¿cuántos años tienes?, ¿qué es lo que haces?, ¿qué te gusta?**

*A ver... hablo mucho, hay veces que empiezo a hablar de una idea y se me viene otra cosa y me voy a otra cosa, así que si me voy me puedes orientar para otra parte. Igualmente, hay veces que me quedo, así como... (en blanco) y después sigo hablando. Me llamo Patricia, tengo 32 años, estudié biología, tengo una maestría en manejo de recursos naturales tropicales, y ahora estoy estudiando mi doctorado en bioquímica y biología molecular. Soy la hija mayor de una familia de tres hermanos, dos niñas y un niño, vivo en casa de mis papás todavía, y pues nada... estoy estudiando. ¿Qué me gusta? Me gusta mucho la biología, me gusta mucho la música, música muy particular, me gusta mucho la música instrumental, amo a los perros, me fascinan los animales, pero los perros son mi TOP. ¿Qué más puedo decir?, me gusta mucho comer hotcakes.*

**¡Qué rico hotcakes!**

*Si, últimamente me gustan mucho los hotcakes.*

**¿Y cómo fue tu proceso de diagnóstico?, ¿cómo llegaste a esto?**

*Bueno, pues desde muy chica mi mamá había notado que yo era diferente en ciertas cosas, entonces ella como madre, que es la te cría, porque el papá trabaja, se daba cuenta de ciertas conductas, que se notaba mucho más cuando lo comparas con otros niños que obviamente van a la escuela, convives con las mamás y ves que tu hija es media... es tímida, es más cerrada, es más callada. Ya cuando llegan los hermanitos, se empiezan a desenvolver socialmente, igual cuando van a la escuela y ya se dan cuenta que no hay... Conforme fui avanzando se fue dando cuenta que había cosas que me pasaban hasta ahí, pero no malas, pero conforme fui creciendo y fui cambiando de ámbito, se fue haciendo más notorio la dificultad de incluirme en otros lados, y dependiendo del ambiente social, era como me portaba. Obviamente en mi casa era "Destroyer", hacía, movía y todo; y en la escuela era así... con trabajo hablaba, con trabajo tenía compañeros, pero si tuve compañeros en la primaria, en la secundaria más o menos, en la prepa mmmmm... y conforme fui avanzando mi mamá le decía a mi papá: "Oye, hay algo distinto".*

*Tengo un hermanito que lo estuvieron llevando porque creían que era sordo, pero si escuchaba, solo que era muy disperso. Entonces se lo llevo para que hable, para que desarrolle sus habilidades, pero yo no, yo era muy rápida y yo hacía sola mi tarea, aprendí a leer rápido, solita. Yo llegaba y "tin tin tin" como maquinita hacia rapidita mi*

tarea, no hubo esa necesidad de llevarme a algún lugar para que yo pudiera hacer mis cosas.

### **Claro, para que fueras funcional. Eras funcional.**

Exacto. Pero en lo que si tropezaba era en lo social, que era lo que no se veía a simple vista. Entonces conforme fui... creo que varias veces cuando empezaba la escuela era cambiar escuela, amigos, lugar, todo... era como "no quiero ir"... o "tengo dolores de panza aquí o acá". Ya que pasaba el primer semestre, el primer periodo, ya más o menos me acoplaba, y como yo me enfocaba a la escuela, era tareas, tareas, tareas, y de la escuela a la casa y tareas, y al otro día a la escuela. O sea, no era de los que salen y se quedan ahí baboseando, comiendo sus papitas, haciendo amiguitos... yo de ahí a mi casa y no, no, no... no socializaba ni nada. Ya fue hasta la prepa... no... en la universidad, porque generalmente era el mismo formato, primaria - secundaria - prepa, cambiabas de escuela, cambiabas de compañeros, pero eran los mismos formatos, cambia cuando entras a la universidad, sube más la responsabilidad, el ambiente cambia totalmente... siguen siendo tus maestros, pero ya sabes que, en un momento, si te sigues desarrollando en el mismo canal, esos mismos maestros serán tus colegas, entonces ya el trato es diferente. Y pues, a mí me costó mucho acoplarme, porque el nivel de calificar era otro sistema. Había reglas, pero no eran reglas escritas porque era como: "ustedes ya son adultos, ustedes ya saben cómo se mueven, saben cómo hacen, no tiene que estar alzando su manita para salir al baño, ustedes saben cómo se mueven, las tareas y trabajos están aquí, ustedes saben si hacen, o si no entran", había maestros que anotaban o no anotaban cuando entrabas, entonces eso a mí me causaba ruido. El primer semestre fue terrible porque de aquí donde yo vivo a mi facultad era como hora y media, porque es fuera, como es facultad de veterinaria y tienen ganado y todo eso, queda fuera de la ciudad por el olor y todo eso, entonces era como viajar de la ciudad a un pueblo. Bastante Lejos. Tenías que agarrar un camión, bajar al centro, cruzar el centro, y el centro es un montón de ruido, de sonidos, de voces, esperar un camión, agarrarlo, bajarte, ir a la escuela, después tener todo tu periodo educativo que era de 8 de la mañana a 3 de la tarde, y a veces te tenías que quedar por trabajos en equipo, y en la biblioteca, y ya después de eso regresabas a tu casa, hacías otra vez trabajo, y al otro día otra vez, y así diario. De hecho, ahorita que estoy pensando, hubo un tiempo que dije dios mío como aguante tantos años con eso porque era muy desgastante, mucho. En ese primer semestre me dio muchísimo trabajo adaptarme, hasta en un momento pensé ya no quiero volver a ir, pero pues por una o por otra cosa y ya... me costó muchísimo más adaptarme, pero lo logré y ya llevé bien esto, porque yo soy así como la mateita, entonces siempre tenía promedio arriba de nueve y ya con este cambio

de sistema y todo me acuerdo de que el primer semestre creo que una materia la lleve a revalidación, o sea, terrible, recuerdo que la pase con 66, o sea, fatal.

### **¿Y cuál era el mínimo ahí?**

Seis, y generalmente yo estaba acostumbrada a que el mínimo era 7, y yo dije: "¿Seis?", y pues bueno, pasé.

La cosa es que ya los siguientes semestres ya me fui adaptando un poquito más, y como son muchos trabajos en equipos, el primer semestre me costó eso. Ya en segundo semestre o en segundo año encontré a mis amigos que son ahorita, son un poquito más calmados y ya, me acomode con ellos en hacer equipo y ya nos seguimos todos los años de equipo con ellos, y son los que aún me llevo, son mis amigos, son mi familia de hecho. Entonces me acoplé más con su forma de trabajar de ellos y todo, pero pues siempre hubo sus cosas. Fue cuando terminé la universidad, fueron 4 años, hice un año de tesis, porque yo quería investigación, entonces hice un año de tesis. En ese año de tesis me fui con la que era en ese tiempo mi tutora, porque tienes a un maestro que te va guiando durante los 4 años: "tienes que hacer esto, tienes que hacer lo otro, tienes que ver tu servicio social, ya llenaste tus créditos, que materia agarraste" ... Entonces tienes a alguien guía, y me había apegado mucho a esta persona. Y pues, me toco cita con ella y le dije: pues quiero hacer mi tesis, quiero más o menos este tema. Y me dijo: mira yo te puedo ofrecer esto, ¿te interesa? Y pues, con alguien que ya conozco, un tema que quiero y que ya no tengo que seguir buscando porque igual, dependiendo de lo que vas buscando es el tiempo que vas a invertir y lo que quieres es titularte y ya, porque tienes un tiempo, Pues le dije está bien. Trabaje con ella un año, termine la tesis, aprendí muchísimo, hice muchísimo lo que yo quería y todo, fascinada con mi tema de investigación sobre genética, termine, me titule y todo bien. Después me dicen: "sabes que, quedó muy bonito el proyecto, porque no lo continuamos?", con ella misma, y yo dije: "bueno, okey". Me presenté, entré al postgrado, y empecé a estudiar. Pero, como la maestra con la que había trabajado, que era mi anterior tutora ya sabía cómo yo trabajaba, y ya la había ayudado antes de entrar a la maestría en varias cosas, y como fui su tutorada, igual la ayude en otras cosas, entonces ya sabía cómo manejaba todo su sistema de papeles, y en ese tiempo de la maestría se hizo encargada del laboratorio de ese departamento que estaba olvidado, entonces me dijo: "sabes que, ayúdame a arreglarlo, ayuda a checar los reactivos, a checar que equipos hay, a ver proveedores", o sea pusimos en pie ese laboratorio. Entonces ya sabía cómo manejaba y todo. Entonces cuando entré a maestría y firmas con "Nacid" que es una institución de ciencias y tecnologías, te pagan para que estudies, pero tiene que ser todo tu tiempo completo en tu tema de investigación, si no, te quitan esa oportunidad de seguir estudiando así pagada, o ya no confían en ti y ya no te apoyan en estudiar. Ya no devuelves el dinero,

pero ya no se te vuelve a apoyar. Entonces me empezó a poner sobre trabajos de otras cosas, y como ella estaba en otros proyectos, ya llegó un momento que estaba encargada del laboratorio, estaba encargada de su proyecto, del material del otro proyecto, del laboratorio, estaba encargada de... como se llama... estaba... era.... asesora de un grupo de primer año de investigación de... (trata de recordar) ... es que ella daba metodología de investigación, entonces me los puso a mí a uno de sus tantos equipos para que les enseñe lo básico de genética, pero era su proyecto y yo su asesora. Entonces tenía como lleno de cosas, y al momento que yo llegaba a checar lo mío ya estaba bloqueada, saturada, saturadísima, y en eso me empecé a deprimir, porque en ese tiempo yo nunca había tenido como que... me era difícil encontrar con quien llevarme, porque generalmente mis gustos no son como que muy... bueno, me era difícil empatizar con gente, y en ese tiempo, hace como 8 años, por ahí en 2010-2012, cuando te dije que empecé la maestría, me empezó a gustar eso que ahorita está muy de moda, el dichoso K-pop, pero a mí me gustaba en los tiempos viejitos, y encontré a unas chicas que igual les gustaba, y como ya tenía beca, un poquito de solvencia, un poquito más de tiempo, que en la maestría que era todo el día ahí, entonces cuando salía y bajaba al centro, que el centro es el punto de reunión de todos, pues las veía, salíamos y hacía cosas. Entonces, mi asesora me empezó a decir "tienes que hacer esto, tienes que hacer esto, tienes que hacer esto", y cuando no cumplía, tenía consecuencias negativas, o sea se empezó a juntar todo, un mar de cosas, que todo lo que me saturaba... Entonces salía con las amigas y me relajaba y eso mantenía que no explotara, pero yo en un momento en el que la relación con mi asesora... porque como en maestría no solo ella podía asesorarme, me tenía que asesorar con otra persona, ya eran 2 personas que estaban ahí: machaque, machaque, machaque. Que durante la licenciatura me fue bien con esas personas, entonces yo me quedé, así como... ¿qué pasó? Ahorita que lo pienso digo, yo no tengo como esa capacidad de malicia, no lo sé, que las otras personas como que... no sé si me manejo por patrones o cómo, que ellas ya saben que decirme o que hacer para que ellas sepan cómo voy a reaccionar, porque a veces ella me decía algo y se notaba que ellas me hacían sentir mal, y para que yo no... O sea, ellas venían y te decían cosas que te hacían sentir mal, y después: "ah toma, te compre esto". O te regalan lo otro, pero como yo tengo... como que son personas que supuestamente son tus asesores, de tesis, de esto y todo, son personas de autoridad, lo que estas personas te digan es porque es para tu bien, pero pues igual tú no tienes pendiente de que hay cosas como que te ayudan, pero realmente no es así, y pues en ese momento yo no coordinaba. Cuando yo estaba... Obviamente salía desde la mañana y tú sabes, y cuando yo llegaba a hacer lo que iba hacer, yo estaba cansada, abrumada, saturada por los deberes, trataba de alejarme, o sea estaba super así mal, mal, mal. No sé ni cómo andaba, de hecho, yo le decía a mi mamá que hay muchas partes de mi vida que están, así como oscuras, ¿y porque, no?, sinceramente creo que no tenía la capacidad para poder procesar esas

cosas que me pasaban porque simplemente estaba tan abrumada que hasta ahora de vez en cuando: esta cosa que hice o esta cosa que hice podría ser por eso... hasta ahorita me vengo a acordar porque antes... no tenía... la verdad no sé.

### **¿Sentiste que se aprovecharon de ti?**

Pues, puede ser, quizás...

### **O te manipularon...**

Aun así, de las cosas que pasaron, quiero pensar que no es que quisieran... quiero pensar positivamente, quiero pensar que quizás no quisieron aprovecharse o manipularme así maliciosamente, solo que ella quizás en su forma de ayudarme, trataron o manejaron las cosas así, pero como yo soy una persona diferente, si me dices... porque me acuerdo mucho la última sesión de maestría, fui y todos me dijeron: olvídalo, déjalo, no puedes. Pero así, literalmente. Y yo me quedé así... me quedé super choqueada. Te deberían decir inténtalo, tú puedes, cómo te ayudo, y no en el plano "ya déjalo, olvídalo, mejor trabaja, ya casi terminaste los 3 años de beca, déjalo ya..." y yo así: ¿what? Y mi asesora me dijo: "no, este... envía a pelear, que te califiquen, que te pongan esto"... Ella quería pelear algo que sabía que yo no me había ganado, pero tampoco sentía que esas palabras que me habían dicho yo me las había ganado, entonces yo no sabía qué hacer, entonces llegó un momento que mi asesora, me dijo, por una o por otra cosa, "no, pues si tú quieres hacer las cosas así, atente a las consecuencias". O sea, literalmente me amenazó, y yo me quedé "ah, muy bien, gracias", cerré la puerta y me fui, y no regresé. Y me deprimí, no sé cuantos meses, yo digo que 2, pero quizás fueron más, la verdad no lo sé, 2 meses que la verdad es que están borrados totalmente, porque no tengo nada. Solo porque mi mamá estuvo dale y dale y dale y dale, fui a hablar con mi asesor... no mi asesor, con el coordinador, y le dije: "mire, hay esta situación", yo ya había ido con otra psicóloga, y esa psicóloga ya me había dicho "no, por estrés, por esto, por eso y por esto, tiene ansiedad, tiene esto, tiene fatiga, dolor de cabeza, mareos, vértigo, dolores de estómago", o sea una lista así... interminable. Me siento como en el capítulo de Los Simpsons, en el que mandan a diagnosticar al Mr. Burns y le dicen que tiene tantas enfermedades que no presenta ninguna porque se tapan. Tenía tantos síntomas que estaban, así como en medio, como sentía todo al mismo tiempo, entonces no expresaba nada, porque ya era tanto... que ya. Entonces, hablé con ese asesor y gracias a dios me dijo: "sabes que te queda un semestre, en un semestre consigue unos nuevos asesores, tienes un semestre para acabar la maestría". Y con otro asesor, gracias a dios me tope con 2 maestros que me habían dado clases y que son buenísima gente y que son super relax, de hecho, me dijo:

"sabes que, es una base de datos que tienes que analizar, cuando tengas dudas vienes, haces cita con nosotros, trabajamos y lo demás lo haces en tu casa". Así que lo trabajé en mi casa. Acabé esa tesis como en 6 u 8 meses, la presenté y me titulé. Pero luego después de eso me deprimí peor todavía.

## ¿Por qué?

Porque por todo, por todo lo que ya estaba saturada, o sea estaba super saturada, la poquita energía que me quedaba la use para terminar la maestría, concluir la, y ya después ...Trabajé unos meses con una amiguita, pero trabajé en algo muy sencillo que en realidad no me gustaba y ya después de eso... me quede ahí como... lo terminé para junio así que me quede como 4 o 6 meses ahí... sin hacer nada, baboseaba en el celular, o sea un ente, era un ente. y mi mamá decía algo a mis espaldas, pero no me acuerdo. Ya como a final del 2015, ya por la música y eso que me gustaba, empecé a contactar con una chica de Ecuador y me puse a hablar con ella y todo, y yo estaba deprimida porque había perdido a una tía por cierta cosa y todo, y empezamos a hablar, y es con ella cuando empecé a hablar, y ella iba a entrar a estudiar para nutrióloga, y ya con ella empecé a hablar y todo, y me empezó a ayudar a comer diferente y todo eso, y me empezó a llamar la atención, porque ya estaba muy, muy, muy, gordita, así super gordita, me deprimí y subí muchísimo, pesaba como 93 kilos, o sea pasadísimas. Entonces empecé a hablar con ella y todo, y empecé a cambiar con ella mis hábitos alimenticios, eso me hizo sentir un poquito mejor, y además de tener con alguien de que hablar, me empecé a abrir un poquito más, y mi mamá ya había dicho: "vamos con una psicóloga". pero yo ya no quería, entonces me dijo: "sabes que? haz lo que quieras, cuando quieras realmente ayuda me avisas". Y en cierta manera fue bueno porque me dio mi tiempo a mí de procesar las cosas. Por ahí por el 2016 más o menos que empecé a hacer todo esto, y ya como para marzo - abril le dije a mi mamá: "sabes que, si quiero ir con la psicóloga". Y me dijo: "ok". Y empezamos a ir, y ya dije: "bueno si voy a la psicóloga porque sé que necesito ayuda, entonces voy a ser sincera realmente", porque a veces si iba con otros psicólogos y lo que hacía era decirles más o menos lo que querían escuchar, porque si yo hablaba o explicaba algo, ellos decían: "no es que eso no se puede, o eso no lo debes sentir, o eso no es, otra cosa"... O sea, ya decías otra cosa para que no te dijeran eso, entonces fui a esta psicóloga, y si me escuchó, entonces yo sí me pude expresar. Entonces me dijo: "sabes que, te voy a hacer una prueba, te parece?". "Está bien" le dije. Y me empezó a hacer la prueba y toda la cosa, y me dijo: "sabes que, quiero hablar con tu familia porque parece...", me habló de la condición asperger y todo. Y yo dije: "y eso ¿qué es?", porque ni sabía. Entonces ella habló con mi familia y todo, tuvimos una reunión... bueno, me explicó antes que es más o menos lo que había notado y todo, yo empecé a investigar, tuvimos la reunión con mi familia y ahí

ya, tuvimos como una terapia familiar. Y ahí dijo: "pues Patricia tiene todos los síntomas y tiene todas las características con la prueba que tengo y ya hablé con otra persona que dijo que podría ser y todo, porque ella es esto y esto y esto y esto, y hay que trabajar esto y esto y esto y esto". Y mi papá dijo: ¡¿qué? y mi mamá así como que... si fue como... no un boom... pero sí fue como una noticia como media fuertecita, pero al mismo tiempo fue mi mamá de: "Ay por fin, algo de que nos podemos agarrar". Y yo que empecé a investigar y todo y fue como "FUA!" la super revelación del año, de la vida creo, porque ya empecé a... con eso empecé a leer un montón y leer blogs y ya eso me ayudó muchísimo. A mis hermanitos les tomó un poquito más... como que... como que aceptar la cuestión. Mi hermanito ya está super, mi mamá también, aunque a veces les tengo que explicar cosas, mi hermanito es el que... a los hombres siempre les cuesta un poquito más eso de la empatía. Mi papá ya está light, mi hermanito también, si a veces hasta bromeamos con eso y todo, pero ya. Y en ese mismo tiempo que pasó eso, la relación familiar estaba así muy fosforito, cualquier rasponcito y todo se prendía. y por lo mismo de mi situación era que la familia estaba así, pues yo llevaba como 10 años que estaba yendo a médicos, psicólogos, neurólogos, psiquiatras, hasta del timo, si era del timo, si era de mi cerebro, o sea de todo... pues eso genera un gasto y yo ya me sentía ... por eso mismo "no quiero ir al psicólogo, ya no quiero ir a eso, ni a los otros", pues solo se gastaba y quedaba igual... ¿para qué más no?. Pero ya con esta psicóloga fue uff... la super revelación. Ya estaba comiendo mejor, empecé a investigar esto y todo, y ya para el 2017 estaba mucho mejor anímicamente y toda la cuestión, pero siempre venía mi mamá: "tienes que trabajar, tienes que estudiar, tienes que ir a..." ... Y yo decía: "mamá ¡espérate, espérate!, porque siempre me decían: "tienes que estudiar algo con biología". Y cada vez que me lo decían me venían todos mis flashbacks de todas las cosas feas que me pasaban o que me decían más bien, entonces mi ánimo estaba muy... mi confianza en lo que yo sabía, o que yo sabía que me gustaba, estaba así... fatal. Entonces sí me costó bastante. Fue un... fue... porque me dieron el diagnóstico a los 28, hace 4 años, entonces sí me llevó bastante tiempo investigar, leer, estar segura de qué información es, que hay muchísimos testimonios, personas, síntomas, si es hombre o mujer, cómo se siente. Yo tuve que aprender a hacer mis experimentos, falso y positivo, porque tengo hiperacusia, tengo hiper sensibilidad, entonces yo oigo mucho, entonces "¡bajen el volumen!", o las vibraciones igual. Con los olores casi no soy, pero hay uno que otros olores. La ropa... la ropa tiene que ser muy...yo cuando voy a comprar ropa....

### **La textura.**

Ajá... no es de: "Ay, eso está bonito", cuando voy parezco ciega porque voy tocando la ropa hasta que sienta, "¿Qué modelos hay? ¿me queda o no me queda?" ¡Hay veces que

lo veo y "ay!, pero está horrible", ya se me quitan las ganas. Tiene que ser por tela, asique ropa, así como utilizan las mujeres como Shakira... piedritas... casi no, no me van. Igual soy un poco torpe en las cosas, por eso igual no uso zapato alto porque soy mucho de caerme, soy medio torpe, y ahorita más que uso lentes tengo un problema con la proporción del espacio. Entonces hay veces que me cuesta caminar las escaleras porque se me va mi pie, por eso soy más de tenis o de chancleta. A veces me abrumba mucho...obviamente no filtro... escucho todo de jalón, y a veces me hablan y me dicen no sé qué cosa y está prendida la tele:

- "¿qué?..."
- "¡que tal cosa!"
- "¿me lo vuelves a repetir?"
- "¿que no escuchas?"

Si escucho, solo que como escucho los mismos sonidos al mismo tiempo no puedo distinguir, pero según el contexto, entonación, y con lo que me está diciendo deduzco qué habrá querido decir:

- Ahhh ¿dijiste tal cosa?
- Si, si te lo estoy diciendo
- ¡Aaaay!

