

[ IDENTIFICAR TARDE ]

# Desafíos emocionales y de identidad de un diagnóstico en la adultez

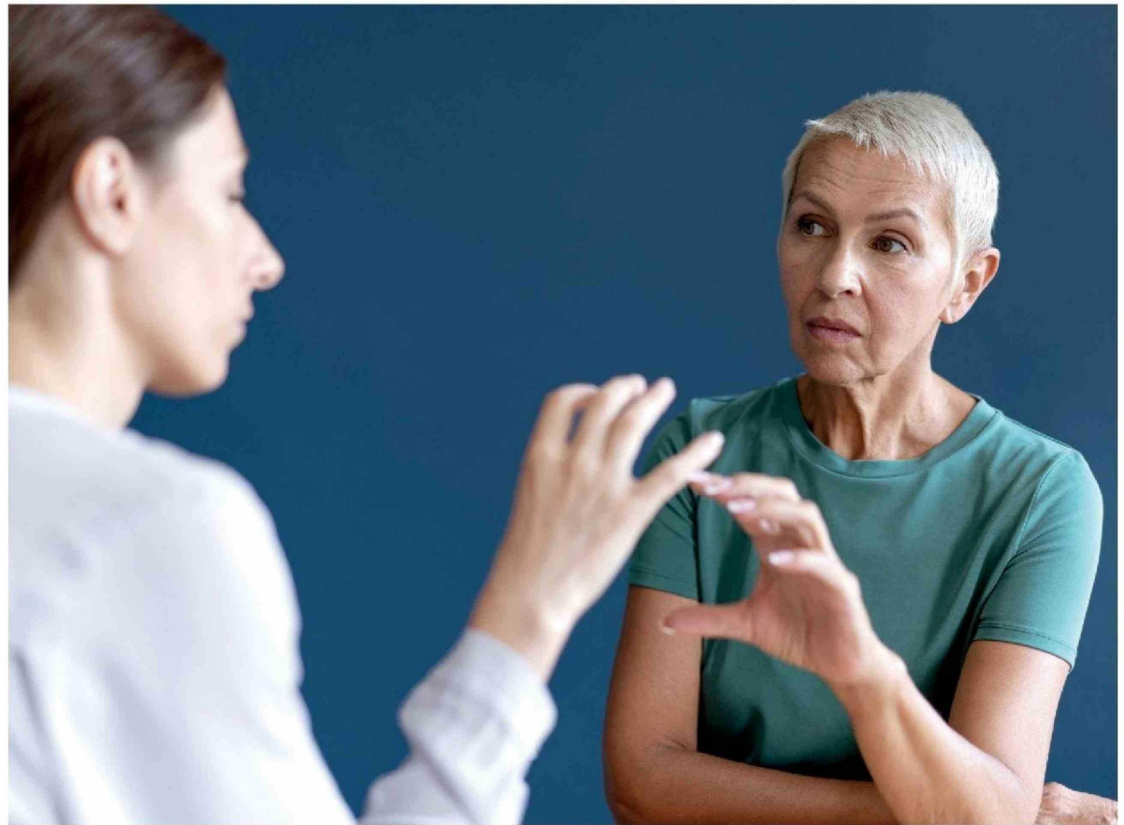
Llegar a un diagnóstico en la adultez permite enfrentar un proceso emocional complejo, en donde conviven el alivio y las dudas en torno a esta condición. Identificación tardía que abre interrogantes, pero que también ofrece una nueva forma de comprenderse con mayor claridad. **Por: Rodrigo M. Ancamil**

**Las primeras señales en personas autistas suelen identificarse en la infancia, por lo general en las primeras etapas de desarrollo.**

Esto permite iniciar con apoyos e intervenciones oportunas que marca una diferencia en su neurodesarrollo. Pero qué pasa cuando esto no es así, cuando el diagnóstico no llega oportunamente y se vive con la constante sensación de ser distintos sin saber por qué.

