

MANIFIESTO POR LAS MUJERES AUTISTAS

BARRERAS Y BUENAS PRÁCTICAS

Durante décadas, el autismo tuvo rostro masculino.

Paralelamente, miles de niñas, adolescentes y mujeres observábamos en silencio. Aprendíamos a imitar patrones, a copiar gestos y a ensayar sonrisas frente a un espejo que nos devolvía una imagen cada vez más desgastada y una personalidad que se desdibujaba y se maltrataba. Aprendíamos a sobrevivir en un mundo que no nos pertenecía.

A medida que muchos varones conseguían su ansiado diagnóstico, otras tantas de nosotras éramos llamadas raras, intensas, exageradas o conflictivas. Pero no lo éramos, no lo somos: estábamos desbordadas, al límite y solas.

Este diagnóstico tardío no es un accidente. Es el resultado de un sistema lleno de barreras que nunca nos miró. Es consecuencia de que en las aulas nuestra soledad se considerase falta de interés. Es consecuencia de una ciencia que tomó como norma un único perfil y de una educación que confundió adaptación con bienestar.

El camuflaje tiene un precio. Ese precio nos hizo más vulnerables y así lo confirman las estadísticas: somos más propensas al bullying, al acoso, al abuso sexual y al maltrato. Esto no va de ser frágiles, sino de una sociedad que explota aquello que percibe como diferente.

Sin embargo, cuando se habla de violencia, jamás se incluye la variable del autismo femenino. Esto nos vuelve a invisibilizar y se convierte en otra barrera más.

Ir al médico se transforma en una odisea que ni el mayor de los héroes querría vivir. Nuestras dificultades son invisibilizadas una y otra vez. No somos autistas; solo tenemos ansiedad, depresión, TLP, TCA, TOC, quizá estrés... y a veces, simplemente, somos Tauro. Si tenemos suerte, se tratan los efectos, las comorbilidades, pero nunca la raíz.

Demasiado funcionales para recibir apoyo y demasiado agotadas para sostener una expectativa. Si trabajamos, no necesitamos ayuda; y si no trabajamos, no parecemos lo suficientemente discapacitadas. Se nos ponen barreras administrativas y jurídicas para poder ejercer nuestros derechos, negándonos muchas veces las explicaciones necesarias para acceder a recursos, o redactando los documentos en un lenguaje científico-jurídico que solo conocen quienes lo han estudiado. Quienes no lo conocemos solo podemos intentar descifrar qué dice ese papel y temer no cumplir correctamente, porque el lenguaje es confuso, inaccesible y cargado de tecnicismos.

A las mujeres con discapacidad intelectual se les niega la autonomía por parte de las instituciones y, muchas veces, también por parte de sus familias. Se decide por ellas; se duda de su capacidad para consentir, para elegir, para vivir. Y se las infantiliza.

Desgraciadamente, se aprende muy pronto que decidir no siempre está permitido.

Muchas escuelas carecen de profesionales especializados —pedagogía terapéutica, audición y lenguaje, terapia ocupacional, auxiliares— y, cuando existen, rara vez cuentan con formación específica en niñas autistas o con discapacidad intelectual.

Y a las que no tenemos discapacidad intelectual se nos niega la credibilidad. Como si el autismo tuviese una estética concreta, como si nuestra mera existencia necesitara validación externa.

Somos niñas, adolescentes y mujeres que crecieron aprendiendo que eran algo distinto, pero sin palabras para nombrarlo. Que se adaptaron tanto que dejaron de reconocerse. Mujeres que, al recibir un diagnóstico tardío, tuvieron que reescribir toda su biografía. Porque un diagnóstico no es solo un papel: es un duelo, es una infancia sin apoyo, es una adolescencia sin comprensión y oportunidades perdidas.

Queremos que sepáis que el autismo en mujeres no es una versión leve, no es un apéndice del modelo masculino, no es una rareza estadística. Es una realidad diversa que incluye niñas, adolescentes y mujeres con y sin discapacidad intelectual, con distintos niveles de apoyo, con distintas formas de expresar su neurodivergencia. Aquí estamos para reivindicarlo.

Por suerte, cada vez son más las familias que se implican, que acompañan, que escuchan y apoyan nuestras decisiones, reconociendo nuestra autonomía y nuestras necesidades reales.

Por eso hoy alzamos la voz en este manifiesto:

Exigimos diagnósticos con perspectiva de género.

Exigimos formación real en educación y salud.

Exigimos que el sistema educativo y sanitario garantice equipos especializados en autismo y discapacidad intelectual, con enfoque específico en niñas, adolescentes y mujeres.

Exigimos protocolos específicos frente al abuso y la violencia que incluyan nuestra vulnerabilidad estructural.

Exigimos que se reconozca el impacto del masking como factor de riesgo para la salud mental.

Exigimos participar en las decisiones que nos afectan.

NO PEDIMOS PRIVILEGIOS.

PEDIMOS DERECHOS

-NADA SOBRE NOSOTRAS SIN NOSOTRAS-

Manifiesto escrito por Aroa Estévez García-Reyes, en representación del Grupo de Mujeres de Fundación Quinta.