

## El desafío de los adultos autistas no diagnosticados en Chile: ¿qué debemos saber de este trastorno?

- ***Aunque el reconocimiento del espectro autista ha avanzado en Chile, muchos adultos que presentan esta condición y no son diagnosticado, enfrentan una vida llena de estrés, incomodidad y malentendidos. La Ley 21.545 marca un hito en la inclusión, pero el camino hacia la aceptación y comprensión social aún está por recorrer.***

En los últimos años, el diagnóstico y la inclusión de personas con autismo han ganado mayor visibilidad en Chile, especialmente en niños. Sin embargo, muchos adultos con autismo de alto funcionamiento no fueron diagnosticados durante su infancia y, hoy en día, enfrentan grandes desafíos para adaptarse a un mundo social que no comprende sus necesidades.

Estos adultos suelen experimentar altos niveles de estrés y agotamiento al tratar de cumplir con expectativas sociales, sin comprender del todo por qué les resulta tan difícil interactuar en situaciones cotidianas.

El autismo en adultos no diagnosticados se manifiesta en dificultades con las interacciones sociales, cambios imprevistos en la rutina, y una intensa necesidad de autorregulación sensorial. Además, se les critica por su preferencia por la soledad, las conversaciones profundas o sus comportamientos repetitivos, que son malinterpretados como “extraños” o “poco empáticos”. Todo esto se suma al estrés sensorial que enfrentan, como la intolerancia a ciertos ruidos, olores o texturas.

El académico de Terapia Ocupacional de la Universidad San Sebastián (USS) Pavel Zbankov señala que “algunas personas adultas del espectro también son cuestionadas por preferir estar solas. No es que no valoren la compañía, sino que la vida social, tan cambiante e impredecible, puede ser abrumadora, y disfrutar en soledad de sus intereses les resulta más significativo”.

A pesar de estos desafíos, la reciente promulgación de la Ley 21.545, que promueve la inclusión y protección de los derechos de las personas con autismo, marca un paso importante hacia el cambio cultural y la aceptación social. Para aquellos que sospechan estar dentro del espectro, existen recursos como el sitio EspectroAutista.info, que ofrece auto test validados y orientación profesional, además de redes de apoyo formadas por personas autistas.

En este contexto, la atención especializada y el autoconocimiento se presentan como claves para mejorar la calidad de vida y reducir el desgaste emocional de los adultos autistas no diagnosticados, brindándoles un camino hacia la validación y comprensión de su identidad.

