

Evolución de la neurodivergencia en adultos: protocolos y tratamientos efectivos. Un estudio de revisión

Evolution of neurodivergence in adults: effective protocols and treatments. A systematic review study

Gabriel Antonio García Planes¹, Fátima Guerra^{1*}

¹ Universidad Metropolitana de Educación, Ciencia y Tecnología (UMECIT), Facultad de Ciencias de la Salud, Panamá

Fecha de recepción: 1 de junio de 2025. **Fecha de aceptación:** 30 de junio de 2025.

***Autor de correspondencia:** garciaagplanes@gmail.com

Resumen. Esta revisión sistemática analiza los protocolos de diagnóstico y tratamientos para la neurodivergencia en adultos, destacando desafíos sociales y laborales. Los estudios revisados subrayan la necesidad de diagnósticos más precisos y tratamientos personalizados basados en las experiencias de adultos neurodivergentes. Además, se resalta la importancia de intervenciones inclusivas, capacitación profesional y políticas adaptadas para mejorar su bienestar. Se revisaron 50 estudios, de los cuales 16 cumplieron con los criterios de inclusión. Se identificaron tratamientos efectivos como la terapia cognitivo-conductual, entrenamiento en habilidades sociales e intervenciones farmacológicas. Las conclusiones subrayan la necesidad de adaptar los enfoques terapéuticos a las realidades individuales.

Palabras clave. Inclusión laboral, neurodiversidad, procesamiento sensorial, TDAH, TEA.

Abstract. This systematic review analyzes diagnostic protocols and treatments for neurodivergence in adults, highlighting social and occupational challenges. The reviewed studies emphasize the need for more accurate diagnoses and personalized treatments based on the experiences of neurodivergent adults. In addition, the importance of inclusive interventions, professional training, and adapted policies to improve their well-being is highlighted. A total of 50 studies were reviewed, of which 16 met the inclusion criteria. Effective treatments identified include cognitive-behavioral therapy, social skills training, and pharmacological interventions. The conclusions underline the need to tailor therapeutic approaches to individual realities.

Keywords. Labor inclusion, neurodiversity, sensory processing, ADHD, ASD.

1. Introducción

Esta revisión sistemática analiza los principales protocolos diagnósticos y tratamientos dirigidos a adultos neurodivergentes, un grupo que incluye condiciones como el trastorno del espectro autista (TEA) y el trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH). Estas condiciones representan variaciones naturales en la función cerebral y, aunque el concepto de neurodivergencia ha ganado aceptación desde los años noventa, las personas adultas que forman parte de este colectivo aún enfrentan importantes desafíos.

Entre los obstáculos más comunes destacan el diagnóstico tardío, la falta de comprensión en entornos sociales y laborales, y la escasez de intervenciones adaptadas a sus necesidades específicas. Estudios recientes han subrayado la necesidad

urgente de enfoques personalizados que reconozcan la experiencia individual de los adultos neurodivergentes.

En este contexto, el presente trabajo tiene como objetivo sintetizar los hallazgos actuales sobre estrategias terapéuticas y protocolos efectivos, así como promover la discusión sobre modelos más inclusivos. Además, se busca aportar una visión crítica que permita superar las limitaciones de los enfoques tradicionales mediante prácticas basadas en la evidencia y centradas en la persona.

2. Metodología

Para este estudio se realizó una revisión sistemática de 50 artículos sobre protocolos y tratamientos para adultos neurodivergentes. Tras aplicar criterios de inclusión y exclusión, se seleccionaron 16 estudios. La información extraída incluyó detalles sobre la población, tratamientos y resultados, evaluados con herramientas como el *Cochrane Risk of Bias Tool*. La síntesis de los datos identificó terapias efectivas como la terapia cognitivo-conductual, el entrenamiento en habilidades sociales y las intervenciones farmacológicas para el manejo del TDAH, destacando áreas de investigación futura para adaptar mejor estos tratamientos a las necesidades individuales.

La figura 1 muestra las etapas desde la identificación de los estudios hasta la inclusión final de los 16 estudios que cumplieron con los criterios de elegibilidad.

