

# Hablemos de... envejecimiento y TEA

**E**nvejecer forma parte de la vida, pero la etapa de envejecimiento de las personas con Trastorno del Espectro del Autismo (en adelante TEA) es una realidad en la que las personas con TEA, sus familiares y los profesionales deben afrontar nuevos retos.

Se desconoce, en gran medida, el proceso de envejecimiento de las personas con TEA y, por eso, hay mucha incertidumbre de la que surgen numerosas dudas al respecto, como: ¿Cuándo empieza la etapa de envejecimiento? ¿Cómo voy a envejecer? ¿Qué cambios pueden estar asociados al envejecimiento? ¿Qué pasará cuando yo ya no esté?

## El envejecimiento

Envejecimiento es **aquella etapa vital en la que la biología y el tiempo se suman en cada persona de manera particular y peculiar** expresando aquello que queremos ser y cómo elegimos serlo.

Envejecer no tiene por qué ser negativo, es un período en el que la experiencia vital se revive para afrontar los acontecimientos que sobrevienen por el paso de los años.

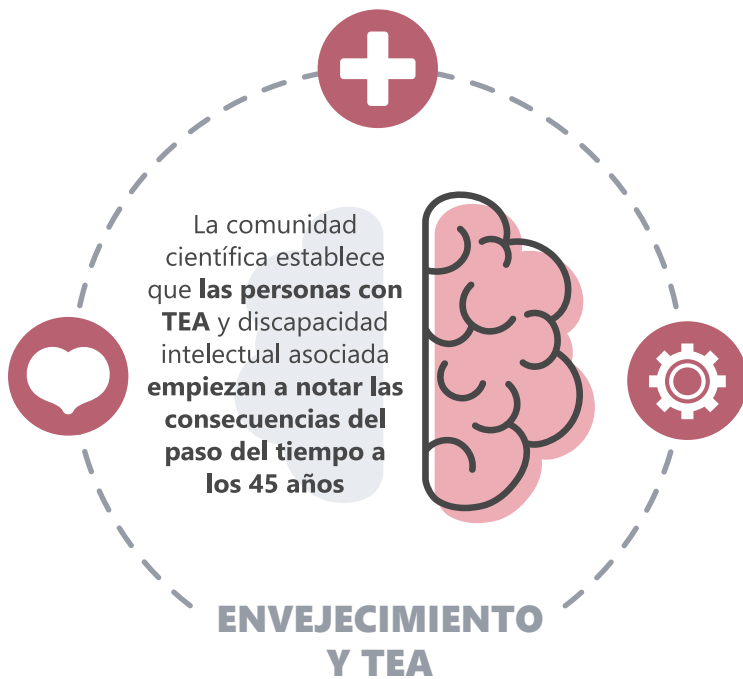
Cuando nos planteamos qué es el envejecimiento en personas con TEA nos abruma una serie de incertidumbres con las que debemos afrontar nuestro trabajo, partiendo de la escasa documentación al respecto y la escasez de recursos con los que contamos para afrontar dicha etapa vital desde las organizaciones, con una preocupación máxima de qué será de nuestros usuarios al cumplir los 65 años... Pero antes, ya nos estamos encontrando con casos de deterioro psico físico prematuro en personas con TEA, con edades que rondan los 45 años, con patologías asociadas como epilepsia y discapacidad intelectual asociada (marcadores predictivos negativos a la hora de afrontar el proceso de envejecimiento de personas con TEA).

## ¿Qué dice la OMS?



Según la OMS, desde un punto de vista biológico, el envejecimiento es la **consecuencia de la acumulación de una gran variedad de daños moleculares y celulares** a lo largo del tiempo, lo que lleva a un descenso gradual de las capacidades físicas y mentales, un aumento del riesgo de enfermedad, y finalmente a la muerte.

# ¿Cuándo comenzamos a envejecer?



En cuanto a edades se refiere, solemos encontrar bastante controversia, marcando los 16 años como la edad en la que podemos empezar a trabajar, los 18 como la mayoría de edad y, la que nos interesa, los 65 como la edad en la que entramos en la tercera edad (término poco apropiado y en desuso).

Es bien sabido que la edad es la que marca el tiempo (los años), pero el tiempo no pasa igual para todas las personas y, aquí, las personas con TEA no se mantienen al margen. Es controvertido hablar de cuándo comenzamos a envejecer, pero, **desde que nacemos comenzamos a envejecer y ese envejecimiento será tan particular como lo sea la vida que vivamos.**

Es por eso que la comunidad científica establece que las personas con TEA y discapacidad intelectual asociada tacha esos 65 años y marca *impasse* en los 45 años, edad en la que los datos nos indican que las personas con TEA empiezan a notar las consecuencias del paso del tiempo. Aunque estamos convencidos que esa edad se verá rectificada en personas con TEA que, además, presenten crisis epilépticas, pues los efectos negativos cognoscitivos son bien sabidos y evidenciados en las personas que los sufren.

## Tipos de envejecimiento

### SALUDABLE/EXITOSO

Es aquel envejecimiento que todos querríamos tener, en el que la clave es la **ausencia de enfermedad** y la expresión de los años como una etapa más. Es la salud en su máxima expresión.

