



FUNDACIÓN  
*Carlos Slim*



## **Servicios para las familias**

**Guía para padres y cuidadores de niños que necesitan hacerse un Electroencefalograma (EEG)**

**Autism Speaks**

# NOTA

Estos materiales son el producto de actividades continuas de la Red de Tratamientos del Autismo, un programa financiado por Autism Speaks.

Tiene apoyo parcial a través del acuerdo de cooperación UA3 MC 11054, Red de Investigación sobre la Salud Física para la Intervención en el Autismo (Red AIR-P), del Comité de Salud Materna e Infantil (Ley para Combatir el Autismo de 2006, conforme modificada por la Reautorización de la Ley para Combatir el Autismo de 2011), la Administración de Servicios y Recursos para la Salud (Health Resources and Services Administration), del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EEUU (U.S. Department of Health and Human Services), al Hospital General de Massachusetts.

# ÍNDICE

- 02** Nota
- 04** Introducción
- 05** Consideraciones para un niño con autismo durante un EEG
- 06** Vocabulario que debes de conocer
- 07** ¿Qué es un Electroencefalograma (EEG)?
- 09** Sugerencias generales
- 10** ¿Cuáles son los pasos de un EEG?
- 11** Procedimiento para un EEG
- 12** Tipos de Electroencefalogramas
- 13** Preguntas más frecuentes
- 14** ¿Cómo enfrentar las cuestiones sensoriales de un niño/niña con TEA
- 15** Cuestiones sensoriales más comunes
- 18** Recursos
- 19** Acerca de Autism Speaks
- 20** Acerca de los Cofundadores

# INTRODUCCIÓN

Este manual fue escrito para padres y cuidadores de niños con Trastorno del Espectro Autista (TEA) que necesitan hacerse un EEG (electroencefalograma). Proporciona información acerca del TEA, describe un EEG y lo que involucra, maneras de ayudar a tu niño a prepararse para el procedimiento y cómo ayudarlo a mantenerse seguro y tranquilo durante la realización del mismo.

Esperamos que este manual:

**Te ayude a hablar de tu niño con el doctor y otros profesionales, acerca de lo que puede esperar cada persona involucrada en el EEG.**

**Ayude a reducir tu ansiedad y la de tu niño cuando le realicen un EEG**

**·Ayude a que el procedimiento del EEG sea más rápido.**

**·Te ayude a sentir más confiado para ayudar a tu niño a completar un importante procedimiento médico.**

Hay algunos recursos al final de este manual que podrías encontrar útiles. También, hemos incluido un cuestionario que puedes llenar antes del EEG de tu niño y compartir con el personal de atención a su salud.

Un manual aparte se escribió para los profesionistas que trabajarán con tu niño durante el EEG. Puedes obtener información acerca del EEG en el hospital o clínica donde a tu niño se le realizará el procedimiento. Además, puedes compartir el manual para profesionistas que Autism Speaks desarrolló con el equipo del EEG de tu niño.

Puedes descargar el Manual de EEG para profesionistas aquí:

**<http://www.autismspeaks.org/family-services/tool-kits>.**

# CONSIDERACIONES PARA UN NIÑO CON AUTISMO DURANTE UN EEG

Este manual fue escrito especialmente para padres de niños con Trastorno del Espectro Autista (TEA). Aunque cada niño con TEA es diferente, existen rasgos comunes importantes que se tienen que considerar cuando el niño necesita que le hagan un EEG.

## Problema con la interacción social

·Generalmente, un EEG significa conocer gente nueva. Un niño con TEA podría ponerse nervioso con eso y no saber cómo expresar sus sentimientos de manera adecuada.

·Muchos niños con TEA no muestran tantas expresiones faciales como otros niños, por lo que resultaría difícil para otros saber cómo se está sintiendo. Sin embargo, esto no significa que las personas con TEA tienen sentimientos menos intensos.

·Tu niño podría tener dificultad en entender las señales sociales no verbales, como las expresiones faciales o el lenguaje corporal. Él o ella podría necesitar que le digan lo que otras personas están pensando o sintiendo.

## Diferencias sensoriales

·Muchos individuos con TEA son sensibles a los estímulos sensoriales. Podrían tener fuertes reacciones, positivas o negativas, a los sonidos, olores, gustos, texturas o el toque humano. El EEG involucra varios tipos diferentes de estimulación sensorial que podría ser nueva para el niño.