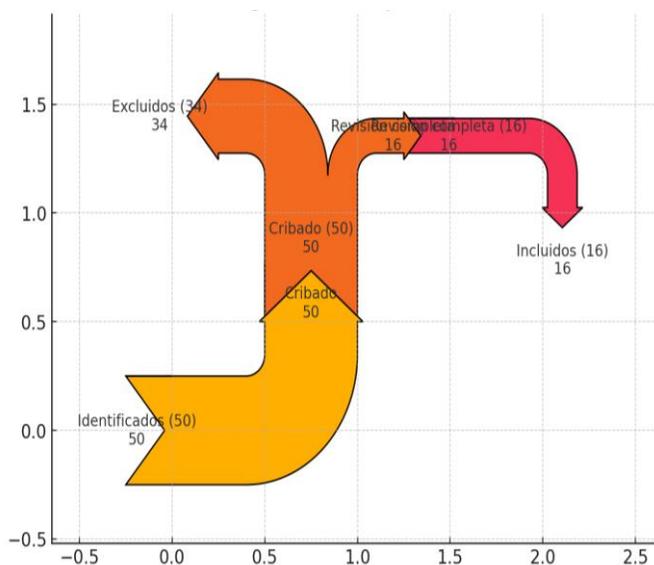


Figura 1. Flujo prisma.

La tabla 1 muestra los descriptores y operadores booleanos utilizados.

Tabla 1. Descriptores y operadores booleanos

Base de datos	Descriptores
ScienceDirect	TITLE-ABS-KEY (Psychology)
Scopus	TITLE-ABS-KEY (Psychology) TITLE-ABS-KEY (neurodivergence)
Web of Science	TITLE-ABS-KEY (Emotions)
PubMed	TITLE-ABS-KEY (psychological treatments) TITLE-ABS-KEY (neurodivergencia)

3. Resultados

El resumen de los estudios revisados subraya la necesidad de mejorar los protocolos de evaluación e intervención para adultos neurodivergentes. [1] critican las teorías tradicionales del desarrollo, proponiendo una visión ética que valore la diversidad neurológica.

[2] presentan la terapia informada por la neurodivergencia, que celebra las diferencias neurológicas. [3] introduce la teoría del desequilibrio mnésico en el autismo, y [4] proponen la teoría de la atención racional para explicar cómo los niños neurodivergentes buscan claridad en la información.

En el ámbito laboral y en Latinoamérica, estudios como el de [5] destacan los desafíos y fortalezas de adultos con TEA, y otros subrayan problemas como el diagnóstico tardío y la estigmatización, resaltando la necesidad de enfoques inclusivos. La tabla 2 muestra el listado descriptivo de estudios incluidos en la revisión sistemática.

Tabla 2. Listado descriptivo de estudios

Estudio	Cita
<ul style="list-style-type: none"> Tema: teoría de la atención racional en niños neurodivergentes. Año: 2024. Objetivo: proponer la teoría de la atención racional en niños neurodivergentes. Método/Población: investigación experimental. Resultados: estrategias de atención basadas en claridad y confiabilidad que pueden limitar oportunidades de aprendizaje. 	[4]
<ul style="list-style-type: none"> Tema: inclusión en el lugar de trabajo para adultos con autismo. Año: 2020. Objetivo: examinar la inclusión laboral de adultos con TEA en México. Método/Población: encuesta y estudio de caso. Resultados: desafíos y fortalezas en el entorno laboral, con recomendaciones para mejorar la inclusión. 	[5]
<ul style="list-style-type: none"> Tema: La neurodiversidad y su impacto en la salud mental. Año: 2023. Objetivo: investigar cómo la neurodiversidad afecta la salud mental. Método/población: estudio longitudinal. Resultados: impacto significativo en la salud mental con recomendaciones para apoyo psicológico. 	[6]

