

TRATAMIENTOS

Alma Rosa Lujan

Cualquiera que sea la edad o grado de severidad de la persona autista, existen múltiples alternativas para ayudarlo a tener el mayor desarrollo de sus capacidades y mejores condiciones de vida.

Básicamente podemos intervenir de tres formas:

- mejorando el estado físico de su organismo (Alternativas Orgánicas/Médicas)
- enseñándole las habilidades que le permitirán vivir mejor (Alternativas Educativas)
- reforzando aspectos específicos (Terapias Complementarias).

Tienen como objetivo el mejorar la condición y el estado físico del organismo de la persona autista, y comprenden aspectos tales como: medicamentos, dietas, vitaminas y complementos alimenticios, tratamientos contra hongos o micosis (como la candidiasis), etc.

Están aquí las más conocidas, aunque algunas de estas alternativas pueden consultarse también en "Teorías Sobre las Causas del Autismo", donde se explican con mayor detalle los fundamentos en que se basan estas intervenciones.

1) Medicamentos (Alternativas Farmacológicas)

Hasta hoy, los medicamentos se utilizan básicamente para tratar de controlar algunos síntomas. Cada persona autista es diferente y lo que funciona con uno, no necesariamente puede aplicarse a otros. Se expone un resumen de algunos de los medicamentos más utilizados, con el sólo propósito de dar un panorama general. Los medicamentos deben ser SIEMPRE prescritos por un médico, quien vigilará la respuesta de su paciente. Nada puede sustituir el cuidado profesional. Administrar cualquier medicamento sin indicación y vigilancia de un médico, constituye un RIESGO GRAVE para la salud y hasta la vida de cualquier persona.

1.1) Antipsicóticos

Existe un amplio rango de posibles indicaciones para su uso, como en los casos que exista hiperactividad, agresión, autoagresión, desorganización severa, agitación o insomnio.

De este grupo, el Haldol (haloperidol) se ha usado tanto en niños como en adultos con buenos resultados: disminuir hiperactividad, berrinches, irritabilidad, estereotipias y evitación social, así como incrementar el aprendizaje discriminativo. Otros medicamentos incluyen Melleril (tioridazina) y Stelazine (trifluoperazina).

Los posibles efectos secundarios incluyen disquinesia tardativa, reportada en 25% a 30% de un grupo de pacientes después de recibir Haldol por dos años, temblores y espasmos musculares.

1.2) Anticonvulsivos

Los individuos autistas son particularmente vulnerables a presentar convulsiones que pueden iniciar en la infancia, la niñez o la adolescencia (30% de los autistas tienen epilepsia). El tratamiento en individuos autistas normalmente requiere medicación anticonvulsiva a largo plazo. Es necesario tener en cuenta que estas personas tienen frecuentemente un nivel intelectual limitado (70% a 80% son deficientes mentales) y la tendencia a presentar conductas inadecuadas. La

administración de anticonvulsivos tiene efectos negativos sobre la cognición y la conducta de estos pacientes, por lo que es necesario evaluar en cada caso, si la ocurrencia de convulsiones ocasionales puede ser un precio aceptable a cambio de mantener lo menos afectado posible el nivel cognitivo y la conducta del paciente, siempre y cuando su seguridad personal esté cubierta.

De este grupo, Epamín (fenitoinal), Fenobarbital y Mysoline (primidona), pueden tener mayores efectos negativos (incremento de hiperactividad, problemas conductuales y efectos en el aprendizaje), mientras que Tegretol (carbamazepina), Depakene y Atempator (ácido valproico) parecen tener menor efecto sedante. El Tegretol se ha usado también para controlar arranques explosivos de agresión en individuos que no presentan convulsiones. Parece sin embargo ser más eficaz en personas con EEG anormales. Más recientemente, se ha utilizado el Sabril, que parece ayudar también en el control de crisis de ansiedad y períodos de agitación, con menores efectos colaterales.

