

Este es mi mundo

Instantáneas en la vida de una mujer autista con altas capacidades

Ingrid Mosquera Gende



Ilustraciones de Irene Bofill

Moana Editorial

Este es mi mundo

Instantáneas en la vida de una mujer autista con altas capacidades

Este es mi mundo

Instantáneas en la vida de una mujer autista con altas capacidades

Ingrid Mosquera Gende

Moana Editorial

Este es mi mundo

© Ingrid Mosquera Gende, 2026 (por el texto)

© Irene Boffil, 2026 (por las ilustraciones)

© Moana Editorial, 2026

Colección Marea, vol. 1

Dirección editorial y maquetación: Moana Editorial

Primera edición: octubre de 2026

PROYECTO EDITORIAL SOLIDARIO

La autora cede los beneficios derivados de la venta de esta obra a la Asociación Teamworkz para la inserción sociolaboral de personas neurodivergentes.

Esta publicación es parte del proyecto “Mujeres autistas con altas capacidades: la doble excepcionalidad narrada en primera persona” con código “DIV26-012”, financiado por la Convocatoria de Ayudas para la Realización de Actividades de Divulgación Científica (DIVULGA) 2026-2027 del Vicerrectorado de Investigación y Transferencia de la Universidad Internacional de la Rioja.

ISBN: 978-84-09933-02-0

Depósito Legal: LE-509-2026

Impreso en España / Printed in Spain

Reservados todos los derechos. No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea este electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito de los titulares del copyright.

La infracción de dichos derechos puede constituir un delito contra la propiedad intelectual (arts. 270 y ss. del Código Penal).

A Moncho, mi compañero de vida, por complementarme

A Nieve, a Leo y a López, por su amor incondicional

A mi madre y a mi padre, por todo

A las personas que intentan entenderme y eligen quedarse a mi lado

A ti, que estás leyendo este libro, muchísimas gracias por querer conocerme mejor

«Gracias, Ingrid, por atreverte a mostrarte.

Leyéndote se puede ver el camino que hay detrás para llegar a entenderte, respetarte, protegerte y, sobre todo, aprender a estar de tu propio lado.

Gracias por poner en palabras lo que tantas veces solo sabemos sentir. Y gracias, especialmente, por hacerlo desde un lugar en el que no hay que disculparse por ser quien una es».

—Gloria

Mujer autista con diagnóstico tardío

«En este libro hay verdad, sin artificios. Un diseño en blanco y negro que representa a una mujer de contrastes, una personalidad arrolladora y fuerte que coexiste con la fragilidad narrada en estas páginas.

La sencillez al explicar una realidad tan compleja lo harán un imprescindible en la biblioteca de mi centro para ayudar al alumnado a entender tanto a los demás, como a sí mismos».

—Carolina H.

Maestra de Música y madre de un chico con AACCC

«Una manera única de contar al mundo quién es Ingrid. A través de sus palabras e ilustraciones, este libro nos muestra sus desafíos cotidianos y ayuda a quienes aún no la conocen a entenderla un poco mejor; a quienes tenemos la suerte de conocerla, a quererla todavía más, si cabe».

—Marta Tourón Porto

Doctora en Educación. Especialista en altas capacidades y desarrollo del talento

«Ingrid, leerte es descubrir una mente brillante, profundamente sensible y honesta. Con este libro nos invitas a mirar más allá de lo visible y a comprender que detrás de cada persona hay un mundo mucho más complejo, intenso y valioso de lo que imaginamos».

—Judith López

Psicóloga especializada en mujeres autistas adultas

Prólogo

Este libro no es un guía diagnóstica, ni una herramienta para que te identifiques como persona neurodivergente. No trata sobre cómo fue mi proceso de evaluación, ni es un recorrido por mi niñez o mi historia vital; ese sería otro libro. Tampoco profundiza en áreas concretas como el trabajo, la familia o la pareja. Es, únicamente, una colección de retazos. Pinceladas sueltas de mi día a día.

En él, se muestran algunos aspectos de la vida de una mujer autista con altas capacidades (AACC), sin más pretensiones.

Al bucear entre estas páginas, quizás te dé la sensación de que me centro demasiado en lo negativo. No era mi intención. Ante todo, estoy muy orgullosa de quién soy. Tanto mi forma de ser como de pensar esconden numerosas fortalezas; a pesar de las dificultades, no desearía cambiar nada. Simplemente me he dejado llevar por mis sentimientos. Por eso, de manera natural e inevitable, aquello que me cuesta sale a relucir primero.

Igualmente, es posible que te sientas reflejada en muchas de las situaciones descritas y es normal, ya que no somos tan distintas. La diferencia radica en que las personas neurodivergentes vivimos estos episodios cotidianos con una intensidad, una frecuencia y una duración que cambian por completo nuestra experiencia, volviéndola a menudo abrumadora, insoportable o completamente paralizante.

Además, recuerda que dentro del espectro autista existe una gran diversidad, por lo que

Agradecimientos

Gracias a Álex y a Mila, por su apoyo y su generosa contribución.

A Carolina, por revisar la primera versión del texto, por ayudarme a mejorarlo y por mucho más. A Bárbara y Miriam, por creer en mi idea desde el principio.

A mi universidad, por apostar por un proyecto tan personal. A Miguel Ángel, Diego y Miguel, por querer formar parte.

A Moana Editorial, por hacerlo posible de un modo sumamente respetuoso.

A Ester, por todo lo que me aporta desde la tranquilidad y la calma de nuestras conversaciones.

A Irene, por ser capaz de poner en imágenes mis sentimientos, más allá de las palabras.

A Marta, Judith y Gloria por sus comentarios y su cariño.

A todas y todos los mencionados anteriormente, gracias por vuestra infinita paciencia, por vuestro entusiasmo y vuestros ánimos.

A la comunidad autista, al #ClaustroVirtual, a mis yogurtianas y a la comunidad de las #CharlasEducativas, por contribuir a que pueda conocerme mejor.

Espero que os haya gustado el resultado.

Moana Editorial

Moana Editorial no publica sobre el autismo; publica desde el autismo. Nace como una práctica literaria y artística arraigada en la experiencia creativa de mujeres y niñas autistas. No buscamos traducir ni interpretar una condición ante miradas ajenas, sino dar cauce a obras sustentadas en formas propias de percepción, lenguaje y construcción de sentido.

Colección Marea

Las mareas modifican el paisaje sin necesidad de explicarse. La Colección Marea reúne piezas visuales, híbridas y singulares donde la materialidad del libro, la imagen y la palabra comparten la responsabilidad del discurso. Este volumen inaugura la colección.

Socias Fundadoras

La materialización de este proyecto independiente y la libertad de su catálogo son posibles gracias a la confianza, el impulso y el compromiso fundacional de:

Mar Ramos Sanz

Ingrid Mosquera Gende

Laura Pérez Fabré

Este es mi mundo, de Ingrid Mosquera Gende, se terminó de imprimir en Madrid, en octubre de 2026.

Compuesto en caracteres Garamond sobre papel estucado de 150 g.

Primer título de la Colección Marea de Moana Editorial.

