

## RESUMEN GENERAL

1. **Impacto del diagnóstico:** Varios testimonios expresan la importancia de recibir un diagnóstico temprano para acceder a adecuaciones y comprensión. Por ejemplo, una participante menciona que haber sido diagnosticada antes habría evitado el odio y facilitado ajustes en su vida.
2. **Aceptación y autoestima:** Se destaca la lucha por aceptarse como persona autista en un mundo neurotípico. Algunas participantes mencionan conflictos internos entre querer ser aceptadas y la dificultad de encajar en entornos no adaptados a sus necesidades.
3. **Necesidad de apoyo y recursos:** Se resalta la escasez de herramientas y terapias para adultos autistas, lo que dificulta su integración y bienestar. Se menciona la importancia de promover intervenciones específicas para este grupo.
4. **Sexualidad y autismo:** Se plantea la relevancia de abordar la sexualidad desde una perspectiva de género, considerando los desafíos en funciones ejecutivas, sensibilidades sensoriales y habilidades sociales que afectan la vida sexual de las personas autistas.
5. **Educación y concienciación:** Se hace hincapié en la necesidad de desarrollar políticas públicas de educación sobre neurodivergencias y en la falta de capacitación en el ámbito educativo para atender las necesidades de personas neurodivergentes.

## ABUSO Y ACOSO SEXUAL

1. **Abuso sexual en la infancia:** Una participante relata haber sufrido graves abusos sexuales durante su infancia, lo que evidencia la vulnerabilidad de las personas autistas a situaciones de violencia y explotación.
2. **Acoso sexual en la vida adulta:** Otra mujer describe haber sido objeto de acoso sexual y agresiones en diferentes etapas de su vida adulta, como ser abordada en la calle por desconocidos con propuestas inapropiadas.
3. **Falta de comprensión de situaciones de acoso:** Se destaca la dificultad que algunas mujeres autistas tienen para identificar situaciones de acoso o doble sentido, como en el caso de recibir propuestas ambiguas y no comprender las intenciones detrás de ellas.
4. **Reacciones de terceros:** En algunos casos, se menciona la reacción de familiares o parejas ante situaciones de acoso, donde la falta de comprensión de la persona autista puede llevar a conflictos o malentendidos en la interpretación de las interacciones.

## EXPERIENCIAS DE MUJERES AUTISTAS

1. **Diagnóstico tardío:** Muchas mujeres autistas mencionan haber recibido su diagnóstico después de enfrentar crisis emocionales graves, como depresión, ansiedad y episodios psicóticos. Esto resalta la importancia de la detección temprana para evitar sufrimientos innecesarios.
2. **Dificultades sociales:** Se menciona la dificultad para interactuar con personas desconocidas y la sensación de rechazo hacia situaciones sociales nuevas. Esto puede llevar a aislamiento y dificultades para establecer relaciones significativas.
3. **Enmascaramiento:** Algunas mujeres autistas expresan sentir que enmascaran sus rasgos autistas para adaptarse al entorno, lo que puede generar conflictos internos al cuestionar su autenticidad y nivel de aceptación.
4. **Desempeño laboral vs. vida doméstica:** Se destaca la discrepancia entre el éxito laboral y las dificultades para mantener el orden en casa y realizar tareas domésticas, lo que evidencia los desafíos en la organización y la gestión del tiempo.
5. **Tratamiento psicológico y psiquiátrico:** Se menciona el uso de medicación como la paroxetina y la trazodona para tratar síntomas como la ansiedad y la depresión, resaltando la importancia del acompañamiento terapéutico en el manejo de la salud mental.
6. **Falta de investigación:** Se reconoce la escasez de estudios e información específica sobre mujeres autistas, lo que evidencia la necesidad de ampliar la investigación y la concienciación en este campo.
7. **Impacto emocional del diagnóstico:** Algunas participantes relatan el proceso de duelo tras recibir el diagnóstico, cuestionando su identidad y enfrentando dificultades emocionales y sociales. El apoyo de expertos y redes de apoyo resulta fundamental en este proceso.
8. **Autenticidad y aceptación:** Se destaca la importancia de ser auténtico y aceptarse a uno mismo como persona neurodivergente, superando la necesidad de encajar en estándares sociales y valorando la diversidad como un aspecto enriquecedor.
9. **Necesidad de información accesible:** Se menciona la dificultad para acceder a información actualizada y verídica sobre neurodivergencias, resaltando la importancia de difundir conocimiento de manera accesible para evitar malos tratos y promover la inclusión.
10. **Autoconocimiento y empoderamiento:** Algunas mujeres autistas comparten su proceso de autoconocimiento y empoderamiento tras el diagnóstico, reconociendo sus fortalezas y desafíos, y trabajando en la aceptación de su identidad neurodivergente.