1.3) Ansiolíticos

Estos medicamentos suelen indicarse cuando la persona está ansiosa o enojada por cambios en su rutina. Medicamentos como el Ativán (loracepam) pueden servir por un tiempo, pero luego es necesario incrementar la dosis para mantener el mismo efecto. Lo anterior limita su utilización en caso de ansiedad crónica. En ocasiones, medicamentos como Valium (diazepam) o Librax (clidinio) provocan un incremento en las conductas disruptivas, debido a que la persona pierde el precario control de impulsos que tiene. La buspirona es otra droga ansiolítica que se ha utilizado por sus propiedades antiserotoninérgicas y aparentemente existe cierta mejoría, sin haberse observado efectos colaterales.

Para algunos individuos, medicamentos como el Tofranil (imipramina) o Evadyne (butriptilina), que caen dentro de la categoría de antidepresivos, actúan como ansiolíticos. Estos medicamentos pueden tomarse por largos períodos sin perder su efectividad o requerir incremento de dosis.

Normalmente tienen mínimos efectos colaterales y representan una buena opción en el caso de personas autistas que padezcan ansiedad crónica.

1.4) Antidepresivos

Algunos individuos autistas padecen trastornos como depresión, manía, compulsiones, ansiedad o pánico. Estos trastornos pueden ser difíciles de diagnosticar en individuos no-verbales, pero una cuidadosa observación nos puede proporcionar valiosos indicios. Si su estado de humor, apetito, sueño o grado de actividad parecen incrementarse por un tiempo y luego regresan a un nivel más normal, la persona puede estar pasando por depresiones recurrentes o un trastorno bipolar (manía-depresión). La información relativa al apetito (pérdida o ganancia de peso), horas de sueño, estado de ánimo (reflejado en el interés/disfrute de las actividades/reforzadoras), nivel de actividad o cualquier verbalización que pueda indicar depresión o euforia, son datos importantes que deben tomarse en cuenta.

El Litio es uno de los medicamentos probados para trastornos bipolares en personas autistas. Muchos antidepresivos son efectivos, pero toman de 2 a 3 semanas para una eficacia completa, por lo que son necesarios períodos largos de prueba.

La conducta compulsiva y repetitiva puede ser un problema para las personas autistas. Si estas interfieren con los programas educacionales o con las demás personas y no pueden controlarse mediante cambios en el ambiente o entrenamiento pragmático, puede ser necesario intentar medicación. De los medicamentos más usados en individuos autistas está el Anafranil

(clormipramina) y el Prozac (fluoxetina). Usualmente, cuando son efectivos, los son a dosis pequeñas, ya que a dosis mayores o un incremento rápido de dosis se ha asociado a mayores efectos colaterales.

1.5) Sedantes

Los sedantes pueden prescribirse si la persona no duerme y con ello impide que el resto de la familia duerma y descansa. Lo más efectivo es utilizar el medicamento como una ayuda para establecer un patrón de sueño, junto con la definición de una hora específica para ir a la cama. Una vez que la rutina queda establecida, la medicación puede retirarse gradualmente. Esto puede durar varios meses, pero es lo más efectivo en el largo plazo. Algunos medicamentos usados son el Atarax (hidroxizina), Frisium (clobazam) y Benadryl (difenhidramina). Sin embargo, en algunos individuos estos medicamentos sedantes pueden producir exactamente lo opuesto: excitación e insomnio, en cuyo caso debe intentarse otro medicamento.

1.6) Estimulantes

Recientemente se ha vuelto a utilizar el Ritalín (metilfenidato) en niños autistas con hiperactividad y problemas para focalizar su atención por períodos suficientemente largos como para aprender. Ritalín, Cafedrín (cafeína) y Pomol (pomolina) son los más utilizados. Los primeros dos se dan normalmente durante las horas escolares. Usualmente disminuyen el apetito, por lo que es necesario monitorear la estatura y peso del niño para asegurarse de que ingiera suficientes nutrientes para crecer normalmente.