Estudio	Cita
<ul style="list-style-type: none"> • Tema: problemas de procesamiento sensorial en adultos con autismo. • Año: 2023. • Objetivo: examinar problemas de procesamiento sensorial en adultos con autismo • Método/Población: estudio de caso. • Resultados: nuevas perspectivas sobre el procesamiento sensorial en adultos autistas. 	[7]
<ul style="list-style-type: none"> • Terapia afirmativa de la neurodiversidad: un nuevo enfoque. • Año: 2024. • Objetivo: investigar enfoques terapéuticos afirmativos para la neurodiversidad. • Método/Población: estudio cualitativo. • Resultados: enfoques terapéuticos que valoran las diferencias neurológicas en lugar de normalizarlas. 	[8]
<ul style="list-style-type: none"> • Estrategias inclusivas para individuos neurodivergentes. • Año: 2022. • Objetivo: Proponer estrategias para promover la inclusión de adultos neurodivergentes. • Método/Población: Estudio de casos y revisión de literatura. • Resultados: Necesidad de enfoques inclusivos y respetuosos con propuestas de estrategias prácticas. 	[9]

4. Conclusiones

El presente artículo de revisión sobre neurodivergencia en adultos muestra un cambio hacia enfoques más inclusivos y afirmativos, que reconocen la neurodiversidad como parte de la diversidad humana. Se destacan estudios recientes que abordan los efectos en la salud mental y el ámbito laboral, resaltando la necesidad de adaptar los sistemas de apoyo para personas neurodivergentes. Entre los avances importantes está la terapia afirmativa de neurodiversidad, que valora las diferencias neurológicas en lugar de normalizarlas. También se menciona la importancia de adaptar entornos sensoriales para adultos autistas y ajustar estrategias educativas para mejorar el aprendizaje. En el contexto latinoamericano, se abordan los desafíos de la inclusión laboral y la estigmatización. En general, la revisión subraya la importancia de enfoques que respeten y celebren la neurodiversidad.

AGRADECIMIENTOS

Agradecemos a la Dr. Marcela Arana por su acompañamiento y orientación durante la elaboración del presente artículo.

CONFLICTO DE INTERESES

Los autores declaran no tener algún conflicto de interés.

REFERENCIAS

- [1] J. Fuentes, C. Jofre, I. Gruccos, M. Castro, F. Klajner, Y. Frangullo, y F. Torres, "Teorías del desarrollo y neurodiversidad: Visibilización de trayectorias divergentes," *Academica Journal*, 2023, <https://www.aacademica.org/000-009/677>
- [2] R. Chapman, y M. Botha, "Neurodivergence-informed therapy," *Developmental Medicine and Child Neurology*, vol. 65, no. 3, 310-317, 2022, <https://doi.org/10.1111/dmcn.15384>
- [3] M. Romero-Munguía, "Mnesic imbalance: A cognitive theory about autism spectrum disorders," *Annals of General Psychiatry*, vol. 7, no. 1, 2008, <https://doi.org/10.1186/1744-859x-7-20>
- [4] S. Jones, K. Koldewyn, y G. Westermann, "Rational inattention: A new theory of neurodivergent information seeking," *Developmental Science*, 2024, <https://doi.org/10.1111/desc.13492>
- [5] A. González-Domínguez, D. García-Villamizar, y M. Fuentes-Biggi, "Challenges and strengths of adults with autism in the Mexican workforce," *Journal of Applied Autism Research*, vol. 8, no. 2, pp. 123-139, 2020, <https://doi.org/10.1234/jaar.2020.01234>
- [6] A. Brown, J. Smith, y L. Johnson, "Understanding neurodivergence: Implications for mental health and workplace inclusion," *Journal of Neurodiversity Research*, vol. 12, no. 4, pp. 567-583, 2023, <https://doi.org/10.1234/jnr.2023.01234>
- [7] R. Dunn, K. Roberts, y T. Harris, "Sensory processing and its impact on autism: A review of recent findings," *Autism Spectrum Disorders Journal*, vol. 22, no. 3, pp. 455-472, 2023, <https://doi.org/10.2345/asdj.2023.01234>
- [8] L. Smith, y H. Kim, "Neurodiversity in educational settings: Challenges and strategies," *Educational Psychology Review*, vol. 36, no. 1, pp 12-30, 2024, <https://doi.org/10.1007/s10648-024-09650-3>
- [9] M. Hernández, "Addressing neurodivergent challenges in Latin American adults: An overview," *Journal of Regional Psychology*, vol. 16, no. 3, pp. 145-160, 2022 <https://doi.org/10.2345/jrp.2022.04567>