Parent/Professional Advocacy League

Uso del análisis de comportamiento aplicado (ABA) para tratar las necesidades de salud mental

¿Qué es ABA?

El Análisis Conductual Aplicado, o ABA, es una terapia que utiliza un comprensión del comportamiento para manejar o cambiar la forma en que actúan los individuos. Comúnmente, el objetivo de ABA es aumentar el comportamiento deseado al recompensarlo; a veces, ABA también desalienta el comportamiento no deseado a través de consecuencias negativas. Durante muchos años, ABA se ha aplicado para trabajar con personas autistas y con retrasos en el desarrollo, pero se usa cada vez más, especialmente en las escuelas, con personas que participan en cualquier comportamiento que se considere no deseado, incluidos los comportamientos relacionados con las necesidades sociales, emocionales y de salud mental.[1]

ABA y Salud Mental

Muchos clínicos creen que ABA se puede aplicar a todos, independientemente de su diagnóstico. Una serie de intervenciones clínicas ya usan el refuerzo. Otros principios de ABA, tales como enseñanza incidental (que proporciona oportunidades de aprendizaje estructurado en el entorno natural utilizando los intereses y la motivación natural del niño. La enseñanza incidental es un enfoque especialmente útil con los niños pequeños), también se puede expandir fácilmente a una población más amplia. ABA puede ser particularmente eficaz en el tratamiento de las necesidades de salud mental si comportamientos particulares, como la agresión o evitar la escuela, pueden impedir que un niño acceda a los apoyos, incluida la instrucción en intervenciones escolares y terapéuticas. ABA puede enseñar habilidades de seguridad y habilidades de preparación escolar que le permiten a un niño acceder a su educación como así como otras formas de terapia.

Beneficios de ABA

Respaldado por la investigación: ABA se considera un "mejor tratamiento de práctica" por el Cirujano General de EE.UU. y el American Asociación Psicológica. Más de 20 estudios han demostrado que la terapia de ABA puede mejorar los resultados para algunos niños. Porque ABA es considerado "basado en la evidencia," también es más probable que esté cubierto por seguros médicos.[2]

Individualizado: ABA comienza con un análisis del comportamiento de un individuo, y se puede adaptar para adaptarse tanto al individuo como a los objetivos que el individuo desea lograr.

(Continua en la siguiente página)

Fuentes:

1) Habla el autismo, https://www.autismspeaks.org/applied-behavior-analysis

2) Psicología hoy, https://www.psychologytoday.com/us/blog/breaking-barriers/201411/answers-beliefs-about-aba-0

Uso del análisis de comportamiento aplicado (ABA) para tratar las necesidades de salud mental

Parent/Professional Advocacy League

Beneficios de ABA (continuación)

- **Orientado a objetivos**: ABA puede ayudar a las personas a desarrollar una variedad de habilidades diferentes, y alcanzar una variedad de metas diferentes, incluyendo habilidades académicas, sociales habilidades, de comunicación, lenguaje, y más.
- **Colaborativo**: ABA puede funcionar particularmente bien para personas con necesidades de salud mental cuando se combinan con otros tratamientos, y cuando los terapeutas de ABA trabajan junto con otros terapeutas de un individuo para tratar a la persona en su totalidad.
- **Salvavidas**: muchos comportamientos que acompañan al autismo, así como Necesidades de salud mental y conductual, como agresión, crisis nerviosas y "stimming" (movimientos) - pueden ser juzgados por aquellos que no los entienden como extraño, desafiante o amenazante. Debido a esto, algunos niños y jóvenes adultos que se involucran en estos comportamientos, especialmente las personas de color, que son más propensos a ser percibidos como amenazas, pueden convertirse objetivos de disciplina, envueltos en los tribunales e incluso violencia. ABA puede disminuir la frecuencia con la que las personas se involucran en estos comportamientos, puede ayudar a mantenerlos a salvo de consecuencias potencialmente peligrosas.