Algunos padres reportan incremento de períodos de extrema tristeza o de berrinches; otros mencionan rebotes cuando termina el efecto de la medicación, así como insomnio durante los primeros días. También se mencionan efectos indeseables en irritabilidad, estereotipias y cognición.

En caso de utilizar estos medicamentos, es conveniente que el maestro/terapeuta registre cuidadosamente si existe o no un incremento real en el período de atención y mayor capacidad de concentración, para evaluar objetivamente la efectividad del fármaco.

El Pomol puede tomar una o dos semanas más en mostrar resultados, pero debido a los leves efectos colaterales de este medicamento, puede tener ciertas ventajas sobre otros para controlar hiperactividad.

Inclusive algunos adultos autistas de alto funcionamiento toman Ritalín para incrementar su atención y disminuir distractibilidad.

1.7) Bloqueadores Opiáceos

El Naltrexone (naloxona) es un medicamento que bloquea los receptores cerebrales para drogas opiáceas como la morfina. Puede ser muy útil en individuos que presentan conductas auto-agresivas inducidas biológicamente.

Una teoría postula que la auto-agresión provoca que el cerebro produzca químicos de tipo opiáceo (endorfinas) que son altamente adictivos, por lo que el individuo repite la auto-agresión para mantener la producción de endorfinas y seguir sintiéndose "bien".

Otra hipótesis es que los individuos autistas nacen con un nivel elevado de endorfinas y no sienten dolor al lastimarse, incluyendo cuando lo hacen a sí mismos. Al bloquear el efecto de las endorfinas, el individuo sentirá el dolor. Si un individuo autista presenta conductas auto-destructivas por cualquiera de las razones anteriores, medicamentos como el Naltrexone, provocarán que sienta dolor al lastimarse y bloquearán cualquier bienestar que pueda producirle la auto-agresión. En este caso, la conducta auto-agresiva disminuirá rápidamente. Sin embargo, si esta conducta tiene como objetivo comunicar frustración, evitar

realizar alguna tarea o llamar la atención, el Naltrexone no tendrá la eficacia esperada. Hay algunos estudios que han reportado mejorías en socialización, atención, contacto visual, así como disminución de conductas autoestimulatorias e hiperactividad en algunos niños tratados con Naltrexone.

Como se mencionó, es necesario tratar de descubrir si la conducta autoagresiva tiene la función de comunicar o aliviar algún dolor. Tal es el caso de algunos individuos autistas que se golpean la cabeza cuando tienen un intenso dolor de cabeza, o los que se golpean el vientre cuando tienen espasmos u otra molestia estomacal importante. En el primer caso, puede intentarse producir presión en la cabeza del paciente; si ello parece ser aceptado, es posible que las autoagresiones se resuelvan con un analgésico.

En el segundo caso, usualmente pueden llegar a escucharse ruidos en el vientre de la persona, que nos indican la causa de la molestia, controlable mediante algún antiespasmódico.

1.8) Beta Bloqueadores

Estos medicamentos se usan generalmente para reducir la presión sanguínea alta. Pueden ayudar a individuos que presentan conductas agresivas severas, causadas por una elevación repentina de la adrenalina circulante en el organismo.

La adrenalina se secreta cuando el individuo se siente amenazado o alerta y, en el caso de individuos autistas, algunos secretan grandes cantidades de adrenalina ante estímulos pequeños, y luego son incapaces de controlar sus actos debido a las grandes cantidades de esta hormona que están circulando en su sistema. Los medicamentos beta-bloqueadores como el Inderalice (propranolol), evitan esta elevación súbita de adrenalina, dando al individuo mayor control sobre sus reacciones impulsivas. Se ha reportado una rápida disminución de agresividad y alguna mejoría en habla. Otros medicamentos para controlar la presión sanguínea como el Catapresán (catapres), también actúan reduciendo la adrenalina mediante un mecanismo distinto, pero ha sido también utilizado para controlar explosiones agresivas e hiperactividad en niños y adultos con autismo, que no han respondido a otros medicamentos.