Muchas generaciones viven esta realidad, en especial aquellas en donde el neurodesarrollo no era una prioridad. A diario experimentan señales o características que pueden generar sospechas, pero que son difíciles de identificar. "A diferencia de la etapa de la infancia donde podemos ir revisando algunos hitos del desarrollo relevantes, en la etapa adulta es posible que la sospecha pueda surgir de un agotamiento o desgaste crónico o bien en dificultades relacionales. Estos puntos están asociados a una necesidad de predecir lo que suceda, provocando un malestar intenso ante cambios de planes o interrupción de rutinas establecidas", explica Gerardo Riffo, director de Psicología de la Universidad de las Américas.

A esto se suman posibles dificultades sensoriales, como molestias ante sonidos, texturas o luces específicas que a otras personas no le afectan al mismo nivel. A nivel de interacción, pueden presentarse dificultades



en la comunicación social, especialmente en la comprensión de dobles sentidos, sarcasmos o metáforas. Asimismo, es frecuente una tendencia a centrar el interés en temas muy específicos, a los que se le dedica gran atención y profundidad.

Cuando estas señales son escuchadas y tras la evaluación de profesionales se puede estar frente a un diagnóstico que puede aclarar las experiencias vividas hasta ese momento. Un momento revelador, pero que también puede estar acompañada de incertidumbres. "Dentro de los principales desafíos está el proceso de reconstrucción biográfica, esto ya que el diagnóstico en etapas adultas puede provocar

ajustes a nivel emocional, por un aspecto a personas les puede traer alivio y calma el tener claridad diagnóstica, pero otros pueden vivir un proceso de duelo, asociado a rabia e impotencia por lo tardío o diagnósticos previos erróneos", señala el profesional.

Riffo recomienda monitorear si existe alguna dificultad identitaria, esto ya que un diagnóstico en adultos puede provocar una crisis o cuestionamientos sobre uno mismo como ¿Qué parte de mí es real y que es parte de estrategias de adaptación? "Algunos también experimentan sensación de vacío o pérdida, ya que no saben cómo actuar o enfrentar la vida con este nuevo diagnóstico. Por otro lado, se comienza a reinterpretar procesos pasados como problemas sociales, dificultades laborales o de pareja, lo que ahora es asociado al diagnóstico", agrega.

En este proceso, el director de Psicología comenta que es esencial entender que el diagnóstico no es una etiqueta, sino un apoyo y orientación, "muchos profesionales intentamos verlo

## ■ DIFICULTADES EN EL DIAGNÓSTICO

Diagnosticar esta condición en adultos suele ser complejo. La mayoría de los especialistas están enfocados en la infancia y adolescencia, provocando una brecha en cantidad de profesionales centrados en la etapa adulta, diferencia que es más aguda en el sistema público.

El director de Psicología de la UDLA destaca que es clave considerar que la evaluación debe ser interdisciplinaria y profunda considerando un análisis psicológico, fonoaudiológico, psiquiátrico y desde terapia ocupacional, lo que eleva el costo de ello significativamente. "Existen algunos instrumentos que ayudan a la clarificación diagnóstica (ADOS-2, ADI-R etc.) y el costo de alguno de ellos oscila entre 80 mil y 200 mil pesos, lo que dificulta el acceso a gran parte de la población por su costo", añade.

Otro factor que dificulta este diagnóstico es la brecha de profesionales a lo largo del país, en donde la concentración de profesionales suele estar en la Región Metropolitana, mientras que en las zonas extremas y rurales acceder a este tipo de atenciones es de difícil acceso.

como una "brújula" que nos permite ayudar a la persona en la comprensión de sí mismo, su estilo de vida, características, necesidades y metas".

Esto permite realizar ajustes en el campo educativo y/o laboral,

ya que las leyes y normativas han impulsado procesos de inclusión y ajustes. Finalmente, es posible recibir un tratamiento focalizado en el cuadro, brindando un abordaje desde un enfoque basado en las neurodivergencias.

El masking o camuflaje consiste en imitar conductas neurotípicas, como forzar el contacto visual o seguir guiones sociales para encajar. Aunque puede facilitar la interacción, su uso sostenido se asocia a un mayor riesgo de agotamiento y problemas de salud mental, debido al alto esfuerzo que implica.