Y ya pongo mis límites de "vamos a salir tal día". Salimos, socializo con tales personas y ya, dependiendo si alguien habla de algo que me llame la atención, puedo opinar, si hay algo que no sé o no me agrada o "ay que flojera con esto", lo evito. Cosas así. Soy muy reservada, me llevo con pocas personas, pocas personas saben de mi condición, no porque lo tenga en el closet, sino simplemente no me gusta que... Hay 2 tipos de personas, o sea no 2 tipos, hay muchos tipos de personas, pero están los que "ay pobrecita" y te catalogan de otra manera y que flojera que te vean diferente o algo. Aunque a mí la verdad lo que piensen los demás ya me da igual, estoy muy segura de... de... de lo que soy... de lo que sé y lo que me importa más son los que... los que me quieran, o mi familia nuclear más o menos, como que super cerquísima, entonces lo que ellos me digan es lo que más me afecta más que nada... o sea me levanta o me bota, dependiendo ¿no?. Entonces ya después de eso, soy muy reservada, en mi Face tengo 21 personas y el otro día elimine 4 porque son amigas de mi hermanita que ya no se llevan tanto, y dije: "ah pues no quiero que las personas se enteren de mi vida, no me gusta" y pufff los elimine, así. Y ya, solo es mi familia, mis amigos que son estos 5 de la universidad y ya nada más mi familia, creo que, si más o menos va, porque mi papá les ha dicho que no les están contando mis cosas! Pero ya cada quien como lo toma. Y ya 2018 me fue mucho mejor, 2019 como que ya... como que ahí ya empecé a ver qué onda, que todo, porque me dio tiempo, y es cuando empecé a estudiar, averiguar lo del

doctorado, ya me empecé a animar porque ya me estaba desesperando, no estaba haciendo nada, solo estaba en mi casa, o trabajo o estudio y la verdad estuve buscando trabajos y para lo que a mí me gusta no hay mucho aquí, entonces dije: "voy a seguir estudiando". Como me quité de ahí y todas mis conexiones las perdí, mis pocas conexiones, mi mamá estaba dice, dice y dice... y bueno, si tiene razón, si estudio en lo que me gusta, quizás pueda crear nuevas conexiones y cuando termine en el futuro quizás tenga más posibilidades de encontrar donde laborar. Entonces empecé a estudiar, me llevó como 6 meses estudiar, pase todos los filtros y todas las cosas, y sinceramente llevaba como 4 o 5 años sin estudiar, sin leer, o sea... así en forma, pero nunca dejé de... como persona curiosa que soy y todo, si estaba investigando otros temas y otras cosas. Entonces... eh... presenté todo y quedé a la primera y dije: "mi ibueno!". Y ya, quedé, gracias a dios si me dieron beca, y ahora tengo un poquito de fluidez para pagar, de hecho, no tenía lápices, mis libretas, las idas, las vueltas, ropa porque no salgo y tenía ropa viejita, para mi ropa, mis tenis, comprar mis cosas... y ya, quedé y empecé a estudiar y es hasta lo que es ahorita. Pero si ha sido... hoy te traigo muy resumido, pero ha sido casi como de 12 o 15 años buscando qué onda, qué es lo que había diferente porque... porque si había algo igual... lo notaba más la gente afuera porque dentro de mí, o sea yo, para mí esto es normal, y yo decía: "cómo es que la gente puede estar tranquila caminando en la calle con tanto ruido, tantas voces...", o sea, yo no entiendo...

### **No te hacía sentido...**

Yo decía cómo es que están tan normales con eso... y así como "¿queeee? -por dentro-". Cómo es que pueden hablar tan fácilmente tantos temas con tantas personas, eran cosas que yo dentro de mi normalidad eran muy complicado, y ya con eso me doy cuenta: "ah, no porque tú no procesas, tu no manejas, tu...", es diferente a lo demás, y pues si con eso todo el tiempo, te sientes que estás mal o que estas fallada, algo mal en ti, y si se siente muy feo, y más cuando ves a tus hermanitos que tienen amigos, salen, hacen y tú te vas como que.... llega un momento que, como hermana mayor, vas creciendo y te van viendo como un ejemplo y ya conforme va pasando el tiempo y quedas tu como atrás, atrás, atrás, atrás y si se siente feíto porque deberían aprender de ti. Pero ya ahorita ya como los 3 estamos grandes, entonces ya como que somos iguales los 3 hermanos, pero sí fue bastante... fue muy feo... horrible pero ya...

### **Las relaciones sociales se ven difíciles**

Si, emmm... como puedo decirlo, no sé, es como... ponen muchos memes... cuando... eso que platicas... como que haces tu guión mental antes como que: "ay, voy a tal lugar, va a estar tal". Por eso me decían mucho: "vamos a salir a tal lugar", ok. "Vamos a ir a la

casa de la tía no sé qué”, ok. “¿Quiénes van a ir?”, tal tal tal tal. “¿cuánto vamos a tardar?” pues no sé, “¿pero aproximadamente cuánto vamos a tardar?”, pues no sé. Si me decía que vamos de la mañana hasta la cena, no voy, es mucho tiempo. “Solo vamos a almorzar”, ah ok, si puedo ir. O vamos a ir en la tarde, pero vamos a regresar un poco en la noche. mmmm dependiendo, “¿quiénes van?”, pues tales personas... Ah, tales personas, entonces puedo hablar de tales cosas. Y así, para que vaya preparada, porque si solo me agarran y me llevan a un lugar, yo me voy a quedar así... ¿a dónde estoy yendo?, cuando voy a un lugar, ¿a qué lugar voy a ir?, ¿y a qué hora?, para que sepa que ropa tienes que llevar, una ropa adecuada, o mi hermanita: “carla puedo llevar esto?”... ay, solo escoge tu ropa, porque esas cosas tan burdas me eran difíciles, porque tal si yo llevo un vestido y voy a ir al super, o sea un vestido bonito que obviamente no tengo, si vamos a ir al super. O si vamos a ir a la fiesta de navidad, yo he ido a navidad con simplemente una playera y unos tenis, porque simplemente no quería vestirme, o sea me daba hueva, y decía: “un año formal y un año casual”, y así. A veces me visto para año nuevo con un vestido con... o una ropita floral, cuando nada que ver, tendría que ser negros u oscuros, o plateado, y llevo una chancleta cuando debería llevar zapatos.

### **(risas)**

Y es igual de maquillarme, o sea no... ahorita solo tengo polvito... pero yo no era de maquillarme o sea pfff, eso de que las cejas y que el peinado... ya ahorita mi hermanita ya salgo con ella, igual antes no tenía el dinero y ahora tengo un poquito de fluidez... “vamos carla”, y ella me ayuda y esto lo puedes combinar con esto... algo mío y lo demás de mi mamá... Ahora salí y compré otra ropita y me dicen: “no, pero si tienes que comprarte ese suetercito”, o “tiene que comprarte esa blusita porque son básicas y eso lo combinas con todo”, y así me guío... cosas básicas que puedo combinar. Entonces poquito a poquito voy aprendiendo esas cosas, porque si para mi es bastante complicado...

### **Como los protocolos**

¡Si!, o sea, igual ahorita que entré acá a estudiar, yo era de... y ahorita que empezaban las clases en línea: “Jesús bendito como se hace esto”. Lo bueno es que a veces te dejan tener apagada tu cámara, porque cuando esta prendida me desespera, porque yo soy hartito gesticulando y todo eso y no me gusta en clases que me vean si estoy haciendo así, o haciendo cosas, o si estoy moviendo mis manos o se ve raro, o yo... generalmente te están viendo, y yo no soy tanto de ver a los ojos porque me cansa un poquito entonces veo para un lado y para otro y digo “ay no me vaya a ver muy rara”, y como se

te olvida que está prendida la cámara, tú estás moviendo como sea, me encrispa, entonces prefiero apagar la cámara y atender la clase. Entonces son muchos protocolos y dependiendo de donde vayas es como vas a hablar, expresar, si vas ahí: "doctora buenos días", si es en tu casa, pues... si vas con tu familia, tía, tío, no puedes ser irrespetuosa y decir "!qué onda!"... a veces se te va... son muchas cosas, y generalmente cuando estoy afuera entro en el dichoso modo máscara, la máscara social, y eso es lo que te gasta más energía. En cambio, cuando estoy en mi casa meh... como sea... pero ya afuera, sí. Y depende del nivel de confianza, porque dependiendo de con la persona que esté tratando es como me voy a portar, si son personas de afuera que no conozco, soy así, super formal, respetuosa y todo, en cambio sí son personas que amas, me muestro más yo, porque soy bastantilla rara... entonces... sí.

### **Y en tu adolescencia o tu infancia ¿sufriste bullying en algún momento?, ¿fue difícil la época escolar?**

Pues.... mira, si sufrí bullying no me di cuenta.

#### **Ya**

Fue una que otra vez que escuché cosas, pero estaba tan abrumada, tan encerrada en mí que pff... da igual. Pero sí sufrí la cuestión de que no me ajustaba mucho. En la universidad era como vamos a fiestas, vamos aquí, vamos allá... y yo no, yo era solita haciendo mis tareas y todo, era muy separada. ¿Que sufría?... mmmm... los trabajos en equipo, el tener que hacer trabajos en equipo, especialmente cuando nos hacían hacer trabajos con personas aleatorias y yo noooo! Y a veces como yo soy muy nerd, acababa haciendo la tarea sola. Les decía sabes qué, mándame tu parte y yo lo hacía porque estaban fatales sus trabajos. Más que nada era el hecho de moverte, de ir y regresar, porque yo sentarme y estudiar lo hacía sin ningún problema, tenía buenas calificaciones, el problema era socializar, tratar con personas, o que a cada rato te estén cambiando de maestro, cruzar el centro, el ruido, el esto y todo, regresar ya cansada de todo y tener que seguir estudiando. Pero lo que es la estudiada... no tenía problemas.

### **¿Qué comentarios recibiste alguna vez sobre ti, de cómo eras, de los demás?**

De los demás... es que casi no hablaba con ellos, no hablaba con mis compañeros, lo evitaba de hecho.

#### **Pero ese como... "tú eres así"**

Muy callada quizás, muy reservada, muy tranquila, me acuerdo de que una vez en la prepa, en el último año, creo que un chico había entrado en segundo año.... Un día fuimos a la dirección y yo fui a pedir una carta de recomendación porque ya íbamos a entrar a la universidad y te pedían ciertos documentos, y yo fui a coordinación y: "¿me podría dar una carta?"... que no sé qué y todo, y ese rato hablé, y ese compañero estaba allá también, y estaba esperando que me den el documento y todo, y viene este compañero y se me acerca y yo: "¿qué onda con este tipo que se me acerca?", y me dice: "he estudiado 2 años completos contigo y es primera vez que escucho tu voz". y yo: "ajá... ¿y?". "Se me quedó mucho eso porque nunca he escuchado tu voz". y yo: "¿para que la querías oír?, si da igual" (risas).

**(risas)**

Había mucha gente con la que sí... mi compañera hace como un año: "va a haber reunión de los compañeros de la universidad", "Ajá". "Y va a ir tal y tal y tal, ¿no quieren ir?", "sinceramente no me interesa la vida de ellos porque es irrelevante, solo la de ustedes, si tú quieres ir a escuchar el chisme de los demás... si te preguntan de mí, no sabes nada, no cuentes nada de mí, no me gusta que estén contando mis cosas, como yo soy recíproca no me interesan sus vidas tampoco". "Ay Julia porque eres muy así", es que mi primer nombre es Julia que no me gusta. No tengo energía para estar gastando en personas que no me aportan ni me interesan o que no hay reciprocidad, yo tengo que ser pragmática y económica, voy a gastar energía en mis amigos y familia que me están respondiendo, voy a involucrarme a aportar en las personas que: "¿cómo estás hoy?, ¿qué hiciste?", en los demás no le veo sentido porque no hay, pero en las personas neurotípicas es lo usual gastar energía en todo. Mi amigo igual:" que tal persona... tal compañero...", no sé, porque ellos convivieron con varias generaciones, yo los ubico de vista, pero nunca hablé ni me ubico con ellos. "tal cosa que publicó en Face". "Elimínalo." "es que hizo esto y no sé qué". "Elimínalo. Si no te gusta lo que publica o te molesta, elimínalo". De eso viven, o sea siento que los neurotípicos son como los americanos, tienen tanto dinero que lo gastan en pendejadas. Yo no tengo eso, tengo que economizar. De hecho, hasta yo tengo páginas específicas de memes, no todos los memes me dan gracia ni me llaman la atención, no todos los programas me entretienen ni me dan gracia, son estúpidos. Simplemente hay cosas que no me van. Dicen: "ay, es que ustedes son muy pedantes", no es que seamos pedantes es que somos más sinceros, no usamos energía en estar adornando o enmascarando las cosas.

**¿Sientes que esta herramienta que tienen las mujeres de enmascarar, que les sirve en estas situaciones sociales, es como un arma de doble filo porque**

## **también hace que te pierdas a ti misma, que estés como dejándote detrás de una pantalla todo el tiempo?**

Cuando no eras consciente de ella sí, porque antes yo lo usaba, pero no era consciente, entonces te puedes llegar a perder en eso, en el que yo sentía que antes no tenía una identidad, no tenía una personalidad, era como que la máscara era más yo que yo, ahora ya sé que soy yo y que es la máscara, ya puedo identificar. Con todo este proceso ya pude tener una identidad. Antes del proceso si alguien venía y me decía algo, me hería más, porque no tenía esta identidad fuerte creada, esta base, ahora como ya la tengo no me genera tanto problema. "este que tú eres esto, eres esto". "Ajá, ¿y? Es mi vida y mi problema, la mía es mis cosas". Igual mucha gente habla, habla y habla, pero no sabe nada del tema, entonces por más que te quiera hacer sentir mal tú sabes que no tiene razón entonces para que le sigues... entonces tu: "sí, sí, sí...", entonces cuando tú tienes la identidad marcada y sabes cuál es la máscara y cual eres tú, no hay problema, antes sí.

## **Ya, entonces como es tu relación, tu definición contigo misma antes y después del diagnóstico.**

Antes y creo que hasta parte de ahora yo era mi peor enemiga, la peor enemiga del universo, nada podría hacer así... lo que pasa es que antes no me conocía tan bien, pero obviamente aunque no te conozcas sabes cómo lastimarte así en friega, pero ahora como ya te conoces más, con simples cositas puedes "auch", porque antes yo no tenía autoestima, ahorita tengo un poquito más de autoestima y así como me puedo lastimar también me puedo levantar yo sola, creo que ahí tiene que haber un poco más el arma de doble filo. Entonces... ¿cuál era la pregunta?

## **Cuál era la relación y definición contigo misma.**

Antes era terrible, era mi peor enemiga, literalmente era sobrevivir cada día, cada segundo, ahora no, ahora hay más espacio de tranquilidad, de reflexión, de disfrutarla, de cosas que no se hacían antes para nada, era salir a tomar respiritos, ahorita no, es disfrutar, es bañarte, hacer esto, hay más. Si hay momentos difíciles obviamente, pero ya es como que "ay pasó esto", "si pasó esto, está difícil y todo, ¿ya lo analizaste?, ¿que puedes hacer?, ¿qué herramientas ya generaste este tiempo o cuales te falta generar o cuales puedes juntar?", y antes era todo te lo tragas, te lo tragas, te lo tragas, lo sufres, ahora lo procesas, lo manejas y todo, y si sientes que no lo puedes manejar, ya sea que lo comente con mi familia, con mi hermanita, con mis hermanos, qué podemos hacer, como nos podemos ayudar, y si veo que aún así no, me contacto con mi psicóloga para

que me oriente porque antes me pasaba mucho que había mucho ruido acá arriba y no lograba ordenar la información para poder unir los puntos. Había mucho desorden acá arriba, mi psicóloga me ayudaba mucho, platicaba con ella y me hacía ver los puntos más importantes y yo ya podía ir ordenando la información para poder hacer la conexión e ir poquito a poquito trabajando en algo. Ahorita es algo que ya logré empezar a hacer yo sola. Mi mamá dice: "te veo mal, que pasa?, porque no vas a la psicóloga?", y yo: "espérame, a veces con un poquito de tiempo lo puedo arreglar yo sola", porque cada vez que uno necesita algo, ir corriendo a alguien, pero tengo que aprender a hacerlo sola yo también, pero si son cosas que me quitan tiempo, me están mermando energía, o me están haciendo... me están perjudicando más, no lo puedo dejar pasar más, ya contacto al psicólogo, ahí aprendo para la siguiente lo vuelvo a utilizar para no recurrir a ella, es como un trabajo constante esto.

### **Suena muy agotador**

Si jajaja

### **Entonces, este proceso de diagnóstico fue como un proceso de liberación, de autoconocimiento**

Si, fue como la respuesta que he estado esperando toda mi vida, y ya en base a esta respuesta como que... si estás en un cuarto oscuro y de repente te muestran la puerta, entonces tú tienes que empezar a caminar y empezar a decir como... primero te abren la puerta y te viene el flashazo, mientras vas saliendo y se van adaptando tus ojos, vas empezando a ver las cosas con más claridad, y cuando las empiezas a ver, las puedes ir identificando y catalogando y ver que puedes hacer con eso. Hay un árbol de manzanas, que hago con la manzana, la puedo comer, ¿cómo puedo llegar a la manzana?, tengo que subir al árbol, ¿qué elementos tengo para subir al árbol?, una escalera, una piedra, un perro, no sé, lo que haya ahí, puedo tirar el perro y que la agarre, puedo subir a la escalera, o puedo esperar a que se caiga sola, no sé. Es así un proceso, cada vez que vas avanzando, primero hay un árbol lleno de manzanas, y vas caminando y hay un árbol que tiene 100 manzanas, sigues caminando y hay un árbol mucho más alto que solo tiene 1 manzana y sigues caminando y caminando y caminando y ya no encuentras árboles y manzanas, ¿qué pasó acá?, cada vez que vas avanzando los retos son más grandes y te das cuenta que no sólo puedes depender de manzanas, y conforme vas avanzando en la vida es muchísimo más complicado, más complicados los retos, más cuando son emocionales. Cuando son emocionales son devastadores. Una persona me decía que él... y siempre le he dicho yo que... somos personas... ay se siente terrible, lo triste se siente muy triste y lo alegre se siente muy alegre, somos 2 polos, o todo o

nada, y así con las emociones, entonces aprender a regular eso, está muy caño, y después aunar las ideas con la emoción, el aunarlas, no hay esa conexión, entonces todo este proceso me ha ayudado a que me dé cuenta de lo que veo, y digo cómo acceder a ello, como llegar, entenderlo y como aunarlas con mi emoción y luego usar eso, pues es super complicado, pero sí.

**Entonces ha sido un camino de desafío, pero ahora tienes los ojos abiertos...**

Si, de hecho, fue muy gracioso porque el tiempo que estaba viendo, ya me estaban dando mi diagnóstico y todo, también me estaban dando mis lentes así que fue literalmente abrir los ojos.

**(risas)... ¿cómo crees que hubiese sido toda tu vida si no hubieses recibido nunca el diagnóstico, si es que nunca te hubiesen dicho que podías ser autista?.**

¿si no me hubieran dicho? guau.... no se.... guau.... no se no quiero pensar en eso.... (comienza a llorar) .... sería horrible....

**Me imagino...**

(Sigue llorando)... yo siento que... (le cuesta mucho hablar)... no sé... que me da mucha culpa porque... sinceramente hay... cuando pienso en ese tiempo hay momentos en el que sí... como que... si si si! (interrumpe la mamá)... siento que si hubiese pasado más tiempo, no sé, sinceramente siento que no estaría acá o no sé, es muy duro.

**Me imagino... me han tocado muchas mujeres que me dicen así: "si yo nunca hubiese recibido el diagnóstico ahora estaría muerta", muchas**

Si... y pues yo no lo digo así porque es... es como que implantaron más las ideas de esa posibilidad y ni siquiera lo quiero decir, pero si yo... para esa vez de la maestría yo... yo ya, ya, ya... y solo por, no sé, no era mi camino, logré salir porque si estuve lo más profundo, y cada vez que tengo algo nuevo que atravesar o algo así, y siento que es muy difícil o duele o algo, digo: "con lo que pasé, esto no es nada, no es nada", lo único que me podría botar así feo sería perder a mi familia, pero no debe pasar en mucho tiempo, pero aparte de eso no... ahorita todas las cosas que me pasan, que esto y esto y esto, no son nada en comparado a eso que pasé, es como lo más profundo que hay, y cada vez que recuerdo de eso digo: "si eso es lo más que he pasado, entonces ahorita no es nada", o sea puedes salir adelante, puedes salir a hacer esto y todo, y eso me ayuda a mí a darme una retroalimentación, y darme cuenta de que guau, tienes que ser

una persona muy fuerte, muy valiente, y más cuando muchas personas no se dan cuenta de eso, y vienen y dicen: "no es que no tienes nada, es que no te pasa nada". Ese no tienes nada, no te pasa nada, es la razón por la que sigues acá y sigues haciendo tu vida y tus cosas, te digo que si duele y lastima un poco pero yo vuelvo a pensar: "y que ellos saben, no saben nada y no se van a tomar el tiempo y no afecta sus vidas por lo tanto no les interesa, no les afecta, está bien es su punto de vista y no van a cambiar el mío y no me van a hacer retroceder, o sea no tiene sentido". Son muchas cosas... ay ya... (sigue llorando)...

### **Tranquila... tranquila de verdad, no me molesta...**

Es que muy emocionante, de la risa al llanto, terrible... ajá continua, perdón

### **¿Sientes que no es tan lícito para una mujer autista vivir en el mundo en que vivimos, sin diagnóstico?**

Como que....

