



## Transcripción del Video

### Viajes y Vacaciones

Familias que viven con el trastorno del espectro autista buscan consejos para manejar los desafíos que se les presentan. Consejos de la vida real para niños con autismo es una serie de videos prácticos y recursos presentados por los expertos de Children's Specialized Hospital.

Las vacaciones pueden ser muy emocionantes pero también muy estresantes para las familias. Cualquier cosa fuera de lo común puede ser un desafío para niños con autismo. Es importante llevar cosas conocidas para el menor y objetos preferidos así que yo recomiendo llevar el juguete favorito del menor o libro o algo relacionado a su personaje favorito para ayudarlo a sentirse cómodo.

Por ejemplo si están en el avión y nunca antes había estado en un avión pero si tienes su cobija favorita o su juguete favorito de Dora le puede ayudar a sentirse mucho más cómoda. Llevar juguetes, bocadillos o nuevos objetos también ayuda cuando suceden cosas inesperadas así que es buena idea hablar sin usar palabras finitas así que por ejemplo en vez de decir si vas a parque de diversiones por ejemplo en vez de decir "después del almuerzo definitivamente vamos a ir a esa montaña rusa a la cual todos queremos ir" puede ser mejor idea decir "vamos a tratar de ir a la montaña rusa pero si no podemos entonces vamos a hacer algo más divertido como ir a la rueda de la fortuna" nunca podemos saber si la montaña rusa quizás está cerrada, cuando puede empezar a llover o cuando van a existir obstáculos en el camino así que es mejor no hacerle demasiadas ilusiones a los menores y dejarles saber que si algo no sucede como planeado siempre hay un plan alternativo.

Siempre se recomienda dejarle saber lo qué está pasando con tu niño a personas que te pueden ayudar como al personal de seguridad, los agentes de TSA, los agentes del hotel, y a cualquier otra persona que puede ayudar a que tu viaje sea más fácil. Puede haber oportunidades para pasar a filas privadas o áreas de espera tranquilas para que los niños con autismo no se sientan agobiados y que los padres se puedan sentir que pueden tomar su tiempo pasando por seguridad o registrarse en el hotel o esperar en línea en un parque de diversiones. A veces los padres se sienten incómodos o hasta avergonzados pidiendo ayuda para su niño con autismo.

La mayoría de la gente puede ser muy sensata y le puede ayudar mucho pero no siempre saben lo qué pueden hacer. Así que encontramos que cuando los padres son abiertos con las necesidades de sus hijos, otra gente está más que complacida en dar asistencia especialmente la gente en las industrias de hospitalidad y viajes pues quieren que la experiencia de todos sea cómoda pero quizás no saben cómo. Así que va a depender de los padres el que ellos les dejen saber las necesidades de su niño para hacer la experiencia más cómoda y la mayoría de los padres van a ver que una vez que comparten esa información, se van a sentir mucho más cómodos.

A veces los padres están preocupados acerca de cómo los otros viajeros van a percibir el comportamiento de su hijo. Recomendamos que si alguien tiene dificultades con el comportamiento de tu hijo quizás puedes hablar con la persona y compartir lo que está pasando y la mayoría de la gente va a tratar de acomodarse cuando saben qué estás haciendo todo lo posible como padre y qué tienes todo el derecho de estar ahí también como cualquier otra persona.

Muchos niños tienen desafíos en las transiciones de una actividad a la siguiente especialmente cuando están disfrutando de la actividad y lo que sigue en la agenda es menos preferible. En este momento los padres pueden usar los juguetes y los objetos o bocadoillos preferidos para ayudar en la transición o también el tener algo en su bolsa para que el niño pueda hacer la transición con más facilidad de un actividad que disfruta a la siguiente tarea o actividad que disfruta así que especialmente en las vacaciones quizás complacemos a nuestros hijos un poco más porque queremos que el proceso de transición sea suave. Algunos niños con autismo pueden beneficiarse de la tecnología o fotos disponibles con anticipación. Ellos pueden tener un mapa o una foto del aeropuerto o del hotel o del lugar al cual están viajando para que vean cómo va a ser el lugar.

A veces hasta pueden viajar antes de tiempo y prepararse a ir en un avión o en un tren y practicar cómo va a ser la experiencia. Con la tecnología ahora podemos ir al internet y ver tantas fotos diferentes y páginas web a los lugares a donde podemos viajar así que los niños pueden disfrutar y entusiasmarse de cómo va a ser su experiencia y eso debe de ayudar a aliviar algunas de sus ansiedades también. Las vacaciones deben ser divertidas para todos y las familias con niños con autismo no son la excepción. Hay muchos recursos disponibles que dan sugerencias y estrategias para ayudar a preparar tu viaje y muchos negocios en la industria del turismo están dispuestos a proveer ajustes que ayuden a tu familia a tener la mejor experiencia posible.

**KOHL'S**  
Cares 

A través de una asociación con Kohl's Cares, Children's Specialized Hospital está mejorando el acceso a la atención para niños con necesidades especiales de atención de salud.

**RWJBarnabas**  
HEALTH

Children's  
Specialized  
Hospital



[RWJBH.org/csh](http://RWJBH.org/csh)