



# Desafíos de comportamiento

## ¿Qué clases de desafíos de comportamiento podría enfrentar con mi hijo?

Los niños con trastornos del espectro autista o TEA (ASD, por sus siglas en inglés) pueden tener dificultades para relacionarse y comunicarse con otras personas. Pueden intentar comunicarse a través de sus comportamientos.

Por ejemplo, los niños con TEA pueden tener dificultades para decir a sus padres que no desean realizar una actividad que ellos quieren que hagan. Es posible que tengan una rabieta que exprese su frustración en vez de decirlo con palabras.

Además, muchos niños con TEA son impulsivos (hacen cosas sin pensar). Podrían ser más o menos sensibles a su entorno, al tacto, al sonido o a otros sentidos. Es posible que no entiendan por qué otro niño quizás no quiera jugar exactamente como a ellos les gusta.

Los niños con TEA probablemente tengan además comportamientos repetitivos o deseen que las cosas sean siempre iguales. Esto puede provocar desafíos de comportamiento. Pueden alterarse mucho si se presenta un cambio en sus rutinas.

El comportamiento de cada niño es único. Aprender los principios del comportamiento puede ayudarlo a obtener más comportamientos del tipo que desea y menos comportamientos problemáticos.

## ¿Qué debo saber sobre el comportamiento?

Los principios básicos del comportamiento pueden ayudar a explicar la forma en que aprenden los niños a responder a lo que les pide que hagan. Las cosas que pasan en el entorno, tanto como las emociones, pueden provocar los comportamientos de los niños. La mayoría de los comportamientos ayudan al niño a interactuar con los demás. Otros comportamientos podrían impedir que un niño participe en el aprendizaje o en la interacción social.

Algunos comportamientos que podrían ocurrir son

- Comportamientos que son un tipo de *comunicación*, como hacer una rabieta para conseguir una galleta.
- Comportamientos que llaman la *atención*, como llorar hasta que el padre o la madre dejen de usar el teléfono.
- Comportamientos que *evitan* responder al pedido de un adulto, por ejemplo, tirarse al piso cuando se le pide que camine.
- Comportamientos que son *repetitivos* o *hábitos*, como morderse las uñas.
- Comportamientos que provienen de la *frustración*, es decir, de no poder hacer que alguien entienda lo que uno necesita.

- Comportamientos *autoestimulantes*, como agitar las manos cuando están emocionados, mecerse hacia adelante y hacia atrás cuando están aburridos o desconectarse demasiado de la estimulación. Estos comportamientos autoestimulantes, a los que a veces se denomina "stimming" en inglés, pueden ayudar a un niño con TEA a adaptarse a su entorno o a sobrellevar el estrés. No se deben desalentar estos comportamientos en un niño, salvo que sean peligrosos o interfieran con el aprendizaje.
- Comportamientos causados por otros problemas de salud mental, como tics o hiperactividad.
- Algunos problemas de comportamiento que son más comunes en los niños con TEA y pueden ser nocivos. Entre ellos se incluyen las autolesiones, comer cosas que no son alimentos (pica), untar las heces, salir corriendo y deambular.

Algunos problemas de comportamiento pueden tratarse con medicamentos. (Pregúntele al médico de su hijo sobre el folleto "Los medicamentos y su hijo"). Sin embargo, es importante comprender primero si hay un motivo para el comportamiento problemático.

Los tratamientos funcionan mejor si también se tratan los motivos que provocan el comportamiento.

Algunos comportamientos comienzan por un motivo y siguen sucediendo porque ayudan al niño a obtener lo que quiere.

Por ejemplo, un niño que se golpea la cabeza por primera vez debido a un dolor de oídos podría seguir golpeándose la cabeza durante una rabieta si hacerlo lo ayudó a llamar la atención anteriormente.

Hable con su pediatra, un especialista en comportamiento de la escuela o un psicólogo si su hijo tiene comportamientos desafiantes que son problemáticos para usted y su familia. Los motivos por los que ocurren los comportamientos son distintos para cada niño.

## ¿Qué puedo hacer para cambiar el comportamiento?

Usted puede aumentar los comportamientos que desea y limitar los comportamientos problemáticos tomando medidas coherentes. Esto significa tratar de tener siempre la misma respuesta cuando ocurren los comportamientos.

