

ACTUALICATE

Informando y Transformando

MAYO / NUMERO: 010

¡Boletín No.10

Realizamos nuestra decima edición del boletín ACTUALICATE el cual circula tres veces durante el año. Nuestro propósito es a través de este medio brindar a la comunidad información sobre nuestras actividades y otros temas de interés. Actualicate cuenta con diferentes secciones en donde esperamos que todos puedan interactuar, por tal razón los invitamos a que nos envíen historias, fotografías y demás información que deseen que publiquemos al siguiente correo: comunicaciones@ligautismo.org. LICA se reserva el derecho de publicar la información recibida de acuerdo a sus políticas internas.

LICA CELEBRA



LICA presente en el Congreso online “Autismo, adolescencia, juventud y vida adulta”

Fecha del congreso: junio 24 al 30/2020
Acceso: 24 de junio 2020 8:00 AM (hora de Colombia)
Cierre: 30 de junio 2020 22:59 (hora de Colombia)

La Fundación AMAsperger de Chile, se ha propuesto abrir un espacio para compartir la visión de diferentes actores del mundo del Autismo respecto a temáticas asociadas a la adolescencia hasta la vida adulta de personas autistas, considerando a terapeutas, padres, maestros y personas en el Espectro Autista.

Nuestra organización hará parte del Congreso, con la intervención de la Psicóloga Karen León y como aliados junto con ASPAUT (Bolivia), Asperger Paraguay, entre organizaciones de Latinoamérica, invitados por Leonardo Farfán, Fundador del AMAsperger.

Este congreso es online por la plataforma EDMODO, pero no en vivo, las ponencias o exposiciones estarán grabadas y disponibles por seis días, serán en total 18 salas de conferencias, cada sala de la plataforma tendrá el nombre del expositor, quien podrá responder las preguntas de manera escrita o a través de video, según lo considere.

Una vez la persona se inscriban, recibirán los datos para habilitarse en la plataforma y a partir de la fecha de inicio tendrá pleno acceso al congreso 24/7, es decir usted decide cuando ve las conferencias,



asi mismo podrá interactuar con el ponente y los demás asistentes.

Las personas interesadas en participar nos puede escribir a info@ligautismo.org
Más información en nuestra pagina web <https://ligautismo.org/>



La situación que enfrenta el planeta frente a la pandemia del coronavirus afecta de manera importante a las personas con trastorno del espectro autista-TEA- y sus familias. De repente, tener que cambiar las rutinas diarias, es difícil para una mayoría de personas, no menos para personas con espectro autista, quienes tuvieron que suspender sus actividades fuera de casa, como respuesta a las medidas tomadas por los gobiernos locales y la Presidencia de la República, las que consideramos necesarias y oportunas.

La misión de LICA es transformar prácticas de exclusión de la población con espectro autista, visibilizándolos en términos de sus capacidades y necesidades para desarrollar su proyecto de vida, con el fin de lograr igualdad de oportunidades en el ejercicio de sus derechos, en este contexto, en la actualidad nuestro trabajo y esfuerzo está encaminado en generar herramientas que permitan a las familias, hacer llevadera la cuarentena que estamos afrontando en varios países.

Si bien, en nuestro país se han tomado medidas que incluyen a las personas con discapacidad, consideramos necesario generar estrategias específicas, pues hay situaciones de difícil manejo, que se pueden llegar a presentar, como respuesta a las particularidades de las personas con TEA y personas con otras discapacidades.

En LICA, conocemos los desafíos que enfrentan las familias, y ofrecemos los siguientes recursos para ayudar a los padres y otros cuidadores a apoyar a los niños con autismo durante estos tiempos difíciles.

Recomendaciones para las familias/ cuidadores durante la cuarenta a causa del covid-19

<https://n9.cl/evmj> <https://n9.cl/g7vf>

Tips para tener en cuenta durante la cuarentena <https://n9.cl/0g9vu> De igual manera en nuestra página web <https://ligautismo.org/> encontrarán algunas de las recomendaciones emitidas por el Ministerio de Salud y Protección Social frente al Covid- 19, para la población con discapacidad y sus familias.

CUESTIÓN DE DERECHOS



Carta de la Relatora Especial de sobre los derechos de personas con discapacidad de la ONU.



COVID-19: ¿Quién protege a las personas con discapacidad?, alerta experta de la ONU

Esto manifestó Catalina Devandas, relatora especial sobre los derechos de las personas con discapacidad de la ONU, frente a la situación que viven las personas con discapacidad a causa del COVID-19.

"Las personas con discapacidad sienten que las han dejado atrás. Las medidas de contención, como el distanciamiento social y el aislamiento personal, pueden ser imposibles para quienes requieren apoyo para comer, vestirse o ducharse.

Además, es vital el acceso a apoyos económicos adicionales para reducir el riesgo de que estas personas y sus familias caigan en la pobreza o mayor vulnerabilidad.

Muchas personas con discapacidad dependen de servicios que han sido suspendidos, o no tienen los suficientes recursos para hacer reservas de alimentos y medicinas o pagar los costos adicionales de las entregas a domicilio.

Las restricciones deben estar claramente delimitadas, de modo que se usen las medidas menos intrusivas para proteger la salud pública". Limitar el contacto con sus seres queridos deja a las personas con discapacidad totalmente desprotegidas frente a cualquier forma de abuso o negligencia en dichas instituciones.