## Dificultades de la comunicación

·Los niños con TEA podrían no entender por qué necesitan tener un EEG o lo que les va a pasar durante el procedimiento, aun si debes intentar explicárselos.

·Ellos podrían entender las cosas de manera literal o palabra por palabra. Por ejemplo, si la enfermera le dice a tu niño que se tardará sesenta minutos para prepararlo para el EEG y acaba tardándose setenta minutos, tu hijo podría alterarse.

·Algunos niños podrían querer entender todo lo que pasa. Los profesionistas que trabajan con esos niños tendrán que explicar cada paso, en lugar de darles un resumen al comienzo del procedimiento.

## Le gustan las rutinas o las cosas que son familiares

·Algunos niños pueden estar acostumbrados a ir al doctor. Ellos podrían haber tenido buenas o malas experiencias en el consultorio del doctor. Para otros niños, ir al hospital o a la clínica puede ser nuevo. Un niño con TEA puede alterarse debido al nuevo lugar y a todas las cosas que pasan durante la cita. Él o ella podría tener dificultad para estar en la sala de espera, conocer gente nueva o estar sentado por largo tiempo.

Aprenderás más acerca de cada una de estas áreas y de cómo ayudar a tu niño conforme vayas leyendo este manual

## VOCABULARIO QUE DEBES CONOCER

**EEG (electroencefalograma):** Medición eléctrica de la actividad cerebral que se lee por un Neurólogo o un Epileptólogo.

**Convulsión:** Actividad cerebral anormal incontrolada. Las convulsiones se presentan como problemas de agitación o entumecimiento de las extremidades, quedarse con la vista fija y sin responder, quedarse con los ojos fijos en una posición, o la pérdida de control de esfínteres.

**Epilepsia:** Convulsiones recurrentes y no provocadas. A la epilepsia a veces también se le conoce como trastorno convulsivo.

**Neurólogo:** Médico especialmente entrenado para diagnosticar y tratar problemas del cerebro, nervios y músculos.

**Epileptólogo:** Neurólogo con entrenamiento adicional para diagnosticar y tratar epilepsia.

Técnico en EEG: Especialista entrenado para realizar un EEG.

**Electrodos:** Discos redondos pequeños con alambres unidos a ellos que se ponen en el cuero cabelludo durante un EEG.

**Descargas epileptiformes:** Actividad cerebral que indica que epilepsia o convulsiones pueden estar presentes.

## ¿QUÉ ES UN ELECTROENCEFALOGRAMA (EEG)?

Esta sección habla acerca de los pasos de un EEG para que puedas:

- **Estar preparado para lo que tú y tu niño necesitarán hacer.**
- **Entender cómo ayudar a tu niño para que lo haga bien.**
- **Saber con anticipación si tu niño necesitará ayuda adicional con algunos pasos durante el EEG.**

Después de que enlistemos los pasos básicos, los revisaremos más profundamente y compartiremos maneras para hacer las cosas más fáciles para ti y tu niño.



### ¿Qué es un EEG?

Un EEG es un procedimiento o prueba que mide la actividad cerebral. Esto se hace pegando pequeños electrodos en el cuero cabelludo del niño. Los electrodos generalmente parecen discos pequeños y se ponen uno por uno. Un tipo especial de pegamento mantiene los electrodos en el cuero cabelludo del niño. Alambres delgados conectan los electrodos a una caja que puede registrar la actividad de las ondas cerebrales del niño.



## ¿QUÉ ES UN ELECTROENCEFALOGRAMA (EEG)?

Hay dos maneras típicas de hacer un EEG. En una, el niño usa una gorra que está hecha de tela o plástico transparente. Los electrodos están unidos a ciertos lugares en la gorra.

En el otro tipo de EEG, los electrodos se ponen en el cuero cabelludo de tu niño con un tipo especial de pegamento. Nuestro manual habla acerca de este método ya que se usa más frecuentemente. Puedes preguntar en la clínica de tu niño qué método usan y escuchar lo que te puedan decir acerca del procedimiento. Un EEG puede sentirse como un masaje en la cabeza para algunos niños. Si tu niño te pregunta cómo se sentirá el EEG, se honesto y positivo. El EEG no duele, pero tu niño tendrá que sentarse quieto por aproximadamente una hora mientras le ponen los electrodos en su cuero cabelludo.



Aunque el EEG no duele y no hace daño, los niños (y padres) pueden sentirse ansiosos durante el procedimiento. Esto puede deberse a la manera en que el niño reacciona a diferentes sonidos, olores y texturas. Esperamos que la información en este manual les ayude a ti y a tu niño a sentirse más preparados y menos ansiosos.