### 1. Recompense los comportamientos que quiere que ocurran más seguido.

Puede aumentar los comportamientos que desea de su hijo con elogios o recompensas cuando ocurre el comportamiento. La parte más importante de cualquier plan de comportamiento es enseñarle al niño a comportarse como usted desea. Por ejemplo, la mayoría de los niños aprende el idioma recibiendo una recompensa, como un elogio, por decir una palabra u oración. Podría pasar un tiempo hasta que el comportamiento de su hijo cambie, porque deberá enseñarle qué comportamientos son los deseados.



## ¿Qué puedo hacer para cambiar el comportamiento? (continuación)

Las recompensas son diferentes, dependiendo del niño. Las sonrisas, los elogios y la obtención de privilegios son todos ejemplos de recompensas. El tipo de recompensa y la frecuencia con la que se otorga dependen de la edad del niño y de su nivel de desarrollo. En el caso de los niños pequeños, la recompensa debe ocurrir inmediatamente después de la conducta (una calcomanía, chocar los cinco, elogiarlos). En cuanto a los niños más grandes que tienen noción del tiempo, se puede usar una tabla de estrellas o calcomanías.

Asegúrese de que la recompensa se entregue en un plazo que tenga sentido para el niño. Por ejemplo, un niño en edad preescolar puede trabajar para ganarse una recompensa al final del día, mientras que un niño en edad escolar o un adolescente pueden trabajar para obtener una recompensa semanal. Una recompensa no es lo mismo que un soborno.

### 2. Haga que su hijo se gane privilegios por comportamientos deseados y quítele privilegios por comportamientos no deseados.

El refuerzo ayuda a enseñar nuevos comportamientos. También hay maneras de disminuir los comportamientos que no desea que su hijo tenga. Una de ellas es hacer que su hijo se gane privilegios por hacer sus actividades favoritas con comportamientos deseados. Cuando exhiba comportamientos no deseados, puede retirarles esos privilegios.

El tiempo fuera es un ejemplo de cómo apartar a un niño de las actividades como respuesta a los comportamientos no deseados. El tiempo fuera solo funcionará si el resto del tiempo es positivo. Enseñarle a su hijo los comportamientos que usted desea lo ayudará a saber qué comportamientos usted no desea que tenga. En ocasiones, los niños tienen rabietas porque los comportamientos que usted desea les resultan estresantes, por lo que el tiempo fuera puede ser un alivio. Si esto ocurriera, es importante averiguar qué le resulta estresante al niño sobre la actividad. Por ejemplo, si un niño molesta porque no puede aprender del modo en que le están enseñando, es importante cambiar la estrategia de enseñanza.

El tiempo fuera para los niños más pequeños debe implementarse apenas ocurra el comportamiento problemático. Solo unos minutos deberían ser suficientes. Ningún niño necesita más de 5 minutos.

Si coloca a un niño en tiempo fuera, asegúrese de que se encuentre en condiciones de seguridad. Dígale a su hijo por qué está en tiempo fuera, pero no le hable ni le preste atención mientras permanezca en tiempo fuera. Apenas finalice el tiempo fuera, dé a su hijo una tarea que pueda hacer bien. El niño necesita aprender cómo desea usted que se comporte.

### 3. Implemente consecuencias para los comportamientos no deseados.

En ocasiones, las consecuencias son necesarias para los comportamientos desafiantes. Lo que cuenta como consecuencia es diferente según cada niño. Las consecuencias podrían ser quedarse en la escuela después de clase o limpiar un lío que hizo durante una rabietas. No dé nalgadas a su hijo. Dar nalgadas a un niño, o someterlo a cualquier otro castigo físico, puede enseñarle a ser violento cuando se enoja. La American Academy of Pediatrics desaconseja las nalgadas.

## ¿Cómo puedo comprender mejor los problemas de comportamiento?

Piense sobre el comportamiento de su hijo utilizando el método ABC.

