



# MIA *air*

AIRPORT INSTRUCTION & READINESS

## Paquete de Información para los Cuidadores



# Estrategias de Viaje para Familias con Individuos en el Espectro del Autismo



# Introducción:

Desde la seguridad del aeropuerto hasta el aburrimiento durante el vuelo, viajar en avión puede ser abrumador para cualquier persona. En general, los individuos dentro del espectro del autismo, tienen problemas para seguir instrucciones y además son sensibles a la estimulación sensorial y a los cambios en su rutina. Todo esto implica, aún más problemas para ellos cuando se trata de viajar en avión. La siguiente lista provee información importante y necesaria para incrementar las posibilidades de que el viaje sea una experiencia positiva.

**Es recomendable que lea todo este paquete algunas semanas antes de su fecha de viaje.**

# Lista de Preparación para el Viaje

## Haciendo los Planes:

### Considerar las necesidades de los Individuos en el Espectro del Autismo

- Procure que el viaje sea durante las horas en las que el individuo esté más relajado y descansado, por ejemplo, en la mañana.
- Organice el viaje de tal manera que el individuo tenga las menos interrupciones posibles en sus rutinas de sueño y de comida. Asegúrese que el individuo tenga una buena noche de descanso la noche antes del viaje.
- Reserve vuelos directos o vuelos con las menos horas de escala posibles.
- Cuando esté reservando el vuelo, busque asientos que acomoden sus necesidades individuales (por ejemplo, asientos cerca de la parte frontal del avión para que la salida de éste sea más fácil).

## Preparación para el Viaje:

### Informar a los demás de sus necesidades especiales

- Si requiere más asistencia, llame al TSA Cares antes de su viaje. El número es: 1-855-787-2227.
- También puede descargar la tarjeta de notificación de discapacidad de TSA: [http://www.tsa.gov/sites/default/files/publications/disability\\_notification\\_cards.pdf](http://www.tsa.gov/sites/default/files/publications/disability_notification_cards.pdf). Así mismo, pudiera considerar pedir una carta a su doctor describiendo la discapacidad del individuo.

- Considere repartir a los pasajeros que se encuentran cerca de usted una tarjeta pequeña que explique brevemente que es el Espectro del Autismo.

## Tome Medidas de Precaución:

- Prepare la identificación apropiada. Por ley, adultos mayores de 18 años, requieren tener una identificación Federal o del Estado a la que no se le pueda hacer ningún cambio y que contenga lo siguiente: nombre, fecha de nacimiento, sexo, fecha de expiración. La identificación puede ser la licencia de conducir, identificación del Estado o Pasaporte de USA.
- Para los individuos que no sean verbales, elabore una tarjeta de identificación para colocar en su bolsillo con una fotografía reciente, información de contactos de emergencia y una lista de alergias y necesidades médicas. Puede también ordenar tarjetas de identificación que pueden ponerse en los cordones de los zapatos o en el enganche de los zippers del individuo <http://www.zoobearsmedicalid.com>.
- Traiga una foto reciente del individuo en caso de que se pierda y necesite ayuda de la policía.
- Ordene un brazalete médico y asegúrese de que las identificaciones médicas estén al día y que la persona los tenga consigo, en caso de una emergencia (vea los Recursos Adicionales). Incluya las palabras "no verbal" si aplica.
- Descargue la aplicación del aeropuerto en su teléfono o tableta, ya que esto puede ayudarle con información sobre el estatus de su vuelo, puerta de salida, restaurantes, y localización de los baños. Descargue la aplicación del aeropuerto de Miami para Android ("MIA Airport Official") en Google Play aquí:  
<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.horseboxsoftwaremiamiMIAairportflights&hl=en>