Recuerda –el hospital o clínica de tu niño puede tener una manera un poco diferente de hacer un EEG. Las cosas pueden ser diferentes dependiendo del tipo de EEG que le hagan a tu niño. Siempre es buena idea hablar con anticipación con el doctor de tu niño o con el personal de la clínica para preguntar acerca de lo que se debe esperar. ¡Los pasos a continuación son sólo un punto de partida!

Prepararse para el EEG es más fácil si el niño tiene cabello corto y un cuero cabelludo limpio. Cosas que pueden ayudar:

- Lleva a tu niño a que le corten el cabello poco antes del EEG. Esto facilita a los técnicos la colocación de los electrodos. Para los niños con cabello más largo, cortarse el cabello no es requisito, pero hacerlo podría hacer el EEG un poco más fácil.
- Lava el cabello de tu niño la noche anterior al EEG. No uses gel, aceites, cremas, acondicionadores o spray para el cabello.
- Deshaz las trenzas o cualquier otro peinado.

Platica con el doctor de tu niño acerca de sus medicamentos antes del EEG. Asegúrate de saber si él o ella deben tomar su medicamento o hacer algo diferente.

## SUGERENCIAS GENERALES



Platica con el doctor de tu niño acerca de sus medicamentos antes del EEG. Asegúrate de saber si él o ella deben tomar su medicamento o hacer algo diferente.

Pregunta con anticipación si tu niño podrá levantarse y moverse una vez que ha sido conectado al monitor. Sino, asegúrate que tu niño usa el baño antes de empezar.

Recuerda monitorear tus propios sentimientos. Recuérdate a ti mismo que el EEG no está lastimando a tu niño (aún si está muy alterado).

Usa un lenguaje positivo cuando le hables a tu niño. Intenta no hablarle acerca de lo difícil que es para él o ella: en lugar de decir, “ya sé, todo esto es terrible,” puedes decirle:

*“¡lo estás haciendo muy bien, eres muy valiente!”*

## ¿CUÁLES SON LOS PASOS DE UN EEG?



1. El primer paso puede significar: ¡esperar! Puede ser que tengas que esperar un poco para que alguien del equipo llegue. Prepárate para que tu niño tenga que esperar.
2. Alguien podría pasar un poco de tiempo haciéndote preguntas acerca de la historia médica de tu niño o de su conducta actual. Es buena idea llevar libros o juguetes que puedan mantenerlo ocupado durante este tiempo.
3. Alguien podría querer escuchar el corazón de tu niño o querer ver sus ojos, oídos y boca. (Usualmente es más fácil si tu niño está sentado o acostado para los siguientes pasos. Si tu niño es pequeño, tal vez puede sentarse en tus piernas si esto le ayuda a mantenerse tranquilo.)
4. El técnico usará una cinta métrica flexible para medir la cabeza de tu niño. Esto es para que el técnico sepa dónde poner los electrodos.
5. El técnico usará un marcador para dibujar puntos en la cabeza de tu niño para saber dónde pondrá los electrodos.
6. El técnico usará un hisopo de algodón sumergido en un producto especial que ayuda a que el cuero cabelludo de tu niño esté listo para fijar los electrodos. Este producto es granuloso y puede sentirse un poco rasposo en la cabeza de tu niño, pero no duele.
7. El electrodo se pega a la cabeza de tu niño y una gasa pequeña se le coloca encima para mantenerlo en su lugar. La gasa es sumergida en un líquido que se endurece y mantiene el electrodo pegado. Este líquido puede oler como aguarrás o quita-esmalte de uñas. No quemará ni lastimará la cabeza de tu niño.
8. A veces, el técnico podría enviar aire frío a través de un tubo para que la gasa se seque más rápido. La manguera del aire hace un ruido que suena como una pequeña aspiradora.
9. El técnico puede repetir los pasos 6 y 8 de acuerdo con la cantidad de electrodos que tu niño necesite. Le puedes preguntar al técnico cuántos electrodos usará. También, podría poner algunos electrodos en la frente de tu niño y algunos parches o calcomanías en su pecho.
10. Una vez que todos los electrodos están conectados, el técnico puede vendar toda la cabeza de tu niño (esta venda podría pasar por debajo de la barbilla de tu niño para prevenir que la venda se caiga).