1.9) Fenfluramina

Desde su dramática aparición en el campo del autismo en 1982, inmediatamente captó la atención de muchos investigadores, por sus efectos en reducir los niveles de serotonina, elevados en un porcentaje de individuos autistas.

Diferentes estudios han reportado mejorías en contacto social, reducción de conductas estereotipadas y de hiperactividad, así como mejor atención; algunos inclusive han reportado mejorías en los niveles cognitivos. Los efectos colaterales incluyen anorexia, pérdida de peso, letargia, irritabilidad, problemas para dormir, fatiga crónica y síntomas gastrointestinales. Los más preocupantes han sido los estudios que sugieren un efecto irreversible en las terminales nerviosas serotoninérgicas del hipocampo.

2) Alternativas Quirúrgicas

Se ha mencionado la cirugía específica para aislar el foco epiléptico del lóbulo temporal izquierdo, en el caso de síndrome llamado de "Landau-Kleffner", identificado como responsable de algunos casos de autismo.

No se trata de una condición común, pero en todo caso, un neurólogo capacitado podrá determinar, mediante estudios de electro-encefalografía (EEG) si la persona con síntomas autistas, padece este síndrome Landau-Kleffner

3) Alternativas Nutricionales: Alimentación, Metabolismo y Digestión

Cada día es más claro que los alimentos que la persona ingiere, y cómo éstos son digeridos y procesados en su cuerpo, afecta directamente el bienestar y el comportamiento de las personas con autismo.

Hace años, la comunidad médica calificaba como tonterías sin fundamento, los constantes comentarios de los padres y educadores de las personas autistas, en el sentido de que ciertos alimentos les provocaban crisis, falta de sueño, irritabilidad y otros malestares o comportamientos inadecuados. De igual forma, consideraban que darles ciertas vitaminas era inútil, y serviría únicamente para que los padres se sintieran bien.

La experiencia de muchos padres, y la apertura de la comunidad científica en años recientes, ha probado que los alimentos, y la forma como éstos se digieren y metabolizan (procesan), juegan un papel importante en el autismo.

3.1) Vitaminas y Megavitaminas

Algunos padres han reportado que altas dosis de vitaminas del complejo B, particularmente la B6 junto con el Magnesio, ayudan a reducir berrinches e hiperactividad, así como a incrementar atención y el interés en comunicarse. Es importante señalar que cuando se incrementa una de las vitaminas del Complejo B, es necesario incrementar todas ellas, ya que se puede producir una deficiencia relativa de las otras vitaminas del grupo. Asimismo, una dosis elevada de B6, requiere incrementar también el magnesio, pues pueden producirse síntomas como hipersensibilidad auditiva.

En general las vitaminas C y Complejo B son inofensivas, aunque a veces puede producirse comezón, prurito y otros efectos colaterales.

Las megadosis de vitaminas no son útiles para todos los individuos autistas y es necesario llevar un registro de la conducta y reacciones del individuo, tal como se hace en el caso de la administración de cualquier medicamento, para poder evaluar con objetividad los resultados que se obtengan. Se recomienda un período de prueba de dos meses, antes de decidir si las vitaminas sirven o no. Siempre que se suspendan, debe hacerse en forma paulatina, ya que una suspensión repentina puede provocar síntomas por deficiencia vitamínica, porque el organismo ya se ha habituado a las dosis altas.

Tal vez la mejor fuente de información respecto al uso de vitaminas, sea el Dr. Bernard Rimland del Autism Research Institute www.autism.com

En aquellos individuos autistas que tienen Síndrome X-Frágil, se ha reportado que el Ácido Fólico ha producido mejorías conductuales importantes.