### FISIOLÓGICO

Envejecer con las **consecuencias propias del paso del tiempo**, con enlentecimiento/disfuncionamiento de los sistemas propios del cuerpo humano, pero con ausencia de enfermedades.

### PATOLÓGICO

Envejecer con **patologías asociadas**.

### ACTIVO

Es el envejecimiento en el cual nosotros tomamos el protagonismo y **luchamos por prevenir esas alteraciones propias de la edad**. "Elegimos" como queremos envejecer manteniendo una vida activa y saludable.

### PREMATURO

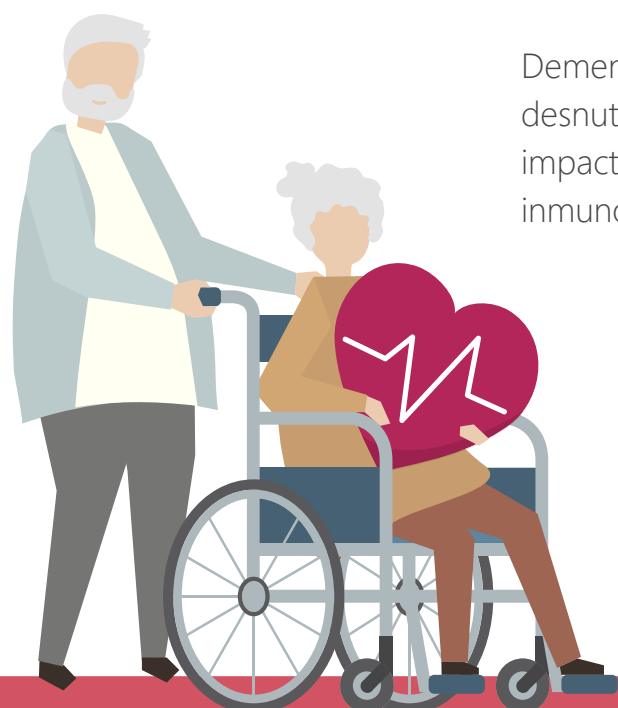
Es el envejecimiento que **sucede "antes de los esperado por edad cronológica"**. Este es el mayor problema con lo que nos encontramos en las personas dependientes y, entre ellas, con las personas con TEA.

# Grandes síntomas geriátricos

Los grandes síndromes geriátricos, también conocidos como **los 4 gigantes de la Geriatría**, incluyen: inmovilidad, inestabilidad-caídas, incontinencia urinaria y deterioro cognitivo.

Pero podemos detallar una lista más amplia con la que centrar la atención e intervención en personas adultas con TEA en proceso de envejecimiento:

## **Inmovilidad / Inestabilidad y caídas / Incontinencia urinaria y fecal**



Demencia y síndrome confusional agudo, infecciones, desnutrición, alteraciones en vista y oído, estreñimiento, impactación fecal, depresión/insomnio, yatrogenia, inmunodeficiencias, impotencia o alteraciones sexuales...

## **APOSTANDO POR MODELOS RESIDENCIALES CENTRADOS EN LA PERSONA**

**T**ras la situación sufrida por la pandemia de la COVID-19, especialmente, en los centros residenciales para personas mayores, las administraciones públicas han comenzado a elaborar diferentes propuestas para abordar un cambio de paradigma en los modelos residenciales para personas dependientes. Estas propuestas parecen apuntar a un modelo centrado en la persona alejándose de aquellos más rígidos e inflexibles.

**Una parte importante del colectivo de personas con TEA** —algunas de ellas con grandes necesidades de apoyo y cuyos padres o cuidadores principales tienen edades muy avanzadas— **requieren vivir en un servicio residencial o unidad de convivencia específica con atención 24/7**. Por ello, las organizaciones de personas con TEA ya tienen trayectoria en la defensa y aplicación de este paradigma en sus servicios residenciales y unidades de convivencia.

Según estas personas se hacen mayores, cobra, si cabe, mayor importancia aspectos tan relevantes como ajustar los apoyos y servicios a las necesidades de cada etapa vital, mantener a la persona con TEA en su lugar de convivencia con personas conocidas y de referencia, facilitar un ambiente familiar, cálido, estructurado y ajustado a las expectativas individuales y fomentar el desarrollo del proyecto vital de cada persona.

Sin embargo, tenemos por delante un importante reto, dado el aumento de prevalencia de personas con TEA, el aumento de la esperanza de vida y la aparición de signos tempranos de envejecimiento en algunas personas con TEA. En este sentido, se vuelve primordial adelantarse y ofrecer servicios y apoyos basados en modelos centrados en la persona ajustados a las necesidades presentes, pero también a las futuras.

# Hablemos de... envejecimiento y TEA

Este material ha sido elaborado por:

· **Juan Carlos Rueda Rubio.**

Terapeuta ocupacional del centro de día y residencia de APNA

· **Ahinara Burén Pavón.**

Psicóloga y coordinadora de la residencia de la asociación Nuevo Horizonte.

*Comisión Técnica de Vida Adulta, Empleo y Envejecimiento de Autismo Madrid*

c/ Costa Verde, 1  
28029-Madrid  
Tlf.: (+34) 91 013 30 95  
info@autismomadrid.es  
www.autismomadrid.es

 @Autismo\_Madrid

 @autismomadrid

 @autismomadrid