# PROCEDIMIENTO DE UN ELECTROENCEFALOGRAMA (EEG)

## Pruebas que se pueden hacer después de haber sido conectado:

El técnico puede pedir a tu niño que realice algunas actividades que causen actividad cerebral, lo cual ayuda a identificar si hay convulsiones. Aquí hay algunas cosas que tal vez tu niño necesite hacer:

·**Ver una luz que parpadea rápidamente y después abrir y cerrar los ojos.**

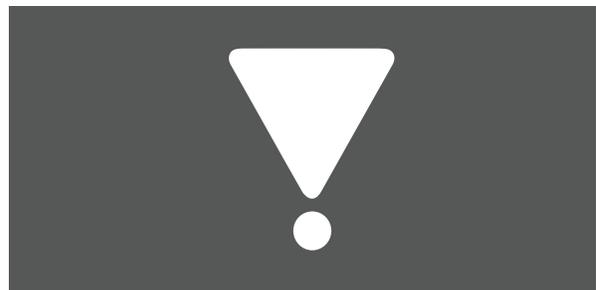
·**Soplar un rehilete por tres minutos.**

·**Dormirse mientras los electrodos están conectados (lee el texto de más adelante para tener más información acerca de esto).**

EEGs con privación de sueño y después de mantenerse despierto toda la noche

Para obtener información acerca de la actividad cerebral de tu niño mientras está dormido, puede ser que se te pida que cambies su horario de sueño. Esto podría hacer más fácil que se quede dormido durante su EEG. Usa tu mejor juicio acerca de lo que podría ayudar a tu niño a tener sueño para hacerle el EEG

*Si tu niño necesita un EEG con privación de sueño, no lo dejes comer o beber alimentos que contengan cafeína el día antes del EEG. Esto significa no chocolate, refresco, o bebidas energéticas.*



Si tu niño necesita un EEG con privación de sueño, no lo dejes comer o beber alimentos que contengan cafeína el día antes del EEG. Esto significa no chocolate, refresco, o bebidas energéticas.

·Intenta mandar a dormir a los niños pequeños 1 ó 2 horas más tarde de lo acostumbrado y despiértalos dos horas antes de lo usual.

·Niños más grandes o adolescentes tal vez tengan que mantenerse despiertos casi toda la noche. Puedes probar una noche de maratón de películas de gran interés y que él no haya visto.

·Recuerda, no dejes que tu niño se quede dormido en el coche camino a la cita del EEG. Tal vez quieras llevar a otra persona para ayudarte a mantenerlo despierto durante una distancia larga. Cambiar su horario de sueño y no dejarlo tomar una siesta generalmente es suficiente para ayudarlo a quedarse dormido durante el EEG.

## TIPOS DE ELECTROENCEFALOGRAMAS (EEG)

Hay otros tipos de EEGs, incluyendo EEGs de toda la noche en el hospital y EEGs ambulatorios donde el niño lleva puesto el EEG en casa. Los electrodos se quedan puestos toda la noche o por más tiempo para un EEG ambulatorio. Pregunta cómo vestir y desvestir a tu niño cuando tenga puestos los electrodos. Tal vez tengas que llevar una camisa de botones para cambiar a tu niño antes de que le pongan los electrodos. Para quedarse la noche en el hospital, lleva todo lo que usarías en casa en una noche típica. Esto puede incluir:



- Cualquier objeto especial que a tu niño le gusta usar para comer, para usar el baño o para dormir. También, puedes llamar al hospital o clínica para ver qué es lo que tienen disponible para las familias. Esto puede ser especialmente importante si tu niño usa un ventilador o monitor mientras duerme.

- Pijamas (tu niño puede cambiarse la pijama antes de que le pongan los electrodos, así no tendrás que quitarle la ropa después).

- Pañales, leche, fórmula o biberones.

- Cualquier juguete especial u objeto con el que tu niño duerma o le guste. Esto puede ser un animal de peluche o cobija favoritos. ¡También los puedes llevar para un EEG de día!

- Cuentos favoritos de la hora de dormir.

- Todos los medicamentos de tu niño.

Cuando se termina el EEG, el técnico usará un producto que ayuda a disolver el pegamento para quitar los electrodos de la cabeza de tu niño. Este producto no quema ni duele, pero puede sentirse extraño en la cabeza de tu hijo. La mayoría de los padres quieren lavarle el cabello a su hijo después de este paso porque puede estar grasoso, eso está bien. A veces puede tomar dos o tres lavadas con champú para quitarlo completamente.

