

## Los ABC de ABA

### Introducción:

**El Análisis conductual aplicado (Applied Behavior Analysis)** o ABA es un proceso científico basado en evidencia, que usa los principios de aprendizaje y motivación para cambiar la conducta. Para propósitos prácticos, nos referimos a la conducta como acciones y habilidades observables. Las técnicas ABA están basadas en psicología de la conducta y son usadas para generar cambios positivos significativos en la conducta. Muchos estudios científicos han confirmado que usar técnicas intensivas de análisis de conducta aplicada con niños pequeños con autismo mejora significativamente sus habilidades cognitivas, comunicación no verbal, habilidades de lenguaje receptivas y expresivas, así como otras habilidades de adaptación. ABA es un tratamiento ampliamente reconocido para el autismo y ha sido respaldado por el Cirujano General de los EE. UU. y aprobado por la FDA.

La terapia ABA usa muchas técnicas y principios diferentes y requiere de un analista de la conducta cualificado y hábil para personalizar un programa de intervención de las necesidades específicas de un niño. Una vez que un niño ha iniciado la terapia y responde a ciertas técnicas, ellas pueden aplicarse en el salón de clase al igual que en el ambiente del hogar. Esto requiere que los cuidadores aprendan también como aplicar estas técnicas en forma consistente y eficaz. Los terapeutas usan motivación para comprender por qué un niño se comporta de cierta manera y también para cambiar la conducta. Las intervenciones tempranas e intensivas de ABA, que son programas que inician antes de que el niño cumpla 4 años e implican de 25 a 40 horas por semana durante 1 a 3 años, han demostrado ser los más efectivos para niños con autismo.

### Técnicas básicas ABA:

Enseguida está un listado de algunas técnicas clave de ABA y cómo se aplican en diversos escenarios. Esta lista sirve como ejemplo de los tipos de técnicas usadas en ABA y no es comprehensiva.

- 1) **Reforzamiento:** es entregar una consecuencia en forma inmediata y consistente después de que ha ocurrido un cierto tipo de conducta que aumenta la probabilidad de que la conducta ocurra de nuevo. Hay dos tipos de reforzamiento:
  - a. **El reforzamiento positivo** implica obtener algo deseable inmediatamente después de mostrar una conducta.
  - b. **El reforzamiento negativo** implica quitar algo indeseable después de cierta conducta.
- 2) **Castigo:** implica una consecuencia inmediatamente después de una conducta indeseable, y la consecuencia hace que sea menos probable que ocurra la conducta.
- 3) **Extinción:** es el proceso de reducir o eliminar las conductas no deseadas quitando los reforzadores positivos que mantienen las conductas no deseadas.

Hay varias otras técnicas y principios que son usados como parte del análisis de conducta aplicada dependiendo del niño y la situación. Esta es la manera en la que se establece la intervención ABA:

- 1) Identificar un terapeuta ABA con el cual trabajar. El médico de su niño puede ser capaz de derivarlo hacia terapeutas u organizaciones que contraten terapeutas ABA. Es importante que usted verifique sus cualificaciones y capacitación antes de iniciar una intervención.
- 2) Una vez que haya identificado a un terapeuta, él o ella evalúan las necesidades de su niño y crean metas hacia las cuales pueden trabajar su niño y su familia.
- 3) El terapeuta empezará a trabajar con su niño con un enfoque paso a paso y metódico para empezar a cambiar varias conductas y habilidades.
- 4) La recolección de datos es una parte crítica de la terapia ABA y asegura un enfoque objetivo y consistente. Su terapeuta usará puntos de datos a lo largo de la intervención.
- 5) Los miembros de la familia y los cuidadores son actualizados frecuentemente sobre el progreso del niño. Usted podría también tener una oportunidad de recibir capacitación del terapeuta para asegurar que la experiencia del niño sea consistente en casa.

### Para encontrar un terapeuta ABA:

Encontrar a un profesional cualificado que pueda proporcionar terapia ABA es un paso importante para ayudar a un niño con autismo. Esto incluye psicólogos clínicos con licencia que están capacitados en ABA así como analistas de la conducta certificados por la junta, con experiencia en trabajar con niños y autismo.

Antes de iniciar tratamiento, usted debería verificar si:

- 1) Los psicólogos clínicos con licencia tienen la capacitación apropiada en técnicas ABA.
- 2) Los analistas de la conducta tienen credenciales de la Junta de Certificación de Analistas de la Conducta o la Asociación de Analistas de la Conducta Profesionales.
- 3) El terapeuta estará trabajando frente a frente con su niño o en un ambiente grupal.
- 4) El terapeuta está disponible durante un número apropiado de horas por semana, dependiendo de las necesidades de su niño.
- 5) Su seguro médico y/o su distrito escolar pagarán por todo o parte del tratamiento.

Recuerde, encontrar a un terapeuta cualificado ayudará a asegurar que un tratamiento ABA tenga el mejor resultado posible para su niño.



Hay muchos recursos adicionales que usted puede usar para aprender más sobre ABA, así como información para encontrar un terapeuta calificado:

- [Lovaas Institute](#)
- [Center for Autism & Related Disorders \(Centro para autismo y trastornos relacionados\)](#)
- [Behavior Babe](#)
- [ABA International](#)
- [Autism Speaks \(El autismo habla\)](#)