### **Como tan viable.... o que es mucho más difícil que para una persona neurotípica, ¿tal vez?**

Si... si es mucho más... quizás no sea super complicado, pero si lo es, por muchas cosas, te digo cuesta mucho regular lo emocional, y cuando te va a venir tu periodo que te suben las hormonas, ¡ay! no te paras. Yo hay veces que me la paso comiendo chocolate porque así mengua un poco lo... si tienes algo que te afecte emocionalmente lo recurres a cada rato, o si tienes algo que te guste mucho, a cada rato se te antoja, o a veces te viene mucho el dolor y... no se... tonterías. Igual lo emocional te cuesta más manejar, y todo se aumenta, y por el simple hecho de ser mujer ya tienes la desventaja en este mundo, y con la condición buuu, tienes desventaja hasta con las otras mujeres. O sea, las mujeres tienen que ser lindas, coquetas, sociables, buena onda, risueña, bien vestidas, arregladitas, aquí y allá, y hay veces que somos de que... con la carota así... pero porque estoy cansada, o a veces no ríes al mismo tono, o hay veces que tus facciones no concuerdan, o a veces no tienes energía. Bueno yo como bióloga muchas veces no fui arregladita a la escuela, porque eres bióloga, te toca el campo, te toca esto, solo te amarras el cabello y te vas, no tiene caso que te maquilles y te pongas una ropa bonita si vas a ir al campo, entonces si ahí no tuve mucho problema con mi outfit y mi carrera, pero si vas a una entrevista de trabajo, y el tiempo que estuve en entrevistas de trabajo me tuve que comprar una o dos blusitas porque no tenía ropa presentable para ir a una entrevista de trabajo. No es lo mismo cuando llegas y: "Hola! ay si es mi amigo,

es mi conocida" tiene sus conexiones y te ayudan a entrar a un lugar, y tu llegas y no conoces a nadie y como que pasas desapercibida, y si eres de las personas que no hablan o te cuesta hablar, aún más desapercibida. Llegas "buenos días, buenas tardes", sonrías y como que te quedan pendiente, y a ti que te cuesta... te queda esa sonrisa toda rara, ¿no?... entonces cuesta mucho, mucho, mucho. Para que avances en socializar, tienes que estar basada en la socialización, y la observo mucho en mis hermanitos, porque mi hermanito ahorita tiene un trabajo con sus conexiones con sus amigos y todo, está haciendo sus empalmes para su producto, o mi hermanita para conseguir trabajo da clases de esto y lo otro, por su amigo, por su licenciatura, por su carrera está consiguiendo conexiones y yo como... cri cri cri... o sea, todas las cosas las tengo que conseguir desde cero porque no tengo esas conexiones, no tengo la facilidad para hacerlo, muchas de mis amistades son de mis hermanitos, no las tengo por mi propia, las únicas son de la universidad, que las hice en la universidad por el pretexto de que convivíamos en el mismo lugar y a fuerza tuvimos que hacer equipo, porque si yo hubiese trabajado sola quizás tampoco hubiese hecho amistades.

### **Guaaaau... ¿Cuáles son los comentarios que recibes del resto, cuando las pocas personas que saben, o que tú les dices que eres autista?**

Primero mis amigos eran de que: "ay, no es nada, seguro que no es eso... todos tenemos un poco de eso", y yo así... bueno no podría decirles nada porque tuve mi proceso de buscar, de leer, en mi familia como fuimos directamente con la psicóloga y la psicóloga es la que sabe, no nos va a decir: "no, usted está rara...", porque pues, si se la pensaron y fueron viendo, porque varias veces fui a psicólogos, psiquiatras y todo, te decían diferentes cosas, que eres bipolar, que eres neurótica porque eres mujer.. entonces le tuvimos que dar un chance porque tuve antidepresivos, anti ansiolíticos, tuve bastantes medicamentos, uno que otro medicamento... y como que sí, y después no... entonces al momento que me dieron el diagnóstico fue mucho de expectativa porque no sabía si unos meses después iba a volver todo lo que era antes, y yo no quería, de hecho creo que por eso mismo creo que los primeros 2 años no me aventaba a hacer nada, porque decía: "ésta nube de rosa en cualquier momento se va a volver negra otra vez", y gracias a dios se ha mantenido igual, y como que ya estoy creyendo que ya... ya... ya se está acabando...

### **Vino para quedarse...**

Ya se está quedando ahí, ya es pasado, ya estoy estudiando, me siento más confiada de lo que sé, me siento más segura de mí, me siento más tranquila, me respeto y tengo más autoestima, me cuido más, me estoy uniendo más a mi familia, a mis amigos, a

pesar de la pandemia y todo eso, sigo socializando en cierta manera, entonces en lo que se puede ya va bastante, mucho, mucho, mucho mejor, pero obviamente todavía queda mucho por... Pero no, creo que no me dijeron gran cosa porque no le he dicho a muchas personas, pero siempre que si le comentas a alguien y el típico: "que es eso?, y después que les explicas dicen: "no.... no creo que tengas eso", y yo: "no es algo que me pueda quitar o poner"... pero bueno... y tampoco digo: "todos tenemos un poco de eso"... y es como mmmm... creo que es lo más relevante

### **¿Qué otros diagnósticos te dieron alrededor de tu vida?**

Que era neurosis, que era neurótica, una vez me dijeron que era bipolar, otra vez que tenía tiroides, que estaba depresiva, pero eso si era cierto, me dieron antidepresivos, también... cuál otra que me habían dicho... me habían dicho otra cosa, algo de personalidades...

### **Aah... ¿un trastorno de la personalidad?**

Algo así me habían dicho creo... y ... ay no se... pero si, bastantes cosas, creo que eso fue lo más general, porque es donde yo me acuerdo, porque después lo empezamos a ver más activamente como el 2008-2010... cuando entre a la universidad, porque antes nada más era que mi mamá me llevaba al psicólogo y una que otra cosa, y como niña que eres no estás tan pendiente de que te dicen, es más tu mamá la que te dice qué hacer.

### **iUff, harto!**

iUff, muchísimas cosas! puedes hablar millones de horas, pero yo lo resumo mucho. Me paso algo por ahí cuando estaba en la primaria, mi mamá creyó que esos eventos eran la razón de porque me comportaba así, cuando estaba cambiando de primaria a secundario tenía 12 e iba a cumplir 13, cambie de escuela y eso es un cambio muy repentino, lugar nuevo, compañeros nuevos, me había bajado la menstruación por primera vez. En la primaria tenía 2 mejores amigas, o eso dice mi mamá porque yo no me acuerdo bien, pero una de esas chicas tenía anemia y falleció, y mi mamá quedó super preocupada porque mí me dijo: "tu amiga falleció y tú no lloraste, tú en ningún momento lloraste, ¿cómo es que no lo sentiste?", y yo pensaba: "pues... no sé por qué no habré llorado", quizás no llore, pero lo sentí y lo manejé de otra manera. y al mismo tiempo que me sentía abrumada por el cambio de escuela, amigos, rutinas, maestros y con todo lo hormonal de mi primer mes, estaba super abrumada entonces como iba a llorar con todo así. No es que no lo sentí, solo se juntó un mar de otras cosas, entonces no podía reaccionar a todas, me bloqueé. Mi mamá a partir de eso empezó a ver que yo

empezaba a ser más diferente, se notaba un poquito más mis conductas. yo he leído que tiene que ver mucho por lo del mes, como cambia la hormonalidad, se activa todo, cambia todo, se potencia más. Entonces mi mamá desde eso pensó que me había traumado y hasta ahora recién entiende que era parte de todo.

**iGuaaau!, yo la verdad que con todo esto que hemos conversado quedé super bien para la entrevista, no sé si tú me quieres contar algo más.**

Mmmm no, creo que no, no que me acuerde, nada interesante.

**Fueron hartas cosas, ha sido un proceso bien largo y bien emocionante también**

Uf... muy largo y desgastante, complicado y emocional. Creo que, a partir del diagnóstico revelador, que era lo que necesitaba para crear cultivo de mi identidad y empezar a vivir mi vida. Antes de eso yo no vivía, era sobrevivir, ahora ya la vives y a veces piensas: "28 años desperdiciados..." y no son desperdiciados. Antes de todo esto le decía a mi mamá que es vida de otra persona, pero de todo vas aprendiendo, y ya tratas de hacerlo parte, pero al mismo tiempo pensar que no se tiene que repetir, y ya... avanzar.. Creo que sí, hay varios eventos en tu vida que es un antes y un después, pero en mi vida es el TOP, y si tiene mucho que ver con el hecho de que las personas que te ven con el tiempo o tus familiares dicen: "pues ya habla más, sale... antes solo se encerraba en su mundo pero ya es la chica que sale, que habla, que te busca platica, o que la ves distinta, que está haciendo algo".

**iGuau!... que importante...**

Si porque los demás hacen sus cosas, y tienen problemas, y tienen estrés y todo, pero no se tienen que estar preguntando quienes son, porque siento esto, qué sigue, o cosas así. Lo que ya está para ellos así marcado, yo lo tengo que construir.. no sé cómo puedo decirlo... creo que así... sí estoy sintiendo algo y me siento rara, "¿y qué sientes?", "no sé, me siento rara" y tengo que analizar que hice ayer y hoy, quizás estoy estresada y tengo que hacer algo, pinto, escucho música, no sé... es como que nosotros estamos en manual y los neurotípicos en automático, nosotros tenemos que estar mirando, adaptando, modificando todo el tiempo porque cambia, ellos están en automático y además se actualizan constantemente solitos. Nosotros somos la versión de celular que tienes que estar metiendo los comandos y además actualizando manualmente...

**Muchas gracias por la entrevista, muchas gracias por abrirte tanto.**

i(risas)... ay!... es que ya son bastantes años en el proceso, y cada vez que va avanzando el tiempo, si me entrevistas de aquí a 1 o 2 años, quizás la idea del discurso sea la misma pero el enfoque o quizás lo que te comente va a ser diferente, porque ya a haber evolucionado como persona. Si te hubiese hablado hace 2 años atrás aún no sé qué pasa. Pero lo que me queda es conseguir herramientas y seguir avanzando, ya no tengo que construir la base o hacer muchas cosas. Eso es algo por lo que... como te puedo decir... es difícil darte cuenta de que no solo las mujeres, sino muchas personas que están en busca de eso aun no lo encuentran, me he dado cuenta de eso, quizás no lo encuentran, y me he dado cuenta porque he estado leyendo blogs, en hombres el diagnóstico no significa un gran cambio, y en la mujer es todo, lo es todo. El simple hecho de que se enteren 20, 30 o 40 años después, es un cambio porque tienen tiempo de vida para poder disfrutar otra vez su vida, su hijo, su pareja, su perro, o lo que sea que quieran disfrutar. Cuando me dijiste qué hubiese sido de ti si no tuvieras el diagnóstico, yo me pongo a pensar que antes no disfrutaba nada, no había eso, así que es importante, super mega importante, que a las mujeres no se les haga de atrás en el diagnóstico y que si se les oiga de verdad, por eso creo que tiene mucho poder los blogs de personas escritas en primera persona, porque las personas neurotípicas siempre quieren poner su idea y su opinión porque ellos saben más, para ellos, saben más. Y si, quizás tú puedas saber más así escrito porque lo estás viendo a tu lado, pero tú no sientes lo que yo siento todos los días, tu no pasas por todos los procesos que yo paso todos los días, es que los sonidos a ti no te molestan, pero a muchas cosas que a nosotros no solo nos abruma, literalmente nos causan dolor, estás haciendo tus cosas o haciendo tu vida con dolor, y son niveles de dolor que no se pueden explicar porque no hay palabras en el vocabulario o no encontramos la forma para expresarlo porque nos cuesta expresarlo, pero entre nosotros nos entendemos, entonces como que esa cuestión es lo que creo que hace mucho ruido que las personas neurotípicas se creen con el poder que pueden hablar por nosotros. Para mí es muy importante este tipo de estudios y todo, porque.... es para tu tesis, ¿no?

**Si.**

Porque puede ser que sea, como dicen, es solo una tesis, no un artículo que se publique o algo así, pero va a ser una base para otras personas que van a seguir trabajando, y como son personas adultas que ya tuvieron el diagnóstico y ya trabajaron y estuvieron en el proceso, eso va a servir de background terriblemente -para bien-, para niñas o adolescentes que tengan las mismas incertidumbres, puedan leer o buscar referencias o puedan acercarse a alguien. Yo tengo una página que quizás haya aportado mucho, pero sí ha dado para conocer un poquito más la condición, y ya me ha tocado ir a 1 o 2 foros y hablar, y al momento que tu hablas y dices que estas estudiando y ven que hablas más

elocuente y todo, te juro que puedes sentir la tranquilidad en muchos padres de que si yo sigo trabajando y dándole y no cerrándole las puertas a mi hijo o hijos, sino dando la oportunidad de que ella se desarrolle, va a llegar un momento en que ella va a poder hablar así, va a poder estudiar así, pero si lo ven desde el punto de vista neurotípico no, tiene esta discapacidad, no va a hablar, no va a ver esto... ya están cerrando todo, y más en las niñas que somos súper complicadas (risas), entonces hay mucho por hacer pero por trabajos como este se empieza, así que gracias a ti también por elegir el tema.

### **¡Muchas gracias!... ¿Sientes que tu vida hubiese sido más fácil si hubieses tenido el diagnóstico antes?**

Es lo que te estoy comentando, quizás no, quizás no hubiera logrado las cosas que logré ahorita, si desde chica mi mamá hubiese sabido que su hija era así, le iban a decir pues no tiene caso que inviertas, no tiene caso que estudie, no tiene caso que... mejor que más adelante se case y ya, y que la mantenga alguien y ya estuvo. Mi mamá siempre ha sido de: "eres mujer y tienes que trabajar o estudiar, para que más adelante si alguien o tu pareja te dice que ya no quiere algo así... no tienes que estar necesitada y estar diciendo "¡ay!, necesito esto y esto". No te salió bueno el tipo, lo haces a un lado y tú tienes tu carrera, tu casa y tu coche, mi mamá siempre ha sido así. Entonces nosotras siempre tenemos que estudiar y trabajar, tenemos que ser independientes, y es algo que mi hermanita ha agarrado mucho, porque a pesar de que es la más chica se siente como la hermana mayor, porque es independiente y vive sola. Y yo como la mayor y sigo en la casa (risas). A veces me recriminaba eso de que tú eres la mayor y tienes que estar adelante, y bueno, yo dije los tiempos, las capacidades y las cuestiones son distintas. Tú tienes tus tiempos y ya tendrás tu independencia, pero no es ahora, así de sencillo... entonces... ¿cuál era la idea?, perdón... ¿de la independencia?

### **Si, estabas hablando sobre tu hermana (risas).**

Ajá... tienes que estudiar y trabajar, entonces si hubiese sabido antes me hubiesen cerrado puertas que como persona normal no me hubiesen cerrado, porque tienes la capacidad para ir a la escuela, para estudiar, y ahora como es obligatoria la universidad tienes que llegar a ese punto, y como ya aprendí que lo que mejor soy, soy de estudiar, entonces yo siempre me dedique a estudiar, y a pesar de que me dolió, me costó mi título, y literalmente sufrí, lo logré. Entonces si antes me hubiesen dicho: "pasa esto...", me hubiesen cerrado más puertas.

### **Muchas gracias por... ¡Muchas gracias! (risas)**

iGracias a ti! jaja, me sirve igual de retroalimentación, vuelvo a analizar y vuelvo a ver con otros y digo "¡mira! ya avanzaste esto". Entonces... son cositas...

**iJaja que bueno!, en cuanto a la tesis, hemos hablado con todas las niñas que he entrevistado, que quieren recibirla para poder leerla cuando esté lista, entonces si tú quieres puedo enviártela cuando termine todo este proceso de evaluación, para que sepas también en qué participaste, dónde quedó ahí tu discurso y todo...**

iSi, me gustaría leerla!, gracias. ¿Son muchas las chicas a las que entrevistaste?

**Si, como a 20 personas.**

iOh bastantes!, y que bueno que entraste a ese grupo porque ya hay bastantes personas. Una vez platicué con un chavo creo que de Perú que estaba buscando personas y si le costó encontrar personas con diagnóstico.

**Si, es muy difícil**

Y que te hagan la entrevista, porque muchos no quieren o no les gusta o simplemente no quieren abrirse porque no están listos para eso. Qué bueno que conseguiste a las personas.

**iMuchas gracias!, muchas gracias por todo, de verdad.**

iNo, a ti!

**iQue estés super bien, chao, cuídate!**

iGracias!, igualmente, cualquier cosa pues ya sabes, por WhatsApp, Messenger o correo.

**iYa perfecto, Chao!**

iChao!

\_Elena, 24 años. Edad de diagnóstico: 24 años. Argentina.

**¿Empezamos hablando de ti para que nos vayamos conociendo un poco más?**

*Si... Okay, tengo 24 años, me gusta el anime, los mangas y los videojuegos, los animales también me encantan!, en especial los gatos.*

*Nací prematura de 5 meses y debido a eso tengo una secuela de parálisis cerebral.*

*Y bueno, me diagnosticaron Asperger el 2 de este mes, de noviembre, un psiquiatra que lo hizo online, por este tema de la pandemia, del coronavirus.*

*¿Cómo están allá con todo esto del COVID?*

**Estamos ahora entrando a fase 4, qué significa que se puede ir a los restaurantes a sentarse en la mesa y estar sin mascarilla.**

*Acá todavía estamos con barbijo todavía.*

**En la calle igual hay que andar con mascarilla en los lugares como que se junta gente, pero... pero bastante normal la verdad, ya no estamos tan encerrados como antes, no hay cuarentena**

*Acá tampoco hay cuarentena, pero me da miedo salir por casos de COVID, yo si bien no me he contagiado, pero mi familia... (falla de conexión)*

**¿Cómo? A veces se corta la llamada**

*Que tengo un poco de miedo por esto del COVID, ya que mi familia es de riesgo.*

**Ahh ok, entiendo, si bueno la verdad es que este año nos ha traído hartos miedos a todos y hartas incomodidades, porque no estamos acostumbrados a estar encerrados; yo trabajo en psicoterapia con pacientes adultos y ha sido difícil para ellos, ha sido difícil para todos la verdad.**

*Sí, no, esto del COVID no se esperaba.*

**¿Y cómo fue tu proceso de diagnóstico considerando que fue en pandemia?**

*Bueno, me recomendaron este psiquiatra, les mandé un correo electrónico donde ellos trabajan, qué es PANAACEA: programa nacional para niños y adolescentes, y adultos con condición en el espectro autista, es muy larga la sigla (risas). Y bueno, ahí estaba yo, toda temerosa mandando el mail, una consulta. Y bueno, me derivaron con este doctor, y la primera consulta fui toda nerviosa... a él se le cortaba el internet... (risas) Todo medio complicado, le dije de mi historia, más o menos lo que te dije a vos, mis intereses, de que desde más pequeña, más chica, me costaba hacer vínculos de mis*

pares, hablar con mis compañeros, estaba sola siempre, en los recreos estaba sola; digamos que hablaba de un mismo tema en ese caso, en esa época me gustaban mucho los gatos -me encantan-, los miraba, no tenía internet pero me había comprado un libro que decía porque ronroneaban, porqué hacían lo que hacen y yo me la pasaba leyendo. Después cuando descubrí internet buscaba gatos, imágenes, las miraba. Bueno, comparaba cosas con mi gato, si hacía esto, si hacía lo otro.

Digamos que a mi maestra -porque teníamos dos maestras en la escuela para distintas materias- les hablaba sobre gatos, y bueno, las maestras pensaban que yo tenía algo a nivel intelectual, por eso me sobreprotegían, aparte de lo físico digamos.

Y si bien el asperger no tiene porque tener discapacidad intelectual asociada, ellos digamos que sospechaban que tenía algo también, digamos ¿porque hablar tanto de gatos? y todo eso. Sin embargo, las psicólogas nunca me lo dijeron, siempre decían que era muy inteligente y esas cosas.

Y yo tampoco lo intuía hasta este año, en los últimos años pensaba "¿por qué me pasaba esto?", y ahí me puse a indagar, indagar, indagar (pausa larga) y ahí llegué.

**¿Ah?**

Que ahí llegué al diagnóstico

**¡Ah ya!, ¿y ahí consultaste con ese psiquiatra?**

Sí, y cuando me enteré fue como un shock, tipo: "a ver... o sea, esto es lo que estuve buscando no toda mi vida, pero digamos, la mayor cantidad de mi vida... como que dije ¿what? ¿qué es esto?" viste

Y bueno, fue rara la cosa.

**Bueno, me imagino**

Un cambio de adaptación digamos, adaptarse a por ejemplo: ¿por qué digamos repito tanto las cosas? Digamos, ¿por qué a los 6 años agarraba el diccionario (en la parte de atrás tenía las banderas) y me la pasaba mirándolas todo el tiempo, yo las reconocía...o sea ¿por qué?

**Ahí te empezaron a hacer sentido muchas cosas.**

Si, digamos que mi psicóloga actual no me creyó que era Asperger, porque como no se ve -me dijo mi psiquiatra-, no se ve, sólo se ve lo conductual.

Y bueno, ¡y que no se ve! ¿Cómo tiene que verse una persona con Asperger? no sé cómo será una persona con Asperger, con antenas, con piel verde con cabello amarillo... (risas) No sé, una persona común, no se ve... No se ve, es conductual la cosa y me dijo: "No,

*vos no puede ser que seas autista, que tengas asperger", y me lo venía rebatiendo, me lo venía rebatiendo, hasta que agarre el informe le dije, "¡tomá! Leé por vos misma". Pero dijo que es relativo, que el que no esté investigando digamos, que no esté ahí tipo en el tema, digamos que quién esté realmente metido en el tema va a decir "sí".*

**Si, es que hay mucho desconocimiento y eso también llega a los profesionales, entonces suele pasar que uno se encuentra con un profesional que te dice que no, que no tienes Asperger, "noooo, si tú no tienes Asperger", a pesar de que ya pasaste por un proceso de diagnóstico.**

*Mjumm, pero para mí son muy, perdona la palabra, iboludos!, porque muchos no se informan.*

**Sí... hay mucho desconocimiento sobre todo en Asperger en mujeres.**

*Si, en mujeres como que está infravalorado el diagnóstico.*

**¿Y a ti cómo te llegó la noticia de que eras autista?**

*Bueno, me llegó la noticia, digamos que no lo creo, osea, ¿viste cuando decís lo veo y no lo creo?*

*Bueno eso, como que todavía estoy como amoldándome al diagnóstico.*

**Bueno, llevas poco tiempo con el diagnóstico**

*Sí, llevo poco tiempo.*

**¿Qué fue lo que sentiste cuando supiste?**

*Dije: Aaah, entonces por eso me daban ataques de ansiedad cada que conozco personas nuevas, situaciones nuevas, y digo: ah, no era algo... porque yo pensé que tenía ansiedad sola, sin nada, pero ahora me dice el psiquiatra que el Asperger en mi caso, una comorbilidad es el trastorno de ansiedad. Así que digo: ahh ok.*

**Claro, ¿y tuviste muchas atenciones con psicólogos, psiquiatras a lo largo de tu vida?**

*Si, con psicólogos más que nada, pero yo les decía: "tengo ansiedad", pero nadie se ponía digamos a investigar...*

**Ya, y ¿desde cuándo empezaste a tener consultas con psicólogos?**

*Desde que era muy chica, de los 9, 10 o 11, por ahí. Porque me hicieron bullying; una compañera de mi escuela en ese entonces me había hecho bullying, y bueno, para lidiar con esto, me enviaron a una psicóloga, y dije bueno por esto, por el bullying, para defenderme y todo esto.*

Bueno y yo ahí le hablaba de cosas, como por ejemplo... no es que no quisiera hablar de mis problemas. Si, pero no sabía para qué iba, además de lo del bullying, ¿viste? Y bueno, ninguno mencionó hasta ahora el asperger, ninguno lo había mencionado.