## PREGUNTAS MÁS FRECUENTES

### **¿Por qué mi niño necesita un EEG?**

El doctor de tu hijo está recomendando un EEG porque quiere saber más acerca de la actividad cerebral de tu niño. Tu hijo puede tener actividad cerebral inusual que le afecta aun si nunca has visto que tenga una convulsión. El EEG es una manera no invasiva de obtener esta información. Un EEG puede dar a los doctores información muy importante para saber si un niño tiene o no convulsiones. Esto ayuda a los doctores a determinar qué tipo de tratamiento médico es mejor para tu niño.

### **¿Cuánto tiempo tarda un EEG?**

Prepararse para el EEG puede tomar hasta una hora si las cosas van bien. El profesional que te atiende decidirá cuánto tiempo tu niño necesitará mantener los electrodos puestos. Esto puede ser unas horas o toda la noche.

### **¿El EEG duele?**

No. Puede ser incomodo pero no duele.

### **¿Podemos visitar el hospital con anticipación para ver los cuartos y el equipo?**

Pregúntale a la persona que te da la cita para el EEG de tu niño si esto es posible. Si se te permite hacer la visita, pregunta la mejor manera de hacerlo. Tal vez quieras hacerlo cuando haya menos gente. Podría ser más fácil para tu niño hacer la visita cuanto el lugar esté tranquilo. Ve si puedes tomar fotos de tu hijo visitando la clínica. Intenta tomar fotos de tu niño esperando en el cuarto del examen, sentado en una cama de hospital y saludando a las personas que están ahí. Así, cuando lleguen a casa pueden ver juntos las fotos y platicar acerca de ellas.

### **Sería más fácil si sedaran a mi niño ya que sé que él no podrá manejar esto. ¿Por qué los doctores no lo hacen?**

El doctor de tu niño o el técnico del EEG pueden explicarte si la sedación es una opción para tu niño. A varias clínicas les gusta intentar completar el EEG sin sedación. Esto lo hacen porque la sedación puede causar efectos secundarios desagradables como el vómito. Además, podrías sorprenderte lo bien que tu niño maneja el EEG con algo de planeación y trabajando junto con su doctor.

### **¿Puedo quedarme con mi niño durante el EEG?**

Sí. Debes poder quedarte con tu hijo durante el EEG. Pregunta qué tipo de supervisión necesitará tu niño una vez que está conectado para el EEG.

### **¿Qué puedo llevarle a mi niño para que haga durante el EEG?**

¡Llevar objetos o actividades favoritas de casa es una excelente manera de entretener a tu niño y mantenerlo cómodo! Pregunta si hay reglas acerca de lo que se puede llevar. Los mejores objetos son aquellos que lo mantienen quieto y que necesitan que se mueva poco, ya que el movimiento puede interferir con la actividad del EEG. Piensa en llevar bocadillos favoritos, juguetes, libros, aparatos como iPads o reproductores de DVD portátiles.

## CÓMO ENFRENTAR LAS CUESTIONES SENSORIALES DE UN NIÑO/ NIÑA CON TRASTORNO DEL ESPECTRO AUTISTA (TEA)

### Comprendiendo cuestiones sensoriales y cómo enseñar a tu niño o niña a enfrentarlas



Algunos niños tienen dificultad con algunos tipos de toque, olor o sonidos. Piensa acerca de cómo tu niño reacciona al tacto, olor y sonidos. ¿Piensas que se preocupará, intentará salir del cuarto o ser agresivo durante el EEG? Si sabes que tu niño tiene dificultades sensoriales, asegúrate de decírselo a los doctores y personal que está haciendo el EEG. Ellos te pueden decir cómo hacer las cosas más fáciles para tu niño.

La mayoría de las ideas que se presentan adelante usan algo llamado desensibilización. Desensibilización significa ayudar a alguien a ser menos sensible a algo que no le gusta. Hacemos esto practicando pequeños pasos una y otra vez hasta que la persona se acostumbra a los pasos y ya no se molesta tanto. Puede ser que necesites practicar los pasos un par de veces al día para ayudar a tu niño a de verdad acostumbrarse a ellos. Tu niño puede necesitar ayuda para aprender cómo diferentes cosas se sienten, suenan y huelen.