## Preparando al Individuo con Autismo a Volar:

- Explique al individuo con autismo sobre el viaje de todas las maneras posibles, empezando algunas semanas antes de la fecha de viaje.
- Discuta antes del viaje todos los detalles de éste; cómo es el viaje, dónde van, a quien van a visitar o qué van a ver y por qué el viaje es necesario.
- Dependiendo que tan familiarizado o no esté el individuo con viajar en avión, pudiera utilizar fotos, videos, películas o libros sobre aeropuertos y aviones. Si busca información en el internet, asegúrese de buscar y seleccionar previamente sitios en la red que tengan la información apropiada. Para individuos que necesiten más preparación, busque información sobre posibles visitas al aeropuerto y si tienen los simulacros de vuelo o "mock flights" disponibles.
- Imprima y lea la Narrativa Social (MIAair) antes de ir de viaje (vea los Recursos Adicionales para más sugerencias).
- Esté pendiente de, y trate de evitar, factores en el ambiente que puedan resultar en frustración, ansiedad, o comportamientos difíciles en el individuo, tales como, largas horas de espera, separación de juguetes que le gustan al individuo pasando por seguridad, sonidos fuertes, etc. Haga una lista y piense en las diferentes maneras de cómo manejar las necesidades sensoriales y de comportamiento del individuo. Por ejemplo, si sonidos fuertes causan comportamientos difíciles, compre audífonos o tapones para los oídos que reduzcan los sonidos, y llévelos con usted el día del viaje.
- Simule la experiencia que tendrá en el aeropuerto, lo más realista posible y de todas las maneras que le estén a su alcance. Si nunca ha viajado en avión, haga un simulacro y practique antes del viaje para determinar cuánto tiempo su familia necesitará.

## Empacando el Equipaje de Mano:

### Sugerencias Generales

- Empaque con tiempo para evitar estrés.
  - Antes de comenzar a empacar, haga una lista para cada miembro de la familia, de las cosas que se deben llevar.
  - Asegúrese que los aparatos electrónicos estén cargados y de llevar consigo los cargadores.
- Asegúrese de traer con usted una identificación con fotografía, identificación médica, información de contactos de emergencia y la notificación de discapacidad.
- Traiga sus documentos de viaje, incluyendo el boleto de avión, lista de contactos de emergencia, pasaportes si es necesario, identificación de equipaje, los envases originales de las medicinas y una carta del doctor enlistando las alergias y otras necesidades especiales.
- Coloque tarjetas de identificación en cada equipaje con los nombres, teléfonos y direcciones.
- Empaque todas las medicinas y artículos de primeros auxilios.
- Ponga todos los líquidos en envases de 3.4 onzas y colóquelos en una funda transparente plástica (sólo está permitido una bolsa por pasajero).

### Comodidad y Entretenimiento:

- Permita que el individuo con autismo empaque un equipaje de mano con ruedas, que contenga artículos personales que sirvan para calmarlo y entretenerlo durante el vuelo. Incluya en el equipaje meriendas que puedan pasar por seguridad. Ejemplo de artículos sugeridos para empacar:
  - Juguetes, libros, música, aparatos electrónicos (iPad o tableta) y los cargadores. Coloque etiquetas de

identificación en los aparatos electrónicos con la información de contacto. Traiga baterías adicionales.

- Traiga audífonos para que el individuo disfrute de jugar video juegos, ver películas o escuchar música y así no moleste a los demás pasajeros.
  - Lleve un artículo con el que el individuo este familiarizado. Esto lo ayudara a reducir la ansiedad y aumentará el sentimiento de seguridad (por ejemplo, un peluche, libro favorito, figuras de Legos).
  - Empaque comidas y meriendas preferidas de el individuo. Lleve más de la cuenta en caso que haya retrasos en el vuelo. Lleve o compre goma de mascar o dulces duros para cuando haya cambios de presión en la cabina.
  - Traiga un abrigo, sábana o un par de medias ya que puede hacer frío en el avión.
  - Lleve un cambio de ropa en caso de que se ensucie el individuo.
- Considere comprar juguetes o libros nuevos para la espera en el aeropuerto o en el vuelo. Es muy probable que algo nuevo capture la atención del individuo por un período de tiempo más prolongado. Dependiendo de la edad del individuo y tiempo que pueda prestar atención, puede tratar de introducir un artículo nuevo cada hora más o menos para reducir el aburrimiento.
  - Si el individuo utiliza un aparato de comunicación (AAC) o utiliza el sistema PECS, asegúrese de traerlo con usted.

