

GUÍA PARA VIAJAR CON NIÑOS CON TEA

A continuación te presentamos una guía con consejos útiles para familias que viajan en avión con niños/as con Trastorno del Espectro Autista (TEA). Esta herramienta está diseñada con el objetivo de hacer sus viajes más cómodos y seguros.

1 Planificarse con tiempo, clave para un buen vuelo

Reserva los vuelos con anticipación para garantizar el horario más conveniente y así poder planificar el viaje con mayor tiempo y tranquilidad.



Preparación previa al vuelo

Familiariza a tu hijo/a con el proceso de volar mediante vídeos, libros o recursos en línea como este sobre viajes con Vueling.

Utiliza esta infografía para hacerle entender todo el proceso desde la llegada al aeropuerto hasta el embarque al avión para ayudarle a comprender lo que sucederá.

En la medida de lo posible, es aconsejable visitar el aeropuerto para conocer el entorno, ruidos y luces.

2

3 Tómate tu tiempo... ¡Es hora de hacerse la maleta!

Prepara una bolsa de mano con los objetos favoritos (y reconfortantes) de tu hijo/a.

Incluye también algún snack o bebida que le guste teniendo en cuenta las restricciones de seguridad (ver aquí) y nuestro menú a bordo.



4 Comunícate con el personal de la aerolínea en el aeropuerto

Comunica cualquier necesidad especial a nuestro personal de tierra y a nuestra tripulación a bordo para que puedan estar preparados para ofrecer asistencia adicional si fuera necesario.

Si es beneficioso para tu hijo/a, pregunta sobre la posibilidad de embarcar el primero o el último en el avión para evitar aglomeraciones y así reducir el estrés.



5 Asegúrate de llegar al aeropuerto con tiempo suficiente

Llega al aeropuerto con tiempo suficiente para evitar ir con prisas y así reducir el estrés de tu hijo/a. En determinados aeropuertos hay zonas al aire libre disponibles que pueden ayudarle.

Utiliza los servicios de asistencia en el aeropuerto si están disponibles para facilitar tanto el Check-In (que también puedes hacerlo Online) como el Control de Seguridad.



¡Despegamos! Informa de cualquier necesidad durante el vuelo

Comunica las necesidades específicas a la tripulación de a bordo para que puedan brindar a tu hijo/a el apoyo necesario.

Utiliza estrategias de distracción como juegos, películas o música para que mantenga la calma durante el vuelo.

Llevar a bordo agua, algún caramelo o similar para evitar el taponamiento de los oídos.

También puedes hacer fotos de tu hijo/a en diferentes momentos del proceso para poder enseñárselo posteriormente.



6

7

Gestión de comportamientos difíciles

Confía en tus habilidades y utiliza las técnicas que mejor funcionen con tu hijo/a si experimenta comportamientos de estrés durante el vuelo.

Puedes levantarte y aprovechar espacios tranquilos. Dependiendo de la fase del vuelo y de su duración, puedes llevar a tu hijo/a a un lugar más relajado siempre que no esté la señal de cinturones puesta.

Si conoces alguna estrategia que funcione bien para tu hijo/a, no dudes en compartirla con nuestro personal de a bordo.



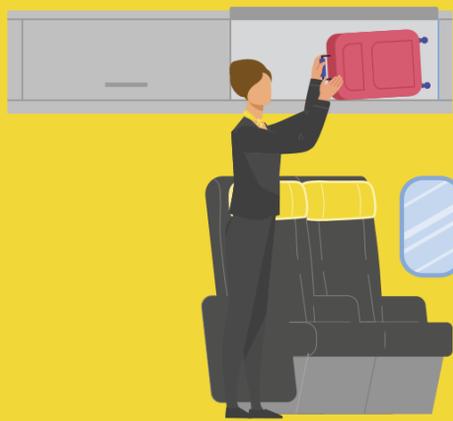
8

¡Has llegado! Prepárate para el desembarque

Anticípale el momento del aterrizaje.

Solicita asistencia si es necesaria para hacer el desembarque más fácil y cómodo. También solicita asistencia dentro del aeropuerto si es necesario.

Celebra los logros de tu hijo/a durante el vuelo y elogia su comportamiento positivo.



9

La importancia de reforzar la experiencia positiva

Después del vuelo, comunícate con tu hijo/a sobre la experiencia y reconoce sus esfuerzos.

Prepara a tu hijo/a para futuros viajes aéreos destacando la experiencia positiva del vuelo. Utiliza fotos para hacerlo más visual.



10

Recuerda cuidar de ti mismo/a

No te olvides de cuidar de ti mismo/a, tienes que recargar energías y estar preparado para apoyar a tu hijo/a.

Recuerda que cada niño/a es único/a, así que ajusta estos consejos según las necesidades específicas de tu hijo/a y tu situación familiar. **¡Esperamos que estos consejos te sean útiles para un buen vuelo!**

Esta guía ha sido desarrollada con la experiencia científica de Lovaas Foundation y de sus expertos, y los conocimientos especializados de nuestra tripulación.