## CUESTIONES SENSORIALES MÁS COMUNES

### Tacto

Varias personas van a necesitar tocar bastante la cabeza de tu niño para el EEG. Tendrán que medirla, hacerle marcas en el cuero cabelludo con un marcador, ponerle todos los electrodos y envolverle la cabeza con una venda. Hay algunas maneras de ayudar a tu niño a estar más relajado. Intenta pasar más tiempo tocando la cabeza de tu niño para que se vaya acostumbrando a cómo se siente. Algunas maneras divertidas para hacer esto son:

- Para niños pequeños, canta canciones en las que tu niño (o tú) tengan que tocarse la cabeza (en español puede ser con la canción: Pin Pon es un muñeco, se lava la carita... Tomen turnos para cepillar el cabello del otro (por ejemplo, el cabello de una muñeca, tu cabello y después el cabello de tu niño).

- Ponle pasadores u otro adorno en el cabello o haz que se ponga una diadema.

- Juega a vestirse con disfraces que lleven sombreros. Puedes usar cualquier tipo de sombrero, –¡lo único que queremos es que tu niño se acostumbre a tener algo en la cabeza!– Si a tu niño le gusta mucho Angry Birds, intenta poner calcomanías de Angry Birds en el sombrero antes de que se lo ponga. Si a tu niño le gustan mucho los trenes, tal vez le guste usar una gorra de conductor de tren.

- Juega con el cabello de tu niña o hazle trenzas.



\*\*\*Si a tu niño de verdad no le gusta que nada ni nadie le toque la cabeza, tal vez necesites empezar con pasos pequeños, como que le ponga un sombrero a otra persona de la familia o a un animal de peluche. Algunos niños pueden necesitar motivación extra para practicar y completar estos pasos. Puedes recompensar a tu niño con calcomanías, un bocado de su comida favorita o tiempo extra para ver televisión.

## CUESTIONES SENSORIALES MÁS COMUNES

### Sonido

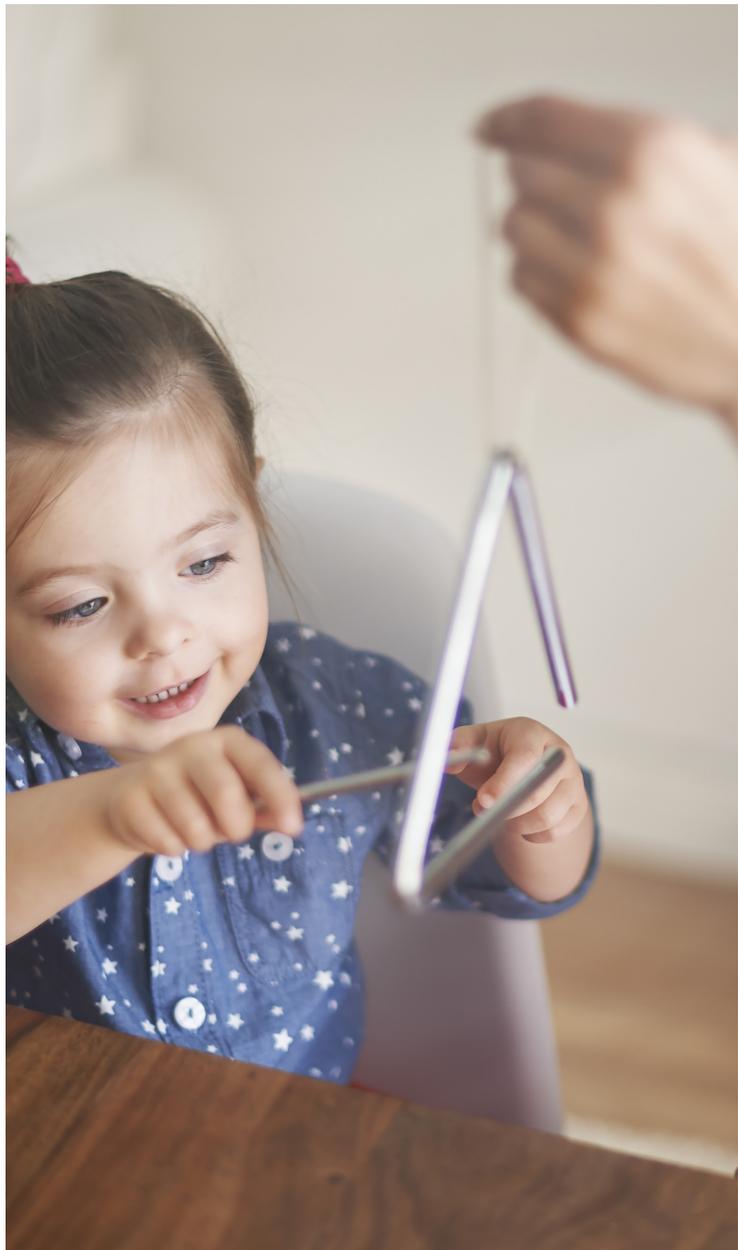
Si los técnicos necesitan usar una manguera de aire para ayudar a que los electrodos se queden en su lugar, tu niño sentirá una ráfaga de aire frío en la cabeza. Tal vez también escuche un sonido como el de una aspiradora muy pequeña. Si tu niño es muy sensible a sonidos como el de la aspiradora o secadora de cabello, pregunta si en el EEG se usará una manguera de aire. Si es así, puedes usar los pasos de desensibilización en los días o semanas antes del EEG. Si tu niño es muy sensible a los ruidos, tal vez necesites empezar poco a poco:

- Existen varios tipos de juguetes que vibran (y hacen un zumbido) o hacen otros ruidos. Como primer paso, tu niño podría simplemente tener el juguete vibrador cerca de él. Después, podría tocarlo con un dedo, tomarlo por unos segundos, tomarlos por cinco segundos, etcétera. Está bien usar recompensas como calcomanías, una golosina favorita o abrazos después de que tu niño intente cada paso.

- Si tu niño no es tan sensible, puedes secar tu cabello mientras él está cerca (en el cuarto de al lado). También puedes usar batidoras o licuadoras cuando tu niño esté en el mismo cuarto.

- Durante el EEG, puedes pedirle al técnico que deje a tu niño apretar el botón de la manguera de aire para que aprenda cómo funciona antes de que se use en su cabeza.

- Ve si tu niño puede usar tapones de oído suaves para reducir el ruido.



## CUESTIONES SENSORIALES MÁS COMUNES

### Olfato

Durante el EEG, los técnicos usan un líquido que huele muy fuerte, el cual se llama colodión, éste ayuda a endurecer la gasa que detiene los electrodos en la cabeza de tu niño. El colodión huele parecido al aguarrás o al quita-esmalte de uñas. Si tu niño es muy sensible al olor de las cosas, tal vez necesite practicar estar cerca de ese olor sin alterarse. Puedes hacer esto en casa poniendo una torunda de algodón con quita-esmalte de uñas y dejándola cerca del niño para que la pueda oler por varios minutos a la vez. El día del EEG, puedes preguntarle al técnico si tu niño puede oler el colodión antes de que lo usen con la gasa (si crees que esto ayudaría a tu niño a adaptarse al olor).

Si tienes algunos días o semanas antes del EEG, intenta mecer o columpiar a tu niño en una cobija una o dos veces al día y ve si esto le ayuda a tranquilizarse. También, puedes intentar apretar sus brazos, piernas o pies mientras le cantas. Si estas actividades hacen que tu niño se ponga más activo o alterado, tal vez no sería bueno intentarlas el día del EEG.

Más adelante en el manual, hablaremos de cómo usar una historia de enseñanza para ayudar a los niños a estar listos para el EEG. Puedes practicar algunas de las estrategias mencionadas anteriormente mientras repasas la historia con tu niño, de tal manera que se familiarice con el proceso y de cómo se podría sentir.

#### **Ayuda a tu niño o niña a calmar su cuerpo**

Algunos niños pueden ponerse ansiosos o agitados durante el EEG, aunque éste no hace daño físicamente. Puedes recordarle a tu niño que respire profundo y tal vez hacerlo tú mismo. La respiración profunda generalmente funciona mejor cuando alguien inhala profundamente a través de su nariz, retiene el aire uno o dos segundos, y lo exhala a través de la boca. Una buena manera de describir esto a los niños es decirles: "huele una flor, detén el aire, y sopla una vela."

Para algunos niños, chupar algo los puede calmar. Puedes intentar con un chupón, collares de goma o paletas, dependiendo de la edad de tu niño y de lo que le guste.

#### **Otras dos cosas que pueden ayudar a algunos niños a tranquilizarse son:**

·Movimientos como mecerse o columpiarse (aunque esto no debe hacerse cuando los electrodos están conectados ya que el movimiento puede interferir con la actividad del EEG).

·Actividades de presión profunda, como alguien apretándolo o dándole un masaje o usar una cobija con peso, chaleco con peso, o chaleco de compresión.

*Si tu niño trabaja con una Terapeuta Ocupacional (TO) o con un Terapeuta Físico (TF), ellos podrían tener ideas específicas acerca de cómo ayudarle a calmarse cuando está alterado. También, podrían tener otras ideas de actividades de desensibilización que utilicen los intereses específicos de tu niño.*

# RECURSOS

En inglés y en español en esta página web: How to be a Friend to Someone with Autism (Cómo ser amigo de alguien con autismo), de Peter Faustino.