## **El Día del Viaje:**

### **Antes de irse al aeropuerto**

- Chequee su vuelo antes de salir de casa.
- Revise el estatus de su vuelo y el tráfico antes de salir al aeropuerto.



- Algunos aeropuertos no exigen que los individuos con autismo se quiten los zapatos mientras pasan por seguridad. Pero aún así, considere ponerle al individuo zapatos fáciles de quitarse en caso de que tenga que hacerlo.
- Dese suficiente tiempo para llegar temprano al aeropuerto. Trate de no estar apresurado ya que ésto incrementa la ansiedad de los padres y de los individuos con autismo. Si sabe que la persona con autismo tiene una rutina preferida, asegúrese de incluirla en el tiempo que tiene para llegar al aeropuerto.
  - Por ejemplo: Dedique tiempo suficiente para que el individuo vea las escaleras, si esto es algo que le gusta.

## En el Aeropuerto:

- Si teme que el individuo se despiste o se escape, asegúrese de mantener a su familia unida. Tome en cuenta que el aeropuerto está lleno de personas corriendo de una terminal a otra que pueden chocar con usted accidentalmente.
- Cuando esté listo para pasar por seguridad, muestre la tarjeta de notificación de discapacidad y pida pasar por la línea de primera clase o de personas con discapacidades. Esto puede ayudar con el proceso de espera.
- Cuando llegue a la máquina de rayos X, muéstrole al individuo la narrativa social para recordarle lo que implica el proceso de seguridad.
  - Deje que el individuo coloque sus pertenencias en la canasta de seguridad.
  - Si el individuo tiende a escaparse, notifique a la seguridad para que luego de pasar por la máquina de rayos X lo detengan hasta que uno de los padres/ persona encargada pase por la máquina.

- Deje que el individuo recoja sus pertenencias de la canasta de seguridad.
- Asegúrese de tener tiempo suficiente para ponerse los zapatos, correas, abrigos y para que el individuo revise lo que trajo.
- Establezca momentos de descanso y relajación.
- Esté pendiente de cualquier factor que pueda hacer que comportamientos difíciles ocurran.
- Muestre la tarjeta de notificación de discapacidad al agente y déjeles saber que está viajando con un individuo con autismo para que éste le avise al personal del avión. Pida un asiento con preferencia y ayuda antes de abordar.
- Busque una sala de embarque vacía donde no haya pasajeros, para poder esperar y relajarse.
- Llegue a la puerta de embarque temprano y pida asistencia para antes de abordar.
- Es importante recordar: durante el día, tome todas las oportunidades posibles para elogiar y reforzar al individuo por comportamientos apropiados (por ejemplo “Qué bien esperas tu turno!”, “Buen trabajo quedándote tranquilo”, “Gracias por tomarme la mano mientras caminamos”). También puede considerar usar un sistema más formal (gráfica con stickers) el cual refuerce al individuo por mostrar buen comportamiento. Puede ver en nuestra librería de videos de UM-NSU CARD el entrenamiento “Como Crear e Implementar una Economía de Fichas” para tomar ideas <http://umnsucard.adobeconnect.com/p4fwtmn7se0/>

## En el Avión:

- Trate de determinar dónde quisiera sentarse el individuo antes de ubicar al resto de la familia. Si lo considera necesario,

puede informarle a las personas que están a su alrededor que está viajando con una persona con autismo. Por ejemplo:

- Infórmele a los otros pasajeros que tal vez el individuo con autismo quiera cerrar todas las ventanas que están alrededor.
  - Tal vez vean manerismos, lo vean meciéndose o haciendo sonidos con la boca.
  - Ya en el vuelo, el individuo tal vez camine los pasillos una y otra vez.
  - El individuo tal vez patee el asiento delante de él.
- Tome en cuenta las necesidades de su familia cuando planifique el abordaje y desembarque del avión. Por ejemplo, en lugar de desembarcar inmediatamente, algunas personas prefieren sentarse y esperar que todos los pasajeros se bajen para recoger su equipaje con calma y salir del avión.