PRECAUCIONES:

Está claro que en general, el organismo del individuo autista tiene un equilibrio muy precario. Con frecuencia observamos que un período de bienestar y comportamiento a veces "casi normal", se altera súbitamente por razones que muchas veces escapan a nuestro conocimiento. En algunos casos, el administrar una vitamina o un complemento alimenticio, aparentemente casi milagroso para algunos autistas, produce en nuestro paciente reacciones francamente adversas. Esto SÍ OCURRE. Es por ello que cualquier intervención debe ser evaluada cuidadosamente y, sobre todo, aplicar la regla máxima: EMPEZAR CON DOSIS BAJAS Y NUNCA INTENTAR MÁS DE UNA SÓLA COSA A LA VEZ. Las excepciones son: La Vitamina B6, que necesita magnesio para metabolizarse adecuadamente; así como el DMG, que necesita de ácido fólico. Por tanto, ni la B6, ni el DMG, deben darse sin los complementos que requieren.

3.2) Dietas

Probablemente una de las primeras dietas conocidas para niños autistas (aplicada también a niños con trastornos de atención), fue la desarrollada por Feingold, quien supone que los salicilatos, colorantes y saborizantes artificiales, alteran el funcionamiento de personas sensibles a ellos, como los autistas. Propone una dieta libre de ácido acetyl salicílico (ingrediente activo de la aspirina), y de los alimentos que contienen salicilatos naturales, así como de colorantes y saborizantes artificiales.

Los padres que la han intentado, reportan mejorías en la conducta, pero difícilmente permanecen en la dieta, ante el bombardeo de publicidad de alimentos con colorantes y saborizantes que existe en el ambiente social y en los medios de comunicación.

Un importante número de padres han reportado mejorías significativas en sus hijos, al eliminar la leche y sus derivados, así como el incremento de las conductas autistas, al reintroducir la leche. Según algunos investigadores, la caseína (proteína de la leche) es nociva para los individuos autistas. Al aplicar esta dieta, es necesario eliminar por completo la leche y todos sus derivados (crema, mantequilla, etc.), así como todos los alimentos que se elaboren en casa con ellos, además de todos los alimentos procesados en cuya elaboración se utilizan estos componentes. Para ello, se debe tener especial cuidado en leer las etiquetas, para evitar que estos componentes se ingieran sin saberlo.

Investigadores europeos como Shattock

(<http://osiris.sunderland.ac.uk/autism/index.html>), respalda la idea de que tanto la caseína como el gluten (contenido en el trigo y otros granos), son nocivos, por lo que promueven la dieta libre de gluten, en la que se elimina el pan y todas los derivados del trigo. El Autism Research Institute (Rimland) aconseja evitar tanto el gluten como la caseína, debido a aparentes problemas del sistema inmunológico que reacciona ante estos componentes. Información sobre dieta libre de gluten está disponible en www.gluten-free.org, y sobre dieta libre de caseína, en www.nomilk.com; para dieta libre de gluten y caseína, hay mucha información en <http://www.gfcfdiet.com>

En muchos casos hemos observado alteraciones en la conducta, cuando las personas autistas consumen fructuosa (el azúcar contenida en frutas y verduras) y/o sacarosa (el azúcar común). Quienes son sensibles a la fructuosa y/o la sacarosa, presentan algunas características, como: días en que toman mucha agua, alternando con días en que beben muy poca; días en que orinan mucho y con frecuencia, y días en que no; momentos en que están muy fríos, y otros en que están muy calientes; frecuentes dolores de cabeza y molestia ante la luz. Si se desea intentar la dieta libre de fructuosa, deben eliminarse todos los alimentos que la contienen (principalmente frutas), además de la sacarosa, por su afinidad bioquímica con la fructuosa. Sin embargo, la glucosa y la dextrosa sí pueden utilizarse, además de los endulcorantes artificiales.

Antes de intentar cualquier dieta, es recomendable tomar un tiempo para probar si hay intolerancia a algún tipo de alimento. Los miembros de FELAC pueden solicitar las instrucciones para hacer estas pruebas, así como copias de las instrucciones de cada una de las dietas mencionadas.