The Autism Acceptance Book (El libro de la aceptación del autismo), de Ellen Sabin.

Para mayor información en Estados Unidos, por favor entra en contacto con el Equipo de Respuesta al Autismo de Autism Speaks al 888-AUTISM2 o [familyservices@autismspeaks.org](mailto:familyservices@autismspeaks.org). Visita Camina ahora por Autism Speaks para involucrarte en una caminata en tu área.

## ACERCA DE AUTISM SPEAKS

Es la organización de defensa y científica del autismo más grande del mundo. Desde su comienzo en 2005 Autism Speaks ha hecho grandes avances, comprometiendo más de 160 millones de dólares a la investigación y desarrollando nuevos recursos innovadores para las familias.

La organización está dedicada a financiar investigación acerca de las causas, prevención, tratamientos y cura para el autismo; aumentar la concientización acerca de los trastornos del espectro autista; y ser defensora de las necesidades de individuos con autismo y sus familias. Además de financiar investigación, Autism Speaks ha creado recursos y programas incluyendo la Red de Tratamientos para el Autismo de Autism Speaks, el Intercambio de Recursos Genéticos del Autismo de Autism Speaks y varios otros programas científicos y clínicos. Iniciativas notables de concientización incluyen el establecimiento del 2 de abril como Día Mundial de la Concienciación del Autismo aprobado por las Naciones Unidas y el cual Autism Speaks celebra a través de su iniciativa Ilumínalo de azul.

También, la campaña ganadora de premios Aprende los signos de Autism Speaks con el anuncio del consejo ha recibido más de \$272 millones de dólares en medios donados. Los recursos para la familia de Autism Speaks incluyen: el Video del glosario del autismo; Manual de los 100 días para familias recién-diagnosticadas; Manual de la comunidad escolar y el programa de financiamiento para la comunidad.

Autism Speaks ha jugado un papel crítico para asegurar, a través de la legislación federal, poder promover la respuesta del gobierno al autismo, y ha abogado de manera exitosa para la reforma de la cobertura de seguros para cubrir, hasta la fecha, tratamientos conductuales en 27 estados, con propuestas de ley pendientes en 12 estados más.

Cada año los eventos Camina Ahora por Autism Speaks se llevan a cabo en más de ochenta ciudades a lo largo de Norteamérica.

Para saber más acerca de Autism Speaks por favor visita [www.autismspeaks.org](http://www.autismspeaks.org).

## ACERCA DE LOS COFUNDADORES

Autism Speaks se fundó en febrero de 2005 por Suzanne y Bob Wright, los abuelos de un niño con autismo.

Bob Wright es Consejero Principal en la Sociedad de Acciones Lee y Presidente y CEO de la Asociación Cívica de Palm Beach. Sirvió como vicepresidente de General Electric y como Director Ejecutivo de NBC y NBC Universal por más de veinte años. También ejerce en los comités de Polo, Ralph Lauren Corporation, Mission Product, LLC, EMI Group Global Ltd. y el Hospital Presbiteriano de Nueva York.

Suzanne Wright es Fideicomisaria Emérita del Colegio Sarah Lawrence, su alma mater. Suzanne ha recibido numerosos premios, la Distinción a la Mujer de la Universidad del Atlántico de Palm Beach; el premio niños campeones de la revista CHILD; el premio a voluntarios Luella Bennack; el premio Espíritu del Logro de la División Nacional de Mujeres del Colegio de Medicina Albert Einstein y el premio a las mujeres con visión del instituto Weizmann de Ciencia.

En 2008, los Wright fueron nombrados en la categoría de los 100 Héroes y Pioneros de la revista Time, una lista de las personas más influyentes en el mundo por su compromiso en la defensa global del autismo.

También han recibido, por primera vez, el premio Double Helix por liderazgo corporativo; el premio Defensa de la niñez de NYU; el premio por Liderazgo nacional por la salud y el premio Humanitario del Fondo Americano Irlandés.

En los últimos años, los Wright han recibido Doctorados Honoris causa de la Universidad de St. John, Universidad de St. Joseph, y la Escuela de Medicina de UMass, dieron los discursos de graduación en las dos primeras de estas escuelas.

Los Wright son la primera pareja casada a quien se le confiere tal honor en la historia de St. John.