**Claro, ¿y cómo fue tu etapa escolar, tu infancia, tu adolescencia?**

Bueno, mi infancia fue genial, jugaba por todos lados, saltaba, corría, pero en lo social más o menos porque no me relacionaba con nadie. O sea, sí, me relacionaba, pero me costaba mucho digamos acercarme a alguien, a una persona tipo hablarle.

**Ya, ¿y cómo era tu tipo de juego?**

Bueno, mi tipo de juego fue normal, digamos con muñecas y cosas así.

**¿Y cómo jugabas con ellas?**

Las abrazada, les daba de comer, todo normal

**Ya, eras como una mamá**

Si, también jugaba con mi gato que ya falleció, lo vestía, el gato se dejaba.

**¿Y cómo fue la época en la que entraste a la adolescencia?**

iUff terrible!, terrible, me preguntaba el porqué de un montón de cosas, también me costaba un poco, digamos socializar, pero lo hacía, estaba sola en la etapa escolar, estaba sola también en los recreos, ¿viste?

**¿sufriste bullying? ¿aislamiento?**

No. bullying nada más dos veces, uno con una profesora de educación física y otro por una compañera, y después nada más

**¿Y aislamiento?**

¿Aislamiento? ¿A qué te referís?

**A que te dejaran sola, que no te hablaran.**

No, eso no, más bien yo quería estar sola.

**Y ¿cómo fue entrar a la pubertad? Como en este momento en que todas las hormonas suben.**

Bien, pero las hormonas como que suben, como que eso mismo ¿viste?

Pero fue bueno, tipo me preguntaba un montón de cosas, como: ¿para qué estoy acá? ¿para qué estoy viva?, cosas tipo existencialistas.

**Ya, ¿y alguna vez llegaste a alguna respuesta?**

*Sí, yo creo mucho en cosas como la reencarnación y todo eso.*

*Y cosas así, yo creo que estamos acá para cumplir una misión y cosas por el estilo.*

**¿Y cuál crees que es tu misión? ¿O todavía no la encuentras?**

*Mi misión es digamos, digamos que las personas con discapacidad tengamos... seamos iguales que todas, cosas así.*

*Poner nuestros derechos adelante, presentes*

**¿Qué sientes que es lo más evidente de tu autismo?**

*Bueno, como que repito cosas todo el tiempo, repito nombres, apellidos, que me obsesiono con las cosas, al punto que veo una cosa, y busco, busco, busco, busco; y que no miro a los ojos -bueno en este momento porque la cámara lo amerita- pero me da cosa, digamos acercarme a la gente, mirar a los ojos es algo que nunca me gustó.*

**¿Y a qué te refieres con repetir palabras, apellidos? ¿Como que alguien te dice su nombre y tú lo repites?**

*Si, por ejemplo, este psiquiatra tiene apellido polaco (Cupier), y días antes, semanas antes de la entrevista yo estaba "Cupier, Cupier, Cupier (...), es como algo que no puedo controlar*

**Ya, ¿pero lo piensas o lo dices?**

*Ambas*

**Ya, qué loco, ¿cómo te hace sentir eso?**

*Bien, es como cuando tenés un tic que no podés controlar, ¿viste?, tipo el síndrome de Tourette que no lo puedes controlar, bueno así, no es como un tic pero...*

**Pero te regula**

*Sí*

**¿Sientes que tu vida hubiera sido más fácil si te hubieran dado el diagnóstico antes?**

*Sí, de chica, porque hubiese sido más fácil porque hubiese tenido más cosas, hubiese tenido más, como más herramientas*

**¿Sientes que el haber recibido tu diagnóstico ha servido para, reconocerte, autoconocerse, entenderte?**

*Si, si, para autoconocerme a mí, autoconocerme a mí misma, y saber quién soy; pero mi psicóloga dice: "pero todos tenemos cosas", "sí, ya sé, ipero no es lo mismo!"*

### **¿Y por qué no es lo mismo?**

porque digamos recibir un diagnóstico ahora, digamos a los 24 años, es como decir "Bueno, y ahora qué hago con esto" ¿viste? ¿Por qué no lo recibí antes? ¿porque nadie pensó que tal vez...

### **¿Cómo crees que es tu definición, tu relación contigo misma antes y después del diagnóstico?**

Bueno, antes del diagnóstico como que no me entendía porque necesitaba tipo... repetir palabras digamos, decir cosas así y bueno después de que me dijo, "bueno, tenés asperger" es como decir "sí, me pasa esto, esto y lo otro"

### **¿Cómo crees que hubiera seguido tu vida si no hubiera recibido el diagnóstico?**

No sabría lo que me pasaba, me quedaría con la duda, digo "bueno me pasa esto pero no sé por qué es".

### **¿Era una duda que tenías constantemente?**

Una duda que tenía hace mucho tiempo, desde el 2018 sospechaba, así que serían... estamos en el 2020, así que 3 años.

### **Entonces tenías este problema de identificación.**

Como diciendo "¿qué me pasa?", y ahora decirlo y que me crean, ¿viste?. No es que no me crean, si no como diciendo... te miran raro como diciendo: "ésta quiere llamar la atención" tipo, "ésta quiere hacerse la loca", cosas así, ¿viste?

iSi no voy a tener que ir con informe bajo del brazo, mostrándole informe a todo el mundo para que me crea!

**(Risas)**

### **¿Y cuáles fueron las impresiones de tu familia, de las personas a las que les contaste?**

Mi mamá ya lo sabe, y como yo algo se imaginaba, que andaba media- media, ¿viste?

### **¿Quién más sabe?**

Mi papá cómo que no entiende mucho de eso, o sea como que digamos, yo les traté de explicar y entendieron más

### **Ya, ¿pero al final sólo sabe tu familia, tu psicóloga, y tú psiquiatra?**

Sí, el primer psiquiatra le dije, le di el informe, pero no sé si lo leyó.

**¿Y qué tipo de comentario recibiste en tu vida que fueron referentes a ti, como a tu personalidad? ¿a cómo eras tú?**

*Comentarios de mi personalidad, que era muy inteligente, que era muy despierta.*

*Pues aprendí a leer temprano, a temprana edad, aprendí inglés a temprana edad y fue como: "¡pará!", yo creo que me sentía más inteligente que mis compañeros porque para mí me parecían medios tontos, yo no sé porqué no sabían tal cosa si yo me la sabía, cómo que eso se fue descubriendo.*

*¿Viste? Hasta un compañero le había dicho a una tía que yo sabía más que todos los demás.*

**(Risas)**

*pues algo raro*

**Como fuera de lo normal**

*Sí*

**¿Crees que todavía es un problema para ti el tema de las relaciones sociales?**

*Digamos que sí, más o menos, cuando alguien... cuando voy a algún lado a conocer a gente nueva; como ahora que voy a conocer a la gente de teatro, como que me pongo nerviosa, digo: "ay, pero qué va a pasar, que esto que lo otro" ¿viste? Voy a mirar los ojos siempre pienso, porque siempre tipo me obligan a mirar a los ojos.*

**¿Sientes que podrías ser tú misma en el mundo en el que vivimos? ¿o que cualquier mujer con autismo podría vivir en este mundo sin ser diagnosticada, siendo ella misma?**

*Bueno, sin ser diagnosticada creo que no, porque todos necesitamos un diagnóstico para saber quiénes somos, al menos yo pienso así.*

**¿Y puedes ser tú misma en este mundo con estas reglas sociales teniendo el diagnóstico?**

*Digamos que más o menos, porque a veces digo de chica me preguntaba por las reglas o porqué la gente hace tal cosa si sabe que está mal, como que me preguntaba un montón de cosas y a menudo la gente no sabía cómo responder.*

**¿Qué es lo más difícil para ti de vivir con gente en el mundo en el que vivimos, en el que hay que sociabilizar, en el que hay que tener reglas sociales, en el que se sigue el protocolo?**

*Sí, eso, las reglas sociales, sociabilizar, seguir protocolos, todo sería mejor si no hubiesen reglas, si la gente digamos, sepa lo que tiene que hacer, pero digamos que, estas reglas tipo de mirar a los ojos...*

### **¿Qué sientes que es lo más raro de la gente neurotípica para ti?**

*Bueno, de la gente neurotípica, es que a veces son molestos, que te obligan digamos, a ver a los ojos, que te obligan hacer cosas que vos tipo no entendes, por ejemplo, en mi caso mirar a los ojos, saludar; tipo cuando vos sos chica y te dicen saluda al abuelo, saluda a tal, tal, y tal.*

*¿Qué pasa si no quiero?, o sea no es por ser mala gente, pero ¿qué pasa si no quiero saludar a tal a tal persona?, tal persona me cae bien, pero si no la saludo ¿Qué?, ¿Qué pasa? ¿el mundo se va a acabar por eso?, ¿todos vamos a morir? Pero ¿por qué tipo te obligaban?!, que la saludo cuando quiera, ipunto!*

**(Risas)**

### **¿Hay algo que no entiendas de las relaciones sociales, como cuando ves a un neurotípico hablando entre ellos, haciendo cosas como, el tema de las mentiras?**

*Sí, ¿por qué mienten? ¿No es más fácil decir la verdad?*

*Pero ponele, yo cuando por ejemplo no sabía meter temas de conversación, tipo ¿de qué están hablando tal y tal?, y a veces en la primaria a mí me hacían el chiste, pero cuando estaba, me ocultaban secretos, pero secretos bobos, no me decían nada al final, ¿viste? Pero me lo ocultaban, me lo ocultaban, sabían que me molestaba, me molestaba, ii pero igual lo hacían!!, estaba tipo: "ipara!, no lo hagas más"*

### **¿Y haces teatro por diversión?**

*Sí*

### **¿Sientes que esto te ayuda de alguna manera? Por ejemplo, a socializar**

*Sí, a socializar, hacer digamos distintos personajes*

### **Bueno estamos llegando al final de nuestra entrevista, ¿te gustaría contarme algo más?**

*No, no, nada más.*

**Muchas gracias por todo...**

Se hace la despedida con la entrevistada y se coordina la entrega de una copia de la investigación.

\_Lisa, 33 años. Psicóloga y mujer autista que actualmente se dedica al diagnóstico de mujeres autistas. Chile.

**Esta entrevista se trata de bueno... está en el marco de mi tesis de psicología, con esta tesis voy a sacar el grado, entonces obtengo mi título defendiendo esta tesis y viene desde que bueno... yo siento que, que este tema de que más lo elegí yo, como que me eligió a mí, ¿no sé si conoces tik tok?**

*Tik tok, sí.*

**Ya, un día estaba viendo videos de titkok de todo lo que te sale porque te sale de todo, y de repente me sale una niña hablando sobre que ella había sido diagnosticada con Síndrome de Asperger y de todas las dificultades que tiene las mujeres dentro del espectro, por el tema del poco diagnóstico, de a veces de los diagnósticos erróneos etc.**

Ya (a modo de afirmación).

**Entonces yo empiezo a ver más vídeos y empiezo a investigar mucho más, me leí un montón de libros y dije, que como que no, es terrible...**

ah sí...

**Es terrible que haya mujeres caminando mujeres de 60 años que no sepan que son autistas y que tengan un hijo y que solo por eso se dan cuenta que realmente son autistas y así como le dan sentido a su vida, entonces...**

De hecho, ni siquiera reciben diagnóstico.

**Si.**

Sí, no que solamente se dan cuenta, porque difícilmente los médicos te dan así como un "usted se identifica con esto", te lo afirman, pero te dicen, "¿Para qué? Para qué quiere esto usted, no tiene sentido, preocúpese de su hijo".

**Si, que terrible y además que ahora con las entrevistas me he dado cuenta de que también es un tema económico porque...**

**Es super caro.**

**Además de que el diagnóstico son como 2 meses, a veces 4 meses, solo de proceso de diagnóstico con todo el tema de los test, es carísimo, o sea, solo que te pasen un Ados, te salen 60 lucas, entonces no cualquiera...**

**No, sale mucho más, el Ados, el mínimo que se cobra en la fundación que lo cobra más barato de todo Chile sale 40 lucas, exceptuando aquellos lugares que abren espacios para que sea gratis, y después de eso suelen costar 80 hacia arriba, en Viña del Mar, por ejemplo, en la Quinta región, Viña del Mar que es como el lugar más top top top, está entre 100 y 140.**

**O sea es carísimo po.**

**Nosotros, claro, nosotros somos los que cobramos menos de donde yo vivo, cobramos 80.**

**Entonces es una cosa que es terrible, o sea, como una mujer que tiene un nivel socioeconómico bajo, no puede acceder a tener el diagnóstico a pesar de que sepa de que es autista y una mujer que tiene hijos prefiere llevar esos recursos hacia las terapias de su hijo porque además de que no es solo el diagnóstico, es caro porque tenés que pagar psicólogo, fonoaudiólogo, psiquiatra dependiendo las comorbilidades que tengan. ¿Qué pasa si tienes dos hijos? lo que pasó con una de las niñas que entrevisté que tiene dos hijos y ambos son autistas y ella sabe desde hace 10 años que es autista también, y recién ahora con el tema de que pudo sacar el 10% se permitió hacerse el diagnóstico y ahora tiene un diagnóstico oficial de que es autista.**

**En el centro que yo trabajo llevamos ya 3 personas así, que por el 10% dijeron "este es el momento", pero es como para reafirmar lo que ya saben.**

**Sipo, como para encontrar también su identidad y no decir "no es solamente algo que yo pensaba, sino que realmente yo soy así" y porque empiezan a autoconocerse, autoafirmarse a sí mismas y bueno yo trabajo desde el enfoque, de mi tesis, desde el enfoque del análisis existencial, yo creo que tú lo conoces.**

**Ya... probablemente, pero dímelo igual.**

**Es una psicoterapia fenomenológica y trata como de enfocarse en la persona y en el bienestar de esta, y postula que hay 4 motivaciones fundamentales de la existencia humana, y que tienen que cumplirse estas 4 motivaciones para que**

**la persona viva una buena vida, para que sea responsable consigo misma y con el mundo, en fin; y la tercera motivación fundamental habla de si es lícito, o sea, yo vivo en este mundo, pero ¿es lícito que yo sea como soy en este mundo?, entonces habla como de ser tú mismo en el mundo en el que vivimos.**

**Y digo: "ya okay", esto afecta a muchas personas, pero afecta en muchas maneras más a las mujeres autistas, porque primero no saben quién son, segundo está el tema del masking, o sea, tienen que estar enmascarando su verdadero yo toda su vida, porque quieren encajar, porque no entienden porqué son diferentes, hasta el momento del diagnóstico que dicen: "ya, o sea, ya me doy cuenta de que esto lo hacía para encajar, y que ya no quiero ser así", y recién en ese momento se dan como la libertad de reafirmarse, de encontrarse, de aceptarse a sí mismas.**

**O sea, me he encontrado casos horribles de personas que dicen...Yo les pregunto "¿Qué hubiera pasado si nunca te hubieras enterado de que eras autista?" y me dicen: "no, yo estaría muerta"**

Mira yo creo que el caso más horrible con el que me he topado fue con el de una chica *-suspira-* que llegó conmigo a los 23 años y ya venía arrastrando un historial de salud mental super bizarro, no hay otra forma de describirlo, bizarro, desde más o menos los 14 años, dentro todos los diagnósticos bizarros que traía porque son diagnósticos que no existen, el más llamativo era "pre-esquizofrenia", un psiquiatra le puso "pre-esquizofrenia" en su expediente.

Era super heavy, por ejemplo, ella tenía muchas dificultades sensoriales, como a través del procesamiento auditivo y mucha dificultad como para poder distinguir sonidos y en la noche era terrible porque ella escuchaba perros que ladraban, no se po, a 10 cuadras de su casa y eso para los doctores era un claro síntoma de pre-psicosis.

Era super, super heavy y de hecho la enviaron a una evaluación completa por trastorno a la personalidad, cualquiera, cualquiera les servía: así como que probablemente no es un trastorno de la personalidad y la persona que la evaluó era colega mía y nos pusimos a conversar, y yo le dije: "oye están super perdidos, tu cachai que esa cuestión a todas luces es autismo, por donde lo mire", tiene ecolalia que más encima es inmediata, ni siquiera es diferida como para decir "uy que raro que repita cosas" ¿cachai?, sino que es inmediata, tiene dificultad del lenguaje desde chica, tiene dificultad en el área social y además de eso tiene sensibilidad sensoriales, iio sea, hello!!, ella me dijo que nunca había escuchado esto del autismo.

*-Risas entrevistadora-*

i¿cómo?!, i¿cómo?!

**Si, si hay mucho desconocimiento, sobre todo, o sea, en todo el mundo, pero es increíble que haya tanto desconocimiento en el mundo de los profesionales, o sea, las mismas mujeres que pasaron por el proceso de diagnóstico por 4 meses van donde un psiquiatra que trabaja en cualquier centro de salud y les dicen: "no, tú no eres autista, pero si tu hablas bien"**

**-Risas-**

**Y es como... ¿qué?**

Tu miras a los ojos.

**Si**

No, si, no, es eso lo que te pasa, si es cuatico, es super penca, y de hecho por lo mismo como que yo también me empecé a meter en el mundo del autismo porque es como "ya déjense de joder si es super clara", de hecho, el manual es super claro, es super, es como pequeñito es simplecito tú... y la gente dice: "no es que le afecta más características", pero es que loco te están dando la esencia, eres tú el que tiene que indagar como se presenta ¿cachai?

Y siempre tengo peleas con otros profesionales por esto, me he agarrado con muchos neurólogos, psiquiatras, psicólogos, terapeutas ocupacionales, educadores diferenciales, por lo mismo porque son como: "no, esta niñita me tinca que es más ansiedad porque las niñas son más ansiosas". No, las niñas no son más ansiosas, no hay nada que diga o investigación que diga que la persona por ser identificada como mujer mágicamente adquiere mayor ansiedad por ósmosis, ¿cachai?

**-Risas-**

Es super heavy eso, me ha pasado con harta gente, de hecho el otro día le decía a un amigo, con quien me atiende también en el centro, y con quién hacemos generalmente las evaluaciones en conjunto en el centro, y que nos van a demandar por sobrediagnóstico porque es como que toda la gente que pasa por acá, nosotros somos super acuciosos, de repente nos quedamos 1 o 2 horas, 3 horas, de repente lo dejamos ya, cortemos el tema hoy día, sigamos al otro día, conversando para estar realmente seguros de que estamos haciendo una buena mirada y hasta el momento toda la gente que ha llegado sobre todo en pandemia han llegado reventados, han llegado chicas, muy muy reventadas, entonces son diagnósticos super obvios, pa mí, pa él, pero es super penca esa cuestión, los mandai con el informe y es como, "porfavor que les vaya bien", o uno los manda a los neurólogos que ya conoce, que ya son reconocidos en el área y de repente igual rebotan.

**Pucha que lata.**

**Sipo, si es terrible el tema.**

Al final es super heavy.

**Al final la investigación se ha basado sólo en hombres entonces está mundialmente reconocido de que los hombres son "más autistas" que las mujeres y solo se reconoce que las mujeres son autistas cuando tienen un grado muy alto.**

O sea, sí, pero no es como que sean más autistas, sino como que tiene que ver con la normotipia de hombres versus mujeres en ese binario que es como muy definido (que tampoco existe en la realidad por si acaso), pero en ese binario se espera que el hombre no desarrolle como excelente habilidades sociales, por ende, su nivel de direcciones siempre está descendido en comparación con las mujeres porque los crían distinto, o sea, la normotipia de la niña: pasa por tímida, pasa por ansiosa, pasa por cómo "no, es que ella es como más especial ¿cachai?", y como que bueno más grande va a madurar y no madura nunca po, y en el fondo es eso, como que la normotipia que estamos midiendo son distintas, las mujeres siempre van a tener mejor habilidades sociales por la forma en que nos crían.

**Sipo.**

Salvo en caso culturales reducidos, así como mención de cultura de familia, así específicos, se dan de repente algunas diferencias, en general, la sociedad te lleva, por ejemplo, ¿porque no sonrío?, me corte el pelo y casi me mataron, ¿cachai?, en el colegio.

**¿Por qué no miraban a los ojos?**

**Tenía una niña que me decía "yo no miraba a los ojos, no me gustaba y mi abuelo todos los días me repetía, me daba la mano y me decía, saluda y míralos a los ojos y me lo repetía, me lo repetía, me lo repetía, hasta que me di cuenta de que era algo que era socialmente esperable, y necesario para la comunicación y ahí la empecé a hacerlo".**

**No es que era algo innato de ella, sino algo que aprendió en su casa.**

"Sipo", porque como se dice, las...

*-Susurros inaudibles Lisa-*

Se me olvidó como se dice en castellano,

**¿las habilidades sociales?**

Las claves, las claves sociales sí, y las claves sociales no son inmediatamente aparentes po.

Entonces la mayoría de la gente aprende a hacer ese tipo de contacto, no porque sea... "evolutivamente llegamos a esto y todos nos dimos cuenta de que era mejor", no necesariamente, sino, que tiene que ver con que uno aprende porque lo ve en el otro, porque lo ven en otro, entonces las personas que están dentro del espectro no están viendo el otro, están viendo un montón de cosas separadas que no logran hacer como un todo; no logran llegar y estar por decirlo de una manera.

Entonces no necesariamente se están fijando, "ah, él habla en que va en sincronía con la mirada, en sincronía del cómo muevo mi cuerpo, que va en sincronía si es que te estoy mirando o si te estoy tocando", sino que son cosas separadas.

Me pasa mucho con los niños más chicos que veo, tengo un adolescente que me encanta, que lo adoro, pero él cuando me habla como que de repente tiene sus chispazos en los que se acuerda que me tiene que mirar o se tiene que dar vuelta porque lo que los papás le dicen, entonces él le habla a la pared, le habla a la ventana, a los juguetes, se habla así mismo, se mira, se toca y de repente me dice "sí, usted sabe eso, ¿verdad?"

*-Risas-*

y me mira así, pero así es de forma, casi casi encima, y es como tranqui tranqui, tranqui, mantén la distancia, ¿sí? Mantén la distancia.

Shu, shu

*-Risas entrevistadora-*

Entonces eso pasa po, está completamente dessincronizado porque la forma natural no es la sincronía para la persona autista porque nunca lo han visto, realmente visto, observado profundamente.

**A ver explícame un poco más sobre eso.**

Que no es la forma natural como el cerebro absorbe la información po, para las personas autistas, no está el cerebro absorbiendo la información de esa manera, eso normalmente se absorben por pedazos, por detalles, no se unen todos y una vez que tienen todos los detalles, pero, así como hasta el más mínimo detalle, la gente dice: "ahhhh esto era a lo que quería llegar", la mayoría de la gente parte desde aquí, esto es y se descompone en todo esto.

Entonces tú entiendes a dónde va todo, ¿cachai?, cómo formar el todo, pero la otra persona, autista, usualmente parte desde los detalles, entonces usualmente llegan hasta

aquí, pero no tiene sentido, les falta toda esta parte de la pirámide, y dicen: "aaaah ya, voy a investigar", y se pasan a otro tema y que queda ahí po.