## **Saliendo del Avión/Saliendo del Aeropuerto:**

- Mientras espera su equipaje, mantenga a su familia a una distancia segura de la cinta de equipaje para evitar lesiones. Si viaja con otro adulto, haga que vaya a caminar con el individuo con autismo o que se sienten en otro lugar a esperar por su equipaje.
- Si el individuo tiende a escaparse, considere tomarlo de la mano en el estacionamiento.

## **Recursos Adicionales**

### **TSA:**

#### **TSA Cares Línea de Ayuda**

TSA Cares es una línea de ayuda para asistir a los pasajeros con alguna discapacidad o condición médica.



- Llame al 1-855-787-2227 por lo menos 72 horas antes de su viaje para información de qué esperar durante el exámen.
- Discuta sus necesidades y preguntas acerca del exámen con un representante.
- Esa información será enviada al aeropuerto.
- Un Especialista de Apoyo al Pasajero (PSS) le es asignado, y lo contactará por teléfono para discutir una reunión con usted al momento de llegar al punto de control, así como asistencia durante el exámen.

\*Por favor Note que: TSA Cares es solo para asistencia durante el exámen, no para asistencia por el aeropuerto. La línea aérea puede ayudarlo. No hay ninguna excepción para el exámen. Este proceso permite que el TSA entienda cuales son las necesidades individuales de la persona y así poder conducir mejor el exámen.

## **MyTSA:**

La aplicación para teléfonos celulares "MyTSA" le ofrece al pasajero acceso a la información necesaria sobre TSA 24/7 en su teléfono celular. No importa dónde esté, tendrá acceso fácil a la información necesaria para pasar por seguridad y llegar al avión de la manera más segura y fácil. Descargue las versiones iOS y Android de la aplicación de "MyTSA" en iTunes y Google Play.

## **Lista de Viaje de TSA:**

TSA ofrece una lista para prepararse para el viaje antes de llegar al aeropuerto, y para pasar por seguridad. Para descargar esta lista visite:

<http://www.tsa.gov/traveler-information/summer-travel>

## **CARD:**

CARD es el Centro de Autismo y Condiciones Relacionadas. Nuestro CARD, localizado en la Universidad de Miami y en la Universidad Nova Southeastern, es uno de siete centros localizados en diferentes Universidades de la Florida. Nuestra misión es optimizar el potencial de individuos con el Desorden del Espectro del Autismo y condiciones relacionadas, ofreciéndoles servicios de apoyo para ellos, sus familias y los profesionales que trabajan con ellos. Visite nuestra página web [www.umcard.org](http://www.umcard.org) para más información sobre CARD y los tipos de servicios que ofrecemos.

## **CARD VINE:**

CARD VINE (Virtual Interactive Network for Education) ofrece entrenamientos y seminarios de diferentes temas relacionados con el Desorden del Espectro del Autismo y condiciones relacionadas.

La librería del CARD VINE es una compilación de todos los seminarios grabados. Los entrenamientos son informativos y de gran utilidad y pueden ser vistos cuando le convenga. Puede visitar nuestra librería de CARD VINE en: <http://www.nova.edu/card/webinars.html>.



Una colaboración del Departamento de Aviación de Miami-Dade, y el Centro de Autismo y Condiciones Relacionadas de la Universidad de Miami y de la Universidad de Nova-Southeastern.



[miami-airport.com/miaair.asp](http://miami-airport.com/miaair.asp)