3.3) Combinaciones de vitaminas y dietas

En los casos en que se detecta el llamado "Autismo Purínico", con niveles anormalmente altos de ácido úrico en la orina, se ha usado además de una dieta baja en purinas, la administración de Alopurinol y Adenosina.

Cuando se detecta Hipocalcinuria (niveles anormalmente bajos de calcio en orina, y usualmente normales en suero), con síntomas asociados como convulsiones

mioclónicas, falta de lenguaje expresivo y tendencia a autolastimarse los ojos, se recomienda una dieta alta en calcio y suplementos de calcio.

En los casos de acidosis láctica, se ha utilizado una dieta cetogénica (alta en grasas y baja en carbohidratos), así como la administración de Tiamina.

Padres de familia han reportado mejorías en las áreas de conducta, hiperactividad, intención comunicativa y atención, con el uso de antimicóticos como el Micostatín (nistatina) y el Nizoral (ketoconazol).

Algunos investigadores plantean la hipótesis de que un factor definitivo en el desarrollo de la sintomatología autista, es un desarrollo anormal de *Cándida Albicans* en los niños autistas, debido al caso frecuente de administración de altas dosis de antibióticos en los dos primeros años de vida, por infecciones respiratorias recurrentes. Hasta ahora no se han reportado efectos colaterales ni reacciones adversas a estos medicamentos, y un buen número de padres han reportado mejorías después de dos meses de medicación antimicótica, junto con una dieta baja en carbohidratos.

Existen además diversos trastornos metabólicos asociados con el autismo, y en casi todos ellos, existen indicaciones específicas del control alimenticio que requieren, así como de los complementos vitamínicos y sus dosis requeridas.

3.4) Secretina

Recientemente descubierta su aplicación en individuos autistas, se trata de una hormona digestiva que influye en el equilibrio ácido/básico del tracto digestivo. No es un medicamento como tal, sino hasta ahora, una sustancia utilizada para realizar estudios gastrointestinales. Más adelante se describe y analiza la secretina, por lo que nos limitaremos a indicar que la verdadera importancia de su descubrimiento en el autismo, es la prueba innegable de que el autismo tiene un sustrato de disfunciones bioquímicas relacionadas con la ingesta y digestión de los alimentos.

3.5) Estrategias de Tratamiento Nutricional

Grupos de padres y profesionales han unido sus esfuerzos y sus áreas de especialidad, y han diseñado estrategias de atención a individuos autistas, incluyendo principalmente modificaciones en el consumo de alimentos y complementos vitamínicos. A continuación presentamos algunos de ellos.

3.5.A) El Protocolo DAN

Bajo la convocatoria del Dr. Bernard Rimland, este grupo se unió con el objetivo de "Vencer al Autismo Ahora" (Defeat Autism Now). En general, apoyan las siguientes intervenciones listadas en orden alfabético:

ALIMENTACIÓN: Incluir alimentos frescos, variados, no-procesados, refinados, adulterados ni alergénicos. Los cambios en el apetito pueden deberse a problemas de candidiasis, sensibilidad al gluten y la caseína, o a una deficiencia de zinc. Los jugos de vegetales y los polvos de proteínas, pueden ayudar. Es muy importante una alimentación libre de gluten y caseína, evitar los alimentos que producen reacciones inmunológicas, dieta libre de salicilatos, así como evitar chocolate, queso, plátano y cítricos.

ANTI-BACTERIAS: Proponen que vale la pena hacer pruebas para evaluar la posibilidad de bacterias y, de ser así, tratarlas con bactericidas apropiados.

ANTI-MICOSIS: Considerando la posibilidad de un sobre-crecimiento de hongos o micosis como la candidiasis, recomiendan dar antimicóticos gastro-intestinales y/o sistémicos por largos períodos. Además, existen otros anti-micóticos naturales como: ácido caprílico, extracto de cítricos, aceite de orégano, ajo, etc. De igual forma, debe seguirse una dieta libre de levaduras y baja en carbohidratos simples.

ANTI-PARÁSITOS: Los parásitos son frecuentes, y disminuyen la ya vulnerable capacidad digestiva. Deben evaluarse y tratarse.

ANTI-VIRUS: Evaluar y tratar.

DIGESTIÓN: Proponen la administración de enzimas para ayudar a la digestión.

Existen enzimas de diferentes tipos, contenidas en varios productos del mercado.

EDUCACIÓN: Entre más se espere de un individuo, más lejos llega. La educación es insustituible y debe ser constante, para lograr el mayor desarrollo posible de la persona.

FLORA INTESTINAL: Los gases y flatulencias provienen de una flora intestinal anormal. Recomiendan tratar de restaurar la flora intestinal.

GENERAL: Se han intentado Terapia Craneo-Sacral, Secretina, Homeopatía, Terapia de Oxígeno, etc., con diversos resultados.

INMUNOLÓGICO: Los autistas tienen normalmente un problema inmunológico, que puede atacarse:

Anti-micóticos

Reducir la carga de antígenos

Inmunoglobulina intravenosa

Factor de Transferencia

MEDICAMENTOS: Hay una gran cantidad de medicamentos que se han utilizado en la población autista; la mayor parte de ellos, para aliviar sintomatología. Sin embargo, el uso de alguno(s) puede estar indicado, siempre con vigilancia estrecha y evaluaciones constantes.

METABÓLICO Y VARIOS: En algunos casos se ha usado la Melatonina con éxito, así como la terapia Celular y el factor de crecimiento de fibroblastos.

NUTRICIONAL:

B6 (30 mg/kg/día hasta 1000 mg) y Magnesio (10-15 mg/kg/día hasta 500mg)

DMG junto con ácido fólico, para contra-restar la hiperactividad

Zinc

Selenio

Aceite de Hígado de Bacalao (Vitamina A)

Aceite de Linaza

Calcio, especialmente importante en una dieta libre de caseína.

SENSORIAL: Terapias para normalizar la hipersensibilidad auditiva, visual y táctil.

SINTOMÁTICO: Para reacciones por eliminación, las tabletas de carbón activado; para alcalinizar el intestino, el "Alka Seltzer Gold" (Alka Seltzer sin ácido acético salicílico).

3.5.B) El Protocolo SUNDERLAND

Desarrollado por Paul Shattock, el principal promotor de la dieta libre de gluten y caseína. Su hipótesis es la siguiente: Los péptidos (cadenas cortas de proteínas) interfieren con la transmisión neurológica en el sistema nervioso central (SNC). Estos péptidos se derivan de la incompleta digestión de comida en el tracto gastro-intestinal, principalmente de gluten y caseína. Estos péptidos entran al torrente sanguíneo y llegan al SNC, afectando su funcionamiento. Propone lo siguiente:

ANTES DE EMPEZAR: Informarse, obtener ayuda profesional, hacer pruebas para descartar la presencia de Enfermedad Celiaca y un buen y balanceado suplemento de vitaminas y minerales.

CASEÍNA: Eliminar de la dieta cualquier alimento que contenga leche o sus derivados, donde se encuentra la caseína. Llevar esta dieta por 3 semanas y evaluar los resultados.

GLUTEN: Eliminar el gluten y sus derivados, cuando menos por tres meses, y evaluar los resultados. Las principales fuentes de gluten son: trigo, centeno y avena. Mayor información en esta dieta en www.gfcfdiet.com

OTROS ALIMENTOS: Llevar un diario anotando los alimentos y las conductas, para identificar otros alimentos que causan problemas, como pueden ser: maíz, soya, huevos, carne de res, jitomate, aguacate, etc. Eliminarlos de la dieta.

PRUEBAS: Hacer pruebas de laboratorio para determinar si hay deficiencias de algunas vitaminas y/o minerales, y dar los suplementos necesarios. Hacer pruebas de alergias (IgE, IgG, etc.), para identificar posibles alérgenos.**PARÁSITOS:** Considerar la presencia de organismos parásitos, como hongos, protozoarios, lombrices, etc. Tratar esto apropiadamente bajo vigilancia médica.

SULFACIÓN: Se sabe que la población autista tiene un problema de sulfación. Sus niveles de sulfato en plasma son muy inferiores a la población general (Waring, Ngong, Klovna; University of Birmingham, U.K.). Propone ayudar en este aspecto mediante el uso de Sal Epsom, en el baño en tina, o ingerida.

ACTIVIDAD DE LAS ENZIMAS: Para que las enzimas puedan actuar adecuadamente en el estómago, requieren de un ambiente ácido. Con frecuencia los autistas producen bajos niveles de ácido clorhídrico. Propone dar ácido clorhídrico en forma de "Betaine Hydrochloride" (ácido clorhídrico derivado del betabel), con las comidas.

ÁCIDOS GRASOS: Dar ácidos grasos: Aceite de primula (evening primrose oil), Aceites de pescado, Aceite de hígado de bacalao, Aceite de Linaza.

(Típicamente, 3-5 g/día de Omega 3)

L-GLUTAMINA: Para corregir el desbalance metabólico y nutrir el intestino.

ENZIMAS: Para ayudar al proceso digestivo, suplemento de enzimas digestivas como la bromelaina (derivada de la piña) u otros productos existentes en el mercado con enzimas digestivas (SerenAid, Super-Digest-Away, etc.)

5-HYDROXI-TRIPTOFANO (5HTP): Para saltar un paso cortado en la metabolización del triptofano.

SIN-COLORANTES: Los colorantes agravan el problema de sulfación. Eliminar los colorantes.

SIN-SALICILATOS: Los salicilatos tienen un efecto inhibitorio de la prostaglandina. Eliminar los salicilatos.

MEGADOSIS DE B12, B6 Y MAGNESIO.

DMG (DiMethyl Glycine): Esta debe administrarse, junto con ácido fólico.

SECRETINA

Comentarios y Observaciones Generales Independientemente de todo lo que se ha estudiado o intentado, nada puede sustituir al sentido común de los padres, y la ayuda de un profesional calificado. Cualquier intervención debe promover el bienestar del individuo.

Si no es así, no sirve. Informarse, aprender y observar cuidadosa y objetivamente a la persona autista, es una de las mejores herramientas para ayudarlo. Algunos han hecho ciertas recomendaciones, que se listan a continuación. Como cualquier otra, deben tomarse con precaución, y siempre con apoyo profesional. Conforme recibamos información y comentarios de padres y profesionales, listaremos aquí las intervenciones que han intentado con éxito, así como las que no les han funcionado, para una mejor comunicación entre las personas interesadas.

Agresiones y Auto-Agresiones:

Probar si existe hipocalcinuria (verificar niveles de calcio en orina de 24 horas). Si es menor a 0.7mg/kg/24 horas, administrar Citrato de Calcio (aproximadamente 1800 mg/día) y Citrato de Magnesio (siempre en relación a la cantidad de calcio, dar la mitad de magnesio).

Intentar Aceite de Hígado de Bacalao, pero con cuidado, ya que si se excede la dosis, puede producir estados de agitación y ansiedad. La dosis máxima son 5000 U.I. de Vitamina A por día, para mayores de 14 años. Verificar según la edad de la persona.

Estreñimiento o Constipación:

Usualmente se debe a una falta de Magnesio. La leche de magnesia sirve, pero puede neutralizar el poco ácido clorhídrico del estómago. Preferible dar Magnesio (citrato).

Diarreas:

La Secretina ha dado excelentes resultados.

Probar si existe alguna intolerancia alimenticia (ver "Dietas")