**woow, si po. ¿Cuáles crees que son las características más marcadas de las mujeres? Como de diferencia de género que hacen que no se vea tanto, que no se identifique tanto.**

La socialización obligada, principalmente eso, es netamente de crianza y sociedad.

Es principalmente eso, porque en el colegio no se, a pesar de que hoy en día se ha luchado harto con el tema del género, del que no hay que ser discriminador, que uno no tiene que sentarse como señorita, etcétera, etcétera. Igual hay cosas que te obligan po, porque las niñitas son más así, que son más tímidas, que las niñitas son esto, que las niñitas juegan esto otro y de alguna forma siempre te están presionando, uno tiene que cumplir con ciertos roles, "vaya a preguntar al papá que qué quiere porque llegó triste, dele un abracito", y son cosas súper simples, así como no se po, de repente me pasa, incluso lo veo en sesión, está el hijo, está la hija, pero a la hija tiene que darle cómo algún tipo de valor sentimental a lo que se está haciendo.

No tenemos que esperarlo del varón, entonces, tampoco se desarrolla. Aparte de eso, las diferencias biológicas más específicas de cuando el cerebro está dañado por ciertas hormonas, por ejemplo, cuando tu llegas al diagrama de Venn, donde están los cruces, por ejemplo, en transgénero...

**Ya...**

Te encuentras con que las mujeres transgénero que son autistas, tienen conductas que se parecen a las mujeres asignadas biológicamente como mujeres al nacimiento porque la biología de fondo está más tirada para ese lado, igual sigue siendo un espectro porque la forma en como nosotros clasificamos es compleja, porque nosotros clasificamos siempre desde el binario...

**Claro.**

Cuando en realidad son diagramas diferentes y son varios, varios, varios entrecruzando entre ellos y cada uno más grande o más chico.

**Sipo, iwow!**

Sí, es súper interesante, hace poco salió un estudio sobre eso, que de hecho lo postearon en un grupo que sigo que es de autismo, que tiene que ver justamente con que el nivel de solapamiento que hay entre diversidad sexual y sobre todo diversidad de género y autismo es altísima, como del 70%, la mayoría de las personas autistas son no binario, no género, son de ese estilo porque no se encaja po, porque uno no aprende a

imitar esto y uno se guía usualmente con lo que te sea más cómodo, o sea, no me voy a poner una falda si hace frío, ¡helloo!, son dos dedos de frente, pero la mayoría de las mujeres se las ponen porque es lo que les corresponde.

**Si po, de hecho, muchas de las mujeres que he entrevistado, dicen: “No, ojalá todo el día con polera grande y buzo, y eso es todo, o sea si tengo que salir a la calle ahora, ahora que sé que soy autista, salgo no más a la calle así, pero antes me obligaban a vestirme de cierta manera porque veía que era lo que tenía que hacer”.**

Mm ese problema siempre fue terrible para mí porque yo nunca cumplí con ninguna expectativa de ningún tipo, a mí me carga, por ejemplo, sobresalir, me carga destacar, me carga ser la persona que gana, me carga que me alguien me diga felicitaciones, que me miren, que me hablen, que me toquen me carga todo eso, pero si tiendo estar como en el centro de atención, y eso para mí es terrible porque es cómo no se po, a mí nunca me gustó el color rosa, detesto el color rosado de hecho, con pasión, detesto todos los colores brillantes, detesto las flores porque vienen acompañadas de bichos y olores desagradables.

*-Risa entrevistadora-*

No me gustan las muñecas porque yo no sé qué hacer con una muñeca, ahora que trabajo con niños, ¿cachai?, tampoco me gustan, pero entiendo qué tiene que ver con el formar al niño, ¿cachai?, entonces, lo puedo aplicar en terapia, pero si viene mi prima chica, mi primo chico o algo así, y me dice “oye, ¿jugamos a las muñecas?” yo le digo “¿Por qué no jugamos a los Legos mejor?”.

Entonces, es súper complejo que yo no encajaba en ningún lado y a mí no me podí convencer, entonces, yo toda la vida me he andado siempre con jeans, zapatillas, polerón, ese es mi uniforme; de hecho, mi examen de grado lo di con zapatillas, jeans y logré ponerme una camisa en vez de un polerón, y fue así: como ¡ya!, se acabó, ¡puff!, me convertí en yo misma de nuevo y fue solamente porque mis compañeras me obligaron, porque mi profesor, todos me decían en la universidad a donde fui (yo fui a la universidad de Valparaíso), era como: “Tiene que venir duchado, perfumado, con ropa limpia”, y esos eran los requisitos, no formal, nada más, entonces para mí era perfecto.

### **Qué bacán, ¿y cómo entraste tú al mundo del autismo?**

Mi profesor de neuropsicología me agarró de un ala y me tiró pa’ adentro,

*-Risas-*

Lo que pasa es que estábamos en clase, y yo era muy particular en clases, pero ahora me doy cuenta, en ese tiempo no me daba cuenta.

Y me habló del tema y yo lo mandé a la mie\*\*\*a, pero años después dije cómo: "En vola ´ tenía razón", y en paralelo a eso yo salí del área educacional de psicología y fue súper difícil encontrar trabajo y eventualmente caí en un centro multidisciplinario haciendo clínica y entre medio de eso estudié, hice un postítulo en clínica más específico y ahí me empecé a enchuchar, y me empezó a dar rabia, de repente niñas que yo veía que entraban, me las traían porque no se po, la neuróloga había dicho que era obsesiva compulsiva, un trastorno obsesivo compulsivo a los 9 años no es común, no es lo más común. Entonces una empieza a indagar y no hay, por ejemplo, ansiedad, no hay angustia a la hora de realizar compulsión, entonces no cumple con el criterio.

**Sí po.**

Entonces, ¿qué otra cosa es?, empezando a investigar me di cuenta que incluso con mis colegas no llegamos a consenso, mis colegas eran como mucho más como del autismo más clásico Kanneriano, entonces esa cuestión a mí como que me molestaba mucho, así que empecé... Ya yo sabía hartito a esa altura, ya había leído todo lo que podría haber encontrado de todos lados, pero como que a esa altura me empecé a especializar, y dije: "estos hombres no saben nada de mujeres, entonces yo lo voy hacer".

Como que compre, y baje todos los libros que habían al respecto, y me leí como no sé, como 20 libros en el mes o más probablemente y un día llegué y dije "ya, esta es mi teoría y mi hipótesis y eso es" "no, es que en realidad Lisa tenía que pensar que esto no se hace así" y dije "no, no te estoy conversando, yo te estoy contando lo que voy a hacer, te estoy avisando porque eres la dueña del centro, no te estoy pidiendo tu opinión, te guste o no" "¡ah! Ya bueno" y entre medio de eso conversando con el Teo, también es muy parecido a mí, tiene hartas dificultades sensoriales, pero en el caso de él por ser Teo las aprendió a manejar porque tiene la teoría y yo no, en la parte sensorial me voy a la chucha rápidamente.

Lo que él tiene son malas habilidades sociales y eso me da mucha risa porque le digo "¿Cómo le vas a enseñar a los cabros chicos habilidades sociales si vos ni siquiera las tenís?"

*-Risa entrevistadora-*

Y me dice "no, es que con los niños es distinto" si de acuerdo, son más bajas ¿cachai?, pero weon, o sea, todavía ni siquiera aprendí a compartir la comida ¡hella!, en fin, entonces con él hicimos dupla y ahora con él nos encargamos de todas las evaluaciones de mujeres.

Las de hombre dan lo mismo, las otras gentes igual son más sensibles, pero las de mujeres como que hicimos así -sonido- "vengan, son todas nuestras".

**Ya y ahí ustedes las encuentran a todas.**

Si po.

**que son mucho más difíciles de detectar también.**

Es que la gente como que nos busca, a mí, por ejemplo, me pasó que este año con la pandemia, me sorprendió, me llamó una persona de Inglaterra, mujer adulta, 43 años, se enteró de que yo estaba haciendo esta pega, me recomendaron desde Chile y ella no quería ver a nadie en Inglaterra porque entre la barrera de lenguaje y la cultura es super complejo, entonces me dijo "que yo quiero una evaluación..." y yo le dije "online esta difícil" y me dijo "bueno, yo tengo entendido que tu haces lo imposible, hazlo", dale, dame un par de semanas para investigar para ver que puedo hacer y eventualmente logre encontrar como protocolos más adecuados para hacerlo online, encontré papers que hacían adecuaciones como de los test *Ados* y *Adi-r* y cosas así y le hice la batería completa, pero fue super bizarro y ella super decidida, fue así como "llevo años buscando esto y tu eres la única persona que me tincó y tú lo vas a hacer" y dije "ioh! cuático, es como lo mismo que hago yo".

*-Risa entrevistadora-*

**Te encontraste con tu yo en Inglaterra y te mandó igual como tu mandas al resto.**

Se llama igual que yo po y me da mucha risa.

*-Risa entrevistadora-*

**y ¿Cuál es la batería que haces completa para detectar?**

Depende de la edad, pero en el caso de los adultos primero son anamnesis, después de eso entrevista con alguien que lo haya conocido en la infancia que puede ser desde un amigo hasta un pariente, muchas veces pasa que cuando son muy mayores... No están vivos nomas ¿cachai?, entonces puede ser cualquier cosa videos, fotos, no, incluso cuando no hay ni siquiera informante, videos, fotos, a mí me interesa indagar cómo era cuando eran niños para encontrar si hay o no los síntomas más básicos, de repente no están presentes, pero siempre hay alguien que dice "no, cuando era chica yo me acuerdo y tengo esta foto" "y cuando era chica yo siempre alineaba los juguetes y tengo la foto de prueba" ya, perfecto eso lo agarramos.

Entonces puede ser una entrevista o puede ser el *Adi-r* depende de quien sea el informante y la calidad del informante porque también de repente te pasa que llegan papás y dicen "no, mi hijo es perfecto" y tu los miras con el brazo doblado así mal... Pero señora,

-Risa entrevistadora-

A su hijo se le está cayendo el brazo, "no, está bien".

-Risa entrevistadora-

Dale, entonces son pésimos informantes, no son malos, son pésimos informantes, ¿el niño ha tenido alguna vez problema de lenguaje? "no, nunca" y tu los escuchas hablar y balbucean, no hablan, entonces no.

Eso es una cosa, anamnesis, entrevista con alguien que los conozca de antes o al menos sobre su infancia como en mayor profundidad... eh... después de eso tiene que ser una historia educacional, de trabajo y laboral, luego de eso tenemos una entrevista semi estructural que es de ritmo que está hecha me parece en Inglaterra si mal no recuerdo y esa es específicamente para adultos y es super profunda, usualmente debería durar 45 minutos, pero yo me demoro usualmente una hora y media o dos horas porque yo pregunto por cada ítem, o sea, yo tengo que justificar cada ítem de ahí son como 110.

**¿Cómo se llama?**

Ritvo

Después de eso usualmente acá los neurólogos te piden hacer un A2 porque es el único gold estándar que existe en la vida y aparentemente a pesar de que es un diagnóstico que se hace de lo clínico y desde la observación, sin nada no sirve, entonces yo también le pregunto a la gente, le pregunto ¿usted lo necesita para usted o para ir a mostrarlo a algún lugar? Porque si lo necesita solamente para usted no es necesario el A2 porque a lo mejor ya tenemos la información, pero si usted lo necesita como para alguien más lo vamos a tener que hacer, entonces ahí hacemos el A2.

Mucha gente igual me lo pide porque ellos saben que es el gold estándar y es lo único con lo cual se van a auto convencer y en esos casos también, por ejemplo.

**Y ¿te funciona con mujeres autistas?**

No, no siempre, de hecho, nosotros para empezar no funciona con adultos porque no tienen el nivel de confiabilidad que tiene el otro algoritmo el módulo 4, está del módulo de Tolder que es el T 1, 2, 3 y 4 del T hasta el 3 tienen algoritmos de acuerdo al DSM-V, mientras que el módulo 4 tiene algoritmo de acuerdo al DCM-IV TR y además de eso incluso con ese algoritmo nunca tuvo buena confiabilidad.

**Ya.**

entonces la tiene mucho más baja que el resto, pero hay un algoritmo que fue actualizado por Vanessa Jus, creo que se llama la persona, del año 2014, entonces

nosotros lo que hacíamos es que ocupamos el paper para justificar el cambio de algoritmo, pero aparte de eso las mujeres suelen quedar cortas de puntaje, entonces ahí lo que uno hace es también ocupar crítica clínica y en el fondo el A2 se ocupa como una herramienta cualitativa para extraer síntomas que hayan quedado, a lo mejor dando... o características más que síntomas que hayan quedado dando vuelta, y a parte hay que hacer la distinción entre las personas que uno al ojo catcha que son muy inteligentes, que se ofenden, yo me ofendo profundamente con el A2, a mi me hicieron un A2 y fue así como "llévate esta wea, chao".

No se si tu lo conoces, tu ¿alguna vez lo has visto cómo se hace?

**No, realmente no, porque en la U nunca nos enseñaron a usar el A2.**

En la U no se enseña porque es certificación especial y que solamente se hace en el extranjero y es carísima, la certificación cuesta \$500 lucas y la batería completa cuesta como \$2 millones de pesos, por eso el A2 es tan caro porque no es tan barato comprarlo.

*-Risa entrevistadora-*

Si po, yo lo tengo porque a mí me dio la wea nomás po.

**Pero también porque trabajas en eso, lo necesitas.**

No, me dio la wea.

*-Risa entrevistadora-*

Pero lo necesitaba personalmente, lo podría haber comprado el centro, es cuando a mí me da, así como muy hastía, así como *-hace sonido-* y ese es mi objetivo y nadie me va a parar.

Bueno el A2 consiste en una serie de actividades son 14 en total de las cuales como en el caso del adulto, como 4 son opcionales, pero son entre otras cosas armar un rompecabezas donde tú te guardas unas piezas, no se las pasas a la persona, y lo que hace eso es generar contextos sociales y tú dices que la persona responde o no a ese contexto social, entonces, por ejemplo, tiene las piezas, le faltan y la mayoría de la gente dice "oye, pasarme las piezas, por favor" la mayoría de la gente dice algo así como "oye me faltan piezas, las tienes tú, dámelas" ¿cachai?.

Las personas que están dentro del espectro usualmente te hacen "hmm faltan las piezas" "hmm oye las piezas"

*-Risa entrevistadora-*

Cuando tienen buenas habilidades sociales, cuando tienen pésimas habilidades sociales pasan por encima tuyo y te las quitan y como dentro de esos rangos se mueve la respuesta.

Pero ¿qué pasa? cuando tienes gente muy inteligente y además de eso aprendió a enmascarar muy bien, ellos saben perfectamente de que la respuesta no es pasar por encima del otro porque en el colegio te enseñaron, porque en kinder te enseñaron porque te re machacaron en todos los lugares a los que fuiste en la vida, entonces ¿qué hacen esas personas? sin mirarte te pueden decir que "me faltan unas piezas y las tienes tú ¿me las puedes pasar por favor?", pero entonces lo que tú te fijas es la forma en que lo hacen, pero es súper sutil.

### **Si po, como leer entre líneas.**

Si po y no toda la gente va a considerar eso como puntuable, yo lo considero como puntuable porque la forma en que se hace muy estereotipada, pero hay gente que me va a decir "no, porque te las pidió" y aquí el manual dice que te las tiene que pedir, si y el manual también mide el nivel de lenguaje y mide la forma en la que habla ¿cachai?, entonces yo tengo que medir además de eso, debo medir cada vez que habla, si queda estereotipado o no.

Hace poco, por ejemplo, estamos evaluando a una chica... ah perdón, el A2 además de eso también tiene entrevistas que te habla, por ejemplo, del matrimonio, de las relaciones sociales, de la soledad, de la amistad y te ayuda como de a poco a llevar el tema de las relaciones y lo que la persona se está buscando, qué tipo de definición hace de las relaciones y qué papel tiene esa persona dentro de las relaciones. Una persona que tiene 50 años tiene hijos, sabe perfectamente que tiene que cuidar a sus cabros chicos que es responsable de lo que les pasa, una persona de 20 puede que no, en ambos casos puntuarían como un autista, siendo que esperable que una persona 50 sepa que tiene a los niños porque ya lo estuvo, lo vive día a día autista o no.

Y la última como dos tareas que la mayoría de la gente que es muy inteligente la encuentra terrible, y es lo que me pasó a mí, una inventar una historia con objetos de uso definido y de uso indefinido; uso definido sería, por ejemplo, una pelota y un uso indefinido sería, por ejemplo, este perrito, no son objetos que se ocupan en el test, pero para que entiendas la diferencia, entonces ¿Qué pasa? Siempre cuento una historia donde había una señora que jugaba a la pelota y se iba a la playa, por ejemplo, pero imagínate una persona de 27 años que ya tiene una profesión y trabaja contándote una historia con un juguetito.

### **Si po.**

Y que la otra es contar la historia de un libro que son solamente imágenes que de esto puedes obtener una muestra del lenguaje del evaluado y también para poder ver si es que logran gestalt como con las cosas y si reaccionan a las emociones que están como ilustradas en el libro, pero no le puedes decir eso, entonces la gente te mira, así como "¿Por qué?" ¿cachai?

A mí cuando me hicieron esa cuestión es un cuento como con una figura de ajedrez y como super psicodélico, yo siento que la gente se sentirá así cuando toma drogas, así horrible y yo la respuesta que le di fue como que lo mire y lo deslice suavemente hacia la persona y le dije "no quiero" súper suave, muy polite, cuando llegamos a la parte de contar la historia le dije "ya sabes que esto es lo más estúpido que he hecho en mi vida, yo me voy, no me interesa lo que ustedes digan" yo estaba feliz y me fui y obviamente no puntué lo suficiente, quede corta por un punto.

### **Ya, pero un punto no es nada po.**

Si po, pero cuando tú te encuentras con gente que no tiene el criterio clínico porque eso es el otro tema, yo estoy en contra de que gente que no sean psicólogos hagan la prueba A2, la pueden hacer terapeutas ocupacionales, fonoaudiólogo, educadoras diferenciales, pero son pésimos clínicos, horriblemente mal "no, este niño es como es como muy porfiado porque como que tiene un conflicto con la mamá".

*-Risa entrevistadora-*

Los niños son porfiados porque es parte de la niñez ¿cachai? y al revés también, o sea, hay niños que tú los miras así como "ese cabro tiene el pedazo de trauma, cacha si onda tú te mueves muy fuerte al lado de él y se pone rojo" y la gente pelota "es que parece que es como alérgico" y es como loco tú no puedes ser alérgico al movimiento de otro, eso es un trauma, el tipo está reaccionando, desde el sistema nervioso central está mandando la alerta ¿cachai? algo está pasando en la casa de este niño, hay que investigar, hay que investigar "no creo que sea necesario" son pésimos clínicos.

**Además de que la adolescencia debe ser mucho más difícil, sobre todo con mujeres que tienen, por lo general, depresión y ansiedad en la adolescencia.**

¿En qué?

### **Depresión y ansiedad.**

Hmmm cacha que no me he encontrado tanta gente con depresión y ansiedad, como me he encontrado gente que está exhausta.

**Yo he encontrado muchas personas autistas mujeres que en la adolescencia empezaron con la depresión y la han diagnosticado depresiva, depresiva recurrente, ansiedad generalizada, bipolaridad.**

Pero por eso te digo que yo diría que no siempre cumplen los criterios de depresión.

**Es que no es depresión ni ansiedad, sino que tienen crisis por lo sensorial también po, entonces de repente necesitan llegar a la casa a llorar porque no saben qué más hacer si están cansados.**

Aunque tampoco se trata de no saber qué más hacer, sino que yo lo considero que es como cuando uno comprime los archivos al computador y luego se descomprimen.

**Ya**

En el colegio estas comprimido, comprimido, comprimido, comprimido tienes que comportarte, tienes que conformarte, no puedes quedarte mirando por la ventana porque viste una hojita volar y que te llamó mucho la atención y el color era precioso ¿cachai? entonces estas comprimido, llegas a la casa te empiezas a descomprimir, pero descomprimir ocupa un montón de recursos, es igual que los computadores y mientras más grande el archivo y mientras más te comprimiste en el colegio, más recursos vas a ocupar en la casa para poder volver a llegar a su estado natural ¿cachai? y estos recursos eventualmente, la única forma de dejar de ocuparlos es como llorar, quedarse inmóvil mirando el techo, que mucha gente piensa en catatonia, no, eso no es la catatonia porque la persona está consciente de lo que está haciendo y lo hace "apropósito" ¿cachai? y de algún lado tienen que salir los recursos cognitivos y de energía.

**Son formas de autoregularse.**

Aparte que también muchas veces tiene que ver, por ejemplo, con que los inputs de energía, en términos de qué cosa estoy haciendo para que me motiven, no son los suficientes para hacer todas las cosas desagradables que tengo que hacer como ponerme ropa que no me gusta, o sea, ahí lo que hacemos es como disminuir la cantidad en el colegio y poner más horas en las cosas que te gusta, o sea, este niño por receta de la psicóloga tiene que andar en patineta al menos una hora al día mínimo y eso es escrito, certificado, timbrado y se va. El colegio de repente se ponen un poco -se ríe- histéricos con este tipo de recomendaciones, pero funciona.

**Ya, me imagino que debe ser súper complicado, sobre todo trabajar con poca información.**

Como así.

**Porque hay poca investigación al respecto, entonces hay que estar rebuscando como trabajar.**

O sea, investigación hay caleta, pero son pocas las que están... las intervenciones que están centradas en la persona que son respetuosas de la diversidad.

*-Asiente entrevistadora-*

Yo diría que uno de los más avanzados en investigación, como bien respetuosa, a pesar de que la comunidad autista no le cae muy bien siempre, es tony attwood de Australia, él tiene como hartas cosas interesantes y hartas como técnicas bien específicas que son lo suficientemente concretas para poder dar como respuesta a las necesidades específicas de la comunidad autista, pero no es un tema de que sea difícil, lo difícil es que la gente respete la diferencia como tal, es distinto, no es bueno ni malo, es distinto.