Las campañas de información pública y la información proporcionada por las autoridades nacionales de salud deben estar disponible en lengua de señas y en modos, medios y formatos accesibles, incluida la tecnología digital, los subtítulos, los servicios de relevo, los mensajes de texto, la lectura fácil y el lenguaje sencillo. Las organizaciones de personas con discapacidad deben ser consultadas y estar involucradas en todas las etapas de respuesta al COVID-19".

ENTERATE Y PARTICIPA



Encuesta situación en Colombia de las familias de personas con TEA, por aislamiento a causa del COVID-19.

La pandemia a causa del COVID-19, ha cambiado las dinámicas familiares, es por esta razón que desde LICA hemos diseñado una encuesta, cuyo resultado evidenciara de qué manera se están afectando las familias que tienen un familiar con espectro autista.

Nuestra meta es que por lo menos 1.000 mil familias apoyen esta iniciativa. A la fecha han respondido la encuesta 706, de 60 ciudades y municipios de Colombia. Invitamos a las familias a que participen respondiendo la encuesta el siguiente link <https://bit.ly/2WROla6>. El resultado de la encuesta será publicado por nuestras redes sociales y nos servirán como insumos en las acciones que estamos realizando en el marco de la situación actual.

Publicación y contenidos:



Con el apoyo de:



Editado por:

Angela Londoño



Hablando desde la Experiencia

En esta edición, invitamos a nuestro amigo Luis Mojica, a que nos compartiera su experiencia durante el aislamiento a causa del COVID-19.

¿Qué hay de la neurodivergencia en tiempos de COVID-19?

Muchas cosas han cambiado a nivel mundial en un par de meses a causa del COVID-19, y naturalmente, el mundo no volverá a ser el mismo. Es algo que se esperaría, ya que hemos sido obligados a aislarnos de la sociedad, de nuestros amigos y compañeros; a dejar nuestros lugares de trabajo y de estudio para integrarlo todo en un solo lugar: la casa. Esto no funcionaría para todos los ámbitos laborales, ya que una parte importante en la economía es ese talento humano de manera física y presencial, como es el caso de mi padre, quien de alguna manera tendrá que reintegrarse al mundo laboral como lo conocemos y seguir dentro de lo que la “normalidad” de estos tiempos permita. En mi caso, la probabilidad de todo volver a ser como antaño se ve cada vez más reducida.

El aislamiento, para mi desdicha, comenzó cuando estaba encontrando mi lugar en un equipo de trabajo al que me uní a comienzos de este año. Bastantes eran los retos que asumía a diario para lograr una adaptación e integración idónea, como para que en un momento la situación a raíz de la expansión de la pandemia se hiciera tan insostenible que se tomara la decisión de dejar las oficinas, y pasar a lo que denominan “Home Office”: Realizar todas las actividades que se venían haciendo en la oficina, ahora desde casa; algo completamente nuevo para mí, en mi corta experiencia laboral. Luego, al decretar la cuarentena obligatoria, también en la universidad pasaron a una metodología virtual; es decir un “Home Classroom” con mi PC como parte de mí y de mis funciones corporales.

Los cambios eran bastante relevantes, y como poco tolerante a cambios intempestivos, comencé a abrumarme. Era muy difícil seguir la rutina que tenía, porque los tiempos en casa corren diferente, y de esta manera, mis tiempos comenzaron a hacerse menos visibles. Además, debía encontrar el lugar “perfecto” para trabajar, y por mis funciones, no podía ser otro que la tran-

quilidad de mi cuarto, a puerta cerrada, donde mi familia, que estaba cruzando la puerta, viviendo también el aburrimiento del encierro a través de la televisión, no entrara a interrumpir, al menos no tanto...

Sin embargo, gracias al constante apoyo que he recibido para acoplarme a esta nueva forma de vida y a todos sus “pequeños inconvenientes técnicos”, sumado al tiempo que llevamos en esta experiencia, me han obligado a acostumbrarme. Ya no veo el encierro como algo malo, y menos con el creciente peligro de la exposición. Las dificultades y sobre todo el estrés que llevaba la movilidad y el tráfico dejaron de ser parte del día a día, y eso le da un poco más de tranquilidad a mi mente.

Todo lo que hemos vivido como seres humanos últimamente me ha dejado enseñanzas para la vida. No obstante, la que me gustaría resaltar es que, a pesar de la baja tolerancia a los cambios, siempre podemos terminar apañándonos para hacerlo llevadero, y hasta encontrar comodidad con ello. Los cambios son difíciles para todos, puedo afirmar que no es algo exclusivo de neurodivergentes, sino de toda la humanidad. Afortunadamente, hoy tenemos muchas maneras de no aburrirnos y seguir en contacto con los demás; haciendo más productivo buscar esas nuevas actividades que generen valor en lugar de lamentarse por lo que la cuarentena nos quitó. Esta es una oportunidad para que, como familias, recuperemos los espacios de comunicación y aprendamos a ver el lado positivo de las situaciones difíciles que se nos presentan diariamente. Muchas cosas han cambiado, y seguirán cambiando. En tiempos de incertidumbre, la angustia nos puede jugar una mala pasada emocional, pero depende de nosotros mismos convertir los cambios por venir en algo a favor, y ser un ejemplo de que a pesar de las adversidades y lo difícil que sea lograr encontrar de nuevo la normalidad en nuestras vidas, no es imposible hacer una pausa y reenfocar, con calma, para encontrar las opciones que nos permitan seguir avanzando en la vida.

Luis Mojica Mendoza
Ingeniero de Software

Siguenos en:

