

### Restaurante



Comer afuera puede ser un gusto para darse en familia y, algunas veces, puede ser esencial si se planea un día afuera, vacaciones o un evento especial. Ya sea que coma en un lugar de comida rápida, en un lugar informal o en un lugar formal, es posible que una persona con autismo deba superar algunos obstáculos para que comer afuera sea una experiencia placentera, como por ejemplo, encontrar comida que disfrute comer, esperar en filas y tener modales en la mesa.

Considere la posibilidad de visitar restaurantes en momentos menos concurridos, a fin de adaptarse a su nuevo entorno. Según el lugar y su nivel de comodidad, solicite al gerente cualquier pedido especial; la mayoría satisfará sus necesidades, si lo solicita. Cuando sea posible, practique en el hogar; enseñe modales en la mesa y prepare un guión para una visita a un restaurante a fin de ayudar en el proceso de comer afuera.

- Comience pidiendo comida para llevar y comer en el hogar a fin de presentarle la comida. Esto ayudará a establecer qué comidas le gustan o no a la persona.
- Pida comida desde la ventanilla para automóviles o para llevar, pero coma dentro del restaurante.
- Una persona con autismo podría ponerse inquieta. Si es necesario, siéntese en un lugar que no permita levantarse rápidamente.
- Demuestre cómo tirar la basura en el receptáculo correcto.
- Practique esperar en fila para pedir la comida. Es recomendable que otro adulto o un hermano lo acompañe al restaurante para ayudarlo a esperar en la mesa. Luego, gradualmente, haga que espere con usted.
- Cuando realice el pedido, demuestre cómo realizar un pedido.
- Haga participar a la persona en la actividad lo más posible. Una vez que esté cómoda, haga que realice su pedido, que lleve la bandeja o que le entregue el dinero al cajero o al camarero.
- Gradualmente comience a visitar los restaurantes en momentos en que estén más concurridos y vaya a diferentes tipos de restaurantes.

**KOHL'S**  
Cares ♥

Por medio de una asociación con Kohl's Cares, Children's Specialized Hospital está mejorando el acceso a la atención médica para los niños con necesidades de atención médica especiales.



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

**RWJ**Barnabas  
HEALTH

Children's  
Specialized  
Hospital