**Sabí lo que a mi me pasó con una paciente, yo estoy haciendo mi practica en clínica, entonces tengo pacientes que son adultos y adolescentes y tengo una paciente adolescente que ha pasado por un montón de diagnósticos: depresión, ansiedad, ahora están viendo una ciclotimia, una posible bipolaridad, pero tiene 17 años y todavía no la pueden diagnosticar, está como en eso.**

**La cosa es que terrible, tiene despersonalización, desrealización, está en un momento así, pero terrible de su vida onda que casi que se está matando, entonces yo estoy todo el rato casi hablando con ella a las 5 de la mañana toda la semana porque es terrible ¿cachai? es terrible manejarla y la familia en otra, ni la pesca, para lo único que sirven es para darle las pastillas porque más encima cuando era chica, más chica, 15 años, ella se empezó a medicar sola, de hecho iba a comprar su remedio sola, se los daba el psiquiatra y ella iba, los compraba sola y se los daba a ella misma sola, porque la familia era como "ya, pero es que ella es independiente" cachai, entonces ella se la empezó a tomar sola y de repente se tomaba más dosis, claramente, si es una niña de 15 años y se sentía mal y las pastillas no la hacían sentir mejor, entonces lo que hemos hecho con la terapia es cómo darle también esa responsabilidad a los papás de que ellos le den la medicación, de que ellos la compren, de que ellos le den el SOS y yo estoy trabajando en la teoría de que ella es autista.**

**Entonces le pase la lista de Samantha Craft ¿no sé si tú la conoces? Ya, que es una lista que no está certificada y que no es concluyente, pero tiene casi todos... puntuó en casi todos los ítems ¿cachai?, entonces yo lo conversé con el psiquiatra del centro, que no sabe mucho de autismo, pero lo conversé con él le dije que "sabe que pucha yo no sé si que usted conoce mucho del autismo en mujeres" y me dice "sí, bueno es difícil de diagnosticar" y yo le dije "profe, es**

que sabe que yo creo que esta niña es autista y que está mal diagnosticada, entonces sería importante como que viéramos esa posibilidad" y él me dice "sí, pero no creo" y yo le empiezo a dar como las respuestas como "ya, es que sabe que yo hice esta entrevista, yo estuve viendo anamnesis y estuve haciendo toda esta entrevista de la época escolar, de cómo era su tipo de juego" y le empecé a dar como las respuestas ¿cachai? que en un niño serían muy evidentes, pero en ella no, entonces él me dice "ya, pero no lo converse todavía con ella, como que démosle una vuelta, pero no es tan necesario, o sea, ¿para qué?" y yo digo "ya, obviamente es necesario" porque la niña necesita saber si es que es autista porque necesita saber por qué chucha tiene tantas despersonalizaciones, desrealizaciones, por qué no le hacen efecto las pastillas para la ansiedad, ni para la depresión, o sea, ella siente que no le hace nada, nada.

Hmm y oye ¿ustedes pueden trabajar en conjunto con otros profesionales? ¿tienen la posibilidad?

**O sea, nosotros trabajamos con psicólogos, trabajador social y psiquiatras en el centro.**

Ya, igual es bueno, pero claro en el caso de esta chica a lo mejor le serviría una terapeuta ocupacional para que pueda medir el nivel de ocupación que tiene y las oportunidades de desarrollo versus lo que realmente está logrando.

**Porque imagínate que ella salió del colegio a los 16 porque no podía más, no podía más con la ansiedad social, entonces terminó el colegio en un 2x1 y ahora está terminando y terminó porque era online el 2x1, entonces está saliendo de 4° medio, pero el tema de volver a estudiar le es así terrible, no terrible porque ella quiere estudiar, pero no quiere subirse al metro, no quiere estar dentro del contexto de clase y de estar con gente.**

Y ¿Qué quiere estudiar?

**Ella quiere estudiar diseño, estaba viendo como diseño de interiores, pero ahora quiere estudiar como diseño medioambiental, una cosa así, entonces va a estudiar en el IDMA.**

Y ¿Qué tan lejos le queda de su casa?

**Lejos.**

¿Cuánto es lejos?

**Ella va a vivir en Pirque ahora y el IDMA queda en el centro de Providencia.**

No, lejísimos, es imposible pensar que se vaya en bicicleta o alternativas.

**Si, yo también lo hablé con ella, pero no, es lejísimo porque vive en Santiago, Puente Alto, pero ahora se va a ir a Pirque, entonces está imposible, tiene que ser o en auto o en metro.**

Y ¿qué tipo de actividades tiene, que la motivan? ¿que le dan como energía para seguir su día a día?

**Súper pocas, le gusta el arte, le gustan las plantas, entonces ahora estamos trabajando como en hacer un huerto, pero eso es todo, o sea, no hace nada más y los papás tampoco la impulsan a que haga nada porque va al supermercado y le dan crisis de ansiedad.**

Si, es que estaba pensando en que hay una serie de cosas que las personas tenemos que hacer para poder compensar todas las otras disfunciones que tenemos ¿cachai?

*-Asiente entrevistadora-*

Y esto piénsalo como un banco de energía, como un banco donde va a depositar y luego a hacer el retiro. Tienes que depositar suficientes cosas que den energía para aguantar las cosas que te retiran energía, si ella tiene ingresos bajos, va a tener egresos bajos.

**Ya.**

Entonces no puede gastar mucha energía, entonces lo que uno hace es empezar a aumentar las cosas como agradables que tenemos en el día para lograr hacer egresos de energía más constantes respecto de actividades bien específicas, pero además de eso tenemos que también trabajar el autoconocimiento, es muy común que las personas dentro del espectro no se conozcan lo suficientemente bien.

*-Asiente entrevistadora-*

Y tienen muchas respuestas estereotipadas y ¿cuándo te pones triste? cuando me pongo triste siento que algo me consume por dentro, ya y ¿qué significa que algo te consume por dentro?

**-se ríe- De hecho, es así con ella.**

Ya, entonces lo que uno tiene que hacer ahí es cómo generar una suerte de libro o algo muy concreto, tiene que ser manipulable, tiene que ser o en el computador, pero tiene que ser algo que yo pueda ir a ver y observar ¿cachai? porque si queda en el aire nunca más lo va a recordar.

**Ya.**

Ni va a poder profundizar en ello, entonces tu dentro de este libro vas generando el autoconocimiento, voy a hacer una cuestión muy simple un círculo, cosas que me gustan adentro y las cosas que no me gustan afuera o puede ser un poco más elaborado, hagamos un collage sobre las cosas que te gustan, hagamos un collage sobre las cosas que te dan miedo y ahí uno va generando nuevos significantes.

¿Por qué? Porque también falla el lenguaje en términos de correlato que tienes con tu propio cuerpo y con el ambiente y cuando eso falla te dicen "es que estoy estresado", pero tu empiezas a indagar "estoy muy estresado", "no me tinka que estés estresado porque veo que tu cara está de color normal, no te estás moviendo, yo las veces que te he visto estresado tú le pegas con la patita al suelo ¿qué más puede ser?" "Es que tengo muchas cosas que hacer" "ya, pero ¿qué más? sigue hablando, sigue buscando" y en el fondo es por eso porque no está en los correlatos y no se conocen, no sé bien qué pasa.

Muchas veces puede suceder que ir al supermercado le moleste por el ruido o le moleste por la luz, le moleste por la temperatura, le moleste porque está ocupando ropa incómoda, pero no se da cuenta hasta que empieza a caminar rápido y la ropa no respira, muchas de las personas que están dentro del espectro ocupan ropa natural, ocupan ropa de algodón, de viscosa, de bambú y nada más, entonces que solamente se nota cuando sale porque camina más rápido y se pone más nerviosa, pero en el fondo el problema es sensorial, no es la gente.

*-Asiente entrevistadora-*

Y para eso tenemos que ir de a poco haciendo adaptaciones, entonces, por ejemplo, uno dice hay unos perfiles que te pueden servir, que son perfiles sensoriales de Winnie Dunn.

Esos perfiles sensores te van a ayudar como a captar cuáles son las áreas de procesamiento sensorial que podrían estar presentando diferencia, el tema sensorial no siempre es sensibilidad, a veces en la búsqueda excesiva de estimulación es como que el volumen está corrido, cachai, todos usualmente lo teníamos entre 4 y 5 y las personas en el espectro lo tienen entre 1 y 2 y otros en 10, entonces se genera mucha interferencia.

Adaptaciones típicas son ir con audífonos con música que te agrada, salir con lentes de sol no muy oscuros porque si no, no ven, tienen que ser colores como sepia, amarillentos, hay gente que tolera mejor los azules, ocupar ropa... salir da lo mismo, pero ocupar ropa cómoda, así como con la que decí "oh me siento bacán en mi casa con esta ropa porque es como que podría flotar" esa, sale con esa.

**Ya.**

Y también ir limitando los espacios, tiene que ser como acercamientos progresivos porque en el fondo la primera respuesta que van a tener es la misma que han tenido siempre porque el cerebro te está diciendo peligro, peligro, peligro, la última vez que salimos casi nos morimos ino salgas!, entonces la primera salida no es en el supermercado, la primera salida es a la esquina y te devolví, anda a dar una vuelta a la manzana.

Después la siguiente podría ser anda al kiosco sin entrar a un lugar cerrado y después de eso anda a lo mejor al kiosco que está afuera del supermercado y después de eso ya entra al supermercado y compra 2 ítems y en un horario que no va a haber mucha gente y eso también importante el nivel de ruido que es capaz de soportar porque muchas veces hay poca gente, pero los ruidos entre la música ambiental.

### **Las conversaciones.**

Y las conversaciones se generan dificultades para procesar a nivel auditivo, entonces la gente te está hablando, tú las tení enfrente, pero tú estás escuchando al carnicero que está allá atrás y no tení ni idea de lo que te están diciendo y tratas de leer los labios y ahora no se puede porque hay mascarilla y es terrible.

A mí dentro de la pantalla me han gritado todas estas veces "que usted no pone atención" y yo a la gente le digo cara de raja "no, soy sorda, no te puedo leer los labios así que no te escucho", pero no es eso yo escucho "guau guau guau", pero no sé qué me están diciendo porque estoy acostumbrada a leer los labios.

### **Cuático.**

Porque yo no proceso lo auditivo con diferenciación de niveles de audio, yo proceso todo el audio con el mismo nivel de ruido.

### **Ya.**

Entonces la única forma para captar cuál es el track que tengo que estar escuchando es cuando le veo la boca al otro y dice, por ejemplo, "algo" y yo "quien dijo algo" "este es el track que tengo que ocupar" y eso es lo que voy siguiendo, de repente me pierdo y veo que la persona está diciendo otra palabra y me vuelvo enganchar y sigo, pero, siempre es con un desfase, entonces es muy común que te estén hablando y tú "¿Qué? ¿ah? ¿Qué?" Y te están repitiendo "ah ya sí" y la gente se enoja porque le pediste que te repitiera y no lo pescaste.

**-Se ríe- porque se repite en tu mente de nuevo, te llega más tarde.**

Va desfasado, si, eso es, van desfasados, completamente desfasados, entonces yo, por ejemplo, para atender online tiene que ser con audífonos, yo me saco los audífonos y es

como que "ay los pájaros, hay un vecino lejos, hay un perro, el ruido de la cocina" el ruido de mi ropa también me molesta, entonces no puedo estar aquí, estoy en todos lados y todas esas cosas son...

**Si po obvio, yo creo que también puede ser como el tema sensorial para ella, pero es difícil que se dé cuenta porque no es algo que en algún momento le hayan preguntado.**

No pu, pero tú le puedes preguntar y tú misma puedes llegar con información como más directiva ¿cachai? mira porque una definición de lo que es la ansiedad "la ansiedad dice que es esto, esto, esto, pero depende del pensamiento que tú tienes en tu mente para poder definirlo" y yo con todas las cosas que he escuchado dudo del pensamiento, ¿podemos explorar eso, por favor?" le das contexto, ráyale la cancha.

**Ya.**

La decisión final es de ella, pero tienes que empezar a acotar el contexto porque, sino...

A mi pasó cuando estaba en colegio que de repente me preguntaban *-suspira-* y me mandaron al psicólogo de chica porque tenía muchas dificultades en el colegio, tenía promedio 7 hasta octavo básico, nunca estudié, no iba al colegio casi nunca, me cargaba, pero tenía muchas dificultades para seguir instrucciones, atarme a las reglas, ir con uniforme, cosas super básicas y, por ejemplo, mi psicólogo me decía "¿que sientes tu que es la tristeza?" una pregunta super bizarra.

*-Se ríen-*

Una pregunta bizarra, muy extraña, entonces yo decía "bueno el otro día yo pensaba, vi una película y la persona se puso triste porque falleció el perro, no, la tristeza es como cuando uno se siente que fallece alguien importante", entonces mi psicólogo check lo dijo bien y yo no tenía ni idea de lo que estaba respondiendo y yo soy super buena para hacer eso, soy excelente me pongo un play y yo te puedo hablar con mucho sentido, pero no por eso entiendo lo que estoy diciendo, yo soy súper buena para repetir textos completos y tengo muy buena memoria, yo leo hartito, leo 2 o 3 libros a la semana y yo te puedo repetir lo que te leo casi de memoria, pero ¿lo entendí? No necesariamente.

Entonces eso también pasa, entonces es súper importante que cuando te quedas con la sensación, así como que no se está conectando conmigo como de 1 a 1 de persona a persona es porque probablemente están repitiendo algo que escucharon y no lo que de verdad piensan.

**Sí, porque a mí me pasa eso de que ella me dice que está con mucha ansiedad, pero no la veo tan ansiosa, como "no, es que tengo mucha ansiedad y la cuestión" y si cuando le pregunto no me puede responder, entonces y es igual**

**como reticente a la cuestión ¿cachai? Como que yo le digo "oye y ¿si probamos esto?" "hmm sí", pero después no lo hace, cachai.**

Por eso tienes que rellenarle tú con los espacios que ya ella no tiene porque, por ejemplo, ella misma no sabe con qué noción o con qué parámetro específico está funcionando, está es como una forma como bien método científico de hacer las cosas, tú como que te vas a valer de que probablemente una persona que sistematiza la información en su cabeza y vaya a tratar de ayudar a sistematizar la información nueva.

Si tú le decí "mira, esta es la definición de ansiedad, cuando las personas sienten ansiedad, usualmente siente esto ¿lo has sentido alguna vez? ¿Cuándo?" y puede, por ejemplo, ocupar el inventario de Beck que tiene 21 ítems, que ha sentido las últimas 2 semanas y después aplicar el inventario ahí mismo y lo podí cómo calcular, te vas a demorar entre 30 y 35 minutos porque la gente te va a responder "sí, yo me he puesto rojo en la cara" y tu le preguntas ¿Cuándo? "el otro día subí las escaleras rápido y se me puso roja la cara", ya, pero tiene que ser que te hayas puesto roja de la nada, sin explicación no porque hiciste deporte o porque hiciste esfuerzo, "ah, entonces nunca", y te va a pasar mucho eso.

**Y ¿qué pasa si es porque estaba hablando en público?**

Ya, eso, por ejemplo, cuenta porque el inventario de Beck en la parte de ponerse rojo tiene que ver con la ansiedad social. En cada ítem apunta a algún tipo de ansiedad específica.

Entonces tú haces el listado completo y le dices "mira, todas las cosas que hablamos hoy día tienen que ver con ansiedad, pero tú de las cosas que has sentido de hecho no puntúan para la ansiedad clínicamente significativa o si puntúan" y recién van a poder hablar desde lo concreto de lo que es la ansiedad, entonces tú tienes que explicarle también la ansiedad tiene cosas que son concretas se pasan en tu cuerpo y hay cosas que son subjetivas que pasan en tu mente y tu mente afecta a tu cuerpo y tu cuerpo afecta a tu mente, ahí juegan entre las dos y todo depende del equilibrio que tenemos en tu cerebro, pero este equilibrio no vamos a llegar a ningún lado sí es que tú no haces las cosas que yo te digo porque no son para ti, son para tu cerebro, tu cerebro en estos momentos está mandando, nosotros no queremos que mande él, queremos que mandes tú, ¿cachai?

**Ya.**

Entonces es como una forma de triangular, son técnicas super cognitivo conductuales, yo no trabajo desde lo cognitivo conductual, yo trabajo desde el enfoque humanista, pero tienen sentido para las personas que son más concretas, por lo mismo, porque apuntan y yo te hago la diferencia entre lo que pasa en tu cuerpo, lo que pasa en tu mente y las

acciones que eso conlleva y es más fácil separar y es súper acotado, no tenemos que hablar de tus creencias, no tenemos que hablar de qué te pasó en la infancia porque se pierden, es horrible, esa cuestión es terrible, tú le decí como "¿qué crees tú que es la alegría?" "Yo cuando era chico fui muy alegre porque resulta que pasó esto y después llegó mi papá y me dijo tal cosa y después llegó el perro y después llegó mi profesora" y nada de eso tiene contenido de lo que tú preguntas, pero se echaron 15 minutos de sesión.

**Si, eso me pasa harto con ella, entonces las técnicas que me dan mis supervisoras no me sirven con ella, no me sirven, no me sirven nada.**

No pu, tiene que ser concreta, super concreta.

**Y ¿qué pasa con el tema de la despersonalización? ¿tú sientes que es algo igual que les pasa más a los autistas o a las mujeres autistas?**

No, le pasa a la gente, en general, cuando están a límite, a todo el mundo le puede pasar la despersonalización tiene como dos grandes motivos que son psicóticos que son como muy... estamos teniendo un quiebre con la realidad o son por cansancio o estrés extremo y es una forma en que el cerebro de alguna manera también se protege, tiene que llevar todos los recursos cognitivos a la supervivencia respirar, caminar, que no te asalten ¿cachai? y todo el resto de los recursos que son como corticales superiores no son importantes para la supervivencia; hablar no es importante para sobrevivir.

**Wow! ¡Ay! qué interesante hablar contigo -se ríe-**

Y es que como decía yo tengo muy buena memoria, entonces tengo caleta de información en mi cabeza.

**Mira, yo sé que la despersonalización no se puede tratar con fármacos, pero sí con tratamientos cognitivos conductuales.**

Lo que pasa es que tú tienes que convencer a las personas de que la despersonalización no es la mejor opción, número uno porque si no lo convencí le va a seguir siendo una buena forma para ella de combatir lo que sea lo que le está pasando.

En segundo lugar, tienes que convencerla de que la despersonalización no se trata en el momento que se está yendo por las ramas o que se está despersonalizando, sino que se combate antes, evitando llegar a eso y para evitar llegar a eso tenemos que revisar, por ejemplo, puede ser desde el modelo biopsicosocial que también es algo como aún más fácil de explicar para la gente, tienes la pirámide bio-psico-social.

**Ya.**

Entonces primero tenemos que partir de biología ¿estás durmiendo bien? ¿estás comiendo bien? partamos por ahí y es siempre lo más fácil porque es muy concreto podemos hacer un diario de sueño para cachar que podemos hacer, "ah estás durmiendo mal" perfecto tenemos que relajar tu cuerpo, si se relaja tu cuerpo, tu mente se relaja, todo es interdependiente y yoga, estiramiento, caminar, bailar, correr, no sé busquemos más opciones y después de que tenemos toda la parte biológica como más ordenada podemos recién subir al siguiente estadio que son los factores psicológicos, lo social nosotros no lo tocamos porque son el contexto circundante, si estamos en guerra no es mucho lo que podamos hacer, excepto de cómo pensamos sobre la guerra, pero no vamos a parar cachai, la bomba.

### **Ya.**

Entonces seguimos subiendo, psicológico vendría siendo cómo piensas tú sobre lo que te pasa, no lo que sientes porque las emociones no se pueden controlar, solamente podemos controlar las acciones que llevamos a cabo después de cierta emoción, las acciones son secundarias, las emociones son primarias y están ahí y son todo el mundo se enoja, lo importante no es si es que me enoja o no, es como me enoja ¿cachai?

Entonces tú una vez que tienes como ya la persona ordenada en sus rutinas, en general, la rutina es como contraria a la patología, salvo que sea una rutina muy estúpidamente estricta, pero es porque la persona es quien logra ordenarse en las horas de sueño, empieza a descubrir que le daba hambre a la misma hora, que a la misma hora sale el sol, que los pajaritos usualmente cantan después de "x" cosas y uno va buscando claves como externas también y no solamente internas y ahí uno hace la diferencia, entonces cuando tienes todo eso ordenado seguramente va a disminuir el nivel de estrés porque la gente que se queda dormida a las 4 de la mañana porque se quedó jugando LOL o WOW, toda la noche, al día siguiente no despierta a la hora que el cuerpo le corresponde secretar las hormonas de despiértame, por ende, en la noche no empieza a crear las hormonas de duérmeme a la hora que corresponde, incluso algunas personas dejan de secretar, así de frentón.

Entonces tú tienes que explicarle eso porque la persona no tiene por qué confiar en ti porque tú le dices que es importante, tú le dices "no me crees, dale" busca en internet yo te espero ¿cachai? y también algo como súper importante es devolverle la agencia a la persona, yo no estoy aquí para decirte que tienes que hacer, yo estoy aquí para decirte cuales son las opciones y va a llegar un momento en que a mí también se me van a acabar las opciones, pero tú decides qué haces con eso, tú tienes que ir probando y viendo lo que te gusta, lo que te sirve, lo que no y nosotros conversamos y ajustamos, pero si en algún momento tú me dices que nada de lo que haces me sirve, tienes que estar súper claro yo también tengo un límite las cosas que te puedo dar.

Entonces llegado en un momento tu me dices nada me sirve y yo te digo "no me queda nada más" hasta ahí nomás llegamos, entonces depende de ti, tanto como depende de mí, pero depende mucho más de ti porque yo llego a mi casa y me olvido de ti, yo llego a mi casa y llegó a dormir, llego a hacer mi cama, llego a cocinar, llego a ver a mis perros, llego a hacer esto, esto y esto otro y tú eres parte de mi vida sólo dentro de la sesión, yo puedo seguir viviendo así, no sé si tú puedes seguir viviendo así.

### **Ya.**

Eso también le devuelve la responsabilidad, yo también tengo pacientes que están muy mal, yo tengo pacientes que de hecho estoy esperando que por favor los internen en el psiquiátrico, pero yo también a ellos son así como límites súper claro porque si no... por todos lados porque no saben qué esperar.

Si yo les digo a la gente "mira, yo no atiende urgencias psicológicas, las urgencias psicológicas son usualmente urgencias psiquiátricas que se atienden en urgencia del hospital, de la clínica de donde usted necesite", pero yo, si tú estas "es que me quiero morir" son las tres de la mañana y me llamas, yo difícilmente te doy una respuesta decente, lo más probable que te diga "déjate de joder, hasta cuando chucha me weai, anda a costarte"

*-Risa entrevistadora-*

Porque yo a esa ahora también tengo sueño, mi obligación y mi responsabilidad es estar para ti durante 45 o 50 minutos que yo estoy completamente para ti, pero fuera de ese espacio yo tengo mi vida propia, entonces si tú sientes que te estás a punto de disolver en moléculas y atomizar en el universo, anda a urgencias, no me llames, llámame después y ahí conversamos y veamos qué se puede hacer, yo te adelanto la hora ¿cachai? nos organizamos, pero esta cuestión es ordenada, no es al lote.

