



Cofinançat per
la Unió Europea



CITIZENS
IN POWER



European
Development



MoMs

MOTHER MATTERS

El dret de les dones amb discapacitat a la maternitat

Projecte Erasmus Plus número 2023-1-IT02-KA220-ADU-000153664

PÍNDOLES INFORMATIVES

Les píndoles informatives ofereixen explicacions breus sobre discapacitat, accessibilitat sanitària i maternitat de dones amb discapacitat. Utilitzen el microaprenentatge, que divideix el contingut en unitats curtes centrades en un sol tema.

- COM... -

...donar la benvinguda a persones autistes

Les dones autistes aparentment tenen menys dificultats socials que els homes i nens autistes, però això pot ser perquè tenen més tendència a "camuflar" els trets autistes (tot i que aquest esforç constant pot generar molta ansietat i esgotament).

Els metges i altres professionals de la salut sovint no tenen prou coneixement sobre com pot manifestar-se l'autisme de manera diferent en dones i nenes. Això pot portar a diagnòstics equivocats de trastorns de salut mental, o que es passin per alt els trets autistes perquè queden amagats darrere dels símptomes d'altres condicions que poden aparèixer alhora.

Moltes persones autistes tenen diferències sensorials, és a dir, poden experimentar una hipersensibilitat o una hiposensibilitat als estímuls sensorials (per exemple, la llum o el so).



momsproject.eu



Mother Matters



[moms.mothermatters](https://www.instagram.com/moms.mothermatters)



[MoMs_MotherMatters](https://www.youtube.com/MoMs_MotherMatters)

Finançat per la Unió Europea. Tanmateix, les opinions i punts de vista expressats són exclusivament dels autors i no reflecteixen necessàriament els de la Unió Europea ni els de l'Agència Executiva Europea d'Educació i Cultura (EACEA). Ni la Unió Europea ni l'EACEA en poden ser considerades responsables.



Això pot ser una cosa positiva, però també pot causar malestar o incomoditat. Alguns exemples de situacions que poden provocar una **sobrecàrrega sensorial** són:

- Entorns massa calents o freds;
- necessitat de més temps per processar la informació;
- ansietat davant de canvis inesperats;
- trobar dolorosos o molt molestos els sorolls, les olors o les llums intenses;
- sentir-se sobrepassades i viure un episodi d'explosió emocional o bloqueig.

Cal tenir en compte que les **sobrecàrregues sensorials poden dificultar la comunicació** de les persones autistes. Com a professional, és important avisar abans si es té la intenció de tocar la persona, explicar que s'està fent i per què. Això pot reduir o prevenir l'ansietat i generar una sensació de previsibilitat.

Pel que fa a la comunicació, és essencial utilitzar un llenguatge clar (evitant els subtextos), expressar-se tant de manera verbal com escrita i, si cal, utilitzar suports vitals. La **comunicació ha de ser sempre personalitzada** segons la persona i les seves necessitats. També cal tenir present que la persona autista pot tenir dificultats per identificar o expressar amb precisió el dolor que sent (interocepció), i pot ser útil preguntar-li si necessita el suport o l'acompanyament d'una persona cuidadora durant la visita.

Relacionat amb això, la **manera com es fan els diagnòstics** en l'àmbit sanitari sovint té un impacte negatiu en la qualitat i l'esperança de vida de les persones autistes. Això passa perquè els símptomes que manifesten es desestimen sovint com a propis de l'autisme, sense identificar-ne la causa real. S'ha calculat que, per aquest motiu, les persones neurodivergents viuen de mitjana 16 anys menys que les neurotípiques.

En aquest context, la **figura del mediador/a neurocultural** pot facilitar la interacció entre persones amb maneres de comunicar-se diferents, desenvolupant estratègies col·laboratives i creant un entorn accessible.

Finalment, com a professionals de la salut i l'educació, és essencial conèixer els conceptes d'**autoregulació sensorial**, **crisi emocional** i **bloqueig**, perquè són fonamentals per entendre com funcionen les persones neurodivergents. Des del coneixement i la comprensió es pot arribar a una acceptació i inclusió reals.

