

¿Qué es el Camuflaje en Autismo?

CONTENIDO INDeB



INDeB

Instituto Neurodesarrollo y Bienestar

Todo el mundo -con o sin autismo- se camufla a veces. Si te sientes tímido al conocer a alguien nuevo, puedes fingir que eres valiente aunque no te sientas así. Pero en el caso de las personas autistas, el camuflaje no consiste sólo en actuar con confianza; muchas personas autistas sienten la necesidad de ocultar sus rasgos autistas para evitar el estigma y la atención no deseada, pero el objetivo más profundo suele ser que quieren hacer amigos y establecer conexiones.

El camuflaje no es necesariamente consciente o deliberado; encontrar formas de ocultar las inclinaciones autistas o tratar de ser percibido como socialmente apropiado puede ocurrir incluso cuando la persona autista no es consciente. En muchos casos, el camuflaje comienza como una estrategia consciente, pero rápidamente se convierte en un proceso automático.



INDeB

Instituto Neurodesarrollo y Bienestar

Muchas personas autistas que camuflan sus rasgos autistas ven retrasado su diagnóstico, son diagnosticadas erróneamente o escapan por completo al diagnóstico.

Por lo tanto, el camuflaje probablemente explica, al menos en parte, las diferentes proporciones de diagnóstico entre hombres y mujeres. Pero también hay que tener en cuenta que cuanto más alta sea la puntuación de camuflaje, más probable es que se obtenga una puntuación más baja en otras pruebas de autismo.



Subtipos de Camuflaje:



COMPENSACIÓN

ENMASCARAMIENTO

ASIMILACIÓN



Compensación

Las personas utilizan diversas estrategias para camuflar su autismo. Puede que practiquen hacer caras amistosas en el espejo, ya que les resulta difícil hacer esas caras de forma natural. A esto lo llamamos compensación, porque estos autistas están compensando ciertas carencias sociales, o mejor dicho, las diferencias con las convenciones del grupo mayoritario. Ejemplos:

- Copiar y practicar el lenguaje corporal o las expresiones faciales de los demás.

- Aprender las claves y habilidades sociales de la televisión, las películas o los libros.

- Repetir el lenguaje y el tono de los demás.

Enmascaramiento

Otra estrategia es el enmascaramiento, en el que los autistas ocultan cómo se sienten. Por ejemplo, pueden copiar lo que dice otra persona si no saben qué decir. Ejemplos:

- Controlar y ajustar su cara y su cuerpo para parecer relajados o interesados en los demás.
- Sentirse presionado para establecer contacto visual.
- Pensar en la impresión que se causa a los demás.

Asimilación

A menudo, los autistas tratan de encajar con los demás para no ser intimidados o señalados. Esto se llama asimilación. Por ejemplo, estas personas pueden estar cerca de otros en una multitud pero no interactuar con ellos. Ejemplos:

- Sentir la necesidad de actuar mientras se socializa.
- Evitar interactuar con los demás en situaciones sociales.
- Necesitar el apoyo de los demás para socializar.

Evaluación de camuflaje

Existe el Cuestionario de Camuflaje de Rasgos Autistas (CAT-Q) creado por Mandy Hull el año 2019.

Este instrumento da una puntuación total de camuflaje, así como puntuaciones en tres subtipos: Compensación, Enmascaramiento y Asimilación.

Las puntuaciones obtenidas, se comparan con las medias de las personas autistas y no autistas, para ver dónde están las diferencias más significativas, así como ver si se puntúa en el rango autista o neurotípico.

Bibliografía

- Hull, L., Mandy, W., Lai, MC. et al. Development and Validation of the Camouflaging Autistic Traits Questionnaire (CAT-Q). *J Autism Dev Disord* 49, 819–833 (2019). <https://doi.org/10.1007/s10803-018-3792-6>
- Hull L, Petrides KV, Allison C, Smith P, Baron-Cohen S, Lai MC, Mandy W. "Putting on My Best Normal": Social Camouflaging in Adults with Autism Spectrum Conditions. *J Autism Dev Disord*. 2017 Aug;47(8):2519-2534. doi: 10.1007/s10803-017-3166-5. PMID: 28527095; PMCID: PMC5509825.
- Mandy W. Social camouflaging in autism: Is it time to lose the mask? *Autism*. 2019 Nov;23(8):1879-1881. doi: 10.1177/1362361319878559. Epub 2019 Sep 25. PMID: 31552745.



INDeB

Instituto Neurodesarrollo y Bienestar

www.indeb.cl/blog

DALE LIKE

COMENTA

COMPARTE

GUARDA