*-Asiente entrevistadora-*

Porque, sino qué vas a hacer cuando yo no te atiende más, recuerda que el objetivo es que tú y yo no nos veamos nunca más en la vida, tú y yo no vamos a ser amigos después porque la gracia es que tu salgas con todo tu cuestión armado y ojalá nunca más nos tengamos que ver, ojalá, a lo mejor de repente pasa que uno vuelve porque ya te conoce, porque perfecto, pero ojalá, ojalá nunca más y ese es el objetivo.

### **Si po.**

Entonces en lo que yo hago es que a los pacientes dependiendo de qué nivel de *-suspira-* compromiso tienen, de que el nivel de responsabilidad están tomando por sí mismo, de repente hay que hacerles como un reencuadre y decirles "oye acuérdate que yo no soy responsable de todo, eres tú, yo soy experto en psicología, no soy experta en tu vida, tú

eres el experto en tu vida, mi trabajo es darte opciones, mostrarte distintas perspectivas, pero nada más, si tú tomas la decisión de seguir en lo mismo el resto tu vida, ya no tengo nada que decir y hacer con eso”, “no, pero es que es su deber porque usted me debería ayudar” y yo digo “¿Qué crees que estoy haciendo? cuando yo dije que te traje estas opciones tú me dijiste “no, chái esto no me gusta” y nada más que hacer po”.

*-Risa entrevistadora-*

Me ha pasado, por eso en Chile yo te decía con la pre-esquizofrenia, me dijo “no, es que yo creo, cuando llevamos como un año, es que yo creo que esto ya no sirve, yo creo que la psicología es una farsa, un fraude, no sirve para nada porque yo todavía me siento mal” y yo dije “haber, haber” me imagine que esto podía suceder no sé por qué y yo lo anoté en la ficha, entonces saque la ficha, llevábamos como unas 30 sesiones, más o menos, y dije “mira con fecha tanto tú me dijiste que éste era tu objetivo ¿estamos de acuerdo? o ¿lo anoté mal?” “no, eso era” y seguimos avanzando “con fecha tanto yo te anoté aquí el objetivo de la sesión tanto, actividades propuestas esto y esto y traje varias opciones, tú me dijiste que todas esas cosas no sirven, que ya las has probado y no las va a probar de nuevo, te pregunté si estabas dispuesta a hacer algo distinto de esta área que yo pudiese buscar, me dijiste no”, siguiente y fuimos y repasamos, hicimos una recapitulación de las sesiones.

Entonces ella se dio cuenta, en el fondo, que cuando habían actividades que incluso le parecían tontas, el hecho de poder expresar que eran tontas era en un avance, pero que ahora estábamos llegando a un límite en el cual no avanzamos más porque yo le había dicho “tenemos que empezar a socializar” porque si no socializamos ¿cómo vamos a saber que son buenas o malas habilidades? conmigo obviamente vas a tener habilidades mucho mejores porque yo hago la adecuación, no tú, ya nos conocemos tú sabes que no te voy a gritar, no te voy a pegar, no te voy a decir que eres tonta, no te voy a insultar de ninguna manera, pero no sabemos qué pasa afuera del mundo y para eso tienes que salir al mundo “no, no, no”, entonces me dijo “sabes que, yo no estoy dispuesto a hacer esto” y le dije “ya, perfecto”, pero hagamos lo siguiente suspendamos sesiones, nos vemos una sesión más, hacemos una despedida bonita ¿cachái? celebramos todos los avances que tuvimos, pero tenemos que suspender hasta que seas capaz de seguir en el siguiente estadio porque te estoy quitando plata y yo sé perfectamente que tu familia no lo puede pagar más, está haciendo un esfuerzo gigante, entonces suspendamos hasta que tu estés dispuesto.

Se enojó, pero me dijo que bueno no nos juntamos una vez más, pasó un mes y llegó y me dijo “ya, me inscribí en una cuestión para hacer uñas, para que usted me enseñe cómo hablar con esa gente”

*-Se ríen ambas-*

“Me encanta que cuando tú llegas aquí, me dices las cosas y me encanta que me las digas de frente porque yo soy así super feliz con eso ¿qué queremos lograr? vamos”.

Pero en el fondo es eso, pero hay cosas con las que no puedes trabajar y tienes que dejarle súper claro “tú me quieres seguir pagando para que ¿yo te acompañe y te escuche? se puede, pero tenemos que estar claros que el objetivo no va a ser mejorar, va a ser que tú vengas acá y yo te pongo oreja, nada más”.

**-asiente- sí, wow muchas cosas.**

Sí, sorry hablo caleta.

**No, no, no, no, me gusta, a mí me gusta escuchar, por eso me dedico a lo que estoy haciendo -se ríe-**

**Pero si, tengo otro paciente que igual es un poco complicado, no tiene tanta despersonalización, pero a veces le da y tiene una wea muy que de hecho otra psicóloga dijo que era como casi que psicosis porque ella antes veía una sombra, antes veía una sombra que la atacaba, que de hecho apareció en los sueños primero cuando tenía parálisis del sueño, apareció esta sombra, y la quería matar siempre le ponía como estos escenarios en los que la iba a matar, en las que le tiraba el pelo, en la que le decía que era tonta, era fea y no sé qué y de repente esa sombra empezó a aparecer en la vida real, entonces cuando ella tenía estos episodios de despersonalización, o sea, desrealización en verdad, cuando empezaba a ver que el mundo estaba muy raro, ella se centraba en eso que estaba raro y ella sentía que se iba a abrir la pared y que en verdad estaba soñando y le iba a aparecer la sombra, entonces empezó a aparecer, a aparecer y en terapia ella dejó de ver la sombra con la terapeuta anterior, la despidieron y quedaron de acuerdo de que la sombra en verdad era también una compañera porque ella se sentía muy sola.**

**Entonces la forma de sentirse mal, triste, depresiva, acompañada con otra persona o con esta sombra, era mejor que sentirse sola con la depresión, con la ansiedad, con todo, entonces ahora empezó a echar de menos la sombra porque se siente sola dentro de esto.**

Fue una extra-realización demasiado a lo mejor como agradable para la sombra, pero esa sombra igual era como disfuncional, entonces como a lo mejor hacer un ritual para darle gracias a la sombra por todo su apoyo, pero no te necesitamos más porque mejor es la vida y es preferible tener...

**No, si hicieron es como un ritual en el que le agradecieron por su compañía no sé qué, pero en fin dejó de verla por un año y ahora la empezó a echar de menos y ella ve colores, como auras, algo así, entonces ve a una persona y le cae bien o le cae mal por el color que tiene, entonces de hecho rechazó a una terapeuta por el color que tenía porque era muy rojo, entonces no le gustó y se cambió de terapeuta.**

Y esta persona de casualidad ¿cree como las cosas más alternativas?

**Si.**

Holísticas, cósmicas, místicas y me imagino que tiene que haber ido a más de algún chamán o bruja o algo así a ayudarse.

**Si, a ella le gusta eso, le gusta el tema de la espiritualidad y le gusta el tema del no sé pues las cartas del tarot, la astrología, ella quiere aprender eso también.**

Me preguntaba cómo en relación a qué ¿cómo hacer esa creencia parte de una fortaleza dentro de la terapia? porque ella sí le pregunta a una brujita o lo que sea, si es bueno ver sombra la brujita le va a hacer un sahumero y le va a decir "¡no! eso no sirve para nada, te están persiguiendo los demonios" o cualquier variación, pero la respuesta va a ser no.

**Si, porque a ella le dijeron que era como un espíritu que necesitaba su ayuda y que por eso la estaba como persiguiendo.**

Acosando, claro, entonces en cualquier caso es como algo que no debería estar contigo, entonces a mi me pasó, estoy pensando, me paso con un niño que los papás dijeron que el niño hablaba de que tenía vidas pasadas y están muy preocupados con estas vidas pasadas y que el niño quería volver al lugar de luz, el niño se quería morir básicamente, pero para él era como volver al lugar de luz.

Entonces yo le dije ya, pero mire esto independiente de lo que yo crea, es lo que ustedes creen, pero yo tengo la sensación de que si vamos a hablar de vidas pasadas y actuales es porque el niño no está consciente de que ya cambio de vida, entonces tenemos que hacer cosas para que se dé cuenta que está viviendo una vida distinta y que, un lugar de luz puede ser aquí y ahora y es lo mismo con la señora ¿cachai?

Porque ya, supongamos que es una persona a quien tiene que ayudar ¿qué necesita entonces?

**Es una niña.**

Un poco de indicaciones que ha dado, buscar eso y completar a lo mejor la misión, pero completar la misión uno siempre va intencionado que tenga que ver como contigo ¿que tienes tú que hacer que de qué forma tiene que crecer como ser humano y desarrollarte para ayudar a este niño?

A lo mejor la niña también está solitaria igual que tú, la niña también necesitaba como apoyo, pero ustedes pertenecen a mundos distintos, nosotros tenemos súper sabido que el mundo de muertos y vivos no se mezclan, no corresponde, la gente que lo ve sufre mucho y tu estas sufriendo ahora, entonces algo hay que hacer.

**Y sabes lo que le pasa es que en las relaciones sociales ella empezó como a somatizar el tema de que no le gusta tener relaciones sociales y la agota, entonces está en una situación en la que se siente bien conversando porque estaba contenta igual, o sea, siente la ansiedad de estar en esta situación social, pero igual se siente bien como conversando con esta persona en particular, pero de repente como que se siente que se encierra como en una burbuja, como que escapa de esa situación y yo siento que es como que se agota de estar ahí todo el rato, es como que se agota su energía, entonces necesita como cargarse ¿cachai?**

**Pero también le pasa que después de que ella se va a la casa siente que se le pegó, como que siente pegajosas las manos del color de la otra persona, como que esa persona de azul y se le pega al azul en las manos, entonces se siente sucia.**

Hmm ya si igual puede ser como... es que ahí va a depender de la creencia personal de ella ¿cachai? si ella tiene una religión o tiene como una creencia personal que se configura como una columna de su persona donde esto es posible, la respuesta no la tiene que buscar en psicología, la tiene que buscar con su chamán o con su sacerdote de preferencia, pero si esto no es así y ella después de empezar a evidenciar esto se empezó a meter en el otro mundo y tampoco lo cree ni la reafirma, la respuesta va más hacia el lado de la psicosis.

**¿Qué pasa si en el momento en el que ve la sombra ella pensó en qué podía ser esquizofrenia? porque si lo piensa ella no es esquizofrénica, ella se lo dudo po, a sí misma dijo "estoy loca".**

Lo que pasa es que la esquizofrenia no es lo mismo que la psicosis, acuérdate de que están también los trastornos de personalidad esquizotípicos y trastorno esquizoide, entonces también tienen como, por ejemplo, ciertas características de esquizofrenia, pero sin ser el trastorno completo y también existen brotes psicóticos que no van a acompañar o nada más.

Entonces por eso cuando yo tengo creencias y delirios que van... que rompen con la realidad y que ella tampoco se da cuenta de que esto no puede ser real porque ella dice "no, yo lo veo y es real, está ahí, la sombra está ahí" vamos para el lado de la psicosis desde la psicología y la psiquiatría, pero si yo, por ejemplo, me dice "yo desde niña he visto cosas y siempre mi familia se ha creído mucho en los sumerios, las cositas de ese estilo o tenemos creencias que son de esa onda"

### **De hecho, sí.**

Búscate un chamán que trabaje contigo en paralelo, búscate una brujilda que trabaje contigo en paralelo, alguien que elija ella ¿cachai? porque yo no sé a lo mejor tiene razón y de verdad la están penando, yo no sé

**Si po, yo creo que... yo digo "ya, tal vez sí ve las auras ¿Por qué decir que no al tiro? ¿Por qué decir al tiro que es psicosis?, pero el tema de que a ella no le gusta que se le pegue esta energía de las otras personas.**

Es que, por eso, por lo mismo, tiene que buscar a alguien o un sacerdote o a alguien de esa área que le pueda enseñar, pero en el fondo lo que tú tienes que instaurar es la noción de que "el mundo no te pasa, tú tomas decisiones y si a ti te molesta que se te pegue el aura, bueno ¿qué estamos haciendo para evitarlo?"

### **Ya.**

Si en el fondo es como "sí, yo puedo comprender que existe una situación que te angustia, sí, yo puedo entender, comprender y empatizar de que esto te desagrada y te asusta, pero si es tan desagradable ¿por qué seguimos en lo mismo? ¡Muévete!"

Entonces el fondo es como eso por el lado que sea psicológico o sea desde ritualista, sea sacerdote, da lo mismo ¿cachai? lo importante es que le haga sentido y de una forma que ella tome control de la situación y ahí también van a definir una vez que ella trate de tomar como control más realista de lo que está pasando, se va a definir también probablemente más hacia un lado más delirante psicótico o hacia una creencia personal que a lo mejor de verdad la están acosando ¿cachai? Sombras y auras po.

### **Complicada la vida.**

Tení casos cuáticos igual.

**-Se ríe- Si y usamos como técnica así como un primero de relajación porque aparte tiene despersonalización, entonces cuando tratamos de que ella se sienta consigo misma, de autoconocimiento por el tema de que se le pega esta energía de los otros, hacer limpieza "pucha si a ti te llama la atención el tema de hacerte limpieza, hazte una limpieza energética, para que esto no te pase,**

**lávate las manos, anda, cuando te sientas como pegajosa anda y lávate las manos con harto jabón y ve si es que eso se te pasa o sacúdete las manos y ve si se te pasa con eso" y ver cómo diferentes opciones en las que ella tal vez se le pegue o tal vez no, pero que ella sienta que se le despega de alguna forma ¿cachai? como que se puede liberar de esto.**

***-Hablan al mismo tiempo-***

Hay que ver que sucede también po, si es que empeora o mejora.

**Pero lo peor es que yo siento que ella es autista también ¿cachai? y que al final está cómo somatizando esto porque tuvo muchos problemas en el colegio para terminar, tuvo bullying, aislamiento en la época infantil tenía este tipo de estereotipas ¿cachai? no se po ordenaba los juguetes, cosas que tú podí ver y aparte que su hermano es autista, entonces también está el factor genético.**

Si puede ser.

**Y ¿cómo se relaciona esto con la psicosis?**

¿Tenía dificultad del lenguaje también o no?

**¿Cómo?**

¿Cuándo era chiquita tenía alguna dificultad de lenguaje?

**No lo sé, creo que no.**

Si, es que lo que pasa es que igual puede ser, pero el autismo y la esquizofrenia están como bastante cercanas en la conducta en algunas cosas, las estereotipias son común en ambos casos, la pérdida del lenguaje común en ambos casos, los signos positivos y negativos de la esquizofrenia algunos son como sobrelapados con el autismo.

Entonces en el caso de ella el diagnóstico diferencial está justamente en el delirio, que esta creencia persistente que no es creída por el resto a su alrededor y por eso importa mucho ahí cuáles son sus creencias como fundamentales, ella cree en las energías ¿desde cuándo? y si ella tiene energía ¿por qué está buscando ayuda psicológica y no ayuda energética? es como piénsalo como una religión, si llega un evangélico y te dice que está haciendo poseído por un demonio, los evangélicos algunos creen en eso, creen que eso es posible ¿cachai?, entonces tienes que investigar ahí ¿esto es una creencia solamente/netamente religiosa que está atravesando hacia la realidad o es una creencia religiosa que se convirtió en delirio y es un síntoma positivo de una posible esquizofrenia?

El caso de ella no tiene pinta de ser esquizofrenia, todavía, y por la edad ¿Qué edad tiene?

**Ella tiene 18, acaba de cumplir 18.**

¡Ah! Es joven, está en la edad posible de esquizofrenia po, de brote psicótico, si fuma marihuana o ha consumido drogas está mucho más cerca de un brote psicótico, entonces.

**No nada, no le gusta.**

Pero es eso.

**De hecho, las relaciona con el negro que es como el peor color.**

No, pero por la edad, la probabilidad dice psicosis, no dice autismo.

Tienes casos cuáticos, súper cuáticos, yo los casos que tuve en la universidad eran más simples, mucho más simples.

**Y lo peor es que mi supervisora no me ayuda para nada ¿cachai? entonces como que llega a supervisar este caso y no me dice nada, así como "no, pucha podrías tratar de hacer esto", pero eso no sirve de nada, absolutamente nada, entonces al final termino como resolviéndolo sola.**

Pero tienes que buscar técnicas, aunque pertenezcan a otro enfoque y adaptarlas a tu enfoque.

**Si po, eso es lo que hago, al final ocupo de todo, lo que sea, Gestalt, conductual de todo, de todo porque depende del paciente también, no de mí -se ríe-**

Si po, si pasa, hmm cuático, ahí creo que nunca me han tocado personas delirantes ni psicóticas, lo peor que he tenido fue un chico que acosaba a su polola, así the real acoso y era como "weon te vas a ir a la cárcel por tonto, por tonto"

**Y ¿cómo lo trabajabas con él?**

Todavía lo estamos trabajando, ha sido súper difícil, dejó por lo menos de acosarla, pero tiene creencias de base súper complejas, él tiene un trastorno de desarrollo de la personalidad, no está como cuajado todavía, pero va para narcisista, así heavy.

**Que complicado trabajar con una persona así porque también tienes tus prejuicios, que tienes que dejar de lado.**

No y aparte que es super difícil como "para mi todas las mujeres son inferiores" -sonidos con la boca-

-Ambas se ríen-

Entonces también eso es como un insumo de intervención, como un insumo, así como "bueno y ¿dónde está la excepción? porque yo soy excepción y tu mamá no ¿cuál es la diferencia? tú mamá te ha soportado no se po 17-18 años, yo te he soportado 1 ¿cuál es la diferencia entonces?" como seguir indagando y explorando, pero es complejo más que nada con las conductas antisociales a las que puede llegar.

**Si.**

Yo a la mamá le dije "o sea, ante la duda usted lo saca de la casa cuando le da la tontera y quiere ir a acosar a la polola y ante la duda usted lo puede dejar salir de la casa de dos manera ambulancia o carabineros no hay más opción, no hay más opciones, aunque tenga que tirarse de guata en la puerta, no hay más opción", entonces igual es heavy y el miedo es ese que claro llega super descompensado donde la polola, la polola pisa el palito y le abre la puerta y nadie sabe qué es lo que le va a hacer.

**Si po, es terrible, bueno ahí entras con el tema de que ya no hay confidencialidad porque está en peligro otra persona.**

Si po, pero es que él en ningún momento ha dicho que le quiere hacer daño ni nada, entonces yo no tengo nada que denunciar.

**Hasta el momento.**

Pero yo sé que también una persona cuando está como con esa onda y el nivel de descontrol que llega a él, yo digo claro si la polola no le abre la puerta y lo mira por la ventana, no hay problema, pero si sale y lo toca yo no sé si él se va a tirar al piso y se pondrá a llorar o le va a querer pegar o le va a querer dar un beso y la niña se va a defender y él le va a pegar de vuelta y no sé, esa parte no la sé, es incertidumbre pura.

**Y ¿puedes dormir con eso de noche?**

Si, puff me da lo mismo.

*-Se ríe entrevistadora-*

Yo cuando digo que la gente de verdad, son 50 minutos para ti y el resto es como bueno si te he visto bien por ti, es enserio. El primer año que estuve aprendiendo clínica, cuando estaba haciendo el diplomado, llegaron 2 casos, uno era un papá súper egocéntrico y controlador con un niño que era, yo creo que era, lo llevaron al psicólogo al mismo tiempo que lo llevaban al dentista y al traumatólogo y yo creo que era primera vez que miraban al hijo, así como "chuta, este es mi hijo" y descubrieron que su hijo tiene las patas chuecas, tenía como un diente en el paladar, así como mal y ese tipo era super controlador, super violento, pero conmigo se portaba super bien, super, súper bien y se empezó a volver un poco más complejo cuando yo empecé a tener dificultades con

el horario, los tuve que cambiar de horario y el caballero se puso súper pesado, así un día me agarró la puerta y la abrió y me dijo "No estuvieron buenas las vacaciones" y yo como "qué onda este caballero" y yo soy súper lenta para las reacciones.

*-Se ríe entrevistadora-*

Y yo en el momento yo nunca digo como "¿qué se cree?" y digo "oh, este caballero que es raro", pero eso es una reacción interna.

*-Se ríe entrevistadora-*

Y se puso super pesado y yo dije "ah, ya llevo un año con esta gente, ya tocamos techo como que no me interesa seguir con ellos, estoy súper complicada con el horario" y lo hable con la secretaria y con mi supervisor y quedamos que era mejor que lo que derivara porque yo de verdad estaba haciendo un esfuerzo gigante por ir a atenderlos y no me daba el tiempo, no podía y con la siguiente psicóloga quedó la escoba, el caballero como que le gritó así mal y la niña en vez de responderle, por último desde la calma, se puso a llorar y el tipo como que se apoderó de la situación y quedó la escoba.

**Si po, vio la debilidad ahí y atacó como león.**

Claro y yo dije "de verdad como que trabajo con gente super loca" y es como mal.

Y el otro chico que estaba viendo tenía un trastorno de comunicación mixto así, pero brutal un niño de 9 años que hablaba "Miki, tiki, iki, liki", no se po pongámosle Pepito, ya Pepito ¿Cómo estuvo tu semana? "iki,iki,iki" no hablaba más ¿cachai?

*-Se ríe la entrevistadora-*

Y sufrió un bullying asqueroso en el colegio que estaba avalado por el director y esa vez fue terrible porque el niño llegó después de haber estado hospitalizado 2 días por un TEC cerrado que un chico de un curso superior le pegó con una bandeja metálica en la cabeza y el colegio lo encubrió y eso, yo termine yendo a una coordinación al colegio, conversar con la gente y el director en un momento que estaba parado, era una mesa, no era un escritorio y como que así en frente mío como a una distancia muy cercana y me decía "ese niño es anormal" y yo así como de nuevo "oh, esto es súper bizarro, esto no debería suceder, que extraño"

*-Se ríe la entrevistadora-*

Y mi respuesta al caballero fue como "okey, tomaré nota de que usted dijo eso" y lo anote en mi agenda, así como ya, bitácora... eh... termine haciendo como una entrevista super poco oficial a los profesores, tutores de ese niño, que reveló un montón de otros problemas que habían, entonces al final yo llegué donde la familia y dije "sabe que, yo creo que la única opción es demandar, ya no veo nada más". Hicimos una denuncia a

través de la Superintendencia de Educación y ese fue mi caso, estuve un año y medio metida en eso.

**iOh!**

Entonces claro no fueron así como gente delirante.