**A = Antecedent (antecedente)**, o qué sucedió antes del comportamiento de su hijo.

**B = Behavior (comportamiento)**, o qué hizo su hijo.

**C = Consequence (consecuencia)**, o qué sucedió después del comportamiento de su hijo.

Esto puede ayudarlo a pensar por qué ocurrió el comportamiento, de modo de poder detenerlo en el futuro. El objetivo es evitar las situaciones que pueden causar comportamientos problemáticos y reforzar los comportamientos deseados para que ocurran con mayor frecuencia. Puede hacer una tabla para llevar un registro del comportamiento de su hijo y comprender lo que está sucediendo. Podría ser parecida a esta.

Fecha y hora del comportamiento	Antecedente	Comportamiento	Consecuencia
Lunes 8:00 - 8:15 a.m.	Le dije que apagara el televisor	"No" y una rabietas	Apagué el televisor y lo llevé hasta el autobús escolar cuando acabó la rabietas.

Las escuelas también pueden ayudarlo a comprender los comportamientos. Puede pedir en la escuela de su hijo una evaluación del comportamiento funcional (FBA, por sus siglas en inglés), una prueba especial en la que un especialista en comportamiento observa al niño en la escuela o en casa para entender los fundamentos del comportamiento. Luego, el especialista puede usar esta información para hacer un plan de intervención de comportamiento. Este plan muestra los comportamientos deseados, los comportamientos que deben cambiar y qué debe hacerse cuando ocurre un comportamiento. Los mejores planes son positivos e incluyen recompensas para fomentar los comportamientos deseados.

Muchas familias se benefician al hablar con un profesional de la salud del comportamiento para comprender el comportamiento de sus hijos y elaborar un plan de ayuda. Puede pedir al médico de su hijo o al psicólogo de la escuela una referencia a un especialista que pueda ayudarlos a usted y a su familia a aprender a trabajar en los comportamientos de su hijo.

El manejo de los comportamientos es difícil y requiere que usted sea tanto constante como flexible. Los comportamientos de su hijo y sus expectativas cambiarán a medida que el niño crezca. El plan que utilice puede cambiar con el paso del tiempo, pero las ideas serán las mismas.



## Recursos

American Academy of Pediatrics HealthyChildren.org:

[www.HealthyChildren.org](http://www.HealthyChildren.org)

American Institutes for Research "AIR Assessment":

[www.air.org/page/air-assessment](http://www.air.org/page/air-assessment)

Harris SL, Weiss MJ. *Right From the Start: Behavioral Intervention for Young Children With Autism*. 2nd ed. Bethesda, MD: Woodbine House Inc; 2007

Myles BS, Southwick J. *Asperger Syndrome and Difficult Moments: Practical Solutions for Tantrums, Rage, and Meltdowns*. 2nd rev ed. Shawnee Mission, KS: Autism Asperger Publishing Co; 2005

Phelan TW. *1-2-3 Magic: Effective Discipline for Children 2-12*. 4th ed. Glen Ellyn, IL: ParentMagic Inc; 2010

National Institute of Mental Health, National Institutes of Health, US Department of Health and Human Services. *Autism: Causes, Symptoms, Signs, Diagnosis and Treatments—Everything You Need to Know About Autism*. Smith S, ed. Rev ed. Lubbock, TX: SMGC Publishing LLC; 2012

Ozonoff S, Dawson G, McPartland J. *A Parent's Guide to Asperger Syndrome and High Functioning Autism: How to Meet the Challenges and Help Your Child Thrive*. 2nd ed. New York, NY: Guilford Press; 2014

La información incluida en este recurso no debería reemplazar la atención médica ni el consejo de su pediatra. Puede que haya variaciones en el tratamiento que le recomiende su pediatra basándose en los hechos y circunstancias individuales. Recurso original incluido como parte de *Caring for Children With Autism Spectrum Disorder: A Practical Resource Toolkit for Clinicians*, 3rd Edition.

La inclusión en este recurso no implica el respaldo de la American Academy of Pediatrics (AAP). La AAP no es responsable del contenido de los recursos mencionados en este material. Las direcciones de los sitios web se encuentran lo más actualizadas posible, pero pueden cambiar en cualquier momento.

La American Academy of Pediatrics (AAP) no revisa ni respalda ninguna modificación realizada en este recurso y en ningún caso será responsable de dichos cambios.

Translation of *Behavior Challenges*

© 2020 American Academy of Pediatrics. Todos los derechos reservados.

American Academy of Pediatrics

DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN®

