

“Beneficios de la terapia acuática en los trastornos del espectro autista”

Los trastornos del espectro autista (TEA) son un grupo de trastornos del desarrollo de origen genético. El entorno modula estas manifestaciones, pero no es el que lo provoca. Actualmente el diagnóstico incluye afecciones tales como el Trastorno Autista, el Síndrome de Asperger y el Trastorno General del Desarrollo no específico (TGD).



Foto cedida por la autora.

CARACTERÍSTICAS PRINCIPALES

LAS MANIFESTACIONES CLÍNICAS DE LOS TEA PUEDEN VARIAR ENTRE LAS PERSONAS QUE LAS PRESENTAN

Las **manifestaciones clínicas** de los TEA pueden variar entre las personas que los presentan. Los síntomas cambian a lo largo del desarrollo. Las manifestaciones que vemos en los niños/as se van modificando según se van haciendo mayores. No obstante, todas las personas con TEA comparten las diferentes características que definen este tipo de trastornos.

Sus **habilidades intelectuales** pueden ir desde la discapacidad intelectual a capacidades intelectuales medias o superiores al mismo.

En general sus **habilidades de interacción** con los demás son muy distintas de las habituales. En algunos

casos pueden presentar aislamiento social, o no manifestar mucho interés por relacionarse con los demás. Sin embargo, en otras ocasiones pueden intentarlo de una forma extraña, sin saber muy bien cómo hacerlo o sin llegar a tener en cuenta las reacciones de la otra persona.

Presentan alteraciones de las **habilidades de comunicación verbal y no verbal**, que pueden variar desde la ausencia de lenguaje hasta las personas que tienen habilidades lingüísticas fluidas, que a su vez no saben utilizarlas para mantener una comunicación recíproca funcional.

Además, tienen un **repertorio limitado de intereses y de conductas**. Pueden presentar los mismos **comportamientos de forma repetitiva** y tener **problemas para afrontar cambios** en sus **actividades** y en

su **entorno**. También **sus capacidades para imaginar y entender las emociones** de los demás son **limitadas**, lo que les complica desenvolverse de forma adecuada en el entorno social, ya que en muchas ocasiones no son capaces de empatizar con los demás e interpretar aquello que les rodea.

Finalmente pueden aparecer otros tipos de dificultades como hipersensibilidad sensorial (sensibilidad a la luz, el ruido, las texturas de la ropa o la temperatura), trastornos del sueño, problemas de digestión e irritabilidad.

BENEFICIOS DE LA TERAPIA ACUÁTICA

La actividad acuática terapéutica busca potenciar el movimiento, las adaptaciones al medio, la variabilidad de ajustes posturales, las experiencias y la búsqueda de soluciones a los problemas que le plantee el medio. Entre los principales beneficios se pueden encontrar:

- El **aprendizaje psicomotor** promueve las actividades activas y el manejo en este entorno novedoso, facilitando la resolución de problemas. Gracias a las propiedades que proporciona el agua, permite realizar movimientos que fuera de la piscina resultan más difíciles de llevar a cabo, ya sea por miedo a sufrir caídas, a perder el equilibrio o por limitaciones físicas. La reducción de la velocidad del movimiento en el agua debido a su densidad facilita la realización de actividades lúdicas que fuera del agua resultarían complicadas.

- Ayuda a **facilitar la integración sensorial** gracias a las sensaciones propioceptivas, vestibulares y cinestésicas que les obligan a una adaptación y reajuste continuo en un medio que antes no conocían y que es diferente al que están acostumbrados. Los estímulos

son imprescindibles para poder aprender de esa información sensorial.

- **Disminuye el estrés y la ansiedad** mediante la relajación que se consigue con los movimientos y la temperatura del agua. De esta forma también se puede actuar sobre la vertiente más **conductual**.

- **Mejora las habilidades sociales** gracias a la interacción en las sesiones grupales con otros niños mejoran la comunicación y aprenden a organizarse, compartir, respetar los turnos de juego, etc.

Además, consigue mejora su bienestar físico y emocional, proporciona seguridad en los compañeros/as y en él mismo/a, mejorando así la autoestima y favoreciendo el trabajo con su entorno familiar. Las actividades grupales permiten trabajar aspectos como la cooperación y ayuda a los demás, ofreciendo una herramienta para que focalicen su **atención** durante un período de tiempo sin que les resulte tan complicado.

Por todo ello, con la planificación adecuada de objetivos esta actividad puede suponer un complemento al proceso terapéutico, favoreciendo desde el desarrollo psicomotor hasta un plano más cognitivo, conductual y social.



Foto cedida por la autora.

ESTA ACTIVIDAD PUEDE SUPONER UN COMPLEMENTO AL TERAPÉUTICO

BIBLIOGRAFÍA

WEBS

- National Institute of Mental Health.
- Confederación de Autismo de España.
www.autismo.org.es
- Red Española de Terapia Acuática
www.retacua.es

LIBROS

- **Neurorrehabilitación. Métodos específicos de valoración y tratamiento.** Cano de la Cuerda R, Collado Vázquez S. Ed. Panamericana, 2012.

ARTÍCULOS

- Álvaro Hidalgo. **Actividad acuática para niños con Trastorno del Espectro del Autismo.** E-fisio-pediatric.
- Mieres AC, Kirby RS, Armstrong KH, Murphy TK, Grossman L. **Autism spectrum disorder: an emerging opportunity for physical therapy.** *Pediatr Phys Ther.* 2012 Spring; 24(1): 31-7.
- Mortimer R, Privopoulus M, Kumar S. **The effectiveness of hydrotherapy in the treatment of social and behavioral aspects of children with autism spectrum disorders: a systematic review.** *J Multidiscip Healthc.* 2014; 7: 93-104. Published online 2014 Feb 3. doi: 10.2147/JMDH.S55345.