**¿Se resolvió?**

Al niño lo cambiamos de colegio y el colegio recibió como 5 fiscalizaciones sorpresas donde no pasaron ninguna así que se fueron de multas multimillonarias, una cuestión estúpida, pero él director sigue vivo, o sea, no lo sacan, no tienen potestad de sacarlo de ahí.

Pero claro, mis casos como que no fueron psiquiátricamente brígidos, pero sí socialmente complejos.

**A mí me ha costado eso hasta el momento, el tema de soltar también porque igual estoy todo el rato pensando en mis pacientes, o sea, por ejemplo, los pacientes más extremos que tengo estoy, a veces pienso "puta ojalá no le pase nada hoy día y no se mate" ¿cachai? Porque ahí es harto el estrés y todavía no aprendo a separar bien de ellos ¿cachai? Como que no me afecte, como de verdad decir "ya, estos 50 minutos son tuyos y después no pienso más en ti" no, no puedo hacer eso, todavía no y me agota.**

¿Cuántos pacientes tienes en total?

**Tengo 6.**

Si, es más que suficiente como para olvidarse de ellos, cuando uno tiene 1 o 2 como que puedes pensar en ellos harto, pero con 6 como demasiado.

**Si, de hecho, dije "ya 6 no más porque me estaban ofreciendo más y yo dije no, yo con esto cumplo mis horas de práctica y no puedo más" tengo que dedicarme a estos seis pacientes que necesitan harta ayuda.**

No, yo nunca he tenido problemas con separarme de la gente así que no sé qué te podría decir porque me pasa todo lo contrario y yo soy así como super "no me interesas"

*-Se ríe la entrevistadora-*

Lo único que se me ocurre es como a lo mejor desde el hogar ritualista, ya que estamos hablando de eso recién, es como mandarles cariño y amor no más, si te acuerdas de ella, sino "pucha espero que tengan un buen día, espero que puedan crecer como personas" o pedir de repente no sé po "espero tener las herramientas necesarias para ayudarlo en el momento adecuado", pero siempre remarcar que ese no es el momento,

el momento es la sesión, como en tu cabeza como para generar como el hábito de que el momento es la sesión.

A parte igual estás haciendo la práctica y cuando uno tiene la práctica tiene que preparar los casos y como que uno habla mucho de esto, estas con supervisor constantemente que te pregunta estupideces que igual es como complejo dejarlos de lado, cuando uno ya trabaja más sola, es más fácil porque sales de ahí y es como "uh, me quiero comprar un café, quiero tomar un helado, voy a pasar a Ripley a mirar la ropa".

*-Se ríe la entrevistadora-*

Hay otras distracciones, no tienes que llegar a la casa para escribir el informe para el supervisor que te lo tiene que revisar mañana y más encima te va a retar porque no hiciste lo que te pidió.

**Si, de hecho, el tema de que tampoco tienes muchas herramientas porque en la universidad te pasan puro teórico, nada práctico, entonces...**

¿Enserio?

**Sí, nada como el p\*\*o, entonces llego a la práctica y tengo este caso y sé que necesito algo para este caso, entonces empezar a buscar cosas prácticas para poder trabajar con él porque solo con la teoría no me alcanza ¿cachai?**

Hmm cuatico, no, nosotros tuvimos harta práctica, de hecho, yo originalmente en los ramos clínicos me iba súper mal porque yo tengo cero empatía, así como espontánea, mi empatía es cognitiva, no espontánea, salvo que sean animalitos porque es terrible si les pasa algo, yo puedo ver gente muriendo y es como "hmm otro lunes más"

*-Se ríen ambas-*

No, no siento nada ¿cachai?, pero si yo me pongo digo "oye en realidad esta gente tiene familia que a lo mejor lo van a echar de menos" ahí rápidamente se activa como todo el sistema, entonces cuando recién empezamos yo hablé con una profesora y le dije "sabe que profe a mí me fue súper mal, hicimos un rol play, que es como de atención clínica, una entrevista ingreso y me saque un 2" y me saque un 2 porque estuve presente ¿cachai? No porque hice algo específico para sacarme un 2, el 2 era la nota mínima, entonces me dijo "pero Lisa que raro porque tú eres super expresiva, eres como... yo te escucho hablar y tu hablas cosas como bien centradas, hazlo conmigo" y me dijo Lisa tu no mueves tu cara, tú para hablar no mueves tu cara, tienes que mover tu cara, cuando una persona te dice, por ejemplo, que esto le pareció interesante tú dices "ah, interesante"

*-Se ríe la entrevistadora-*

O, por ejemplo, cuando alguien te dice algo y tu "hmm, ahh", entonces me mostró un montón de caras, me mandó como a practicarlas y durante esas semanas nos juntamos unas dos o tres veces y ella me decía "ya, muéstrame tu cara de sorpresa, ya, eso es una sorpresa demasiado grande para terapia, está bien esa sorpresa cuando te llega un regalo, pero en la terapia no puede ser tan extrema porque vas a apabullar o apagar la sorpresa del otro, tú tienes que ser un reflejo, no un amplificador"

Entonces como que lo trabajamos durante esa semana y la siguiente semana tenía más rol play, hacíamos rol play como dos o tres veces a la semana, era así como mortal.

### **Por qué yo no**

Y ahí como que lo hice de nuevo y fue como "ya, Lisa (apellido) un 7" y yo "bacán", pero en el fondo era por eso, yo soy super plana, soy súper plana, excepto cuando estoy como con gente que me cae muy bien y allí las emociones como que se descontrolan completamente y yo este volumen de voz, no es mi volumen real, este es mi volumen modulado así como para la terapia y para la gente normal, mi volumen de voz es altísimo y luego cuando me emociono mi volumen de voz es más alto que no hablo, yo vocífero ¿cachai? Eso, por ejemplo, es un problema de lenguaje. Cuando alguien te pregunta ¿hay problemas de lenguaje en el pasado? volumen de voz, tono de voz, ritmo, entonación los niños que hablan de repente como youtuber, así como "me puedes pasar ese periódico, por favor" ya esa wea no es normal ¿cachai?

*-Se ríe la entrevistadora-*

"Es que ve mucho YouTube", no importa, no es normal, eso me pasaba a mí hartito que no tenía mucho como expresión de la emoción, tengo expresión cuando me pasa a mí, pero no para el otro, no son recíprocas.

**Ya, si po, eso ha sido complicado de la práctica el tema de la práctica, de lo práctico y de hecho lo conversamos con mis compañeros y es como "weon de verdad como el p\*\*o la universidad, como no nos dan herramientas prácticas"**

Pero igual te va a ir bien si tampoco no es tan complejo, la gente es super.. perdona hartito la gente en las sesiones, perdonan caleta, yo me he mandado cagas así gigantes, le he cambiado el nombre a la gente, si y te perdonan igual si lo importante es ser sincero, como super sinceros así como muy "pucha sabes que" cuando uno pide disculpa, esto no es muy común, pero cuando uno pide disculpa lo ideal sería que uno se pusiera una posición vulnerable ¿cachai? como "oye sabes que en realidad, mira no fue mi intención, pero ese día me pasó tal y tal cosa y me dejé llevar por esto en vez de estar atento a ti y me equivoque en tal cosa, lo lamento espero que no se vuelva a repetir, voy a hacer lo posible para que no se vuelva a repetir, pero yo también te pido que si alguna vez hago algo que te moleste dímelo, no tengo problemas" y eso ponerse en una

situación vulnerable, somos 1 a 1 me podí retar cuando quieras dentro de la sesión, entonces eso la gente lo agradece caleta porque son pocas las instancias donde las personas tienen control sobre su vida de forma tan explícita.

*-Asiente la entrevistadora-*

Entonces, si, la gente te perdona "n" si de repente "oh, sorry llegué una hora tarde, perdóname" y la gente es como "si, no importa, yo pensé que le había pasado algo mijita" y yo así

**O sea, °casi me pasa algo así uy paso un auto super rápido por el lado mío y casi me atropella" -se ríe-**

No pu, porque eso ya es chantaje emocional ¿cachai? Tiene que ser real.

**-se ríe-**

Eso ya es chantaje emocional, la gente se da cuenta, la gente no es tonta, uno le dice la verdad nomas, tienes que decirle la verdad.

A mi me paso una vez que iba camino a atender y el auto chocó, el auto en el que yo iba se cayó por un barranco de 11 metros de caída libre, entonces claro, yo llame para avisar y la familia como que al principio estaba un poco enojada y yo les conversé y les dije "miren, saben que yo salí a tal hora de mi casa, pasó esto y esto otro, tuvimos este accidente, nos fuimos en ambulancia fue una situación súper nueva para mí y yo nunca había ido a un hospital, ustedes me conocen saben que yo soy super fifi" ¿cachai? Yo no tengo ni idea cómo funciona FONASA, ninguna cuestión "ustedes ya me conocen, me paso esto ahora y se me fue avisarles directamente, yo avisé en el centro, pero no pensé más allá" y la gente es como que ahí baja porque se dan cuenta de que es real, si yo les hubiese dicho "no, lo que pasa es que tuve un problema personal" es como "ya, qué problema personal es más importante que yo, o sea, tú y yo tenemos un compromiso"

Entonces por eso digo, es importante, uno se puede mandar muchos cagas, pero tiene que ser una disculpa sincera, vulnerable y sensata también porque no todo lo que te pasa ellos lo deberían saber.

**iWow!**

Hay algo más de la entrevista, porque yo sé que nos fuimos lejos.

**-Se ríe- Si, no la verdad es que estoy súper bien y gracias por hablarme tanto y por enseñar, siento que fue como un espacio de conocimiento muy grande.**

*-Se ríe-* Sí, pero ¿esto sirvió como para las entrevistas de tu tesis?

**-Se ríe- Si.**

O ¿salimos completamente de foco?

**No, si me sirve, si al final el tema era como... es que como tú no recibiste un diagnóstico en papel, el tema era como más conocer tu rol como psicóloga, el tema de, por ejemplo, las diferencias de género, el cómo se presentan en mujeres, cómo se presenta en hombres, el tema de la dificultad de diagnóstico, el tema del proceso de diagnóstico, ese tipo de cosas.**

Y ¿tienes suficiente información sobre eso?

**Sí, creo que sí, igual he trabajado con otros profesionales, he estado trabajando con una fundación que trabaja con mujeres autistas aquí en Santiago, se llama "Fundación En Primera Persona"**

Si los cacho.

**Y ellos me dieron algunas personas para entrevistas y de hecho hemos conversado hartito, entonces bien y de hecho la niña que te dije que tenía esta sospecha que le pase la lista, yo creo que se las voy a mandar a ellos, ya lo conversé con la directora de la fundación y todo, entonces me dijo "no, mándamela y listo"**

Claro, demás.

**Así que bien, bien, ¿no sé si tú me quieres contar algo más?**

Sí, yo sé que no es parte como de la forma de tu tesis, como el foco de tu tesis, pero, por ejemplo, también a lo que me he fijado hartito hasta ahora es que hay hombres que también les pasa lo mismo, hay hombres, son menos, son mucho menos, pero pueden enmascarar caleta.

El amigo que tengo que es TO del centro de donde yo trabajo, él por ejemplo, claro la parte sensorial igual que yo la tiene bien disfuncional, pero en el caso de él está súper regulada por pequeños movimientos, pequeñas formas de moverse, de caminar, la ropa que él ocupa, que generan como a nivel de estimulación necesaria para poder generarla la compensación de la regulación, pero a nivel de habilidades sociales ponte tú, él tiene malas habilidades sociales para la vida, yo encuentro que son habilidades sociales propias de un niño de 18 años, pero yo se muchas habilidades sociales, él no sabe nada de habilidades sociales, entonces, por ejemplo, en las parejas que he tenido a mí me sorprende, me sorprende el nivel de inmadurez que él demuestra porque, por ejemplo, super simple el otro día, vivimos cerca los dos y vivimos cerca de un bosque, entonces me dijo "oye, me podí traer maní o algo que ando cagao de hambre" y ellos venían de otro lado y me pasaban a buscar para ir a caminar un rato así como para sacarnos de la mente la pandemia y él andaba con su polola, yo le pase, tenía en la casa, le pase, se lo

empezó a comer, le ofreció a la polola y ella dijo que no, íbamos conversando, caminado y nos pusimos a hablar de a qué hora habíamos comido y yo le dije "tu sabes que yo para salir a caminar yo tomo once primero porque me da hambre, yo no aguanto y me pongo idiota" y la polola dijo "yo tampoco había comido desde el almuerzo", entonces mi amigo va y dice "se acabó" a él no le interesa ¿cachai? Y yo le dije "oye, pero como no le dejaste, por último, si yo te eche como 40 gramos de nueces, un poco más, más la almendra, más el maní ¿Cómo no fuiste capaz de dejarle algo a tu polola?" Y dijo "no, porque mis necesidades primero" él lo dice en broma, ya, pero yo no creo que teniendo en cuenta que yo conozco a la polola, la he visto dos veces antes, sea una broma apropiada para el contexto, si él y yo estamos solos super apropiado porque nos conocemos hace como 4 años, pero si estamos con la polola que no me conoce muy bien, yo no la conozco a ella y este estúpido va y dice esa cosa es como "oye, pero ten más cuidado" porque yo no se si esa es tu forma real de tratarla en lo privado y yo me puedo pasar muchos rollos ¿cachai?

Y él, por ejemplo, tiene dificultades con eso y con la pareja que tenía antes terminaron por eso y la peor parte es que yo atiendo al hijo que ellos tienen en común, lo atendí un par de veces, por cosas bien puntuales, haciendo caso omiso de la ética "ya, dale tráemelo porque confían en mí" y esta chica me dijo "para mí, el problema más grande" llamémoslo Pepito "del Pepito es que él me hacía pataletas más grandes que mi hijo"

*-Se ríe la entrevistadora-*

Tu cachai el nivel para que un adulto te diga "mi pareja me hacía pataletas" "pataletas" es súper fuerte, entonces yo de repente converso con él y le digo "tu cachai que las personas las podemos dividir entre aquellas que son servicios de ti mismo y servicio a otros" cuando tu le das esas respuestas de mierda la gente, tú le estás siendo una persona que piensa "yo, yo, yo" y a lo mejor tu pensai en el momento que está bien, pero cuando yo converso contigo tú me tendí el discurso de que "no, yo la gente, el prójimo, las personas, el universo, los animalitos, el veganismo" no hay conexión con lo que estás diciendo con lo que estás haciendo.

Entonces y esa cuestión no se da cachai porque solamente tengan malas habilidades sociales, sino que se da porque tú no te conoces lo suficiente y eso, por ejemplo, también es un clásico lo que te decía antes del autismo que no hay autoconocimiento, yo tengo caleta de autoconocimiento porque yo fui a terapia como 6 años cuando estaba chica y yo de ahí salí con buen autoconocimiento, buen autocontrol, pero tampoco era adecuado para mi edad, yo recién a los 30, hace 3 años atrás, alcancé a mis congéneres.

*-Se ríen ambas-*

Y aun así no tenemos nada en común con la gente de mi edad, tengo a mi mejor amigo que es del colegio, que nos conocemos desde chicos, él tiene un TDAH horrible que nadie lo soporta hasta el día de hoy, soy la única persona que lo soporta porque él corre y habla, habla, habla, corre se da una vuelta yo de repente estoy en su casa y le digo "me voy a hacer un café a tu cocina, quédate acá eso es descansar de ti" y es con mucho amor y cariño y lo puedo hacer porque nos conocemos hace 20 años.

*-Asiente la entrevistadora-*

Pero esa es la cuestión, entonces estas cosas son super sutiles, pero cuando tú estás afuera y nadie sabe...

**De hecho, yo siento que mi pololo es autista, o sea, si, yo siento, pero demasiado enmascarado, demasiado.**

Puede ser, yo en el caso de lo sé, de mi amigo, yo digo lo sé porque yo le conozco la vida, hemos conversado, he escuchado de sus propios papás cosas y es obvio y él también lo sabe y es súper asumido ¿cachai?

Yo una vez le dije "si lo necesitas para algo, yo te firmo el diagnostico" y el me dijo "ah si tu lo queri yo también te lo firmo, pero es una cuestión súper estudiada, así como muy... yo al principio decía "este loco ¿Qué onda? Como va a ser tan inmaduro, tiene tres años menos que yo, pero como va a ser tan inmaduro, tan imbécil, tan buen profesional, pero tan estúpido, raro"

*-Se ríe la entrevistadora-*

Y él también pensaba lo mismo de mi cachai, así como "loco ¿Cómo es posible que todos se quieran atender con ella y yo converso con ella y es un asco de persona?" porque claro, cuando estamos dentro de la sesión los dos estamos así *-silva-* perfil profesional, fuera de la sesión no existe eso.

**Si po, si igual son personas.**

No puede dejar el perfil profesional, si po.

**¿A qué edad tú te enteraste de que eras autista?**

Como a los 23, más o menos, pero era muy susceptible, yo creo que hasta los 27.

**Ah ya, pero igual no hace tanto, pero igual hace "harto" como 6 años.**

Lo que pasa es que yo siempre supe que había algo distinto en mi ¿cachai? Porque al final yo iba al psicólogo y no tenía ningún diagnóstico, yo tenía dificultades severas para hacer las tareas o para hacer cosas como académicas en el colegio, pero tenía promedio 7, pero el colegio a mí no me descontaban si no hacía una tarea y en la universidad si,

en la universidad tenía promedio 3, 2 o 4 pasaba así los ramos, pero en los trabajos tenía 7, era en las pruebas mi problema.

Entonces después de eso ....

### **Y ¿Qué era tu problema de las pruebas? ¿de hacerlas?**

Las selecciones múltiples, yo no puedo responder selección múltiple, no sé cómo se responde, no me hace sentido, salvo que tenga como la respuesta muy de memoria, no sé, eran ramos complejos, psicología social es compleja, sociología, antropología, no las entiendo, entonces era muy complejo y teníamos también un ramo que era el equivalente como de un magíster de filosofía que lo comprimieron en dos semestres que era como el ramo colador de la carrera y ahí, por ejemplo, iba a la oficina de mi ex psicólogo que me había visto en el colegio, él trabajaba en una universidad cercana y yo iba y él me leía los textos en voz alta y me ayudaba a hacer como el resumen y entender de qué se trataba y yo salía de ahí directo al quiz y después de eso materia estudiada, materia olvidada porque nunca lo entendí.

Además de eso justo tuve la suerte de que empezaron como con unas evaluaciones edumétricas que son evaluaciones donde la nota final no es la primera que obtienes, sino que una vez que tu trabajas nuevamente sobre lo tuyo y sigues avanzando y tienes hasta 3 oportunidades para entregar tus trabajos, tus pruebas incluso y puedes optar a subir tus notas con ciertos topes dependiendo cuántas veces se han revisado, entonces yo cuando me llegaba la prueba de vuelta yo decía fallaba en esto, esto y esto otro, a mi recién me había sentido lo que tenía que responder, antes de eso yo no sabía lo que el otro quería escuchar.

### **Ya, si po y ¿Cómo fue tu infancia, tu adolescencia? ¿Fue muy difícil la época escolar?**

Fue bizarra, para mí yo creo que lo difícil fue la adolescencia porque ahí era como que mucha la presión para adaptarse al mundo y yo no soy adaptable y no soy sugestionable, yo no soy manipulable a mí alguien me trata de mentir y para mí es como "hmm no tiene sentido, esto es extraño, lo decidiré otro día", entonces no me podía manipular porque yo lo dejo para después ¿cachai? me pasó trabajando en un ptf que me pusieron un machete en el cuello, estaba trabajando en los ptf más asquerosos de Valparaíso y mi reacción fue como "no sé qué se supone que uno debería hacer cuando te amenazan, así que vamos a aplicar el guión social que ya traía preparado: ihola! mi nombre es Lisa (apellido) vengo del ptf tanto tanto, vengo a hacer tal cosa y blablablá"

*-Se ríe la entrevistadora-*

Me han tratado de asaltar también, una vez me trataron de asaltar y como que me dijeron "pásame bla bla bla" y yo, así como "estoy atrasada, no gracias" y seguí caminando porque no tengo guión social para eso.

*-Se ríe la entrevistadora-*

Yo no sé cuándo se supone que me tengo que asustar, yo no sé cuando algo se supone que me tiene que gustar, entonces como extraño, entonces es como "hmm no sé, después lo averiguo estoy ocupada ahora, chao"

**¿Te hicieron bullying alguna vez en el colegio?**

No, yo le hacía bullying al resto.

**¿Enserio?**

Si, porque tenía compañeros que eran súper pesados con otros chicos, yo me fui en bus escolar hasta 4º año, y resulta que como no los dejaban tranquilos, yo los amenazaba a esa gente para que los dejaran de molestar y a mi me conocían justamente porque yo iba a conversar contigo super piola, me decí que sí perfecto, bacán "gracias por dejar de molestar a mi amigo o conocido", si no lo dejaban de molestar y yo ya no conversaba contigo, te tocaba el hombro y te pegaba.

*-Se ríe la entrevistadora-*

Y se acabó el problema y yo como tengo muy poca modulación como corporal, yo no mido sí te estoy pegando fuerte o despacio, yo jugando he sacado puertas, he roto paredes y atravesé una pared una vez jugando porque no tengo modulación.

**Y ¿Qué onda la fuerza para atravesar la pared?**

Cuando tú no tienes modulación a ti no se te ocurre que te puedes quebrar en el proceso, yo una vez descuadre una puerta porque me agache, me pare y le pegue con el codo, descuadre la puerta y me mate todo el nervio del brazo estuve como una semana con cabestrillo y tratamiento como seis meses porque no tienes noción de nada ¿cachai?

**Ya.**

Yo no tengo percepción adecuada, yo no cacho cuanto está mi cuerpo con relación al mundo.

*-Se ríe la entrevistadora-*

**Ya, me tienes que cortar asique si te parece, que es algo que le he ofrecido a todas las personas que han estado en las entrevistas si es que te parece te puedo mandar la tesis cuando esté lista y evaluada y todo.**

Ya, si sería súper cool, me parece.

**Ya, muchas gracias, muchas gracias por todo, de verdad muchas gracias.**

Que te vaya super bien, suerte con tu tesis, ¡suerte con tu práctica también iánimo!  
ánimo! vamos que puede.

**Chao cuídate mucho.**

**Carta Gantt**

Carta Gant 2do semestre	AÑO 2020																			
	Agosto				Septiembre				Octubre				Noviembre				Diciembre			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
<b>Actividades/Semana</b>																				
integración de comentarios ultima entrega.																				
revisión de pauta de la entrevista																				
contacto posibles participantes																				
aplicación entrevistas																				
transcripción de entrevistas																				
integración de discursos obtenidos de internet																				
revisión de resultados y análisis de los mismos																				
agregar resultados, discusión y conclusiones																				
agregar anexos al artículo																				
revisar bibliografía																				
integrar comentarios de entregas del semestre																				