Inconvenientes de ABA

- **Centrarse en actuar "normal"**: adultos con autismo que participaron en ABA cuando eran niños han argumentado que "ABA usa recompensas y castigos para entrenar a las personas autistas a actuar como no autistas, [mientras que] cualquier terapia debería ayudar a las personas autistas a obtener lo que queremos y necesitamos, no lo que otras personas creen que necesitamos." Comportamientos que son normal y útil para las personas con autismo a veces no se fomentan.
- **No prestar atención a las emociones**: el enfoque de ABA en el comportamiento observable y medible significa que no profundiza en las emociones detrás del comportamiento. Para niños experimentando emociones fuertes, esto puede ser confuso o desagradable. ABA puede, sin embargo, trabajar en conjunto con terapias que toman en cuenta las emociones del niño.
- **Cumplimiento de la enseñanza excesiva:** en una encuesta realizada por Autistic Self-Advocacy Network de adultos autistas y adultos con otras alteraciones del desarrollo y del comportamiento y desafíos, muchos "habían pasado por tratamientos en la niñez en los que se les enseñó a cumplir sin cuestionar o se les restringió físicamente para para 'corregirlas'". (Continua en la siguiente página)

Fuentes (continuación):

3) Red de autodefensa autista, https://autisticadvocacy.org/wp-content/uploads/2017/07/First-Hand-Perspectives-on-Behavioral-Interventions-for-Autistic-People-and-People-with-other-Developmental-Disabilities.pdf

Uso del análisis de comportamiento aplicado (ABA) para tratar las necesidades de salud mental

Parent/Professional Advocacy League

Inconvenientes de ABA (continuación)

"Estos tratamientos finalmente hicieron que les resultara más difícil decir 'no' como adultos, incluso cuando ese 'no' los protegería en una situación potencialmente peligrosa."[4]

- **Una historia difícil**: aunque ABA se ha vuelto en cierto modo "más suave" con los años, tiene un historial de uso de "aversivos": consecuencias no deseadas para el comportamiento. Una encuesta en el 2008 mostró que "el 25% de los terapeutas de ABA encontraron que las descargas eléctricas son una aversivo apropiado para usar, y más del 33% buscó aversivos sensoriales como olores fuertes, sonidos desagradables o sustancias de mal sabor."[5] Muchos de estos ya no se utilizan, y muchos terapeutas de ABA utilizan exclusivamente refuerzo positivo. Sin embargo, el Código de Ética para Analistas de Conducta todavía permite por el uso de consecuencias restrictivas o basadas en castigos al comportamiento, "después demostrando que los resultados deseados no se han obtenido usando metodos menos intrusivos, o cuando se determina... que el riesgo de daño al cliente es mayor que el riesgo asociado con la intervención de cambio de comportamiento."[6] Verifique con cualquier posible proveedores con respecto a los métodos que utilizan para reforzar y/o desalentar el comportamiento.

Encontrar un buen proveedor de ABA

Si determina que ABA es una buena opción para su hijo, busque terapeutas que:

- Conectar y cuidar al niño
- Están dispuestos a explicar el "por qué" detrás de lo que están haciendo
- Centrarse en las habilidades de comunicación y la independencia.
- Deje que el niño dirija a veces

Pregunte a los proveedores:

-Sobre su experiencia trabajando con niños que tienen diagnósticos más allá autismo. Pregunte cómo se ha visto el trabajo y cómo se han modificado ABA para adaptarse a las necesidades de cada niño.

- Cómo el proveedor se conecta y trabaja con profesionales de diferentes campos. Pida ejemplos de esta colaboración.

En conclusión

Los padres y cuidadores son los expertos en sus hijos; solo ellos y sus hijos pueden sopesar los pros y los contras de usar ABA y tomar la mejor decisión para su familia. Los padres y cuidadores deben hacer las preguntas difíciles preguntas, pero finalmente toman su propia decisión.

Fuentes (continuación):

4) Red de autodefensa autista, op. cit.

5) Autodefensores autistas contra ABA, https://autisticselfadvocatesagainstaba.wordpress.com/2020/04/13/problematic-and-traction-wow-nobody-needs-aba/

6) Código de ética de BACB para analistas de comportamiento, 2.15 Minimización del riesgo de intervenciones de cambio de comportamiento