



INDeB

Instituto Neurodesarrollo y Bienestar

¿Qué sabemos sobre esta co-ocurrencia?

Autismo y Ansiedad

Hoy revisaremos una mirada
basada en la evidencia científica

CONTENIDO INDeB





INDeB

Instituto Neurodesarrollo y Bienestar

A modo general...

- La ansiedad es una de las co-ocurrencias más comunes en personas autistas.
- Hasta el 40% de las personas con TEA experimentan ansiedad de forma severa, lo que supera significativamente la prevalencia en la población general (~7%).
- La ansiedad, que suele iniciarse en la infancia y adolescencia, es un importante factor de riesgo de problemas de salud mental e invalidez en la adultez.
- Explorar la relación entre el autismo y la ansiedad nos permite desarrollar mejores estrategias de apoyo y prevención.



**¿Sabías que los
síntomas de ansiedad
pueden parecerse
mucho a los del
autismo, dificultando
su identificación?**



INDeB

Instituto Neurodesarrollo y Bienestar

Existen algunos factores que dificultan el diagnóstico

Superposición de síntomas: Ambas pueden presentar conductas como la evitación social, la reactividad emocional o las conductas repetitivas.

Dificultades en la comunicación: Algunas personas autistas pueden tener dificultades para expresar verbalmente sus emociones. Esto hace que la ansiedad, se manifieste de manera no verbal, dificultando su identificación.

Falta de herramientas de diagnóstico específicas: No todas las herramientas diagnósticas están completamente adaptadas para identificar simultáneamente ambas condiciones.



INDeB

Instituto Neurodesarrollo y Bienestar

Trastornos de ansiedad a través de la vida



Infancia:

- T. Ansiedad por separación
- Mutismo selectivo



Escolar:

- Fobia específica
- Fobia social
- T. Ansiedad generalizado



Adolescencia y juventud:

- Ídem Escolar +
- Trastorno de pánico

TEPT - TOC



INDeB

Instituto Neurodesarrollo y Bienestar

¿Qué dicen los estudios? Veamos algunas hipótesis

Hipótesis de la carga alostática

La carga alostática, se define como un desgaste acumulativo que experimenta el cuerpo debido a la respuesta crónica al estrés. En un contexto de autismo y ansiedad, la hipótesis sugiere que los individuos autistas tienen una mayor predisposición a la ansiedad debido a sus desafíos para manejar los cambios, las demandas sensoriales y sociales, lo que genera un estrés constante que agota sus sistemas fisiológicos y emocionales.

Hipótesis del error social

Esta teoría sugiere que las dificultades propias del autismo para interpretar claves sociales pueden generar un círculo vicioso:

- Dificultades en la cognición social → Interpretación errónea de situaciones sociales.
- Aumenta la ansiedad social → Mayor evitación de situaciones interpersonales.
- Menos oportunidades de práctica social → Refuerzo del aislamiento y ansiedad.



INDeB

Instituto Neurodesarrollo y Bienestar

¿Qué es la intolerancia a la incertidumbre?

Un mecanismo de ansiedad clave es la **INTOLERANCIA A LA INCERTIDUMBRE (II)**



Tendencia a reaccionar negativamente a nivel emocional, cognitivo y conductual ante situaciones y acontecimientos inciertos



INDeB

Instituto Neurodesarrollo y Bienestar

Importancia del diagnóstico diferencial

La ansiedad y el autismo tienen síntomas que a menudo se solapan, como:

- **Dificultades para tolerar cambios** → ¿Ansiedad o rigidez conductual del autismo?
- **Evitación de situaciones sociales** → ¿Ansiedad social o déficit en la cognición social?

Clave para el Diagnóstico

:Un enfoque multidisciplinario con base en el desarrollo es necesario para pesquisar, diagnosticar y apoyar frente a la presencia de un trastorno de ansiedad en personas autistas. Quiebres en la historia de desarrollo o síntomas como respuesta a un potencial estresor pudieran ser claves. Así, la identificación nos guiará no solo a la entrega de estrategias individuales, sino que a realizar sugerencias ambientales y porque no? sociales y culturales en beneficio de las personas neurodivergentes.



INDeB

Instituto Neurodesarrollo y Bienestar

Bibliografía Actualizada

- Paula-Pérez, I. (2013). Coocurrencia entre ansiedad y autismo: Hipótesis del error social y carga alostática. *Revista de Neurología*, 56(Supl 1), S45-S59.
- South, M., Rodgers, J., & Van Hecke, A. (2017). Anxiety and ASD: Current Progress in Research and Treatment. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 47(12), 3673-3681.
- Swartz, J. R., Carrasco, M., & Wiggins, J. L. (2020). Amygdala Hyperactivity and Connectivity in Autism Spectrum Disorder and Anxiety. *Biological Psychiatry: Cognitive Neuroscience and Neuroimaging*, 5(7), 748-757.



INDeB

Instituto Neurodesarrollo y Bienestar

www.indeb.cl/blog

DALE LIKE

COMENTA

COMPARTE

GUARDA